



# DÉCEMBRE 2021



## INSCRIPTION OBLIGATOIRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
*Vendredi : 9h30 à 12h00 : Groupe fermé de l'autogestion de la dépression. (Excepté le 24 et 31 décembre 2021)	12h00 : Groupe fermé de l'autogestion de la dépression. (Excepté le 24 et 31 décembre 2021)	<b>1</b> 9h30 à 10h30 : Apprenons à se connaître <b>13h00 à 15h00</b> : Bricolage de Noël (Flocon de neige papier)	<b>2</b> 10h00 à 11h30 : Qi Gong <b>13h00 à 15h00</b> : Groupe fermé Journal créatif	<b>3</b> 9h30 à 11h00 : Thérapie par la musique (Spécial Noël) <b>13h30 à 15h00</b> : Club de marche
<b>6</b> LOCAL FERMÉ	<b>7</b> 13h00 à 15h30 : Viens faire ton tour. PLACES LIMITÉES 7 PERSONNES	<b>8</b> 9h30 à 10h30 : Apprenons à se connaître <b>13h00 à 15 h00</b> : Bingo de Noël en chanson !	<b>9</b> 10h00 à 11h30 : Qi Gong <b>13h00 à 15h00</b> : Groupe fermé Journal créatif (Bilan)	<b>10</b> 9h30 à 11h00 : Film de Noël (popcorn) <b>13h30 à 15h00</b> : Club de marche
<b>13</b> LOCAL FERMÉ	<b>14</b> 13h00 à 15h30 : Viens faire ton tour. PLACES LIMITÉES 7 PERSONNES	<b>15</b> <b>Fête de Noël</b> Accueil : 14h15 <b>Spectacle : 14h30</b> <b>RÉSERVATION OBLIGATOIRE</b> AVANT le 9 décembre	<b>16</b> 10h00 à 11h30 : Qi Gong <b>13h00 à 14h30</b> : Méditation	<b>17</b> 11h30 à 15h00 : Apportez votre lunch froid ou \$\$ pour commander / <b>Activité surprise !!</b>
<b>20</b> LOCAL FERMÉ	<b>21</b> 13h00 à 15h30 : Viens faire ton tour. PLACES LIMITÉES 7 PERSONNES	<b>22</b> 9h30 à 10h30 : Apprenons à se connaître <b>13h00 à 14h30</b> : Atelier de créativité : Lettre au père Noël	<b>23</b> 10h00 à 11h30 : Qi Gong / Découverte alimentaire <b>FERMÉ EN PM</b>	<b>24</b> <b>FERMÉ – VACANCES DE NOËL</b>
<b>27</b> <b>F E R M É – V A C A N C E S D E N O Ë L</b>	<b>28</b> <b>F E R M É – V A C A N C E S D E N O Ë L</b>	<b>29</b> <b>F E R M É – V A C A N C E S D E N O Ë L</b>	<b>30</b> <b>F E R M É – V A C A N C E S D E N O Ë L</b>	<b>31</b> <b>F E R M É – V A C A N C E S D E N O Ë L</b>

Toutes les activités se font sur réservation téléphonique, SAUF les Mardis après-midi. Pour réserver, vous devez appeler à La Traversée du Sentier au 819-293-6416, laisser votre message sur le répondeur et avoir un retour d'appel confirmant votre inscription. **Vous devez vous déplacer par vos propres moyens à l'endroit de l'activité.** Lorsque nous sommes à l'intérieur, nous devons respecter les mesures sanitaires en vigueur, et ce, en tout temps. **CE CALENDRIER PEUT ÊTRE SOUMIS À CHANGEMENT SELON LES CIRCONSTANCES ENTOURANT LA PANDÉMIE.**