



Prendre note: aucun remboursement pour les activités.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
4	5	6 Déjeuner causerie Restaurant Chez Lussier De 9 h à 11 h	7 ViActive De 9 h à 10 h Pause Cinéma De 13 h 30 à 15 h	8 Choco/partage De 13 h 30 à 15 h
11 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30 Atelier Création pour soi Vase givré De 13 h 30 à 15 h 30	12 Aînés avisés/FADOQ « Intimidation, informations personnelles, vos secrets. » De 13 h 30 à 16 h	13 Mandala musical De 9 h 30 à 11 h Hypnose thérapeutique Tableau de visualisation De 13 h 30 à 15 h	14 ViActive De 9 h à 10 h Atelier thérapeutique « Menuiserie pour tous » De 13 h à 15 h	15 Atelier menuiserie pour femmes seulement De 13 h à 15 h
18 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30 Maladie de Parkinson Mieux vivre avec la maladie 1 ^{ère} partie de 9 h 30 à 10 h 30 Atelier d'écriture De 13 h à 15 h	19 Art thérapie Atelier 1 de 13 h à 16 h	20 Maladie de Parkinson Mieux vivre avec la maladie 2 ^{ème} partie de 9 h 30 à 10 h 30 Séance d'information/ ACEF « Maltraitance financière » De 13 h 30 à 15 h	21 ViActive De 9 h à 10 h Dîner restaurant « Au Vieux Duluth » De 11 h 30 à 13 h 30 Bouffe/ Brico/ Cuisine De 13 h à 15 h 30	22 Questions / réponses pour proches aidants Atelier 1 de 13 h à 15 h
25 Maladie de Parkinson Mieux vivre avec la maladie 3 ^{ème} partie de 9 h 30 à 10 h 30 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30 Dîner Pizza pour hommes seulement De 11 h 30 à 13 h	26 Maladie de Parkinson Mieux vivre avec la maladie 4 ^{ème} partie de 9 h 30 à 10 h 30 Atelier Création pour soi « Signet bijou » De 13 h 30 à 15 h 30 Art thérapie Atelier 2 de 13 h à 16 h Hypnose thérapeutique Tableau de visualisation De 19 h à 20 h 30	27 Personnel en formation	28 ViActive De 9 h à 10 h Conférence « Fibromyalgie » De 13 h 30 à 15 h Atelier d'acrylique Atelier 1 de 13 h à 16 h	29 Séance d'information « Ergothérapie » De 9 h 30 à 10 h 30 Mandala musical De 9 h 30 à 11 h



Prendre note: aucun remboursement pour les activités.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>1 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30</p> <p>Pause Cinéma De 13 h 30 à 15 h</p>	<p>2 Maladie de Parkinson Exercices physiques De 9 h 30 à 10 h 30</p> <p>Art thérapie Atelier 3 de 13 h à 16 h</p>	<p>3 Conférence « Réflexologie » De 9 h 30 à 11 h 30</p> <p>Danse traditionnelle folklorique « La Bistringue » 1^{er} cours de 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>4 ViActive De 9 h à 10 h</p> <p>Diner restaurant Chez Ti-Père de 11 h 30 à 13 h 30</p> <p>Atelier d'acrylique Atelier 2 de 13 h à 16 h</p>	<p>5 Mandala musical De 13 h 30 à 15 h</p> <p>Conférence « Naturopathie » De 13 h 30 à 15 h 30</p>
<p>8 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30</p>	<p>9 L'accompagnement d'un proche en fin de vie Atelier 1 de 9 h à 11 h</p> <p>Ainés avisés/FADOQ: « Suis-je victime d'âgisme? » « Quand ouvrir la porte coûte cher » De 13 h 30 à 16 h</p> <p>Art thérapie Atelier 4 de 13 h à 16 h</p>	<p>10 L'accompagnement d'un proche en fin de vie Atelier 2 de 9 h à 11 h</p> <p>Danse traditionnelle folklorique « La Bistringue » 2^{ième} cours de 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>11 L'accompagnement d'un proche en fin de vie Atelier 3 de 9 h à 11 h</p> <p>ViActive De 9 h à 10 h</p> <p>Atelier thérapeutique « Menuiserie » De 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>12 Conte de Monsieur Louis De 13 h 30 à 14 h 30</p>
<p>15 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30</p> <p>Questions/ réponses pour proches aidants Atelier 2 de 13 h à 15 h</p>	<p>16 Art thérapie Atelier 5 de 13 h à 16 h</p> <p>Vidéo discussion De 13 h 30 à 15 h</p>	<p>17 Planification printanière « Mini Serre » De 9 h 30 à 11 h</p> <p>Danse traditionnelle folklorique « La Bistringue » 3^{ième} cours de 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>18 ViActive De 9 h à 10 h</p> <p>Séance d'information « Fibromyalgie » De 13 h 30 à 15 h</p>	<p>19 Hypnose thérapeutique Tableau de Visualisation De 13 h 30 à 15 h 30</p>
<p>22 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30</p> <p>Atelier Création pour soi « Assiette personnalisée » De 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>23 Art thérapie Atelier 6 de 13 h à 16 h</p> <p>« À quel âge et pour qui je deviens un proche aidant? » De 13 h à 14 h 30</p>	<p>24 Danse traditionnelle folklorique « La Bistringue » 4^{ième} cours de 13 h 30 à 15 h 30</p>	<p>25 ViActive De 9 h à 10 h</p> <p>Apprivoiser la danse country De 13 h 30 à 15 h</p>	<p>26 Mandala musical De 13 h 30 à 15 h</p>
<p>29 Marche au Parc des Salines De 9 h 30 à 10 h 30</p> <p>Hockey sur table 13 h 30 à 15 h 30</p>				