



Mai 2019

La programmation s'adresse aux personnes vivant avec la maladie et à leurs proches.

L'inscription est nécessaire pour faciliter l'organisation. MERCI!

Renseignements ou inscriptions :

MARIE-JULIE

450 630.4222

CHANTAL

450 630.4122

ACTIVITÉS - ST-SAUVEUR

4-200, RUE PRINCIPALE

YOGA

avec Yoga Tout

Mardis et jeudis de 9 h à 10 h

DATES : 2-7-9-14-16-21-23-28 et 30 mai

**GROUPE D'ACCOMPAGNEMENT
ET EXERCICES**

Jeudis de 14 h à 16 h

9* et 23 mai

GROUPE DE MARCHÉ

Jeudis de 10 h 00 h à 11 h 00

2-16 et 30 mai

ACTIVITÉS- ST-JÉRÔME

MAISON ALOÏS ALZHEIMER : 651, 5^E RUE

YOGA

avec Yoga Tout

Mercredis et vendredis de 10 h à 11 h

DATES : 1-3-8-10-15-17-22-24-29 et 31 mai

TANGO

avec Tango libre

Samedi de 13 h à 14 h 30

11 mai

PARKINSON ET VOUS : GROUPE DE SOUTIEN POUR AIDANTS

avec L'Antr'Aidant

Jeudi de 13 h 30 et 15 h 30

2-16 et 30 mai

GROUPE DE MARCHÉ

Jeudis de 9 h 30 h à 11 h 00

7 et 21 mai

AUTRES

CONGRÈS PROVINCIAL

PARKINSON QUÉBEC

22 au 24 mai

Lieu : Hôtels Crown Plaza

Gatineau-Ottawa



Juin 2019

La programmation s'adresse aux personnes vivant avec la maladie et à leurs proches.

L'inscription est nécessaire pour faciliter l'organisation. MERCI!

Renseignements ou inscriptions :

MARIE-JULIE

450 630.4222

CHANTAL

450 630.4122

ACTIVITÉS - ST-SAUVEUR

4-200, RUE PRINCIPALE

YOGA

avec Yoga Tout

Mardis et jeudis de 9 h 00 à 10 h 00

DATES : 4-6-11-13-18-20-25 et 27 juin

**GROUPE D'ACCOMPAGNEMENT
ET EXERCICES**

Jeudis de 14 h à 16 h

6 et 20 juin

GROUPE DE MARCHÉ

Jeudis de 10 h 00 à 11 h 00

13 et 27 juin

ACTIVITÉS- ST-JÉRÔME

MAISON ALOÏS ALZHEIMER : 651, 5^E RUE

YOGA

avec Yoga Tout

Mercredis et vendredis de 10 h 00 à 11 h 00

5-7-12-14-19-21-26 et 28 juin

TANGO

avec Tango libre

Samedi de 13 h à 14 h 30

8 et 29 juin

PARKINSON ET VOUS : GROUPE DE SOUTIEN POUR AIDANTS

avec L'Antr'Aidant

Jeudi de 13 h 30 et 15 h 30

13 juin

FORMATION « TRANSFORMER L'USURE DE COMPASSION »

avec l'Antr'Aidant

Lundis de 13 h 00 à 16 h 00

3 et 17 juin

GROUPE DE MARCHÉ

Mardis de 10 h 00 à 11 h 30

4 et 18 juin

BON DÉBUT D'ÉTÉ!

N'oubliez pas de rester actif et de bouger!

Juillet 2019

La programmation s'adresse aux personnes vivant avec la maladie et à leurs proches.

L'inscription est nécessaire pour faciliter l'organisation. MERCI!

Renseignements ou inscriptions :

MARIE-JULIE

450 630.4222

CHANTAL

450 630.4122

ACTIVITÉS - ST-SAUVEUR

4-200, RUE PRINCIPALE

YOGA

avec Yoga Tout

Mardis et jeudis de 9 h 00 à 10 h 00

DATES : 2-4-9-11-16-18-23-25 et 30 juillet

**GROUPE D'ACCOMPAGNEMENT
ET EXERCICES**

Jeudis de 14 h 00 à 16 h 00

4 et 18 juillet

GROUPE DE MARCHÉ

Jeudis de 10 h 00 à 11 h 00

11 et 25 juillet

ACTIVITÉS- ST-JÉRÔME

MAISON ALOÏS ALZHEIMER : 651, 5^E RUE

YOGA

avec Yoga Tout

Mercredis et vendredis de 10 h 00 à 11 h 00

3-5-10-12-17-19-24-26 et 31 juillet

GROUPE DE MARCHÉ

Mardis de 10 h 00 à 11 h 30

2-16 et 30 juillet

BON ÉTÉ!

N'oubliez pas de rester actif et de bouger!

