




















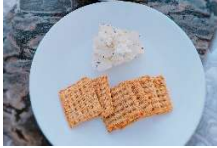














Mars 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>3</p> <p>AM : Café jasette</p>  <p>PM : Méditation</p> 	<p>4</p> <p>AM : ART</p>  <p>PM : La Guerre des Clans</p> 	<p>5</p> <p>AM : Smoothies</p>  <p>PM : Activité : Imagine que...</p> 	<p>6</p> <p>AM : Journée je prends soin de moi. Soins des mains. (Droit de la femme 8 mars)</p> <p>PM : Documentaire sur le Vietnam et croustiles</p> 	<p>7</p> <p>3.00\$</p> <p>Salade-Repas (Inscription obligatoire)</p> 
<p>10</p> <p>AM : Café jasette</p>  <p>PM : Exercices mémoire</p> 	<p>11</p> <p>AM : ART</p>  <p>PM : Chansons trouées</p> 	<p>12</p> <p>AM : Confection muffins (<i>gratuit</i>)</p>  <p>PM : Mise en forme + méditation</p> 	<p>13</p> <p>AM : SCRAPBOOKING</p>  <p>PM : CARREFOUR SAINT-GEORGES</p>	<p>14</p> <p>Création Peinture à l'aquarelle</p> 

<p>17</p> <p>AM : Café jasette</p>  <p>PM : Méditation</p> 	<p>18</p> <p>AM : ART</p> <p>PM : Conférence sur le sujet de votre choix</p> 	<p>19</p> <p>AM : Dictée</p>  <p>PM : DOOLY'S 3.00\$ (Inscription obligatoire)</p> 	<p>20</p> <p>AM : Tartinade au saumon avec biscuits</p>  <p>PM : Marche ou exercices à l'extérieur en groupe</p>	<p>21</p> <p>Jeux de société</p> 
<p>24</p> <p>AM : Café jasette</p>  <p>PM : Film</p> 	<p>25</p> <p>AM : ART</p> <p>PM : Mise en forme + méditation</p>  	<p>26</p> <p>AM : Visualisation positive</p>  <p>PM : Jeu de poches</p> 	<p>27</p> <p>AM : Conférence Amour de soi</p>  <p>PM : Cohérence cardiaque</p> 	<p>28</p> <p>Dîner au Restaurant</p>  <p>(Inscription obligatoire avant le 24 mars)</p>
<p>31</p> <p>AM : Café jasette</p>  <p>PM : Plan d'action pour l'été</p> 	<p style="text-align: center;"><u>Informations activités</u></p> <p>7 mars <u>Salade-Repas</u> 3.00\$</p> <p>13 mars <u>Carrefour</u> : Du groupe d'entraide borne 4445 (ou de chez vous) à 11h40 vers borne 1015 Retour borne 1015 à 15h00 à chez vous</p> <p>19 mars <u>Dooly's</u> 3.00\$ Borne 4445 à 12h10 vers 2155 Retour borne 2155 à 15h00 à chez vous</p> <p>28 mars <u>Restaurant Baril Grill</u> : De chez vous à 11h00 vers borne 4150 Retour borne 4150 à 13h30 à chez vous</p>			