



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	<div>10h00 Mise en forme</div> <div>13h00 Méditation</div> <div>13h30 Scrabble Duplicate</div> <div>14h00 Yoga</div> <div>15h00 Reconnaissance des bénévoles</div> <div>01</div>	<div>10h00 Boutique Diane</div> <div>11h00 Messe</div> <div>11h00 Aquaforme*</div> <div>13h30 Sortie Casino Playground*</div> <div>19h00 Club 500</div> <div>02</div>	<div>10h00 Carrefour Laval</div> <div>10h00 Atelier médiatique</div> <div>14h00 Pétanque</div> <div>03</div>	<div>10h00 Marché 440</div> <div>10h00 Mise en forme</div> <div>11h30 Aquaforme*</div> <div>14h00 Club d'art</div> <div>13h00 Bridge</div> <div>04</div>	<div>10h00 Danse en ligne</div> <div>14h00 Pétanque</div> <div>19h00 Bingo</div> <div>05</div>	<div>06</div>
	<div>10h00 Mise en forme</div> <div>13h00 Méditation</div> <div>13h30 Scrabble Duplicate</div> <div>14h00 Yoga</div> <div>15h30 Discussion et illumination</div> <div>07</div>	<div>10h00 Boutique Maryse</div> <div>11h00 Messe</div> <div>11h00 Aquaforme*</div> <div>19h00 Club 500</div> <div>08</div>	<div>10h00 Place Rosemère</div> <div>10h00 Croissant-musique*</div> <div>14h00 Pétanque</div> <div>17h00 Resto l'Académie*</div> <div>09</div>	<div>10h00 Supermarché PA</div> <div>10h00 Mise en forme</div> <div>11h30 Aquaforme*</div> <div>14h00 Club d'art</div> <div>13h00 Bridge</div> <div>10</div>	<div>14h00 Pétanque</div> <div>19h00 Bingo</div> <div>11</div>	<div>12</div> <div>13</div>
	<div>10h00 Mise en forme</div> <div>13h00 Méditation</div> <div>13h30 Scrabble Duplicate</div> <div>14h00 Yoga</div> <div>14h00 Club de lecture</div> <div>14</div>	<div>10h00 Boutique Lady</div> <div>11h00 Messe</div> <div>11h00 Aquaforme*</div> <div>14h00 Musique ac Paul Gaudet</div> <div>19h00 Club 500</div> <div>15</div>	<div>10h00 Place Côte-Vertu</div> <div>14h00 Pétanque</div> <div>16</div>	<div>10h00 Maxi</div> <div>11h30 Aquaforme*</div> <div>17h00 Souper de Noël*</div> <div>17</div>	<div>14h00 Pétanque</div> <div>19h00 Bingo</div> <div>18</div>	<div>19</div> <div>20</div>
	<div>10h00 Centre Laval</div> <div>10h00 Mise en forme</div> <div>13h00 Méditation</div> <div>13h30 Scrabble Duplicate</div> <div>14h00 Yoga</div> <div>21</div>	<div>10h00 Super C</div> <div>11h00 Messe</div> <div>11h00 Aquaforme*</div> <div>19h30 Chorale de Noël</div> <div>22</div>	<div>Veille de Noël</div> <div>23</div>	<div>12h00 Brunch de Noël</div> <div>24</div>	<div>14h00 Pétanque</div> <div>19h00 Bingo</div> <div>25</div>	<div>26</div> <div>27</div>
	<div>10h00 Mise en forme</div> <div>13h00 Méditation</div> <div>13h30 Scrabble Duplicate</div> <div>28</div>	<div>10h00 IGA</div> <div>11h00 Messe</div> <div>19h00 Club 500</div> <div>29</div>	<div>Réveillon du nouvel An</div> <div>30</div>			





PROVITALIA

DÉCEMBRE 2025

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	13h00 Mise en forme	13h00 Musique avec Paul Gaudet	10h00 Coloriage à numéro 13h15 Zoothérapie	12h45 Yoga sur chaise	10h00 Tout en chanson	
	01	02	03	04	05	06
	13h00 Atelier de peinture avec Patricia	10h45 Mise en forme 13h00 Musique avec Paul Gaudet	13h15 Zoothérapie	12h45 Yoga sur chaise	14h00 Jeu de poches	
07	08	09	10	11	12	13
	13h00 Mise en forme	10h45 Jeu du ballon 13h00 Musique avec Paul Gaudet	13h15 Zoothérapie	12h45 Yoga sur chaise	11h30 Dîner de Noël avec Paul Gaudet	
14	15	16	17	18	19	20
	14h00 Bricolage de Noël	10h45 Mise en forme 18h00 Chorale de Noël	Veille de Noël	12h00 Brunch de Noël		
21	22	23	24	25	26	27
	14h00 Tout en chanson spécial Noël	10h45 Mise en forme 13h00 Musique avec Paul Gaudet	Réveillon du Nouvel-An			
28	29	30	31			

