

dim.	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	sam.
2	3 <u>9h à 11h</u> Gym <u>13h à 15h</u> Planification des activités	4 <u>9h à 11h</u> Comité des membres <u>13h à 15h</u> Comité prévention	5 <u>9h à 10h</u> Viniyoga Formation des employées en PM	6 <u>9h à 11h</u> Groupe soutien <u>13h à 16h</u> Sortie épicerie à Montmagny	7 Coordination Pas d'activité	8
9	10 <u>10h à 15h</u> Marche, jeux et dîner au club Hiboux de St-Onésime	11 <u>9h à 11h</u> Conciergerie / Journal <u>13h à 16h</u> Expression par l'art	12 <u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> Bricolage de St-Valentin	13 Coordination Pas d'activité	14 <u>10h à 15h30</u> Fête de la St-Valentin à la Médiathèque	15
16	17 <u>9h à 11h</u> Gym <u>13h à 15h</u> Quilles	18 <u>9h à 16h</u> Cuisine collective Groupe 1	19 <u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> Transport adapté et collectif de L'Islet-Sud	20 <u>9h à 11h</u> Cours de danse <u>13h à 15h</u> Chanter pour le plaisir	21 Coordination Pas d'activité	22
23	24 <u>9h à 11h</u> Randonnée de raquettes <u>13h à 15h30</u> Après-midi pyjama, film et chocolat chaud	25 <u>9h à 11h</u> Groupe soutien / Tournoi de quilles à la Wii <u>13h à 16h</u> Expression par l'art	26 <u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> Les émotions	27 <u>9h à 11h</u> Conciergerie / Journal <u>13h à 15h</u> Bingo	28 Coordination Pas d'activité	