Octobre 2026

Ancre et Ailes
Groupe d'Entraide et Milieu de Vie en Santé Mentale

10, rue Bridge
C.P.102 – Ormstown
Qc – J0S 1K0
(450) 829-3491
contact@ancreetailes.com

Nous sommes là pour vous accueillir du :

Mardi au jeudi
9h à 16h
&
Vendredi
9h à 15h

MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
29 *Rencontre du CA 10:00-11:00 **Minutes Actives** 13:00-15:00 **Décos Halloween** *Réunion express équipe pm	**30** 13:30 - 15:00 *Activité du Comité Festivités:* Fête nationale de la Paix et de la Réconciliation	**1** Départ 10:30 Retour 15:00 Lunch du centre **VIRÉE AU MONT RIGAUD** avec Comment ça va?	**2** Départ 11:00 Retour 14:00 *Sortie au* **Vergers Blair** **5$ (dîner)** Prix membre actif
6 10:00-12:00 **PRÉPARATION MANIF.DU LENDEMAIN** 13:00-15:00 **ON S'OCCUPE!** EX: ARTISANAT, PRENDRE SOIN DE SOI, BAVARDAGE, JEUX, ETC. *Réunion express équipe pm	**7** *Visite stagiaires CVCEC **Manifestation de douceur** Journée de l'Alternative: « La solidarité comme acte de résistance »	**8** **CENTRE FERMÉ** Colloque ROCSMM	**9**
13 10:00-12:00 **Minutes Actives + Méditation** 13:00-15:00 **ON S'OCCUPE!** *Réunion express équipe pm	**14** 10:30-14:00 **RÉUNION DES MEMBRES** Diner gratuit aux membres participants	**15** **CENTRE FERMÉ** Reprise Férié (Action de Grâce)	**16** 13:00-14:00 *Espace* **ART-BIEN-ÊTRE** 16:30-22:00 **Nuit des Sans Abris**
20 10:00-12:00 **Minutes Actives + Méditation** 13:00-15:00 **ON S'OCCUPE!** *Réunion express équipe pm	**21** 10:30-15:00 **Cuisine Collective (partie 1)** 13:00 - 15:00 *On prend soin de notre chez-nous*	**22** *Visite stagiaires CVCEC 13:30-15:00 **PAR ET POUR** Retour aux Sources *Spéciale ACA*	**23** Départ 10:30 Retour 14:00 Lunch du centre Pique-Nique et Marche **Pont St-Louis** *Journée de l'ACA* (Action Communautaire Autonome)
27 **OUVERTURE LIMITÉE** **SANS TRANSPORT NI DÎNER** *Réunion complète équipe am + pm	**28** 10:00-12:00 **Minutes Actives + Méditation** 13:30-15:00 **Survivants au suicide**	**29** 13:30-15:00 **Cohésion de groupe** "La Communication"	**30** 10:30 - 14:00 *Activité du Comité Festivités:* **Party Halloween**

26
10:00-15:00
Cuisine Collective (partie 2)

N.B. Quand le groupe est en sortie, le centre doit être fermé!
Cette programmation est sujet aux changements sans préavis

October 2026

Ancre et Ailes
Groupe d'Entraide et Milieu de Vie en Santé Mentale

10, rue Bridge C.P.102
– Ormstown Qc – J0S 1K0 (450) 829-3491
contact@ancreetailes.com

We are here to welcome you from:
Tuesday to Thursday
9am to 4pm &
Friday
9am to 3pm

TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
29 *Board of Directors Meeting 10:00-11:00 **Active Minutes** 13:00-15:00 **Halloween decorations** *Quick meeting of the team PM	**30** 13:30 - 15:00 *Activities of the Festivities Committee:* **National Day of Peace and Reconciliation**	**1** Departure 10:30 Return 15:00 Lunch from Center **TRIP TO MOUNT RIGAUD** with **How are you?**	**2** Departure 11:00 Return 14:00 *Exit at* **Blair Orchards** **$5 (dinner)** Active Member Price
6 10:00-12:00 **PREPARATION FOR THE PROTEST THE NEXT DAY.** 13:00-15:00 **Keep Ourselves Busy!** EXAMPLES: CRAFTS, SELF-CARE, CHATTING, GAMES, ETC. *Quick meeting of the team PM	**7** *Visit of CVCEC trainees **A display of gentleness** Alternative Day: "Solidarity as an act of resistance"	**8** **CLOSED CENTER** ROCSMM SYMPOSIUM	**9**
13 10:00-12:00 **Active Minutes + Meditation** 13:00-15:00 **Keep Ourselves Busy!** *Quick meeting of the team PM	**14** 10:30-14:00 **MEMBERS' MEETING** Free dinner for participating members	**15** **CLOSED CENTER** MAKE UP FOR A HOLIDAY (THANKSGIVING)	**16** 13:00-14:00 **ART-WELL-BEING** *Space* 16:30-22:00 Homeless Night
20 10:00-12:00 **Active Minutes + Meditation** 13:00-15:00 **keep ourselves busy!** *Quick meeting of the team PM	**21** 10:30-15:00 **Collective Kitchen (part 1)** 13:00 - 15:00 *We take care of our home*	**22** *Visit of CVCEC trainees 13:30-15:00 **BY AND FOR** Back to Basics *ACA Special*	**23** Departure 10:30 Return 14:00 Lunch from Center Picnic and Walk **St-Louis Bridge** *ACA Day* (Autonomous Community Action)
27 **LIMITED OPENING** **WITHOUT TRANSPORT OR DINNER** *Full team meeting am + pm	**28** 10:00-12:00 **Active Minutes + Meditation** 13:30-15:00 **Suicide Survivors**	**29** 13:30-15:00 **Group cohesion** "The Communication"	**30** 10:30 - 14:00 *Activities of the Festivities Committee:* **Halloween's Party**

26
10:00-15:00
Collective Kitchen (part 2)

N.B. When the group is out, the center must be closed!
This schedule is subject to change without notice