

# CALENDRIER DES ACTIVITÉS

## Décembre 2022

Lundi 28 nov,

**Croissance personnelle**  
**Stress** - 13h30  
**Argile** - 13h30  
**Cuisine/collation** - 13h30

Mardi 29 nov,

**Club de marche** - 9h  
**Aquarelle** - 9h30  
**Diamond painting** - 10h15  
**Soupe et dessert (\$)** - 12h  
**Autogestion Estime de soi** - 13h30  
**Aquarelle** - 13h30

Mercredi 30 nov.

**Tricot** - 9h  
**Yoga sur chaise** - 13h30  
**Relaxation** - 14h30

Jeudi 1er déc.

**Broderie** - 10h  
**Soupe et dessert (\$)** - 12h  
**aROCHEmoiunSOURIRE (Peinture sur roche)** - 14h  
**L'Heure du placotage** - 13h30

Lundi 5 déc.

**Aquarelle** - 9h30  
(reprise du 18 oct.)  
**Centre de table Noël** - 10h  
**Soupe et dessert (\$)** - 12h

Mercredi 7 déc.

**Séance photo pour les membres** - 13h à 16h

Jeudi 8 déc.

**Artisanat** - 9h30  
**Soupe et dessert (\$)** - 12h  
**Conférence IRIS Estrie** - 13h

Lundi 12 déc.

**Ornement de sapin de Noël** - 10h  
**Soupe et dessert (\$)** - 12h

Mercredi 14 déc.

**Fabrication de papier d'emballage** - 13h

Jeudi 15 déc.

**Soupe et dessert (\$)** - 12h

Lundi 19 déc.

**Cuisine de Noël : décoration de biscuits** - 13h

Mercredi 21 déc.

Jeudi 22 déc.

*Joyeuses fêtes!*