



PROGRAMMATION DU MOIS DE JANVIER 2023

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
VACANCES DE NOËL				5 Retrouvailles 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	6 Resto des Galeries Rive-Nord 11h30 à 13h00 Remise : 4.00\$ <u>Je m'inscris et je participe</u> Programmation 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	7
8	9 Yoga 10h00 à 12h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Activités libres 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	10 Méditation 10h00 à 12h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Cinéma 13h00 à 16h00 Coût : 4.00\$ <u>Je m'inscris et je participe</u>	11 Jeux de société 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	12 Activités libres 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	13 Tournesol en chanson 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	14
15	16 Comprendre et améliorer l'estime de soi 1/2 13h00 à 16h <u>Je m'inscris et je participe</u>	17 Créativité 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	18 FORMATION : Daniel Allard 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	19 Tournoi : Skip Bo, Uno, Cribb's 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	20 Impro 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	21
22	23 Yoga 10h00 à 12h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Comprendre et améliorer l'estime de soi 2/2 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	24 Activités libres 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	25 Soupe et apporter votre sandwich 10h00 à 13h00 Coût : 1.00\$ <u>Je m'inscris et je participe</u> Activités libres 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	26 Anglais 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	27 Bingo 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	28
29	30 FORMATION : Primate, automate et diplomate 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>	31 Mon suivi, mon bien-être 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u>				

Téléphone pour votre transport : 450-657-5709

Veuillez prendre note que les activités marquées « Je m'inscris » impliquent

- 1) D'être inscrit sur la liste de l'activité, 2) D'avoir payé au moins 2 jours à l'avance, 3) Notez que les activités débutent à 13h30