



JUILLET 2021



INSCRIPTION OBLIGATOIRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
			1 FERMÉ	2 9h00 à 10h30 : Club de marche. 13h30 à 15h00 : Groupe de discussion.
5 13h00 à 14h00 : Groupe de discussion en ZOOM.	6 13h30 à 15h00 : Relaxation.	7 9h30 à 12h30 : Marche sur la plage à l'anse du port et dîner à la cantine du port. Apporter vos \$\$.	8 9h00 à 10h30 : Qi Gong en plein air. 13h00 à 15h00 : Groupe de discussion.	9 10h00 à 11h30 : Bienveillance avec soi. 13h00 à 15h00 : Film.
12 9h00 : Nouvelle vidéo YouTube.	13 13h30 à 15h00 : Trucs et Conseils pour l'été.	14 11h30 à 13h30 : Pique-Nique au Parc Thérèse Boisvert-Allard. (Apportez votre lunch)	15 9h00 à 10h30 : Marche et café \$\$\$. 13h00 à 15h00 : Groupe de discussion.	16 10h00 à 11h30 : Jeu Ti-Joe Connaisseur. 13h00 à 16h00 : Discussion Projet de Vacances et friandises glacées
19 F E R M É - V A C A N C E S D ' É T É	20	21	22	23
26 F E R M É - V A C A N C E S D ' É T É	27	28	29	30

Nos locaux ne sont toujours pas ouverts. Toutes les activités se feront sur réservation téléphonique. Pour réserver, vous devez appeler à La Traverse du Sentier au 819-293-6416, laisser votre message sur le répondeur et avoir un retour d'appel confirmant votre inscription. Vous pouvez vous inscrire à une activité par semaine. **Vous devez vous déplacer par vos propres moyens l'endroit de l'activité.** Lorsque nous sommes à l'intérieur, vous devez en tout temps porter le masque et tenir une distance de deux mètres avec autrui en plus de respecter les consignes de désinfections des mains. **CE CALENDRIER PEUT ÊTRE SOUMIS À CHANGEMENT SELON LES CIRCONSTANCES ENTOURANT LA PANDÉMIE.**