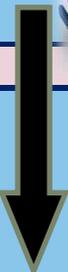
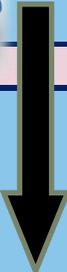


# Février 2023

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1	2	3
<b>Réunions d'Équipe tous les Lundis</b>   	Lorsque les activités du comité du Fond de Sécurité Routière & du projet d'Audrey, stagiaire au Captchpl, seront ajoutées au calendrier, les membres impliqués seront avisés.			
6	7	8	9	10
	<b>BOUGE. DON. BEAUX 4H</b> <b>FONDATION MARTIN-MATTE</b>  <b>Exercices Viactive &amp; Danse Festive</b>		<b>BOUGE. DON. BEAUX 4H</b> <b>FONDATION MARTIN-MATTE</b>  <b>Quilles avec le groupe de Mont-Laurier</b>	<b>BOUGE. DON. BEAUX 4H</b> <b>FONDATION MARTIN-MATTE</b>  <b>Groupe de Femmes Spécial Karaoqué &amp; Danse</b>
13	14	15	16	17
	 <b>St-Valentin Atelier Bonheur &amp; Douceur</b>			
20	21	22	23	24
		<b>C.A. du Captchpl</b>  <b>Rencontre des Comités Journal &amp; Vie associative</b>		<b>Atelier d'écriture</b> avec Caroline Legoux, auteure  <b>Groupe d'Hommes</b>
27	<b>CAPTCHPL</b> 28			<b>CAPTCHPL</b> <b>643 de Martigny Ouest</b> <b>Saint-Jérôme</b> <b>450-431-3437</b>
	<b>Art Création Libre</b> peinture / bijoux carillons / collages et plus...			

DATES	DÉTAILS DES ACTIVITÉS	INFOS LIEUX & HEURES
Mardi 7 février	<p><b>BOUGE. DON. BEAUX 4H de la FONDATION MARTIN-MATTE</b></p> <p>Pour la 2<sup>e</sup> étape de notre défi, ce moment sera consacré à des exercices sur chaises « Viactive » pour se terminer sur de la danse festive.</p> <p><b>Apportez votre lunch. Un dessert spécial sera fourni.</b></p>	<p>643 de Martigny ouest Saint-Jérôme <b>10h30 à 13h00</b></p>
Mardi 14 février	<p><b>St-Valentin</b></p> <p>Atelier Bonheur &amp; Douceur. Capsules vidéo, jeu coopératif &amp; petites douceurs seront au menu pour célébrer cette belle journée de l'amour &amp; de l'amitié.</p> <p><b>Dîner &amp; gourmandises seront fournis.</b></p>	<p>643 de Martigny ouest Saint-Jérôme <b>10h30 à 13h30</b></p>
Mercredi 22 février	<p><b>Rencontre des Comités</b></p> <p>Les membres intéressés à s'impliquer dans l'un ou l'autre de ces comités « Journal » &amp; « Vie associative » sont les bienvenus en ce début d'année. Cette rencontre servira à vous informer de ce que sont ces comités et ce qu'ils demandent comme implication dans l'année.</p> <p><b>Collation sucrée ou salée et breuvage fournis.</b></p>	<p>210 de Martigny ouest Saint-Jérôme <b>13h00 à 15h00</b></p>
Vendredi 24 février	<p><b>Atelier d'écriture</b></p> <p>Caroline Legouix, auteure, vous incitera à jouer avec les mots à travers divers exercices tantôt amusants, tantôt plus sérieux. Une belle activité d'exploration de nos talents d'écritures parfois insoupçonnés !</p> <p><b>Apportez votre lunch.</b></p>	<p>643 de Martigny ouest Saint-Jérôme <b>10h30 à 13h30</b></p>
Mardi 28 février	<p><b>Art Création Libre</b></p> <p>Profiter d'une pause détente créative avec divers matériaux mis à votre disposition. Possibilité de peinture / bijoux / carillons / collages et plus...</p> <p><b>Apportez votre lunch.</b></p>	<p>643 de Martigny ouest Saint-Jérôme <b>10h30 à 13h00</b></p>