

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
3 9h00-10h00- Heure du Café 10h00-11h00 - Enlever Décorations de Halloween Dîner 1h00-3h00-Artisanat de Choix	4 9h00-10h00 - Heure du Café 10h00-11h00 - Table Ronde Dîner 1h00-3h00- Combattre le Stress avec Michael 3h00-4h30- Vivre la Vie en Plein	5 10h00-11h00-Heure du Café 11h00-11h30- Yoga sur Chaise Dîner 1h00-3h00- Salon Funéraire Buffam	6 9h00-10h00- Heure du Café 10h00-11h00 - Table Ronde Dîner 1h00-3h00 - Artisanat Pour le Jour du Souvenir	7 9h00-10h00-Heure du Café 10h00-10h30 - Yoga Sur Chaise Dîner 1h00-3h00- Bingo
10 9h00-9h30 - Heure du Café 9h30-11h00 - Chanter Avec Jerry Dîner 1h00-3h00 - Anecdote	11 9h00-10h00 - Heure du Café 10h00-11h00 - Table Ronde Dîner 1h00-2h00- Rencontre de Membres 3h00-4h30 - Vivre la Vie en Plein	12 10h00-11h00 - Heure du Café-Table Ronde Dîner 1h00-3h00 - L'Art avec Casse-Tete	13 9h00-10h00- Heure du Café 10h00-11h00 - Table Ronde 11h00-11h30- Yoga Chaise Dîner 1h00-3h00 -Musique et la Santé Mentale avec Deanna	14 9h00-9h30 - Heure du Café 9h30-10h30 - Français 101 Dîner 1h00-3h00 - Film
17 9h00-10h00- Heure du Café 10h00-11h00 - Table Ronde Dîner 1h00-3h00 - Scrapbooking avec Jackie	18 9h00-9h30 - Heure du Café 9h30-10h30 - Français 101 Dîner 1h00-3h00 - Points Diamands 3h00-4h30- Vivre la Vie en Plein	19 10h00-11h00-Heure du Café 11h00-11h30 - Yoga sur Chaise Dîner 1h00-3h00 - Art Mozaic avec Colle et Peinture	20 Jeux de Sociétés 	21 9h00-9h30 - Heure du Café 9h30-11h00 -Bingo Dîner 1h00-3h00 - Artisanat de Choix
24 9h00-10h00- Heure du Café 10h00-11h00 - Jaser de la Fin de Semaine Dîner 1h00-3h00 - Faire de l'Art avec Mel	25 9h00-10h00 - Heure du Café 10h00-11h00 - Table Ronde 11h00-11h15- Yoga sur Chaise Dîner 1h00-3h00 - Vivre la Vie en Plein	26 10h00-11h00 - Heure du Café Dîner Soupe Gratuite 1h00-3h00 -Peinture de Roches avec Flo	27 9h00-10h00 - Heure du Café 10h00-11h00 - Table Talk Dîner - Tarte de Fête 1h00-3h00 - Peinture avec Q-Tips	28 9h00-10h00 - Heure du Café 10h00-11h00- Table Ronde Dîner 1h00-3h00 - Tournoi de Crib

Programme Étoile du Nord
11, promenade Riverside
New Liskeard (Ontario)

705-647-7566



**Canadian Mental
Health Association**
Cochrane-Timiskaming
Addiction and Mental Health Services

**Association canadienne
pour la santé mentale**
Cochrane-Timiskaming
Services de toxicomanie et de santé mentale