

Programme Intensif de Jour BACA (dès le 20 mars 2023)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
8:45 - 9:30	Déjeuner	Déjeuner		Déjeuner	Déjeuner (9:00)	
10:00-11:00			Grounding Somatique			
11:00 - 12:00	<i>Planification et objectifs de la semaine</i>	<i>Community Meeting</i>	<i>*temps libre*</i>	<i>Activités Thérapeutiques</i>	Group d'auto compassion	N/A
12:00 - 13:30	Dîner supervisé	Dîner supervisé	Dîner supervisé	Dîner supervisé	Dîner supervisé	
14:00	<i>Marche et Collation</i>	<i>Marche et Collation</i>	<i>Marche et Collation</i>	<i>Marche et Collation</i>	<i>Marche et Collation</i>	
14:30 - 16:00	Groupe d'outils thérapeutique	Readings/Recueil	Groupe de Motivation/ Psychodrame	Atelier de cuisine	Groupe de 8-Keys (Kostin)	
17:00 - 18:30	Souper Supervisé	Souper Supervisé	Souper Supervisé	Souper Supervisé		