

NOVEMBRE 2025

Pour inscription ou tout changement, veuillez communiquer avec Micheline au 450-819-616-2760 Courriel: Resp.pointservice.alabelle@gmail.com

| Jeudi le... | 9h à 9h45 | 9h45 à 10h30 | 10h30 à 11h30 | 11h30 à 12h30 | 12h30 à 14h15 |
|-------------|---------------------------|--------------------------------|---------------|---------------|-----------------|
| 6 | ACCUEIL DES MEMBRES | EXERCICES PHYSIQUES ADAPTÉS | MUSIQUE | DÎNER | COMMUNIC'ACTION |
| 13 | ACCUEIL DES MEMBRES | EXERCICES PHYSIQUES ADAPTÉS | MUSIQUE | DÎNER | COMMUNIC'ACTION |
| 20 | ACCUEIL DES MEMBRES | EXERCICES PHYSIQUES ADAPTÉS | MUSIQUE | DÎNER | COMMUNIC'ACTION |
| 27 | ACCUEIL DES MEMBRES | EXERCICES PHYSIQUES ADAPTÉS | MUSIQUE | DÎNER | COMMUNIC'ACTION |
| | | | | | |



411, rue de la Madone, Mont-Laurier (Qc) J9L 1S1

avcaphasielaurentides.ca