

# Janvier 2012

# Épilepsie Outaouais Inc.

| Dimanche | Lundi  | Mardi  | Mercredi                     | Jeudi  | Vendredi   | Samedi   |
|----------|--|--|------------------------------|--|--|--|
| 1        | 2  | 3  | 4                            | 5  | 6  | 7  |
|          | Fermé  | Gr. d'entraide<br>19h00 à 21h00                                  | ANO Musique<br>13h00 à 15h00 | ANO<br>Cinéma maison<br>13h00 à 15h00<br>Qigong<br>19h30 à 20h30 | ANO COCO<br>9H00 À 11H00<br>Conférence<br>sur le deuil |  |
| 8        | 9  | 10   | 11                           | 12   | 13   | 14   |
|          | Qigong<br>11h00 à 12h00<br>ANO peinture<br>Atelier d'écriture<br>18h30 à 20h30 |  |                              | Qigong<br>19h30 à 20h30  |  |  |
| 15       | 16   | 17   | 18                           | 19   | 20   | 21   |
|          | Qigong<br>11h00 à 12h00<br>ANO peinture<br>13h00 à 15h00                       | ANO chaudron<br>17h00 à 19h00<br>Gr. d'entraide<br>19h00 à 21h00 | ANO musique<br>13h00 à 15h00 | Qigong<br>19h30 à 20h30  |  |  |
| 22       | 23   | 24   | 25                           | 26   | 27   | 28   |
|          | Qigong<br>11h00 à 12h00<br>ANO peinture<br>13h00 à 15h00                       |  |                              | Qigong<br>19h30 à 20h30  | APVDC<br>Scrapbooking<br>13h00 à 15h00                 |  |
| 29       | 30   | 31   |                              |  |  |  |
|          | Qigong<br>11h00 à 12h00<br>ANO peinture<br>13h00 à 15h00                       |  |                              |  |  | Joyeux anniversaire à<br>toutes les personnes<br>nées au mois de<br>janvier! |



# Description des activités

Janvier 2012

Important de confirmer votre présence aux activités au 819-595-3331

| Date                              | Heure         | Activité           | Lieu                         | Descriptions   |
|-----------------------------------|---------------|--------------------|------------------------------|--|
| Lundi, le 9, 16, 23 et 30 janvier | 11h00 à 12h00 | Qigong             | Local 207<br>115, Sacré-Cœur | Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents.<br><br>Gratuit pour les membres d'É.O. et 5 \$ pour le public.                   |
| Lundi, le 9, 16, 23 et 30 janvier | 13h00 à 15h00 | ANO peinture       | Local 01<br>115, Sacré-Cœur  | Madame Nicole Bureau, (bénévole de l'ANO) vous aide à développer vos techniques. Il peut y avoir du matériel à acheter.                |
| Lundi le 9 janvier                | 18h30 à 20h30 | Atelier d'écriture | Local 114<br>115, Sacré-Cœur | Les participants se rencontrent pour composer un texte sur un thème.   |
| Mardi, le 3 et 17 janvier         | 19h00 à 21h00 | Groupe d'entraide  | Local 207<br>115, Sacré-Cœur | Les personnes atteintes d'épilepsie et les proches se rencontrent pour partager leur vécu.   |
| Mardi, le 17 janvier              | 17h00 à 19h00 | ANO chaudron       | Local 01<br>115 Sacré-Cœur   | Rendez-vous à l'ANO pour déguster un bon repas. Au menu: <b>Pâté chinois</b> . Coût <b>5 \$</b> et conférence voyage sur le Groenland. |
| Mercredi le 4 et le 18 janvier    | 13h00 à 15h00 | ANO musique        | Local 01<br>115, Sacré-Cœur  | Apporter votre instrument de musique et partager votre passion avec des amis.  |
| Jeudi le 5 janvier                | 13h00 à 15h00 | Cinéma maison      | Local 01<br>115, Sacré-Cœur  | Venez voir un bon film avec des amis. Le popcorn est fourni.   |
| Jeudi le 5, 12, 19 et 26 janvier  | 19h30 à 20h30 | Qigong             | Local 207<br>115, Sacré-Cœur | Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour le public.                                 |
| Vendredi le 6 janvier             | 9h00 à 11h00  | ANO coco           | Local 01<br>115, Sacré-Cœur  | Pourquoi déjeuner seul ? Venez manger avec nous à l'ANO! 4 \$<br>Conférencier André Raymond.   |
| Vendredi le 27 janvier            | 13h00 à 15h00 | APVDC Scrapbooking | Local 01<br>115, Sacré-Cœur  | Venez créer vos propres cartes de souhaits. Gyslaine de l'APVDC vous aidera.<br>3 \$ par carte que vous garderez.                      |

