

MARS 2023



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

1

Atelier cuisine 9 h 30
Moi privilégiée! 13 h

2

Soutien technique
10 h à 12 h
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Art thérapie 18 h

3

FERMÉ

6

Couture 9 h 30 à 16 h

7

Atelier Facebook 9 h 30
Atelier créations
Fimo 13 h

8

Journée Internationale
du droit des Femmes
et lancement du
journal 10 h 30

9

Scrabble 10 h
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Art thérapie 18 h

10

FERMÉ
Réunion
d'équipe
PM

13

Tricot 9 h 30 à 16 h

14

Initiation aux techniques
d'auto-massage 9 h 30
Comité jardin 13 h

15

Déjeuner causerie 9 h 30
Conférence vieillir
dans son logement 13 h

16

Club de lecture 9 h 30
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Art thérapie 18 h

17

FERMÉ

20

Cartes de souhaits
Pâques 9 h 30
Réduire sa facture
d'épicerie 13 h

21

Atelier Mandala 9 h 30
Rencontre comité événement
13 h
La communication
bienveillante 18 h

22

Dans l'intimité 10 h
Café-rencontre "Donnez
nous vos idées" 13 h

23

Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h à 14 h
Cent thèmes 18 h

24

Déjeuner 555
9 h 30

27

Tricot 9 h 30 à 16 h

28

Atelier Messenger 9 h 30
Comité jardin 13 h
Souper communautaire 18 h

29

Une image vaut mille
mots 10 h
Atelier bijoux 13 h

30

Immersion en République
dominicaine 9 h 30
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Soutien technique 18 h à 20 h

31

FERMÉ
Réunion
d'équipe
AM

Seule on vit, ensemble on fleurit



AVRIL 2023

LUNDI

3

Couture 9 h 30 à 16 h

10

FERMÉ - Lundi de Pâques

17

Tricot 9 h 30 à 16 h

24

Couture 9 h 30 à 16 h

MARDI

4

Atelier Mandala (suite)
9 h 30
Bowling 13 h

11

Atelier pot Mason 9 h 30
Rencontre comité
événement 13 h

18

Comité jardin 13 h
Déconstruire la
culpabilité 18 h

25

Atelier You Tube 9 h 30
Souper communautaire
18 h

MERCREDI

5

15\$
Cabane à sucre
départ du Centre à 10 h

12

Dans l'intimité 10 h
Les femmes dans la rue
13 h

19

Comité journal 9 h 30
Lancement de la
programmation 13 h

26

Dîner des bénévoles
11 h 30
(sur invitation
seulement)

JEUDI

Club de lecture 9 h 30
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Film *Je vous salue salope*
18 h

Atelier couponing 10 h
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Cent thèmes 18 h

20

Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Soutien technique 18 h à 20 h

27

Club de lecture 9 h 30
Jeux de société variés 13 h
Yoga 13 h
Dans l'intimité 18 h

VENDREDI

7

FERMÉ - Vendredi Saint

14

**FERMÉ
Réunion
d'équipe**

21

Déjeuner 555
9 h 30

28

**FERMÉ
Réunion
d'équipe**



Les inscriptions
pour la
programmation
mai/juin seront le
1er mai à 9 h

Seule on vit, ensemble on fleurit

