



SANTÉ MENTALE QUÉBEC RIVE-SUD















Calendrier

Table des matières

MARS - Semaine du 8 mars 2021	2	AVRIL – Semaine du 5 avril 2021	6	Semaine du 17 mai 2021.....	12
Semaine du 15 février 2021.....	3	Semaine du 12 avril 2021	7	Semaine du 24 mai 2021.....	13
Semaine du 22 mars 2021	4	Semaine du 19 avril 2021	8	Semaine du 31 mai 2021.....	14
Semaine du 29 mars 2021	5	Semaine du 26 avril 2021	9	JUIN – Semaine du 7 juin 2021.....	15
		MAI – Semaine du 3 mai 2021.....	10		
		Semaine du 10 mai 2021.....	11		

Pour plus de détails ou pour vous inscrire communiquer avec Ingrid Schmithüsen, Danielle Bessette ou Jiny Roy, équipe de Santé mentale Québec Rive-Sud, au (450) 616-1569 ou par courriel direction@smqrivesud.ca.

















Semaine du 8 mars 2021

	Lundi 8 mars 2021	Mardi 9 mars 2021	Mercredi 10 mars 2021	Jeudi 11 mars 2021	Vendredi 12 mars 2021	Samedi 13 mars 2021	Dimanche 14 mars 2021
	En rediffusion	En ligne	En ligne – gratuit !			En ligne	En ligne
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable	Place des Arts  Percussion et voix (1/4) complet 10h00 – 12h00 Animateurs : Frédérique Drolet, Mohamed Ghoul			Communication consciente  Faire la paix sans l'acheter ni l'imposer 9h30 – 17h30 Animateur : Erik Salazar, France Laurendeau	CNV  L'art du dialogue authentique (1/2) 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h00 Animateur : Erik Salazar
		En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne	En ligne	En ligne	En ligne
Après-midi		En route ...  En route vers une vie plus heureuse (5/12) 13h00 – 15h30 Animatrice : Yves Gariépy	Pauses créatives  Pause créative 12h00 – 13h30 Animatrice : Laurette Dusseau	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (4/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Deuil  Mon chemin de guérison (2/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien		
	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Millefeuilles 18h45 – 21h00 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel	Pleine conscience  Une invitation à la compassion (6/8) 19h00 – 20h30 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel, Danielle Bessette	Communication consciente  Soirée d'écoute empathique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Atlantis Puisegur	7 astuces  Cheminer vers l'équilibre – Découvrir 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  Parler du suicide sauve des vies (3/3) 19h00 – 20h30 Animatrices : Stephanie Laprise		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier





Semaine du 15 février 2021

	Lundi 15 mars 2021	Mardi 16 mars 2021	Mercredi 17 mars 2021	Jeudi 18 mars 2021	Vendredi 19 mars 2021	Samedi 20 mars 2021	Dimanche 21 mars 2021
	En rediffusion	En ligne	En ligne – gratuit !			En ligne	En ligne – gratuit !
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable	Place des Arts  Percussion et voix (2/4) 10h00 – 12h00 Animateurs : Frédérique Drolet, Mohamed Ghoul			Atelier multidisciplinaire  Convertir la rancoeur 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h30 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Marie Claire Louillet	Pauses créatives  Pause créative 12h00 – 13h30 Animatrice : Laurette Dusseau
		En ligne		En ligne	En ligne		
Après-midi		En route ...  En route vers une vie plus heureuse (6/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy		Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (5/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec		Deuil  Mon chemin de guérison (3/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien	
	En ligne	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Flip-flop 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen	Pause créative – gratuit !  18h30 – 20h00 Animatrice : L. Dusseau Pleine conscience  19h00 – 20h30 (7/8)	Communication consciente  Soirée de pratique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie	7 astuces  Cheminer vers l'équilibre – Découvrir 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  À la découverte de l'autolouange 19h00 – 20h30 Animatrice : Marie Muyard		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier













Semaine du 22 mars 2021

	Lundi 22 mars 2021	Mardi 23 mars 2021	Mercredi 24 mars 2021	Jeudi 25 mars 2021	Vendredi 26 mars 2021	Samedi 27 mars 2021	Dimanche 28 mars 2021
	En rediffusion	En ligne	En ligne – gratuit !			En ligne	En ligne
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable	Place des Arts  Percussion et voix (3/4) 10h00 – 12h00 Animateurs : Frédérique Drolet, Mohamed Ghoul			Autolouange  Découverte de l'autolouange (1/2) 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h00 Animatrice : Marie Muyard	Autolouange  Découverte de l'autolouange (2/2) 9h30 – 12h00 Animatrice : Marie Muyard
		En ligne		En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne
Après-midi		En route ...  En route vers une vie plus heureuse (7/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy		Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (6/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Deuil  Mon chemin de guérison (4/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien	Pauses créatives  Pause créative 14h30 – 16h00 Animatrice : Laurette Dusseau	CNV  L'art du dialogue authentique (2/2) 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h00 Animateur : Erik Salazar
	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Millefeuilles 18h45 – 21h00 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel	Pleine conscience  Une invitation à la compassion (8/8) 19h00 – 20h30 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel, Danielle Bessette	Communication consciente  Soirée d'écoute empathique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Atlantis Puisegur	7 astuces  Cheminer vers l'équilibre – Choisir 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  Thème à venir 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier
















Semaine du 29 mars 2021

	Lundi 29 mars 2021	Mardi 30 mars 2021	Mercredi 31 mars 2021	Jeudi 1 avril 2021	Vendredi saint 2 avril 2021	Samedi 3 avril 2021	Dimanche Pâques 4 avril 2021
	En rediffusion	En ligne	En ligne – gratuit !				
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  <u>Équipe de possibilités</u> 9h30 – 11h30 Animation : variable	Place des Arts  <u>Percussion et voix</u> (4/4) 10h00 – 12h00 Animateurs : Frédérique Drolet, Mohamed Ghoul				
		En ligne		En ligne	En ligne		
Après-midi		En route ...  <u>En route vers une vie plus heureuse</u> (8/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy		Cerveaux actifs  <u>Cerveaux actifs</u> (7/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Deuil  <u>Mon chemin de guérison</u> (5/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien		
	En ligne		En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  <u>Soirée de pratique Flip-flop</u> 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Audrey Lyne Quesnel		Communication consciente  <u>Soirée de pratique</u> 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie	7 astuces  <u>Cheminer vers l'équilibre – Choisir</u> 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  <u>Thème à venir</u> 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  <u>Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces</u> Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier














AVRIL – Semaine du 5 avril 2021

	Lundi Pâques 5 avril 2021	Mardi 6 avril 2021	Mercredi 7 avril 2021	Jeudi 8 avril 2021	Vendredi 9 avril 2021	Samedi 10 avril 2021	Dimanche 11 avril 2021
	En rediffusion	En ligne				En ligne	En ligne
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable				CNV  Oser être soi-même 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h00 Animateur : Erik Salazar	The Work  M'aimer sans me comparer (1/2) 9h30 – 12h00 et 13h00 – 15h30 Animatrice : Micheline Marcoux
		En ligne – gratuit !		En ligne	En ligne		En ligne – gratuit !
Après-midi		Place des Arts  Percussion et voix Présentation 12h00 – 12h30 Animateurs : Frédérique Drolet, Mohamed Ghoul	Rupture 14h00 – 16h30	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (8/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Deuil  Mon chemin de guérison (6/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien		Café mortel  Café mortel 15h00 – 17h00 Animatrice : Marie-France Privyk
			En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir			Communication consciente  Soirée d'écoute empathique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Atlantis Puisegur	7 astuces  Cheminer vers l'équilibre – Agir 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  Thème à venir 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier













Semaine du 12 avril 2021

	Lundi 12 avril 2021	Mardi 13 avril 2021	Mercredi 14 avril 2021	Jeudi 15 avril 2021	Vendredi 16 avril 2021	Samedi 17 avril 2021	Dimanche 18 avril 2021
	En rediffusion	En ligne	En personne				En ligne
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable	Finitude  Parlons-en (1/3) 9h30 – 11h30 Animatrice : Marie-France Privyk				The Work  M'aimer sans me comparer (2/2) 9h30 – 12h00 et 13h00 – 15h30 Animatrice : Micheline Marcoux
	En ligne	En ligne		En ligne	En ligne		En ligne
Après-midi	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (1/10) 13h30 – 16h00 Animateur : Yves Gariépy	En route ...  En route vers une vie plus heureuse (9/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy		Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (9/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Deuil  Mon chemin de guérison (7/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien		Atelier multidisciplinaire  En dialogue avec l'anxiété (1/3) 9h30 – 12h30 Animateurs : Atlantis P., Lucie V., Erik S., Ingrid S.
	En ligne	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Flip-flop 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Audrey Lyne Quesnel	Communication consciente  L'art du dialogue authentique (1/6) 18h45 – 21h15 Animateur : Erik Pena Salazar	Communication consciente  Soirée de pratique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie	7 astuces  Cheminer vers l'équilibre – Agir 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  Thème à venir 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier












Semaine du 19 avril 2021

	Lundi 19 avril 2021	Mardi 20 avril 2021	Mercredi 21 avril 2021	Jeudi 22 avril 2021	Vendredi 23 avril 2021	Samedi 24 avril 2021	Dimanche 25 avril 2021
	En rediffusion	En ligne	En personne			En personne	En ligne
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable	Finitude  Parlons-en (2/3) 9h30 – 11h30 Animatrice : Marie-France Privyk			Communication consciente  Introduction aux cercles restaurateurs 9h30 – 16h30 Animatrice : France Laurendeau	Atelier multidisciplinaire  En dialogue avec l'anxiété (2/3) 9h30 – 12h30 animateurs : Atlantis P., Lucie V., Erik S., Ingrid S.
		En ligne		En ligne	En ligne		
Après-midi		En route ...  En route vers une vie plus heureuse (10/12) 13h00 – 15h30 animateur : Yves Gariépy		Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (10/10) 13h30 – 16h00 (PM) Animatrice : Lise Harbec		Deuil  Mon chemin de guérison (8/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien	
	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Millefeuilles 18h45 – 21h00 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel	Communication consciente  L'art du dialogue authentique (2/6) 18h45 – 21h15 animateur : Erik Pena Salazar	Communication consciente  Soirée d'écoute empathique 19h00 – 21h00 animateurs : France Laurendeau, Atlantis Puisegur		Soirée mieux-être  Thème à venir 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier







Semaine du 26 avril 2021

	Lundi 26 avril 2021	Mardi 27 avril 2021	Mercredi 28 avril 2021	Jeudi 29 avril 2021	Vendredi 30 avril 2021	Samedi 1 mai 2021	Dimanche 2 mai 2021
	En rediffusion	En ligne	En personne				En ligne
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  <u>Équipe de possibilités</u> 9h30 – 11h30 Animation : variable	Finitude  <u>Parlons-en (3/3)</u> 9h30 – 11h30 Animatrice : Marie-France Privyk				Atelier multidisciplinaire  <u>En dialogue avec l'anxiété (3/3)</u> 9h30 – 12h30 Animateurs : Atlantis P., Lucie V., Erik S., Ingrid S.
		En ligne			En ligne		En ligne
Après-midi		En route ...  <u>En route vers une vie plus heureuse (12/12)</u> 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy			Deuil  <u>Mon chemin de guérison (9/10)</u> 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien		Café mortel  <u>Café mortel</u> 15h00 – 17h00 Animatrice : Marie-France Privyk
	En ligne	En ligne	En ligne		En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  <u>Soirée de pratique Flip-flop</u> 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Audrey Lyne Quesnel	Communication consciente  <u>L'art du dialogue authentique (3/6)</u> 18h45 – 21h15 Animateur : Erik Pena Salazar	Communication consciente  <u>Soirée de pratique</u> 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie		Soirée mieux-être  <u>Thème à venir</u> 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  <u>Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces</u> Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier











MAI – Semaine du 3 mai 2021

	Lundi 3 mai 2021	Mardi 4 mai 2021	Mercredi 5 mai 2021	Jeudi 6 mai 2021	Vendredi 7 mai 2021	Samedi 8 mai 2021	Dimanche 9 mai 2021
	En rediffusion	En ligne				En personne	
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable				Communication consciente  Accepter l'autre tel qu'il est 9h30 – 17h30 Animateur : Erik Salazar	
		En ligne		En personne	En ligne		
Après-midi		En route ...  En route vers une vie plus heureuse (11/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy			Deuil  Mon chemin de guérison (10/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Colette Lupien		
	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Millefeuilles 18h45 – 21h00 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel	Communication consciente  L'art du dialogue authentique (4/6) 18h45 – 21h15 Animateur : Erik Pena Salazar	Communication consciente  Soirée d'écoute empathique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Atlantis Puisegur	7 astuces  Cheminer vers l'équilibre 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier	Soirée mieux-être  Thème à venir 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier







Semaine du 10 mai 2021

	Lundi 10 mai 2021	Mardi 11 mai 2021	Mercredi 12 mai 2021	Jeudi 13 mai 2021	Vendredi 14 mai 2021	Samedi 15 mai 2021	Dimanche 16 mai 2021
	En rediffusion	En ligne					
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  <u>Équipe de possibilités</u> 9h30 – 11h30 Animation : variable					
Après-midi							
	En ligne	En ligne	En ligne				En ligne – gratuit !
Soir	The Work  <u>Soirée de pratique Flip-flop</u> 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Audrey Lyne Quesnel	Communication consciente  <u>L'art du dialogue authentique</u> (5/6) 18h45 – 21h15 animateur : Erik Pena Salazar	Communication consciente  <u>Soirée de pratique</u> 19h00 – 21h00 animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie				Groupe Facebook  <u>Cheminier vers l'équilibre – 7 astuces</u> Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier





Semaine du 17 mai 2021

	Lundi 17 mai 2021	Mardi 18 mai 2021	Mercredi 19 mai 2021	Jeudi 20 mai 2021	Vendredi 21 mai 2021	Samedi 22 mai 2021	Dimanche 23 mai 2021
	En rediffusion	En ligne					
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  <u>Équipe de possibilités</u> 9h30 – 11h30 Animation : variable					
		En ligne					
Après-midi		En route ...  <u>En route vers une vie plus heureuse</u> (12/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy					
	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !	En ligne	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  <u>Soirée de pratique Millefeuilles</u> 18h45 – 21h00 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel	Communication consciente  <u>L'art du dialogue authentique</u> (6/6) 18h45 – 21h15 Animateur : Erik Pena Salazar	Communication consciente  <u>Soirée d'écoute empathique</u> 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Atlantis Puisegur	Focusing  <u>Soirée de pratique</u> 19h00 – 21h00 7 astuces – gratuit !  <u>Cheminer vers l'équilibre</u> 18h45 – 21h15	Soirée mieux-être  <u>Regard sur la solitude</u> 19h00 – 20h30 Animateur :		Groupe Facebook  <u>Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces</u> Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier




Semaine du 24 mai 2021

	Lundi, Fête des Patriotes 24 mai 2021	Mardi 25 mai 2021	Mercredi 26 mai 2021	Jeudi 27 mai 2021	Vendredi 28 mai 2021	Samedi 29 mai 2021	Dimanche 30 mai 2021
	En rediffusion	En ligne				En ligne	
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable				Communication consciente  M'accueillir avec bienveillance! 9h30 – 17h30 Animateur : Erik Pena Salazar	
Après-midi							
	En ligne		En ligne				En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Flip-flop 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen		Communication consciente  Soirée de pratique 19h00 – 21h00 animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie				Groupe Facebook  Cheminier vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier

Semaine du 31 mai 2021

	Lundi 31 mai 2021	Mardi 1 juin 2021	Mercredi 2 juin 2021	Jeudi 3 juin 2021	Vendredi 4 juin 2021	Samedi 5 juin 2021	Dimanche 6 juin 2021
	En rediffusion	En ligne					
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  <u>Équipe de possibilités</u> 9h30 – 11h30 Animation : variable					
Après-midi							
	En ligne						En ligne – gratuit !
Soir	The Work  <u>Soirée de pratique Millefeuilles</u> 18h45 – 21h00 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel						Groupe Facebook  <u>Cheminier vers l'équilibre – 7 astuces</u> Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier

JUIN – Semaine du 7 juin 2021

	Lundi 7 juin 2021	Mardi 8 juin 2021	Mercredi 9 juin 2021	Jeudi 10 juin 2021	Vendredi 11 juin 2021	Samedi 12 juin 2021	Dimanche 13 juin 2021
	En rediffusion	En ligne					
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion YouTube Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable					
Après-midi			Rupture fin	Rupture fin			
Soir							En ligne – gratuit ! Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier

