

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
		1 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (Lanoraie) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art (C.C. de l'Ile Dupas)	2 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art gr.2 (C.C. de L'Ile Dupas)	3 CONGÉ
6 CONGÉ	7 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (CABA) 13 h 30 à 15 h 30 : Gym de la mémoire (St-Cuthbert)	8 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (Lanoraie) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art 14 h à 16 h 30 : Cabatines théâtre	9 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie (Salle de l'Age d'Or) 9 h 30 à 10 h 30 : Mise en forme (CABA) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art gr.2	10 10 h à 11 h : Tai chi 13 h 30 à 15 h : Jeu de poches
13 9 h à 10 h : Mise en forme à Lanoraie (Jean Bourdon) 10 h 45 à 11 h 45 : Mise en forme à St-Cuthbert (Salle communautaire) 12 h à 15 h 30 : Centre communautaire (St-Cuthbert) (Salle communautaire) 15 h à 16 h 30 : Cabatines	14 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie Salle de l'Age d'Or 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (CABA) 13 h 30 à 15 h 30 : Gym de la mémoire (St-Cuthbert)	15 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (Lanoraie) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art 15 h 30 à 17 h 30 : Générale : Les Cabatines	16 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie Salle de l'Age d'Or 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	17 10 h à 11 h : Tai chi 13 h 30 à 15 h : Jeu de poches 18 Activité : Reconnaissance Bénévoles à St-Ignace

INFORMATION TARIFS

Mise en forme : 2\$ par cours | Gymnastique de la mémoire : 2\$ (café, biscuit)

Les P'tites vues : 3\$ (incluant café, biscuit et pop corn) | Atelier d'art : 2\$

Centre communautaire des aînés : 12\$ par personne, inscription obligatoire 7 jours avant

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
20 9 h à 10 h: Mise en forme à Lanoraie (Jean Bourdon) 10 h 45 à 11 h 45: Mise en forme à St-Cuthbert (Salle communautaire) 13 h 30 à 16 h 30: Générale : Les Cabatines	21 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie Salle de l'Age d'Or 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (CABA) 13 h 30 à 15 h 30 : Gym de la mémoire (St-Cuthbert)	22 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (Lanoraie) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art 15 h 30 à 18 h : Générale : Les Cabatines	23 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie Salle de l'Age d'Or Spectacle : LES CABATINES À PDL	24 10 h à 11 h : Tai chi 13 h 30 à 15 h : Jeu de poches
27 9 h à 10 h: Mise en forme à Lanoraie (Jean Bourdon) 10 h 45 à 11 h 45: Mise en forme à St-Cuthbert (Salle communautaire)	28 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie Salle de l'Age d'Or 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (CABA) 13 h 30 à 15 h 30 : Gym de la mémoire (St-Cuthbert) 13h 30 Conférence : L'aide médicale à mourir	29 9 h 30 à 11 h 30 : Gym de la mémoire (Lanoraie) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art	30 9 h à 11 h : Programme "Pied" Lanoraie Salle de l'Age d'Or 9 h 30 à 10 h 30 : Mise en forme (CABA) 12 h à 15 h: Centre communautaire (St-Barthelemy) 13 h 30 à 15 h 30 : Atelier d'art gr.2	

INFORMATION TARIFS

Mise en forme : 2\$ par cours | Gymnastique de la mémoire : 2\$ (café, biscuit)

Les P'tites vues : 3\$ (incluant café, biscuit et pop corn) | Atelier d'art : 2\$

Centre communautaire des aînés : 12\$ par personne, inscription obligatoire 7 jours avant

Partenaire principal