

Janvier 2009

Épilepsie Outaouais inc.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1	2	3
Joyeux anniversaire à toutes les personnes nées au mois de janvier !				BONNE ANNÉE		
4	5	6	7	8	9	10
	Qigong 12h00 à 13h00	Groupe Entraide 19h00 à 21h00	Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30	Reiki 13h00 à 15h00		
11	12	13	14	15	16	17
	Qigong 12h00 à 13h00	C. A. 19h00 à 21h00	Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30			
18	19	20	21	22	23	24
Quilles 13h30 à 15h00	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Reiki 19h00 à 21h00	Film du mois 13h00 à 15h00		
25	26	27	28	29	30	31
	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30			



Février 2009

Épilepsie Outaouais inc.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Joyeux anniversaire à toutes les personnes nées au mois de février !						
1	2	3	4	5	6	7
	Qigong 12h00 à 13h00 C. A. 19h00 à 21h00	Groupe Entraide 19h00 à 21h00	Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30			
8	9	10	11	12	13	14
	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30	Reiki 13h00 à 15h00		
15	16	17	18	19	20	21
	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Reiki 19h00 à 21h00			
22	23	24	25	26	27	28
Cap santé journée du mieux-être	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30	Film du mois		



Mars 2009

Épilepsie Outaouais inc.

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Joyeux anniversaire à toutes les personnes nées au mois de mars !		MOIS DE L'ÉPILEPSIE				
1	2	3	4	5	6	7
	Qigong 12h00 à 13h00 C. A. 19h00 à 21h00	Groupe Entraide 19h00 à 21h00	Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30			
8	9	10	11	12	13	14
	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30	Reiki 13h00 à 15h00		
15	16	17	18	19	20	21
	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Reiki 19h00 à 21h00			
22/29	23/30	24/31	25	26	27	28
	Qigong 12h00 à 13h00		Qigong 12h00 à 13h00 Qigong 19h30 à 20h30	Film du mois		



Description des activités

Janvier 2009

Date	Heures	Activités	Lieu	Descriptions
Dimanche, le 18 janvier	13h30 à 15h00	Quilles	Salle Anik	On se donne rendez-vous à la salle de quilles Anik pour s'élancer. Adresse : 975, boulevard St-Joseph, Gatineau (Québec), téléphone : 819-776-3535
Lundi, le 5, 12, 19 26 janvier	12h00 à 13h00	Qigong	Dans l'église 115, Sacré-Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres
Mardi, le 6 janvier	19h00 à 21h00	Groupe entraide I	Local 207 115, Sacré-Cœur	Les proches des personnes atteintes d'épilepsie se rencontrent.
Mardi, le 13 janvier	19h00 à 21h00	C. A.	Local 207 115, Sacré-Cœur	Rencontre mensuelle des administrateurs de l'Association.
Mercredi, le 7, 14, 21 et 28 janvier	12h00 à 13h00	Qigong	Dans l'église 115, Sacré-Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.
Mercredi, le 7, 14 et 28 janvier	19h30 à 20h30	Qigong	Local 207 115, Sacré-Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.
Mercredi, le 21 janvier	19h00 à 21h00	Reiki	Local 207 115, Sacré-Cœur	Le Reiki détend et procure un sentiment de paix. Prenez rendez-vous pour recevoir une intervention de 30 minutes. 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.
Jedi, le 8 janvier	13h00 à 15h00	Reiki	Local 207 115, Sacré-Cœur	Le Reiki détend et procure un sentiment de paix. Prenez rendez-vous pour recevoir une intervention de 30 minutes. 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.
Jedi, le 22 janvier	13h00 à 15h00	Film	Local 207 115, Sacré-Cœur	Nous avons rendez-vous pour visionner un bon film avec vos amis.



Description des activités Février 2009

Date	Heures	Activités	Lieu	Descriptions
Dimanche, le 22 février		Cap santé journée du mieux-être		Informations à venir.
Lundi, le 2, 9, 16 et 23	12h00 à 13h00	Qigong	Dans L'église	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres
Mardi, le 3 février	19h00 à 21h00	Groupe entraide I	Local 207 115, Sacré- Cœur	Les proches des personnes atteintes d'épilepsie se rencontrent.
Lundi, le 210 février	19h00 à 21h00	C. A.	Local 207 115, Sacré- Cœur	Rencontre mensuelle des administrateurs de l'Association.
Mercredi, le 4, 11, 18 et	12h00 à 13h00	Qigong	Dans L'église	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.
Mercredi, le 4, 11 et 25 février	19h30 à 20h30	Qigong	Local 207 115, Sacré- Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.
Mercredi, le 18 février	19h00 à 21h00	Reiki	Local 207 115, Sacré- Cœur	Le Reiki détend et procure un sentiment de paix. Prenez rendez-vous pour recevoir une intervention de 30 minutes. 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.
Jeudi, le 12 février	13h00 à 15h00	Reiki	Local 207 115, Sacré- Cœur	Le Reiki détend et procure un sentiment de paix. Prenez rendez-vous pour recevoir une intervention de 30 minutes. 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.
Jeudi, le 26 février	13h00 à 15h00	Film	Local 207 115, Sacré- Cœur	Nous avons rendez-vous pour visionner un bon film avec vos amis.



Description des activités

Mars 2009

Date	Heures	Activités	Lieu	Descriptions
Lundi, le 2, 9, 16, 23 et 30	12h00 à 13h00	Qigong	Dans l'église	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres
Mardi, le 3 mars	19h00 à 21h00	Groupe entraide I	Local 207 115, Sacré-Cœur	Les proches des personnes atteintes d'épilepsie se rencontrent.
Lundi, le 2 mars	19h00 à 21h00	C. A.	Local 207 115, Sacré-Cœur	Rencontre mensuelle des administrateurs de l'association.
Mercredi, le 4, 11, 18 et	12h00 à 13h00	Qigong	Dans l'église	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.
Mercredi, le 4, 11 et 25 mars	19h30 à 20h30	Qigong	Local 207 115, Sacré-Cœur	Relaxation, respiration, énergie et mouvements lents. Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres.
Mercredi, le 18 mars	19h00 à 21h00	Reiki	Local 207 115, Sacré-Cœur	Le Reiki détend et procure un sentiment de paix. Prenez rendez-vous pour recevoir une intervention de 30 minutes. 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.
Jeudi, le 12 mars	13h00 à 15h00	Reiki	Local 207 115, Sacré-Cœur	Le Reiki détend et procure un sentiment de paix. Prenez rendez-vous pour recevoir une intervention de 30 minutes. 5 \$ pour les membres et 10 \$ pour les non-membres.
Jeudi, le 26 mars	13h00 à 15h00	Film	Local 207 115, Sacré-Cœur	Nous avons rendez-vous pour visionner un bon film avec vos amis.

