

NOVEMBRE

450.432.5642 - 741 boul. Monseigneur Dubois, St Jérôme

En ligne: www.centredefemmeslesunesetlesautres.org de 9h à 16h seulement

En personne: au Centre de femmes à partir de 9h

Téléphone: Mardi 28 octobre dès 9h

LUNDI



MARDI



MERCREDI



JEUDI

3	9h15 Créativité	4	Réunion d'équipe PM	5	13h15 Atelier Initiation au tambour	6	
10	9h15 Café Les Unes et les Autres 13h15 Atelier Mieux traverser le changement de saison	11	Réunion d'équipe PM 18h15 Atelier Transition de la vie : Parcours de vie	12	9h15 Atelier Stagiaire l'UQO Prendre soin de soi par l'alimentation : petits gestes, grands bienfaits 13h15 Atelier Bien-être	13	13h15 Bingo
17	9h15 Créativité	18	Réunion d'équipe PM 18h15 Atelier Transition de la vie : Les rôles	19	13h15 Atelier Prévention des blessures et renforcement de l'équilibre	20	13h15 Conférence Vivre avec la maladie coéliquae (allergie/intolérance au gluten)
24	9h15 Café Les Unes et les Autres	25	Réunion d'équipe PM 18h15 Atelier Transition de la vie : Vieillir	26	9h15 Atelier Après la pluie le beau temps dans ma tête et sur papier 13h15 Atelier Bien-être	27	9h15 Revue de presse - Déjeuner actualité
du 25 novembre au 6 décembre :12 Jours d'actions contre les violences faites aux femmes (12 JACVFF)							

PROGRAMMATION AUTOMNE-HIVER 2025

DÉCEMBRE



LUNDI

MARDI



MERCREDI

JEUDI

1	9h15 Créativité	2	Réunion d'équipe PM 18h15 Atelier Transition de la vie : Les bilans	3		4	10h à 14h Soupe collective 12 JACVFF
8	9h15 Café Les Unes et les Autres	9	Réunion d'équipe PM	10	9h15 Conférence de la Société Alzheimer Laurentides 13h15 Atelier Bien-être	11	13h15 Bingo
15	9h15 Créativité	16	10h à 14h Dîner Communautaire	17	17h à 21h Soirée Potluck	18	Dernière journée avant le congé des fêtes
22	CONGÉ DES FÊTES	23	FÉRIÉ	24	FÉRIÉ	25	FÉRIÉ
29	CONGÉ DES FÊTES	30	FÉRIÉ	31	FÉRIÉ		