

Novembre 2020



Les Ateliers de L'Élan

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



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 Fermé	3 10h-11h30 : L'anxiété et moi 1h-2h30 : Cours d'aquarelle	4 10-10h30 : Café des mélomanes + partage de notre liste musicale via Youtube 1h30-3h : Groupe d'entraide au rétablissement	5 10-11h30 : Club de marche (aucune personne dans les locaux) 1h30-3h00 : Équipe du journal	6 13h30-15h00 : Cercle des artisans
9 10-11h : Zoom Fit	10 10h-11h30 : L'anxiété et moi 1h-2h30 : Cours d'aquarelle	11 10-10h30 : Café des mélomanes + partage de notre liste musicale via Youtube 1h30-3h : Vivre en toute vulnérabilité ! La vétérane Hélène LeScelleure nous livre un témoignage sur son rétablissement	12 10-11h30 : Club de marche (aucune personne dans les locaux) 1h30-3h00 : Projet d'art collaboratif	13 13h30-15h00 : Cercle des artisans
16 10-11h : Zoom Fit 1h30 : Comité consultatif	17 10h-11h30 : L'anxiété et moi 1h-2h30 : Cours d'aquarelle	18 10-10h30 : Café des mélomanes + partage de notre liste musicale via Youtube 1h30-3h : Groupe d'entraide au rétablissement	19 Journée de l'homme! 10-11h30 : Club de marche (aucune personne dans les locaux) 1h30-2h30 : Équipe du journal	20 13h30-15h00 : Cercle des artisans
23 10-11h: Zoom Fit 1h30 : Session d'aide pour remplir l'évaluation OPSO (infos à venir)	24 10h-11h30 : L'anxiété et moi 1h-2h30 : Cours d'aquarelle	25 10-10h30 : Café des mélomanes + partage de notre liste musicale via Youtube 1h30-3h : Groupe d'entraide au rétablissement	26 10-11h30 : Club de marche (aucune personne dans les locaux) 1h30-3h : Projet d'art collaboratif	27 13h30-15h00 : Cercle des artisans
30 10-11h30 : Zoom fit 1h30 : Session d'aide pour remplir l'évaluation OPSO (infos à venir)	<div style="background-color: #004a7c; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; text-align: center;"> <p>Pour vous joindre aux ateliers, téléchargez et ouvrez l'application Zoom : https://zoom.us/ Cliquez ensuite sur « Joindre ». On vous demandera d'entrer un nouveau code ainsi qu'un mot de passe que voici : Code : 486 858 8910 mot de passe : elan2020</p> </div>			



Ensemble, à la maison,
pour la sécurité de tous !

Pour toute question et en cas de problème de connexion,
contactez-nous au 613-744-2244

Karine : poste 600
Julie-Jeanne d'Arc : poste 614