

FÉVRIER 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
30 JANVIER	31 JANVIER	01	02	03
<p>QI GONG 12H30 À 13H</p>	<p>ATELIER DE PEINTURE AVEC ÉRIC ROCHON À 13H30</p>	<p>TAI CHI 10H30 ET 13H30</p>	<p>RELÂCHE BOUGE AVEC M.O.V.E.</p>	
06	07	08	09	10
<p>RETOUR DE L'AQUAFORME À 13H30</p> <hr/> <p>ATELIER D'ART AVEC GENEVIÈVE LAPALME À 13H30</p>	<p>"À LA RENCONTRE DE MON ENFANT INTÉRIEUR" ATELIER CRÉATIF À 13H30 AVEC LINDA LACHAINE (3/6)</p>	<p>TAI CHI 10H30 ET 13H30</p>	<p>RELÂCHE DÉCOMPRESSE TON PRESTO</p> <hr/> <p>BOUGE AVEC M.O.V.E. MON OBJECTIF VIEILLIR EN FORME À 13H30</p>	<p>MASSAGE GINETTE LEMIRE ET GISÈLE SUPPER</p>
13	14	15	16	17
<p>AQUAFORME À 13H30</p> <hr/> <p>QI GONG 12H30 À 13H</p>	<p> RELÂCHE ATELIER DE PEINTURE AVEC ÉRIC ROCHON</p>	<p>TAI CHI 10H30 ET 13H30</p>	<p>RELÂCHE BOUGE AVEC M.O.V.E.</p> <hr/> <p>LE DEUIL, UNE BLESSURE RELATIONNELLE À 18H30 AVEC JULIE LAFLAMME 1/6</p>	
20	21	22	23	24
<p>AQUAFORME À 13H30</p> <hr/> <p>ATELIER D'ART AVEC GENEVIÈVE LAPALME À 13H30</p>	<p>"À LA RENCONTRE DE MON ENFANT INTÉRIEUR" ATELIER CRÉATIF À 13H30 AVEC LINDA LACHAINE (4/6)</p>	<p>TAI CHI 10H30 ET 13H30</p>	<p>"DÉCOMPRESSE TON PRESTO" DE 9H À 12H</p> <hr/> <p>BOUGE AVEC M.O.V.E. MON OBJECTIF VIEILLIR EN FORME À 13H30</p> <hr/> <p>LE DEUIL, UNE BLESSURE RELATIONNELLE À 18H30 AVEC JULIE LAFLAMME 2/6</p>	
27	28	01 MARS	02 MARS	03 MARS
<p>AQUAFORME À 13H30</p> <hr/> <p>QI GONG 12H30 À 13H</p> <hr/> <p>PRENDRE SOIN DE SOI, UNE DÉCISION DIFFICILE AVEC SYLVIE MAJOR À 13H30 (LA SUITE)</p>	<p>ATELIER DE PEINTURE AVEC ÉRIC ROCHON À 13H30</p>	<p>TAI CHI 10H30 ET 13H30</p>	<p>BOUGE AVEC M.O.V.E. MON OBJECTIF VIEILLIR EN FORME À 13H30</p> <hr/> <p>LE DEUIL, UNE BLESSURE RELATIONNELLE À 18H30 AVEC JULIE LAFLAMME 3/6</p>	



PLUS DE DÉTAILS AU VERSO !

341, RUE DE LA MADONE
MONT-LAURIER (QUÉBEC) J9L 1S1

819-623-3843

info@maisonclothilde.org

www.maisonclothilde.org

Facebook : <https://www.facebook.com/MaisonClothildeMRCAL>

**PRENDRE SOIN DE SOI,
UNE DÉCISION DIFFICILE (SUITE)**

**CETTE FORMATION EST OFFERTE À CEUX QUI ONT
DÉJÀ REÇU LA PREMIÈRE PARTIE.
(C'EST COMPLET)**

L'AQUAFORME EST DE RETOUR DÈS LE 6 FÉVRIER

**INSCRIPTION
OBLIGATOIRE**

**POUR LA ST-VALENTIN, NOUS VOUS SOUHAITONS :
L'AMOUR À PROFUSION ;
L'AMOUR DE SOI ET DES AUTRES ;
L'AMOUR DE LA VIE.**

Carte de St-Valentin vers 1910
(source : Wikipédia)



**MADELEINE EST EN VACANCES DU
27 JANVIER AU 16 FÉVRIER.
SON TRAVAIL EST ASSURÉ PAR LA
MERVEILLEUSE ÉQUIPE DE LA
MAISON CLOTHILDE.**

**LE DEUIL, UNE BLESSURE RELATIONNELLE
AVEC JULIE LAFLAMME, THÉRAPEUTE EN RELATION D'AIDE
LES JEUDIS À 18H30 / DURÉE : 2 HEURES**

**SÉRIE DE SIX (6) ATELIERS
PORTANT SUR LES THÈMES SUIVANTS:**

ATTENTION
CES ACTIVITÉS SONT ANNULÉES :
LE 9 : DÉCOMPRESSE TON PRESTO
LE 14 : ATELIER DE PEINTURE AVEC ÉRIC ROCHON
LE 2 ET LE 16 : BOUGE AVEC M.O.V.E

1. ACCUEILLIR LE DEUIL, UNE BLESSURE RELATIONNELLE
2. J'APPRENS À PRENDRE SOIN DE MOI À TRAVERS MON DEUIL
3. IDENTIFIER ET ACCUEILLIR MES ÉMOTIONS
4. HONORER LE PASSAGE DE LA PERSONNE DÉCÉDÉE DANS MA VIE
5. DONNER UN SENS À MON DEUIL
6. RENAÎTRE ET CRÉER SA VIE

Pour les massages de février, appelez le 30 janvier
Le Sensora est disponible sur rendez-vous ! Profitez de cette
merveilleuse opportunité de prendre soin de vous !