



# Horaire des ateliers printemps 2022

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

*Rencontres*  
d'accueil ou  
individuelles

*Communication*  
Groupe éducatif et  
de socialisation  
  
10h00 à 11h30

*Anxi-gestion*  
Groupe  
d'autogestion de  
l'anxiété  
 (zoom)  
9h30 à 11h30

-----  
*Santé et mieux-être*  
Groupe de  
promotion de la  
santé globale  
10h00 à 11h30

*Écriture*  
Groupe  
d'expression par  
l'écriture  
10h00 à 11h30  
  
-----  
*Marche santé*  
Groupe de marche  
10h30 à 11h30

*Rencontres*  
d'accueil ou  
individuelles

*Rencontres*  
d'accueil ou  
individuelles

*Rencontres*  
d'accueil ou  
individuelles

*Comités*

*Café confort*  
Groupe de  
discussion  
13h30 à 15h00  
  
-----  
*Conférences*  
Derniers jeudis du  
mois  
13h30 à 15h00

*Fermé*

