

NOVEMBRE 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 8h45 à 10h30 Réunion d'équipe 13h30 - Atelier Le lâcher-prise	3 9h30 - Aquarelle 13h30 - Aquarelle	4 9h - Atelier photo 9h - Club de marche 13h - Programme de gestion de l'anxiété	5 10h - Yoga 13h30 - Artisanat (lanterne)	6	7
8	9 8h45 à 10h30 Réunion d'équipe 13h30 - Atelier Le stress	10 9h30 - Aquarelle 13h30 - Aquarelle	11 9h - Club de marche 13h - Programme de gestion de l'anxiété	12 10h - Yoga	13	14
15	16 8h45 à 10h30 Réunion d'équipe 13h30 - Atelier L'estime de soi	17 9h30 - Aquarelle 13h30 - Aquarelle	18 9h - Ate- 9h - Club de marche 13h - Programme de gestion de l'anxiété	19 10h - Yoga 13h30 - Artisanat (lanterne)	20	21
22	23 8h45 à 10h30 Réunion d'équipe 13h30 - Atelier L'affirmation de soi	24 9h30 - Aquarelle 13h30 - Aquarelle	25 9h - Club de marche 13h - Programme de gestion de l'anxiété	26 10h - Yoga	27	28
29	30 8h45 à 10h30 Réunion d'équipe 13h30 - Atelier Le deuil	Notes: Pour informations et inscriptions aux différentes activités, rejoignez l'équipe au 819-849-3003				