

SEPTEMBRE 2023 SEPTEMBER

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAM. SAT	DIMANCHE SUNDAY
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
	gr. d'entraide hybride 13 h à 15 h	art journal présentiel 13 h à 14 h 30	Qi-Gong virtuel 11 h à 12 h	aquafibro 13 h à 13 h 55 14 h à 14 h 55		
APRÈS-MIDI ENTRE MEMBRES	mvt cs antistress hybride 18 h 30 à 20 h support group virtual 6:30 pm to 8 pm		dessin-collage-peinture hybride 18h30 à 20h drawing-collage-painting hybrid 6:30 - 8 pm			aquafibro 17 h 30 à 18 h 25 18 h 30 à 19 h 25
18	19	20	21	22	23	24
Yoga Prana Flow présentiel 9 h 45 - 11 h	CUISINE THÉRAPEUTIQUE	art journal présentiel 13 h à 14 h 30	Qi-Gong virtuel 11 h à 12 h	aquafibro 13 h à 13 h 55 14 h à 14 h 55	14	
		mvt cs antistress hybride 18 h 30-20 h	dessin-collage et peinture hybride 18h30 à 20h drawing-collage-painting hybrid 6:30 - 8 pm			aquafibro 17 h 30 à 18 h 25 18 h 30 à 19 h 25
25	26	27	28	29	30	1
Yoga Prana Flow présentiel 9 h 45 - 11 h	gr. d'entraide hybride 13 h à 15 h	art journal présentiel 13 h à 14 h 30	Qi-Gong virtuel 11 h à 12 h	aquafibro 13 h à 13 h 55 14 h à 14 h 55		
Zeina's cooking virtuel 16 h à 17 h 30	mvt cs antistress hybride 18 h 30 à 20 h support group virtual 6:30 pm to 8 pm		dessin-collage et peinture hybride 18h30 à 20h drawing-collage-painting hybrid 6:30 - 8 pm			aquafibro 17 h 30-18 h 25 18 h 30-19 h 25