


Mars 2012

Épilepsie Outaouais Inc.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Joyeux anniversaire à toutes les personnes nées au mois de mars! 				1	2	3
				Qigong 19h30 à 20h30	ANO coco 9h00 à 11h00	
4	5	6	7	8	9	10
	Qigong 11h00 à 12h00 ANO peinture 13h00 à 15h00	Groupe d'entraide 19h00 à 21h00		Qigong 19h30 à 20h30		
11	12	13	14	15	16	17
	Qigong 11h00 à 12h00 ANO peinture Atelier d'écriture 18h30 à 20h30	ANO chaudron 17h00 à 19h00 Conférence	ANO musique 13h00 à 15h00	Qigong 19h30 à 20h30		
18	19	20	21	22	23	24
	Qigong 11h00 à 12h00 ANO peinture 13h00 à 15h00	Groupe d'entraide 19h00 à 21h00	Journée WII 13h00 à 15h00	Qigong 19h30 à 20h30		
25	26	27	28	29	30	31
	Qigong 11h00 à 12h00 ANO peinture 13h00 à 15h00		ANO musique 13h00 à 15h00	Qigong 19h30 à 20h30	APVDC Scrapbooking 13h00 à 15h00 Cabane à sucre 17h à 21h	

Épilepsie Outaouais Inc., 111/115, boulevard Sacré-Cœur, Gatineau (Québec) J8X 1C5, Tél. : 819-595-3331, Télécopieur : 819-771-3286.
Courriel : epilepsieoutaouais@videotron.ca, Site Web : www.epilepsieoutaouais.org.

Description des activités

Mars 2012



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

Date	Heure	Activité	Lieu	Descriptions
Lundi, le 5, 12, 19 et 26 mars	11h00 à 12h00	Qigong	Local 207 115, Sacré-Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres d'É.O. et 5 \$ pour le public.
Lundi, le 5, 12, 19 et 26 mars	13h00 à 15h00	ANO peinture	Local 01 115, 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 12 mars	18h30 à 20h30	Atelier d'écriture	Local 114 115, Sacré-Cœur	Les participants se rencontrent pour composer un texte sur un thème.
Mardi, le 6 et 20 mars	19h00 à 21h00	Groupe d'entraide	Local 207 115, Sacré-Cœur	Les personnes atteintes d'épilepsie et leurs proches se rencontrent pour partager leur vécu.
Mardi, le 13 mars	17h00 à 19h00	ANO chaudron	Local 01 115 Sacré-Cœur	Rendez-vous à l'ANO pour déguster un bon repas. Au menu: Ragoût de boeuf Coût 5 \$
Mercredi le 14 et 28 mars	13h00 à 15h00	ANO musique	Local 01 115, Sacré-Cœur	Apporter votre instrument de musique et partager votre passion avec des amis.
Mercredi le 21 mars	13h00 à 15h00	Journée Wii	Local 01, 115, Sacré-Cœur	Viens te mettre en forme tout en t'amusant.
Jeudi le 1, 8, 15, 22 et 29 mars	19h30 à 20h30	Qigong	Local 207 115, Sacré-Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour le public.
Vendredi le 2 mars	9h00 à 11h00	ANO coco	Local 01 115, Sacré-Cœur	Pourquoi déjeuner seul ? Venez manger avec nous à l'ANO! 4 \$
Vendredi le 30 mars	13h à 15h	APVDC scrapbooking	Local 01, 115, Sacré-Cœur	Venez créer vos cartes de souhaits. Gyslaine de l'APVDC vous aidera. 3 \$ par carte que vous garderez.
Vendredi le 30 mars	17h à 21h	Cabane à sucre	À confirmer	Venez vous sucrer le bec et rencontrer du monde de l'ANO et de l'APVDC dans une cabane à sucre authentique de l'Outaouais.