






















AVRIL 2016

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
				1  <i>Poisson d'avril !</i>
4 10 h 15 – Gymnastique  13 h 45 – Café Passe-Temps	5 9 h 45 – Quilles  13 h 30 – Yoga	6 13 h 30 – Atelier de création (fin)  13 h 30 – Scrabble et Skip-Bo	7 10 h 45 – Aquaforme  13 h 45 – Café Passe-Temps	8 
11 10 h 15 – Gymnastique  13 h 45 – Café Passe-Temps	12 10 h – Érablière Réal Bruneau  13 h 30 – Yoga	13  13 h 30 – DVD Spectacle avec Jean-Michel Ancil	14 10 h 45 – Aquaforme 	15
18 10 h 15 – Gymnastique  13 h 45 – Café Passe-Temps	19 9 h 30 – Déjeuner-causerie  13 h 30 – Yoga	20  14 h – Bingo	21 10 h 45 – Aquaforme  13 h 45 – Café Passe-Temps	22
25 10 h 15 – Gymnastique (fin)  13 h 45 – Café Passe-Temps	26 9 h 45 – Quilles  13 h 30 – Yoga	27  13 h 30 – Scrabble et Skip-Bo	28 10 h 45 – Aquaforme 11 h 30 – Dîner-rencontre au restaurant « Le Veau d'Or »	29  13 h 45 – Mandalas

INFO ACTIVITÉS :
INSCRIPTIONS :

Brenda Ouellet au 418 524-0851
À PARTIR DU **jeudi 31 mars 2016**
en téléphonant au 418 522-2179

PAIEMENTS :

À partir du **jeudi 31 mars 2016** jusqu'à
au plus tard 3 jours ouvrables avant l'activité !

Érablière Réal Bruneau

Date : Mardi 12 avril 2016

Départ : 10 h

Retour : 16 h

Endroit : Saint-Henri-de-Lévis

Coût : 23,50 \$ (comprend le dîner, la dégustation de tire et le transport).

N.B. : Grâce à la Fondation Mobilis, les coûts d'autobus sont réduits à 4\$ jusqu'au mois de juin 2016.



Déjeuner-causerie

Date : Mardi 19 avril 2016

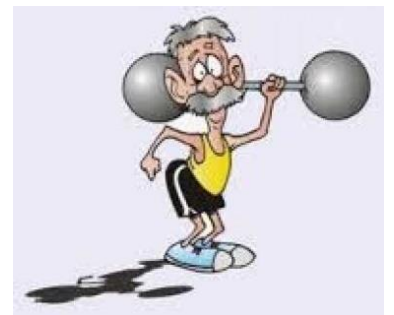
Heure : 9 h 30

Endroit : Entraide du Faubourg

Coût : 4 \$

Sujet : Les saines habitudes de vie : Les bienfaits de l'activité physique.

Invitée : Jenyssa Fournel, stagiaire en éducation spécialisée.



Dîner-rencontre au restaurant « Le Veau d'Or »

Date : Jeudi 28 avril 2016

Départ : 11 h 30 (départ de l'Entraide)

Endroit : 801, rue Saint-Jean

Coût : De 11 \$ à 17 \$, selon votre choix de menu.

