

Décembre

2025



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
1  Étirements dynamiques 13 h 30 à 14 h 30	2	3  Aérobic en douceur 10 h à 11 h	4	5  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobic en douceur 10 h à 11 h	6	7  Déjeuner avec le père Noël 10 h à midi
8  Décorations de Noël 9 h à midi  Étirements dynamiques 13 h 30 à 14 h 30	9	10  Aérobic en douceur 10 h à 11 h	11	12  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobic en douceur 10 h à 11 h	13  Décoration de biscuits de Noël 13 h à 16 h	14
15  Étirements dynamiques 13 h 30 à 14 h 30	16	17  Aérobic en douceur 10 h à 11 h	18  L'heure du thé des Fêtes 14 h à 17 h	19  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobic en douceur 10 h à 11 h	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29 	30	31				