



Ateliers 2026/2027
(Gratuit)

Du lundi au jeudi, de 13h à 16h, les apprenants sont invités à participer aux ateliers qui abordent les thématiques suivantes :

Lundi : *Au-delà des différences*

13h à 16h

Chaque jour, nous rencontrons des gens différents de nous. Cet atelier permettra de découvrir la richesse qui se cache derrière les différences et à mieux comprendre la réalité des autres. Plusieurs thèmes seront abordés comme l'immigration, les croyances religieuses, les capacités physiques, les choix de vie, etc.

Par des témoignages, des visites de lieux, des lectures, des réflexions en groupe et plus encore, les participants pourront explorer la diversité des personnes qui les entourent.

Mardi : *Mots en balade*

13h à 16h

Dans cet atelier, les mots deviennent un terrain de découverte, de créativité et de réflexion. À partir de l'actualité ou de différents thèmes, comme la nature, la culture, les émotions ou le monde qui nous entoure, nous explorerons le plaisir d'écrire.

Au fil des rencontres, nous jouerons avec les mots, découvrirons leur sens, leur richesse et leur pouvoir. À l'aide d'activités variées et d'outils stimulants, chacun pourra développer sa confiance en écriture, enrichir son vocabulaire et laisser libre cours à son imagination, dans une ambiance conviviale et bienveillante.



Mercredi : *Au cœur de mon histoire : écrire son autobiographie*

13h à 16h

Et si vous preniez un moment pour écrire votre histoire? Cet atelier est une invitation à explorer vos souvenirs et les moments marquants de votre parcours. Aucun talent d'écrivain n'est nécessaire : il suffit d'avoir envie d'écrire et de se faire confiance.

Écrire sur soi, c'est s'offrir un espace de réflexion. C'est aussi l'occasion de stimuler sa mémoire et de savourer le plaisir des mots. Tout au long de l'atelier, les participants découvriront des notions d'écriture et des façons d'enrichir leur récit. Au terme du parcours, les textes de chacun seront présentés sous forme d'un livre avec photographies.

Jeudi : *Le français en musique*

13h à 16h

Avec pour support le magnifique répertoire musical québécois et francophone, cet atelier propose d'explorer chaque semaine une notion de français — vocabulaire, grammaire, conjugaison, expressions, etc. — à travers les paroles et les chansons. Une façon ludique et conviviale de pratiquer le français au rythme de la musique !

Sur une base volontaire, les participants peuvent choisir de s'inscrire à un ou plusieurs ateliers.

Chaque sujet d'atelier est un prétexte à réviser des notions de lecture, d'écriture, de calcul ou d'informatique. Nous travaillons aussi dans une perspective de maintien cognitif pour des gens qui souhaitent rester stimulés intellectuellement sans pour autant connaître de grande difficulté d'apprentissage.

Il est possible d'intégrer les groupes à tout moment dans l'année.

Pour plus d'information ou s'inscrire à un ou plusieurs ateliers :

Marie-Élaine Gagnon, responsable du volet Alpha : **418 241-5024**