

Août 2020



Les Ateliers de l'élan

613-744-2244 / 346, ch. Montréal, Ottawa

À distance

Karine Lortie : klortie@mri.ca
Julie-Jeanne d'Arc Latrémouille :
jlatremouille@mri.ca

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 Méditation guidée (par courriel ou zoom) 13h - 15h : Projet d'art fermé Santé et bien-être	4 10h30-11h30 : Comité de l'Infolettre (sur Zoom) Conditionnement physique (par courriel) 13h - 14h30 Cours d'aquarelle avec Josie (sur Zoom)	5 10h-12h : Heures de bureau (pour appels individuels) 13h - 14h : Une heure de bonheur (aire ouverte sur Zoom)	6 11h-12h Conditionnement physique (sur Zoom) 13h - 14h Cercle de discussion téléphonique	7 10h-12h : Heures de bureau (pour appels individuels) 13h-14h Dessinons avec Turkoize (sur Zoom)
10 Méditation guidée (par courriel ou zoom) 13h - 15h : Projet d'art fermé Santé et bien-être	11 10h30-11h30 : Comité de l'Infolettre (sur Zoom) Conditionnement physique (par courriel) 13h - 14h30 Cours d'aquarelle avec Josie (sur Zoom)	12 10h-12h : Heures de bureau (pour appels individuels) 13h - 14h : Une heure de bonheur (aire ouverte sur Zoom)	13 11h-12h Conditionnement physique (sur Zoom) 13h - 14h Cercle de discussion téléphonique	14 10h-12h : Heures de bureau (pour appels individuels) 13h-14h Dessinons avec Turkoize (sur Zoom)
17 Méditation guidée (par courriel ou zoom) 13h - 15h : Projet d'art fermé Santé et bien-être	18 10h30-11h30 : Comité de l'Infolettre (sur Zoom) Conditionnement physique (par courriel) 13h - 14h30 Cours d'aquarelle avec Josie (sur Zoom)	19 10h-12h : Heures de bureau de l'Élan (pour appels individuels) 13h - 14h : <i>Mes finances, mes choix</i> , offert par EBO sur Zoom	20 11h-12h Conditionnement physique (sur Zoom) 13h - 14h Cercle de discussion téléphonique	21 10h-12h : Heures de bureau (pour appels individuels) 13h-14h Dessinons avec Turkoize (sur Zoom)
24 Méditation guidée (par courriel ou zoom) 13h - 15h : Projet d'art fermé Santé et bien-être	25 10h30-11h30 : Comité de l'Infolettre (sur Zoom) Conditionnement physique (par courriel) 13h - 14h30 Cours d'aquarelle avec Josie (sur Zoom)	26 10h-12h : Heures de bureau de l'Élan (pour appels individuels) 13h - 14h : <i>Mes finances, mes choix</i> , offert par EBO sur Zoom	27 11h-12h Conditionnement physique (sur Zoom) 13h - 14h Cercle de discussion téléphonique	28 10h-12h : Heures de bureau (pour appels individuels) 13h-14h Dessinons avec Turkoize (sur Zoom)
31 Fermé (préparation pour la programmation de l'automne)				

Conférences téléphoniques :

1. Composez le 613-244-1309
2. Entrez le code suivant lorsque demandé : 4290899

Conférences Zoom :

1. Ouvrez l'application Zoom (préalablement installé sur votre appareil) et cliquez sur « Join a meeting »
2. Entrez le code suivant : 906 285 8180 Mot de passe : elan2020