










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 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 (8/10) 9h30 – 12h00 Animatrice : Lise Harbec		Atelier multidisciplinaire  Convertir la rancoeur 9h30 – 12h00 et 13h30 – 16h30 Animatrices : Ingrid Schmithüsen, Marie Claire Louillet	
	En personne	En ligne	En personne	En personne	En ligne		
Après-midi	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (8/10) 13h30 – 16h00 Animateur : Yves Gariépy	En route ...  En route vers une vie plus heureuse (8/12) 13h00 – 15h30 Animateur : Yves Gariépy	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (8/10) 13h30 – 16h00 Animatrice : Lise Harbec	Cerveaux actifs  Cerveaux actifs (8/10) 13h30 – 16h00 Animateur : Yves Gariépy	Deuil  Mon chemin de guérison (5/10) 14h00 – 16h00 Animatrice : Stephanie Laprise		
	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 (7/8) 19h00 – 20h30 Animatrice : Audrey Lyne Quesnel Danielle Bessette	Communication consciente  Soirée de pratique 19h00 – 21h00 Animateurs : France Laurendeau, Erik Pena Salazar, Claude Bougie	Focusing  Soirée de pratique 19h00 – 21h00 7 astuces – gratuit !  Cheminer vers l'équilibre – Découvrir 19h00 – 20h30	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