

JANVIER/JANUARY 2022

	DIMANCHE SUNDAY	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY
	2	3	4	5	6	7
JOUR	ZOOM 12 h à 16 h	ZOOM 12 h à 16 h	ZOOM 12 h à 16 h	ZOOM 12 h à 16 h	ZOOM 12 h à 16 h	ZOOM 12 h à 16 h
SOIR						
	9	10	11	12	13	14
JOUR		étirements doux		scrapbook	yoga sur chaise	Zoom 12h-16h
SOIR		support group		mouvements conscients	dessin/ drawing	
	16	17	18	19	20	21
JOUR		cuisine Zeina	groupe d'entraide	Qi Gong	yoga sur chaise	Zoom 12h-16h
SOIR	aqua-fibro				dessin/ drawing	
	23	24	25	26	27	28
JOUR		étirements doux	CAB-cuisine	scrapbook	yoga sur chaise	Zoom 12h-16h
SOIR	aqua fibro	support group conférence Santé Cannabis		mouvement conscient	dessin/ drawing	