


























LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>Le 13 mars restera une date gravée dans l'histoire du Québec. En 2020, l'état d'urgence sanitaire a été déclaré à cause de la pandémie de COVID-19. À compter de l'an 2023, le 13 mars deviendra la Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive.</p> <hr/>  <p>Mois de la nutrition Des collations saines à L'Envol</p>		<p>1</p> <p>Présentation du calendrier du mois de mars 13h00 à 15h30 Atelier découverte Pays le Vietnam</p>	<p>2</p> <p>10h30 à 12h00 Petit groupe d'étude</p>  <p>13h00 à 15h30 Remue-méninges</p> 	<p>3</p> <p>10h30 à 12h00 Soutien informatique</p>  <p>13h00 à 15h30 Séance de yoga et de relaxation</p>
<p>6</p> <p>Équipe Gestion Planification</p>	<p>7</p> <p>13h00 à 15h30 Socialisation et divertissement</p> 	<p>8</p> <p>13h00 à 15h30 Atelier musical Création de la chanson thème de l'Envol</p> 	<p>9</p> <p>10h30 à 12h00 Petit groupe d'étude</p>  <p>13h00 à 15h30 Remue-méninges</p> 	<p>10</p> <p>10h30 à 12h00 Soutien informatique</p>  <p>13h00 à 15h30 Café rencontre Atelier sur la pensée positive</p> 
<p>13</p> <p>Équipe Gestion Planification</p>	<p>14</p> <p>13h00 à 15h30 Atelier L'importance des 5 sens sur la santé mentale</p> 	<p>15</p> <p>13h00 à 15h30 Atelier littéraire Contes et légendes du Québec</p> 	<p>16</p> <p>10h30 à 12h00 Petit groupe d'étude</p>  <p>13h00 à 15h30 Remue-méninges</p> 	<p>17</p> <p>10h30 à 12h00 Soutien informatique</p>  <p>13h00 à 15h30 Café rencontre Saint-Patrick</p> 
<p>20</p> <p>Équipe Gestion Planification</p>	<p>21</p> <p>13h00 à 15h30 Atelier d'art Peinture sur céramique style « Crack Pot » Inscriptions requises</p>	<p>22</p> <p>13h00 à 15h30 Assemblée générale annuelle Inscriptions requises</p>	<p>23</p> <p>10h30 à 12h00 Petit groupe d'étude</p>  <p>13h00 à 15h30 Remue-méninges</p> 	<p>24</p> <p>10h30 à 12h00 Soutien informatique</p>  <p>12h00 à 15h30 Dîner communautaire et Cinéma à la bibliothèque</p>
<p>27</p> <p>Équipe Gestion Planification</p>	<p>28</p> <p>13h00 à 15h30 Atelier de cuisine</p> 	<p>29</p> <p>13h00 à 15h30 Atelier musical Création de la chanson thème de l'Envol</p> 	<p>30</p> <p>10h30 à 12h00 Petit groupe d'étude</p>  <p>13h00 à 15h30 Remue-méninges</p> 	<p>31</p> <p>10h30 à 12h00 Soutien informatique</p>  <p>12h00 à 15h30 Dîner communautaire</p> 

Message :

Le cours «Remue-méninges» est de la mise en forme intellectuelle. Des activités variées et amusantes vous seront proposées afin de travailler votre concentration, votre mémoire et vos savoirs. Venez l'essayer ☺!

N'oubliez pas de planifier vos transports auprès du STAC.