

Novembre 2024

dim.	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	sam.
	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; background-color: #4b2c2c; color: white;"> Badminton 18h30 à 19h30 Lundi le 4, 11, 18 et 25 novembre </div>				1	2
					Coordination Pas d'activité	
3	4	5	6	7	8	9
	<u>11h30 à 15h</u> Dîner Normandin et Atelier «Miroir, miroir, dis-moi...»	Coordination Pas d'activité	<u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> Voyage autour du monde: l'Ouest Canadien	<u>9h à 11h</u> Planification des activités <u>13h à 15h</u> Chanter pour le plaisir <u>19h</u> - Cinéma St- Pamphile	<u>9h à 11h</u> Comité voyage <u>13h à 16h</u> Sortie épicerie	
10	11	12	13	14	15	16
	<u>9h à 11h</u> Gym <u>13h à 15h</u> Groupe soutien	<u>9h à 11h</u> Conciergerie / Journal <u>13h à 16h</u> Expression par l'art	<u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> AQDR Aîné branché	<u>9h à 11h</u> Comité des membres <u>13h à 15h</u> Quilles	<u>19h30</u> Théâtre «Le bonheur d'Henri » à St-Pamphile	
17	18	19	20	21	22	23
	<u>9h à 11h</u> Activités physiques <u>13h à 15h</u> Bingo	<u>9h à 11h</u> Cours d'espagnol <u>13h à 16h</u> Expression par l'art	<u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> Fabrication calendrier de l'Avent	Coordination Pas d'activité	<u>9h à 16h</u> Cuisine collective Groupe 2	
24	25	26	27	28	29	30
	<u>9h à 11h</u> Gym <u>13h à 15h</u> Conciergerie / Journal	<u>9h à 11h</u> Groupe soutien <u>13h à 16h</u> Expression par l'art	<u>10h15 à 11h15</u> Viniyoga <u>13h à 15h</u> Recettes protéinées <u>19h</u> - Théâtre «La vie des autres»	<u>9h à 11h</u> Comité prévention <u>13h à 15h</u> Chanter pour le plaisir	Coordination Pas d'activité	

Transport des membres:

3.00\$ à l'intérieur de la MRC de L'Islet

4.00\$ à l'extérieur de la MRC

Transport non-membres:

4.00\$ à l'intérieur de la MRC

5.00\$ à l'extérieur de la MRC

Cuisine collective: (Offert à tous ceux en logement, maison)

3,00\$ par portion

Dîner Normandin et Atelier «Miroir, miroir, dis-moi...»: 10,00\$, transport

inclus. Apportez de l'argent pour le dîner, entre 20\$ et 25\$.

Expression par l'art: 5,00\$ / cours

Viniyoga: 5,00\$ / cours

Chanter pour le plaisir: Gratuit

Gym: 3,00\$

Activités physiques: Gratuit

Quilles: 6,00\$, souliers inclus

Sortie épicerie: Gratuit, apportez votre argent pour vos achats et vos sacs.

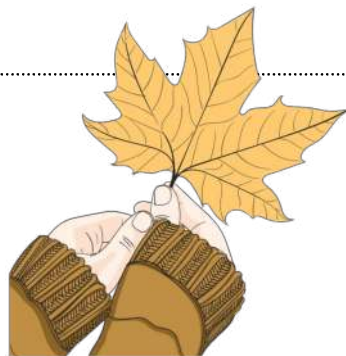
Théâtre «Le bonheur d'Henry » à St-Pamphile: 15,00\$, transport inclus

Cinéma St-Pamphile: 7,00\$

Activités à Tourville: Gratuit, contribution volontaire

Bingo: 2,00\$

Badminton: Gratuit



Les Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet
183 rang Terrebonne
Ste-Perpétue
GOR 3Z0

Téléphone : 418-359-3348

Télécopieur : 418-359-3348

Sans frais: 1-877-359-3348

Messagerie : nouveauxsentiers@globetrotter.net

Site internet: www.nouveauxsentiers.org

Pour informations, contactez
Angèle Chouinard, Stéphanie Dubé et
Gina Duval.

Ruth Laurendeau	01 novembre
Nicole Pelletier	11 novembre
Mélanie Gaudreau	12 novembre
Marc Fortin	13 novembre
Doris St-Pierre	16 novembre
Kevin Gagnon-Manseau	24 novembre
Murielle St-Pierre	28 novembre

