Novembre 2026

Calendrier des activités

Centre d'action bénévole D'autray
180 rue de Champlain à Berthierville
450 836-7122 | 450 875-0921 (Lavaltrie) | reception@cabautray.com

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
2 • 9 h à 10 h: Mise en forme à Lanoraie* • 10 h 45 à 11 h 45: Mise en forme à St-Cuthbert ** • **13 h 15****à 15 h : ACEF : « **L'Achat en ligne** » • 15 h 30 à 17 h : Cabatines troupe culturelle	3 • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (CABA) • 13 h 30 à 15 h 30 : Gymnastique de la mémoire (St-Cuthbert)	4 • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (Lanoraie) • 12 h à 14 h 30 : Centre communautaire Ste-Elisabeth • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.1	5 • 9 h 30 à 10 h 30 : Mise en forme (CABA) • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.2	6 • 9 h à 10 h : Tai chi – **débutants** • 10 h 30 à 11 h 30 : Tai chi – **avancés** • 13 h 30 à 15 h : Jeux de poches
9 • 9 h à 10 h : Mise en forme à Lanoraie* • 10 h 30 à 12 h : Atelier d'écriture : « Philippe Routhier » • 10 h 45 à 11 h 45: Mise en forme à St-Cuthbert ** • 12 h à 14 h 30 : Centre communautaire St-Cuthbert **	10 • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (CABA) • 13 h 30 à 15 h 30 : Gymnastique de la mémoire (St-Cuthbert)	11 • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (Lanoraie) • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.1	12 • 9 h 30 à 10 h 30 : Mise en forme (CABA) • 13 h 30 : Les P'tites vues : « **125 rue des Malaises** » • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.2	13 • 9 h à 10 h : Tai chi – **débutants** • 10 h 30 à 11 h 30 : Tai chi – **avancés** • 13 h 30 à 15 h : Jeux de poches

CONTRIBUE-DON !!

La Collecte de fonds du CABA est en cours.

Rapportez votre don chez Jean Coutu pour multiplier votre précieuse contribution !

INFORMATION TARIFS

Mise en forme : 2$ | Gymnastique de la mémoire : 2$ | Atelier d'art : 2$ | Cinéma : 3$ | Jeux de poches : gratuit

LIEUX : *Lanoraie : Salle Jean Bourdon - ****St-Cuthbert** : Salle Chevalier De Lorimier -

Partenaire principal
Desjardins
Caisse de D'Autray

Novembre 2026

Calendrier des activités

Centre d'action bénévole D'autray
180 rue de Champlain à Berthierville
450 836-7122 | 450 875-0921 (Lavaltrie) | reception@cabautray.com

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
16 • 9 h à 10 h: Mise en forme à Lanoraie* • 10 h 45 à 11 h 45: Mise en forme à St-Cuthbert ** • 15 h 30 à 17 h : Cabatines troupe culturelle	**17** • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (CABA) • 13 h 30 à 15 h 30 : Gymnastique de la mémoire (St-Cuthbert)	**18** • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (Lanoraie) • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.1	**19** • 10 h 30 à 11 h 30 Mise en forme (CABA) • 12 h à 15 h : Centre communautaire (CABA) • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR. 2	**20** • 9 h à 10 h : Tai chi – **débutants** • 10 h 30 à 11 h 30 : Tai chi – **avancés** • 13 h 30 à 15 h : Jeux de poches
23 • 9 h à 10 h : Mise en forme à Lanoraie* • 10 h 45 à 11 h 45: Mise en forme à St-Cuthbert ** • **13 h 15**** à 15 h : ACEF : « **Ma consommation a une valeur** » • 15 h 30 à 17 h : Cabatines troupe culturelle	**24** • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (CABA) • 13 h 30 à 15 h 30 : Gymnastique de la mémoire (St-Cuthbert) • 13 h 30 : Les P'tites vues : **« Françoise »**	**25** • 9 h 30 à 11 h 30 : Gymnastique de la mémoire (Lanoraie) • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.1	**26** • 9 h 30 à 10 h 30 : Mise en forme (CABA) • 12 h à 14 h 30 : Centre communautaire St-Barthélemy • 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art GR.2	**27** • 9 h à 10 h : Tai chi – **débutants** • 10 h 30 à 11 h 30 : Tai chi – **avancés** • 13 h 30 à 15 h : Jeux de poches Dimanche 29 **Spectacle Boucar Diouf /Marché de Noël à Québec**
30 • 9 h à 10 h : Mise en forme à Lanoraie * • 10 h 45 à 11 h 45 : Mise en forme à St-Cuthbert ** • Dès 14 h : Vente de billets « **Grand dîner Noël** »				

Mercredi 25 novembre à 18 h 30 : Conférence Denis Bouchard
(Au Centre Culturel Desjardins à Joliette)
« Le Bonheur c'est comme le sucre à la crème, si on en veut on s'en fait ! »
Chers bénévoles, réservez votre place à la réception du CABA !

INFORMATION TARIFS

Mise en forme : 2$ | Gymnastique de la mémoire : 2$ | Atelier d'art : 2$ |
Cinéma : 3$ | Jeux de poches : gratuit

LIEUX : *Lanoraie : Salle Jean Bourdon - ****St-Cuthbert** : Salle Chevalier De Lorimier -

Partenaire principal
Desjardins
Caisse de D'Autray