


AVRIL/APRIL 2024

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
groupe d'entraide hybride 13 h à 15 h		scrapbooking/cartes 13 h à 14 h 30 présentiel	Qi Gong virtuel 11 h à 12 h	aquafibro 13 h à ??? 3 groupes si besoin	yoga chaise hybride 10 h 30 à 11 h 30	aquafibro 17 h 30 à 18 h 25 18 h 30 à 19 h 25
support group virtual 6:30 - 8 pm	mvt conscient antistress hybride 18 h30 à 19 h 45			CONFERENCE LET'S DEMYSTIFY FIBROMYALGIA		
15	16	17	18	19	20	21
		scrapbooking/cartes 13 h à 14 h 30 présentiel	Qi Gong virtuel 11 h à 12 h	aquafibro 13 h à ??? 3 groupes si besoin	yoga chaise hybride 10 h 30 à 11 h 30	aquafibro 17 h 30 à 18 h 25 18 h 30 à 19 h 25
		<u>mvt conscient antistress hybride 18 h30 à 19 h 45</u>	ateliers Paule Mongeau virtuel 18 h 30 à 20 h 30			
22	23	24	25	26	27	28
groupe d'entraide hybride 13 h à 15 h	CUISINE THÉRAPEUTIQUE 13 h à 16 h	scrapbooking/cartes 13 h à 14 h 30 présentiel	Qi Gong virtuel 11 h à 12 h	aquafibro 13 h à ??? 3 groupes si besoin	yoga chaise hybride 10 h 30 à 11 h 30	aquafibro 17 h 30 à 18 h 25 18 h 30 à 19 h 25
support group virtual 6:30 - 8 pm	mvt conscient antistress hybride 18 h30 à 19 h 45		ateliers Paule Mongeau virtuel 18 h 30 à 20 h 30			