


**OCTOBRE 2024**

<b>DIMANCHE SUNDAY</b>	<b>LUNDI MONDAY</b>	<b>MARDI TUESDAY</b>	<b>MERCREDI WEDNESDAY</b>	<b>JEUDI THURSDAY</b>	<b> VENDREDI FRIDAY</b>	<b>SAMEDI SATURDAY</b>
29	30	1	2	3	4	5
			Scrapbooking/cartes 13h à 14h30 En présentiel	Qj Gong 11h à 12h Virtuel	Aquafibro 13h à 13h55 14h à 14h55	Yoga sur chaise 10h30 à 11h30 En mode hybride
Aquafibro 17h30 à 18h25 18h30 à 19h25		Mvt conscient antistress 18h30 à 20h Hybride		Cours de dessin Crayons de plomb et de bois 18h30 à 20h En virtuel		
6	7	8	9	10	11	12
			Scrapbooking/cartes 13h à 14h30 En présentiel	Qj Gong 11h à 12h Virtuel	Aquafibro 13h à 13h55 14h à 14h55	Yoga sur chaise 10h30 à 11h30 En mode hybride
Aquafibro 17h30 à 18h25 18h30 à 19h25		Mvt conscient antistress 18h30 à 20h Hybride		Cours de dessin Crayons de plomb et de bois 18h30 à 20h En virtuel		
13	14	15	16	17	18	19
	<b>ACTION DE GRÂCE</b>		Scrapbooking/cartes 13h à 14h30 En présentiel	Qj Gong 11h à 12h Virtuel	Aquafibro 13h à 13h55 14h à 14h55	Yoga sur chaise 10h30 à 11h30 En mode hybride
Aquafibro 17h30 à 18h25 18h30 à 19h25	<b>THANKSGIVING</b>		Mvt conscient antistress 18h30 à 20h Hybride	Cours de dessin Crayons de plomb et de bois 18h30 à 20h En virtuel		
20	21	22	23	24	25	26
		Cuisine thérapeutique 13h à 16h Présentiel	Scrapbooking/cartes 13h à 14h30 En présentiel	Qj Gong 11h à 12h Virtuel	Aquafibro 13h à 13h55 14h à 14h55	Yoga sur chaise 10h30 à 11h30 En mode hybride
Aquafibro 17h30 à 18h25 18h30 à 19h25		Mvt conscient antistress 18h30 à 20h Hybride		Cours de dessin Crayons de plomb et de bois 18h30 à 20h En virtuel		
27	28	29	30	31	1	2
			Scrapbooking/cartes 13h à 14h30 En présentiel	Qj Gong 11h à 12h Virtuel	Aquafibro 13h à 13h55 14h à 14h55	Yoga sur chaise 10h30 à 11h30 En mode hybride
Aquafibro 17h30 à 18h25 18h30 à 19h25		Mvt conscient antistress 18h30 à 20h Hybride		Cours de dessin Crayons de plomb et de bois 18h30 à 20h En virtuel		