






	Lundi 5 octobre 2020	Mardi 6 octobre 2020	Mercredi 7 octobre 2020	Jeudi 8 octobre 2020	Vendredi 9 octobre 2020	Samedi 10 octobre 2020	Dimanche 11 octobre 2020
	En rediffusion			En personne		En personne	
Avant-midi	 <p>« <a href="#">7 astuces pour se recharger</a> » Disponible en tout temps ! Rediffusion ! Animatrice : A. Lanthier</p>			<p><b>Cerveaux actifs</b></p>  <p>« <a href="#">Cerveaux actifs</a> » (2/10) 9h30 – 12h00 Animatrice : Lise Harbec</p>		<p><b>Communication consciente</b></p>  <p>« <a href="#">Introduction aux cercles restaurateurs</a> » 9h30 – 16h30 Animatrice : France Laurendeau</p>	
			En ligne	En personne	En personne		En personne
Après-midi			<p><b>En route ...</b></p>  <p>« <a href="#">En route vers une vie plus heureuse</a> » (2/12) 13h00 – 15h30 Animateurs : Y. Gariépy, Angélique Lanthier</p>	<p><b>Cerveaux actifs</b></p>  <p>« <a href="#">Cerveaux actifs</a> » (2/10) 13h30 – 16h00 Animateur : Yves Gariépy</p>	<p><b>Deuil</b></p>  <p>« <a href="#">Faire le deuil d'une rupture amoureuse</a> » 14h00 – 16h30 (3/10) Animatrice : Christiane Lerhe</p>		<p><b>Deuil</b></p>  <p>« <a href="#">Mon chemin de guérison</a> » (3/10) 14h00 à 16h30 Animatrice : Christiane Lerhe</p>
	En ligne	En ligne	En ligne	En personne	En ligne		En ligne
Soir	<p><b>The Work</b></p>  <p>« <a href="#">Soirée de pratique</a> » 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Audrey Lyne Quesnel</p>	<p><b>Médiation pleine conscience</b></p>  <p>« <a href="#">Une invitation à la pleine conscience</a> » (2/8) 19h00 – 20h30 Animatrices : M. et A.L. Quesnel, D. Bessette</p>	<p><b>Communication consciente</b></p>  <p>« <a href="#">Dialogue libre</a> » 19h00 – 21h00 Animatrices : Audrey L. Quesnel, Louise Lapierre</p>	<p><b>Vivre à coup de cœur</b></p>  <p>« <a href="#">La maman parfaitement imparfaite</a> » (1/3) 19h00 – 21h00 Animatrice : Stéphanie Laprise</p>	<p><b>Soirée mieux-être</b></p>  <p>« <a href="#">Yoga-détente sur chaise en ligne</a> » 19h00 – 20h30 Animatrice : Marie-Christine Dubé</p>		<p><b>7 astuces</b></p>  <p>« <a href="#">7 astuces pour se recharger</a> » (2/9) 19h00 – 20h30 Animatrice : Angélique Lanthier</p>