

novembre
2017

HORAIRE RÉADAPTATION



L'Arc-en-Ciel | Organisme communautaire en santé mentale de Portneuf

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1 17h : Souper chez Paquet (14\$) 19h : conférence (5\$) SR Le stress un ami qui vous veut du bien »	2 9h30 à 11h30 : Anglais 9h : Atelier de cuisine (D) 13h : chorale	3 9h00 : Atelier de cuisine (SC) 13h Théâtre (SC)
6	7	8	9	10
13h : Atelier créatif (D) (décorations diverses, fabrication de cartes de fêtes, recettes en pot)	9h : Informatique 13h : Club social (financement Tavi bois, party, anniversaires) (D)	9h30 : Danse (D) 13 : Atelier de croissance personnelle (D) 9h à 12h : Déjeuner causerie (SR) 13h à 15h : collations santé école (SR)	9h : Atelier de cuisine (D) 10h à 12h00 : Quilles (14\$) 13h : Chorale	9h00 : Déjeuner causerie (SC) 13h : Théâtre (SC)
13	14	15	16	17
	9h : Informatique 13h : Ayurveda (santé globale) avec Pauline Chamberland	JOURNÉE DE RESSOURCEMENT ÉCO-CHALET(ST-ALBAN) 5\$ (REPAS INCLUS)	9h30 : Anglais 9h : Atelier de cuisine (D) 13h : Chorale	9h : Atelier de cuisine (SC) 13h : Théâtre (SC)
20	21	22	23	24
13h : Atelier créatif (D) (décorations diverses, fabrication de cartes de fêtes pour les membres)	9h : Informatique 13h : Club social social (financement Tavi bois, party, anniversaires) (D)	9h30 à 11h : Danse 13h : Atelier de croissance personnelle 9h : Atelier de cuisine (SR)	9h : Atelier de cuisine (D) 13h : Chorale	: 9h : Déjeuner causerie (SC) 13h : Théâtre (SC)
27	28	29	30	1^{er} Décembre
9h30 : Cuisine Ragoût (D) Apportez vos contenants et 2\$	9h : Informatique 13h : Ciné-réflexion : visionnement et échange p/r à un épisode de la série « trop » (D)	11h30 à 14h : Piscine St-Augustin (3\$) 9h à 12h : Déjeuner causerie (SR)	9h : Atelier de cuisine (D) 9h : Anglais (D) 13h : Chorale (D)	9h : Atelier de cuisine (SC) 13h : Théâtre (SC)

novembre
2017

HORAIRE RÉADAPTATION



L'Arc-en-Ciel | Organisme communautaire en santé mentale de Portneuf