

OCTOBRE 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
3	4	5	6	7
10	11 10 h 30 ConnectAînés Session de conversation Session de suggestions	12	13 13 h 30 ConnectAînés Session d'information	14
17	18 10 h 30 ConnectAînés Session d'information Réduire les risques de cancer avec Sylvie Lebihan		20 10 h 30 ConnectAînés Session de conversation Comment se déroulent les deuils dans ma culture	21
24 10 h 30 ConnectAînés Session de conversation La perte avec Josée Ouellette	25	26 13 h 30 ConnectAînés Session d'information Conseils pour mieux dormir avec Sylvie Lebihan	27 13 h 30 ConnectAînés Session de conversation L'équivalent de la fête nationale chez nos aînés	28

NOVEMBRE 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	1 10 h 30 ConnectAinés Session d'information Comprendre la démence avec Sylvie Lebihan	2	3 13 h 30 ConnectAinés Session d'information Nutrition des aînés (1) avec Sylvie Lebihan	4
7	8 10 h 30 ConnectAinés Session d'information Nutrition des aînés (2) avec Sylvie Lebihan	9	10 13 h 30 ConnectAinés Session d'information Les africains et la mode avec les mamans dynamiques	11
14	15 13 h 30 ConnectAinés Session d'information Présentation d'un repas canadien	16	17 10 h 30 DiversAinés Session d'information Formation avec Kazir 13 h 30 ConnectAinés Session d'information Présentation d'un repas africain (Tina)	18
21	22 10 h 30 ConnectAinés Session de conversation Pratiques sportives que nos aînés avaient pour se garder en ligne (Bénévoles)	23	24 10 h 30 DiversAinés Session d'information Formation avec Kazir	25 13 h 30 ConnectAinés Session d'information Présentation sur la peau sèche en présentiel avec Michelle Dion
28 10 h 30 ConnectAinés Session de conversation L'isolement avec Josée Ouellette	29 10 h 30 ConnectAinés Session d'information Santé émotionnelle avec Sylvie Lebihan	30		

DÉCEMBRE 2022

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
			1	2
5 10 h 30 ConnectAinés Session d'information Le régime alimentaire pendant l'hiver avec une coordinatrice ou une bénévole	6 10 h 30 DiverstAinés Session d'information Formation avec Kazir	7	8 10 h 30 ConnectAinés Session d'information Présentation d'un repas Européen	9
12	13 10 h 30 ConnectAinés Session d'information A venir	14	15 10 h 30 ConnectAinés Session d'information Cérémonie funéraire chez les bamilékés avec les Mamans dynamiques	16
19 10 h 30 ConnectAinés Session de conversation L'espoir avec Josée Ouellette	20	21	22	23
26	27	28	29	30