

## SEPTEMBRE

### Lundi 2 septembre 2019

09:00 - 12:00 Permanence abonnements  
09:30 - 12:30 Balade à vélo  
10:00 - 11:30 Espace rencontres  
14:00 - 16:00 Permanence abonnements

### Mardi 3 septembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
09:30 - 19:00 Visite de musées ou d'expositions  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 4 septembre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Vendredi 6 septembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 9 septembre 2019

09:30 - 12:30 Balade à vélo  
10:00 - 11:30 Espace rencontres

### Mardi 10 septembre 2019

08:00 - 15:00 Balade ornithologique  
09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 11 septembre 2019

15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 12 septembre 2019

09:00 - 18:30 Excursion en car  
09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
10:00 - 18:00 Sortie de la Collégiale  
14:00 - 15:30 Danse

### Vendredi 13 septembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique  
10:00 - 16:00 Randonnée

### Lundi 16 septembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 17 septembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 18 septembre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 19 septembre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse

### Vendredi 20 septembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 23 septembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 24 septembre 2019

08:00 - 18:00 Balade nature  
09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 25 septembre 2019

08:00 - 18:00 Balade nature  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 26 septembre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse  
14:30 - 17:00 Scrabble

### Vendredi 27 septembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Dimanche 29 septembre 2019

10:00 - 12:00 Marche vers le CAD (7km)  
11:00 - 12:00 Marche vers le CAD (3,5 km)

### Lundi 30 septembre 2019

09:45 - 12:45 Balade à vélo  
10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

## OCTOBRE

### Mardi 1 octobre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 2 octobre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 3 octobre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 4 octobre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 7 octobre 2019

09:45 - 12:45 Balade à vélo  
10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 8 octobre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
14:00 - 16:00 Marche douce  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 9 octobre 2019

08:00 - 17:00 Balade ornithologique  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 10 octobre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 11 octobre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique  
10:00 - 16:00 Randonnée

### Lundi 14 octobre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 15 octobre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 16 octobre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 17 octobre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 18 octobre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 21 octobre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
17:00 - 19:00 Projection de films

### Vendredi 25 octobre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 28 octobre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 29 octobre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 30 octobre 2019

09:00 - 15:00 Balade nature  
14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 31 octobre 2019

09:30 - 11:00 Atelier de self-défense  
09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

## NOVEMBRE

### Vendredi 1 novembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 4 novembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres

16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 5 novembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation

15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 6 novembre 2019

15:40 - 16:40 Yoga débutants

16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 7 novembre 2019

09:30 - 11:00 Atelier de self-défense

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale (sous réserve)

14:00 - 15:30 Danse

14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 8 novembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 11 novembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres

16:00 - 17:00 Aquagym

17:00 - 19:00 Projection de films

### Mardi 12 novembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation

15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 13 novembre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise

15:40 - 16:40 Yoga débutants

16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 14 novembre 2019

09:30 - 11:00 Atelier de self-défense

14:00 - 15:30 Danse

14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 15 novembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 18 novembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres

16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 19 novembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation

15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 20 novembre 2019

15:40 - 16:40 Yoga débutants

16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 21 novembre 2019

09:30 - 11:00 Atelier de self-défense

14:00 - 15:30 Danse

14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 22 novembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 25 novembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres

16:00 - 17:00 Aquagym

17:00 - 19:00 Projection de films

### Mardi 26 novembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation

15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 27 novembre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise

15:40 - 16:40 Yoga débutants

16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 28 novembre 2019

09:30 - 11:00 Atelier de self-défense

14:00 - 15:30 Danse

14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 29 novembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

## DECEMBRE

### Lundi 2 décembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 3 décembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 4 décembre 2019

08:00 - 16:00 Balade ornithologique  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 5 décembre 2019

09:30 - 11:00 Atelier de self-défense  
09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 6 décembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 16 décembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym  
17:00 - 19:00 Projection de film

### Mardi 17 décembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 18 décembre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 19 décembre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale (sous réserve)  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 20 décembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique

### Lundi 9 décembre 2019

10:00 - 11:30 Espace rencontres  
16:00 - 17:00 Aquagym

### Mardi 10 décembre 2019

09:30 - 11:00 Méditation  
15:00 - 17:00 Expression artistique

### Mercredi 11 décembre 2019

14:00 - 16:00 Conversation anglaise  
15:40 - 16:40 Yoga débutants  
16:50 - 17:50 Yoga tous niveaux

### Jeudi 12 décembre 2019

09:30 - 11:00 Improvisation théâtrale  
11:00 - 15:30 Choucroute  
14:00 - 15:30 Danse  
14:00 - 17:00 Jass

### Vendredi 13 décembre 2019

10:00 - 11:30 Atelier informatique