

ACTIVITÉS AUTOMNE 2023

ACTIVITÉS	JOURNÉE	HEURE	MODE	LANGUE	LIEU
ZEINA'S COOKING	lundi	16 h à 17 h 30	virtuel	français ***	Zoom
YOGA FLOW	lundi	9 h 45 à 11 h 00	présentiel	français ***	St Lazare : studio
MOUVEMENTS CS ET ANTISTRESS	mardi	18 h 30 à 20 h	virtuel	français	Hybride : Pincourt
SUPPORT GROUP	mardi	6:30 to 8 p.m.	virtuel	English ***	Zoom
GROUPE D'ENTRAIDE	mardi	13 h à 15 h	hybride	français ***	Hybride : Pincourt
CUISINE THÉRAPEUTIQUE (10\$/atelier)	mardi	13 h à 15 h 30 (16 h)	présentiel	français	l'Actuel 88, rue Adèle, V-Dorion
ART JOURNAL CRÉATIF	mercredi	13 h à 14 h 30	présentiel	français	Pincourt
QI GONG	jeudi	11 h à 12 h	virtuel	français	Zoom
DESSIN	jeudi	18 h 30 à 20 h	hybride	français ***	Hybride : Village sur la Lac
AQUAFIBRO	vendredi	13 h à ??? (55 mins)	présentiel	français ***	Le Félix: 3223, bd de la Gare V-D
AQUAFIBRO	dimanche	en soirée	présentiel	français ***	Le Félix: 3223, bd de la Gare V-D

*** le/la responsable est bilingue