



DÉCEMBRE 2025

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	10h00 Mise en forme 13h00 Méditation 13h30 Scrabble Duplicate 14h00 Yoga 15h00 Reconnaissance des bénévoles	10h00 Boutique Diane 11h00 Messe 11h00 Aquaforme* 13h30 Sortie Casino Playground* 19h00 Club 500	10h00 Carrefour Laval 10h00 Atelier médiatique 14h00 Pétanque	10h00 Marché 440 10h00 Mise en forme 11h30 Aquaforme* 14h00 Club d'art 13h00 Bridge	10h00 Danse en ligne 14h00 Pétanque 19h00 Bingo	
	10h00 Mise en forme 13h00 Méditation 13h30 Scrabble Duplicate 14h00 Yoga 15h30 Discussion et illumination	10h00 Boutique Maryse 11h00 Messe 11h00 Aquaforme* 19h00 Club 500	10h00 Place Rosemère 10h00 Croissant-musique* 14h00 Pétanque 17h00 Resto l'Académie*	10h00 Supermarché PA 10h00 Mise en forme 11h30 Aquaforme* 14h00 Club d'art 13h00 Bridge	14h00 Pétanque 19h00 Bingo	
	10h00 Mise en forme 13h00 Méditation 13h30 Scrabble Duplicate 14h00 Yoga 14h00 Club de lecture	10h00 Boutique Lady 11h00 Messe 11h00 Aquaforme* 14h00 Musique ac Paul Gaudet 19h00 Club 500	10h00 Place Côte-Vertu 14h00 Pétanque	10h00 Maxi 11h30 Aquaforme* 17h00 Souper de Noël*	14h00 Pétanque 19h00 Bingo	
	10h00 Centre Laval 10h00 Mise en forme 13h00 Méditation 13h30 Scrabble Duplicate 14h00 Yoga	10h00 Super C 11h00 Messe 11h00 Aquaforme* 19h30 Chorale de Noël	Veille de Noël	12h00 Brunch de Noël	14h00 Pétanque 19h00 Bingo	
	10h00 Mise en forme 13h00 Méditation 13h30 Scrabble Duplicate	10h00 IGA 11h00 Messe 19h00 Club 500	Réveillon du nouvel An			





PROVITALIA DÉCEMBRE 2025

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

