

Calendrier des activités

SEPTEMBRE 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
31 AOÛT 14 h Chorale	10 h Marche extérieure --- 13 h 30 Bingo	10 h Épisode 1 : <i>La petite maison dans la prairie</i> --- 11 h 30 Dîner avec les fêtes --- 13 h 30 Manucures	13 h 30 Bingo et Promenade avec le Reflet	14 h à 16 h Epluchette de blés d'Inde et animation musicale avec Pierre Perron
7 Congé d'activités ! Fête du travail	8 13 h 30 Bingo	10 h Épisode 2 (petite maison...) --- 14 h 9 Pause Café du directeur --- 15 h 15 moment musical avec Réjean Bouchard	10 9 h cours de vitalité intellectuelle (Début) --- 13 h 30 Bingo --- 18 h 30 Soirée de cartes & de jeux	11 10 h Promenade avec le Reflet --- 13 h 15 Sortie au Centre d'achat
14 14 h Chorale	15 10 h Marche extérieure --- 13 h 30 Bingo	10 h Épisode 3 (petite maison...) --- 16 13 h Sortie à Val-Jalbert	17 9 h cours de vitalité --- 13 h 30 Bingo et Promenade avec le Reflet	18 10 h Mise en forme avec Megan (Début) --- 13 h 30 Pétanque
Journée mondiale de l'Alzheimer	C'est l'automne ! 10 h Marche extérieure --- 22 13 h 30 Bingo & Cours de français (Début)	8 h 15 à 11 h 30 : Groupe Forget 10 h Épisode 4 (petite maison...) --- 23 13 h 30 Rencontre annuelle Comité de Milieu de Vie --- 15 h 15 moment musical	24 9 h cours de vitalité --- 13 h 30 Bingo spécial	25 10 h Mise en forme --- 14 h Moment musical des Journées de la culture
21 14 h Chorale	22 13 h 30 Bingo & Cours de français (Début)	23 13 h 30 Rencontre annuelle Comité de Milieu de Vie --- 15 h 15 moment musical	24 9 h cours de vitalité --- 13 h 30 Bingo spécial	25 10 h Mise en forme --- 14 h Moment musical des Journées de la culture
28 9 h à 15 h Rencontres "techno" avec Aurore ! --- 14 h Chorale (Au reflet)	29 13 h 30 Bingo & Cours de français	10 h Épisode 5 (petite maison...) --- 13 h 30 Pratique de quilles sur la switch	1 9 h cours de vitalité --- 13 h 30 Bingo	2 10 h Yoga sur chaise --- 13 h 30 Jeux variés (jeu de dame géant, curling sur table, petuches, etc.)

Cet automne, nous changeons la formule des cours de tablettes et de cellulaires. Nous vous offrons du temps individuel pour vous aider, si vous avez des problèmes ou tout simplement pour en apprendre d'avantage avec votre appareil. Des plages horaires seront affichées sur le babillard pour vous inscrire

Votre comité vous invite à cette rencontre annuelle. Le temps d'échanger et faire le point des sujets traités durant l'année

Revivez cette série culte des années 70 avec cette nouvelle série de 8 épisodes. Nous diffuserons 1 épisode par semaine.

Une fois par mois, venez vous amuser avec nous ! Collation et prix de présence

En cas de mauvais temps, ce sera de la pétanque-atout

Piano et chants, par Nicole Bilodeau, Agathe Verreault, Alain Lévesque et Imelda.

Les cours de mise en forme et de yoga sont adaptés pour vous et selon vos limites. L'essayer, c'est l'adopter !