










Semaine du 21 septembre 2020

	Lundi 21 septembre 2020	Mardi 22 septembre 2020	Mercredi 23 septembre 2020	Jeudi 24 septembre 2020	Vendredi 25 septembre 2020	Samedi 26 septembre 2020	Dimanche 27 septembre 2020
	En rediffusion					En ligne	En ligne
Avant-midi	7 astuces  « 7 astuces pour se recharger » Disponible en tout temps ! Rediffusion ! Animatrice : A. Lanthier					Communication consciente  « L'art du dialogue authentique » (1/2) 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h00 animateur : Erik Salazar	The Work  « Aimer ce qui est » (1/2) 9h30 – 12h00 et 13h00 – 15h30 Animatrice : Micheline Marcoux
					En personne	En ligne	En ligne
Après-midi					Deuil  « Faire le deuil d'une rupture amoureuse » 14h00 – 16h30 (1/10) Animatrice : Christiane Lerhe	7 astuces  « Défi : Faites le bilan de votre santé mentale » (0/7) 12h15 – 12h45 Animatrice : A. Lanthier	7 astuces  « Défi : Faites le bilan de votre santé mentale » (1/7) 12h15 – 12h45 Animatrice : A. Lanthier
	En ligne				En ligne		En personne
Soir	The Work  « Soirée de pratique » 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Audrey Lyne Quesnel				Soirée mieux-être  « Soirée découverte : La maman parfaite-ment imparfaite » 19h00 – 20h30 Animatrice : Stephanie Laprise		Deuil  « Mon chemin de guérison » (1/10) 14h00 – 16h30 Animatrice : Christiane Lerhe En ligne