

Centre Saint-Denis
5115 Rue Rivard
De 10h00 à 15h00
GRATUIT
(Carte de membre requise)

*Inscriptions obligatoires
aux activités dirigées 48h
avant l'activité



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 10h-11h Relaxation* 13h-15h Mandala 	3 10h-11h Mouvement sur chaise*  13h-15h Jeux de poche	4 10h-13h Karaoké 14h-15h  Yoga sur Chaise*	5  10h-13h Jeux libre 13h-15h Improvisation*	6 11h-12h30 Kinésiologie* 13h30-14h30 Danse en ligne* 
9 10h-11h Relaxation* 13h-15h Mandala 	10 10h-11h Mouvement sur chaise*  13h-15h Jeux de poche	11 10h-13h Karaoké 14h-15h  Yoga sur Chaise*	12  10h-13h Jeux libre 13h-15h Improvisation*	13 11h-12h30 Kinésiologie 13h30-14h30 Danse en ligne* 
16 10h-11h Relaxation* 13h-15h Mandala 	17 10h-11h Mouvement sur chaise*  13h-15h Jeux de poche	18 10h-13h Karaoké9 14h-15h  Yoga sur Chaise*	19  10h-13h Jeux libre 13h-15h Improvisation*	20 11h-12h30 Kinésiologie 13h30-14h30 Danse en ligne* 
23 10h-11h Relaxation* 13h-15h Mandala 	24 10h-11h Mouvement sur chaise*  13h-15h Jeux de poche *	25 10h-13h Karaoké 14h-15h  Yoga sur Chaise*	26 10h-13h Jeux libre  13h-15h Improvisation*	27 11h-12h30 kinésiologie 13h30-14h30 Danse en ligne* 