

LISTE DES ATELIERS D'HIVER 2025

FEMMES EN MOUVEMENT :

Début : JEUDI 23 janvier 2025 à 13:30
exercices à l'intérieur **Groupe ouvert**
animatrice : Myriam Charest

UNE PAUSE POUR NOTRE BIEN-ÊTRE, EN DEUX VOLETS

*Mandala : du 29 janvier au 12 février
* Journal de gratitude : du 26 fév. au 26 mars
Groupe ouvert Mercredi de 13H30 à 15H00

* EN INDIVIDUEL SUR RENDEZ-VOUS*

EFT TAPPING :

accompagnatrice : Diane Barry

GESTION DU STRESS :

accompagnatrice : Myriam Charest

AIDE AU BUDGET:

accompagnatrice : Monique Beaulieu

RELATION D'AIDE DISPONIBLE

CARTE DE MEMBRE VALIDE OBLIGATOIRE 20\$

Pour garantir votre place, vous devez avoir payé votre carte de membre au moment de l'inscription.





LISTE DES ATELIERS D'HIVER 2025

****LES LUNDIS:

*** Nous offrons également de la cuisine collective à
chaque 2 lundis à partir du 20 janvier 2025
en AM & PM *** voir le calendrier du mois
pour les dates
1\$ le repas* Sur inscription.**

****LES MARDIS:

*** les Mardis à 12:00 nous offrons un dîner
communautaire suivi d'un café-causerie à 13:30***

FRIPERIE: la grande Friperie Printemps-été aura
lieu du mardi 6 mai au samedi 10 mai 2025
Argent comptant seulement.

NOUS ACCEPTONS LES DONS DE VÊTEMENTS À L'ANNÉE

Pour plus d'informations : info@centrelacolombe.ca
ou 819-326-4779

visitez notre site web : www.centrelacolombe.ca
Facebook : Centre La Colombe

