

## PROGRAMME VIELLIR EN SANTÉ

Septembre 2023							A
Lun.	Mar.	Mer.	Jeu.	Ven.	Sam.	Dim.	
				1 Exercices physiques <b>12H05</b> <b>12H45</b>	2	3	
4  Anglais <b>11H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05-12H45</b>	5  <b>11H -12H</b>  Table de conversation en Français	6  Table de conversation en Français <b>11H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05 12H45</b>	7  Atelier Informatique <b>10H-12H</b>	8  Exercices physiques <b>12H05</b> <b>12H45</b>	9	10	
11  Anglais <b>11H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05-12H45</b>	12  Table de conversation en Français  <b>11h-12h</b>	13  Prestations Régime Pension Canada ( <b>par stephanie</b> ) <b>11h-12h</b>  Exercices physiques <b>12H05-12h45</b>	14  Atelier Informatique <b>10H-12h</b>	15  Exercices physiques <b>12H05</b> <b>12H45</b>	16	17	
18  Anglais <b>11H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05-12H45</b>	19  Session d'information différents sujets  <b>10H-12H</b>  Table de conversation en Français  <b>10H-11H</b>	20  Sortie à (930 somerset west) <b>10H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05-12H45</b>	21  Atelier Informatique <b>10H-12H</b>	22  Exercices physiques <b>12H05</b> <b>12H45</b>	23	24	

Septembre 2023

A

Lun.	Mar.	Mer.	Jeu.	Ven.	Sam.	Dim.
<p><b>25</b> Table de conversation Anglais <b>11H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05-12H45</b></p>	<p><b>26</b> Gestion des maladies chroniques. <b>Preesentation par Sabine</b> <b>11H -12H</b></p>	<p><b>27</b> <b>Santé mentale des aïnés (anxiété, démence, dépendance aux médicaments, ( Par PAC social)</b> <b>11H-12H</b>  Exercices physiques <b>12H05-12H45</b></p>	<p><b>28</b> Atelier Informatique <b>10H-12H</b></p>	<p><b>29</b> Exercises physiques <b>12H05-12H45</b></p>	<b>30</b>	