

## Dimanche

## Lundi

## Mardi


## Mercredi

## Jeudi

## Vendredi

## Samedi

1

 13H30-14H30: Réunion AA  
(en anglais)

2

Fête du travail

Fermé

3

9H30-15H00: Clinique  
d'optométrie  
mobile

4

9H30-12H00 Projet des  
mitaines - Jane  
& Tina  
13H00-15H30:

5

 9H45-11H35: Vestiaire

 13H00-16H00: Reiki - Lulu

13H30-15H30: Cercle de  
couture - Elissa


6

9H00-16H00: Récolte de  
pommes - Elissa

 9H45-11H35: Vestiaire

11H00-11H45: Danse et relaxation  
- Anastasia


12H30-16H30: Activité culturelle  
pour femmes  
autochtones - UPIP

 13H30-15H30: Pose de vernis -  
Nina


7



8

 13H30-14H30: Réunion AA  
(en anglais)

9

 10H00-15H00: Physiothérapeute  
- Amy

13H30-15H30: Introduction à la  
peinture de  
paysage - Silvia

10

9H00-12H00: Projet Peter  
McGill

12H30-15H00: Sortie au  
restaurant - Elissa

12H30-14H00: Infirmière - Kitty

11

9H00-15H00: Soins des pieds  
- Annick

9H30-12H00 Projet des  
mitaines - Jane  
& Tina

13H00-15H30: & Tina  
11H00-16H00: Clinique  
dentaire - Hien


12

 9H45-11H35: Vestiaire

 10H00-15H00: Massothérapie  
- Courtney


13H30-15H30: Cercle de  
couture - Elissa

13

 9H45-11H35: Vestiaire


11H00-11H45: Danse et relaxation  
- Anastasia

12H30-16H30: Activité culturelle  
pour femmes  
autochtones - UPIP


 13H00-15H30: Coupe de  
cheveux - Nina

14

15

 13H30-14H30: Réunion AA  
(en anglais)

16

 9H30-12H00: Coupe de  
cheveux - Apart  
Studio

13H30-15H30: Introduction à la  
peinture de  
paysage - Silvia

17

9H00-12H00: Projet Peter  
McGill

10H00-15H00: Infirmières McGill

10H00-12H00 Distribution de  
cartes-cadeaux  
& d'épicerie  
13H00-16H00:

10H30-12H30: Docteur en médecine  
interne - Dr. Foldes  
13H00-15H00: Bingo - Elissa

15H00-16H00: Comité des femmes

18

9H00-15H00: Soins des pieds - Annick

9H30-12H00 Projet des  
mitaines -  
& Tina  
13H00-15H30:

10H00-12H00 Distribution de  
& cartes-cadeaux  
13H00-16H00: d'épicerie

19

 9H45-11H35: Vestiaire

 13H00-16H00: Reiki - Lulu


13H30-15H30: Cercle de  
couture - Elissa

20

 9H45-11H35: Vestiaire


11H00-11H45: Danse et relaxation  
- Anastasia

12H30-16H30: Activité culturelle  
pour femmes  
autochtones - UPIP

 13H30-15H30: Pose de  
vernis - Nina


21


22

 13H30-14H30: Réunion AA  
(en anglais)

23

10H00-15H00: Infirmières  
McGill

 11H00-11H45: Exercices  
physiques  
pour débutant

 12H00-13H00: Traiteur indien  
à la maison -  
Darbar

24

9H00-12H00: Projet Peter  
McGill

10H00-15H00: Infirmières  
McGill

13H00-16H00: Sortie kayak -  
Elissa

25

9H00-15H00: Soins des pieds  
- Annick

9H30-12H00 Projet des  
mitaines - Jane  
& Tina  
13H00-15H30:

26

 9H45-11H35: Vestiaire


10H30-12H00: Fabrication de  
bijoux - Lina

13H30-15H30: Cercle de  
couture - Elissa

27

 9H45-11H35: Vestiaire


12H30-16H30: Activité culturelle  
pour femmes  
autochtones - UPIP

 13H00-15H30: Coupe de  
cheveux - Nina

28

 10H00-15H00:  
Physiothérapeute  
- Stéphanie

29

 13H30-14H30: Réunion AA  
(en anglais)

30

Journée nationale de la  
vérité et de la réconciliation

10H00-15H00: Infirmières  
McGill



Ce symbole indique que le  
point de rendez-vous de  
l'activité est au 1430  
Chomedey, ou que l'activité se  
déroule au 1430 Chomedey.

Veillez noter que les inscriptions aux activités (sauf  
RDV médicaux) seront traitées en priorité par ordre  
alphabétique, pour le premier jour d'inscription (3  
septembre). Pour le mois de septembre, les noms  
de famille commençant par U et V seront  
prioritaires.



**1, 8, 15, 22 ET 29 SEPTEMBRE** Réunion AA (en anglais) **13H30-14H30** 🏠

**3 SEPTEMBRE** Clinique d'optométrie mobile - sur RDV **9H30-15H00**

**4, 11, 18 ET 25 SEPTEMBRE** Projet mitaines avec Jane et Tina (pré-enregistrées) **9H30-12H00&13H00-15H30**

**5 ET 19 SEPTEMBRE** Reiki avec Lulu - sur RDV **13H00-16H00** 🏠

**5, 6, 12, 13, 19, 20, 26 ET 27 SEPTEMBRE** Vestiaire **9H45-11H35** 🏠

**5, 12, 19 ET 26 SEPTEMBRE** Cercle de couture avec Elissa (tous niveaux bienvenus) **13H30-15H30**

**6 SEPTEMBRE** Récoltes de pommes avec Elissa **9H00-16H00**

**6 ET 20 SEPTEMBRE** Pose de vernis avec Nina **13H30-15H30** 🏠

**6, 13 ET 20 SEPTEMBRE** Danse et relaxation avec Anastasia **11H00-11H45**

**6, 13, 20 ET 27 SEPTEMBRE** UPIP - Activité culturelle pour femmes autochtones **12H30-16H30**

**9 SEPTEMBRE** Physiothérapeute Amy **10H00-15H00** 🏠

**9 ET 16 SEPTEMBRE** Introduction à la peinture de paysages avec Silvia **13H30-15H30**

**10 SEPTEMBRE** Infirmière Kitty **12H30-14H00**

**10 SEPTEMBRE** Sortie au restaurant avec Elissa **12H30-15H00**

**10, 17 ET 24 SEPTEMBRE** Projet Peter McGill **9H00-12H00**

**11 SEPTEMBRE** Clinique dentaire avec Hien **11H00-16H00**

**11, 18 ET 25 SEPTEMBRE** Infirmière soins des pieds Annick **9H00-15H00**

**12 SEPTEMBRE** Massothérapeute Courtney **10H00-15H00** 🏠

**13 ET 27 SEPTEMBRE** Coupe de cheveux - Nina - sur RDV (Arriver les cheveux lavés) **13H00-15H30** 🏠

**16 SEPTEMBRE** Coupe de cheveux - Apart Studio - sur RDV (Arriver les cheveux lavés) **9H30-12H00** 🏠

**17 SEPTEMBRE** Bingo avec Elissa **13H00-15H00**

**17 SEPTEMBRE** Comité des femmes **15H00-16H00**

**17 SEPTEMBRE** Docteur en médecine interne - Dr Foldes **10H30-12H30**

**17 ET 18 SEPTEMBRE** Distribution de cartes-cadeaux d'épicerie (pré-enregistrées) **10H00-12H00 & 13H00-16H00**

**17, 23, 24 ET 30 SEPTEMBRE** Infirmières de McGill **10H00-15H00**

**23 SEPTEMBRE** Exercices physiques pour débutantes - Fitlab **11H00-11H45** 🏠

**23 SEPTEMBRE** Traiteur indien à la maison - Darbar **12H00-13H00** 🏠

**24 SEPTEMBRE** Sortie kayak avec Elissa **13H00-16H00**

**26 SEPTEMBRE** Fabrication de bijoux avec Lina **10H30-12H00**

**28 SEPTEMBRE** Physiothérapeute Stéphanie **10H00-15H00** 🏠

Début des inscriptions :

- **3 septembre** pour les activités et les RDV médicaux

Veillez noter que les inscriptions aux activités (sauf RDV médicaux) seront traitées en priorité par ordre alphabétique, pour **le premier jour d'inscription**. Pour le mois de septembre, les noms de famille commençant par **U et V** seront prioritaires.

Les inscriptions pour les **activités** seront prises par **Felicia**: 514-937-2341 **poste 0**, du lundi au vendredi, 9h00 à 14h00.

Les rendez-vous pour les **services médicaux** seront pris pas **Odilia**: 514-937-2341 **poste 260**, du lundi au vendredi, de 9h00 à 16h00.

Veillez noter que les sorties au restaurant ainsi que le vestiaire sont limités à maximum une fois tous les deux mois.