


















MARS – Semaine du 1 mars 2021

	Lundi 1 mars 2021	Mardi 2 mars 2021	Mercredi 3 mars 2021	Jeudi 4 mars 2021	Vendredi 5 mars 2021	Samedi 6 mars 2021	Dimanche 7 mars 2021
	En rediffusion	En ligne		En personne		En ligne	
Avant-midi	Activités en rediffusion  Nos activités en rediffusion Disponible en tout temps ! Rediffusion !	Possibility Management  Équipe de possibilités 9h30 – 11h30 Animation : variable		Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (6/10) 9h30 – 12h00 Animatrice : Lise Harbec		Communication consciente  Prendre soin de soi 9h30 – 17h30 Animateur : Erik Salazar	
	En personne	En ligne	En personne	En personne	En ligne		En ligne – gratuit !
Après-midi	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (6/10) 13h30 – 16h00 Animateur : Yves Gariépy	En route ...  En route vers une vie plus heureuse (6/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (6/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (6/10) 13h30 – 16h00 Animateur : Yves Gariépy	Deuil  Mon chemin de guérison (3/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Stephanie Laprise		Café mortel  Café mortel 15h00 – 17h00 Animatrice : Marie-France Privyk
	En ligne	En ligne	En ligne	En ligne	En ligne – gratuit !		En ligne – gratuit !
Soir	The Work  Soirée de pratique Flip-flop 18h45 – 21h15 Animatrices : Ingrid Schmithüsen	Pleine conscience  Une invitation à la compassion (5/8) 19h00 – 20h30 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel Danielle Bessette	Communication consciente  Soirée de pratique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie	CNV  Parents bienveillants 18h45 – 21h15 (5/5) 7 astuces – gratuit !  Cheminer vers l'équilibre Créer des liens 19h00 – 20h30	Soirée mieux-être  Thème à venir 19h00 – 20h30 Animatrice :		Groupe Facebook  Cheminer vers l'équilibre – 7 astuces Disponible en tout temps ! Animatrice : Angélique Lanthier