



# Grille horaire

Session Hiver 2021

ACTIVITÉS PHYSIQUES	Groupe	Jour	Heures	Durée		Nbre semaines	Prix Session	Lieu	Responsable
				Début	Fin				
Viactive Impact	1	lun	13 h à 14 h	11-janv	29-mars	12	contribution volontaire	Virtuelle	Josée Verreault
Méditation Pleine Conscience	1	mar	10 h 30 à 11 h 30	12-janv	30-mars	12	contribution volontaire	Virtuelle	Carole Hamelin
Qi Gong	1	mer	13 h 30 à 14 h 30	13-janv	31-mars	12	contribution volontaire	Virtuelle	Nathalie Longtin
Danse Groove	1	lun	10 h à 11 h	11-janv	29-mars	12	contribution volontaire	Virtuelle	Kim Valiquette
SERVICES ADAPTÉS et autres	Groupe	Jour	Heures	Durée		Nbre semaines	Prix Session	Lieu	Responsable
Groupe de soutien	1	jeu	10 h à 12 h	14 jan - 4 fév - 25 fév - 18 mars		4	gratuit	Virtuelle	Diane Cloutier
Conférence "Ensemble, recréons la magie de Noël"	1	mar	10 h à 12 h	15-déc		1	gratuit	Virtuelle	Diane Cloutier
Noël virtuel	1	ven	11 h à 13 h	18-déc		1	gratuit	Virtuelle	L'équipe Fibromyalgie Laval

Pour obtenir une thérapie en relation d'aide individuelle, une séance d'hypnothérapie ou IMO ou en massothérapie communiquez avec nos professionnelles :

Josée Champagne, massotérapeute 514-237-8514. Les massages sont offerts à son domicile situé au 876, rue Prud'homme, St-Eustache  
Diane Cloutier, thérapeute en relation d'aide 514-754-1401