






































AVRIL 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2  <p>Congé férié Lundi de Pâques</p>	3  9 h 45 – Quilles  13 h 30 – Peinture  13 h 30 – Yoga	4 13 h 30 – Atelier de création  SCRABBLE  13 h 30 – Scrabble & jeux de société	5 10 h 45 – Aquaforme  13 h 45 – Café Passe-Temps 	6 
9 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	10 10 h 30 – Cabane à sucre L'En-Tailleur  13 h 30 – Yoga 	11 13 h 30 – Atelier de création (Fin) 	12 10 h 45 – Aquaforme  13 h 45 – Café Passe-Temps 	13 9 h – Les Tech-novices 
16 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	17 9 h 30 – Déjeuner-causerie 13 h 30 – Musicothérapie (Fin)  13 h 30 – Yoga 	18 13 h 30 – Patrick Normand en chansons (DVD)  	19 10 h 45 – Aquaforme 	20 13 h 45 – Mandalas 
23 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	24  9 h 45 – Quilles  13 h 30 – Yoga 	25 13 h 30 – Scrabble & jeux de société  14 h – Bingo 	26 10 h 45 – Aquaforme (Fin)  11 h 30 – Dîner-rencontre au restaurant « <i>Le Veau d'Or</i> »	27 
30 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	 <p style="text-align: right;">Le printemps est arrivé</p>			

INFO ACTIVITÉS : Brenda Ouellet au 418 524-0851
INSCRIPTIONS : À PARTIR DU **jeudi 29 mars 2018**
en téléphonant au 418 522-2179
PAIEMENTS : À partir du jeudi 29 mars 2018 jusqu'à
au plus tard 3 jours ouvrables avant l'activité !

Cabane à sucre L'En-Tailleur

Date : Mardi 10 avril 2018
Départ : 10 h 30 (de l'Entraide)
Retour : 16 h
Endroit : 1538, chemin Royal, Saint-Pierre-de-l'Île-d'Orléans
Coût : 28,50 \$ (comprend le dîner, la dégustation de tire et le transport)



Déjeuner-causerie

Date : Mardi 17 avril 2018
Heure : 9 h 30
Endroit : Entraide du Faubourg
Coût : 4 \$
Sujet : Combler ses besoins pour se sentir bien au quotidien
Invitée : Marie-Audrey Genest (stagiaire)



Atelier de Musicothérapie

Date : Mardi 17 avril 2018
Heure : 13 h 30 à 14 h 30
Endroit : Entraide du Faubourg
Invité : Marc-André Demers, musicothérapeute



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

Date : Jeudi 26 avril 2018
Départ : 11 h 30 (de l'Entraide)
Endroit : 801, rue Saint-Jean
Coût : 11,95 \$ à 14,95 \$ (selon votre choix de menu)



Tech-novices

Rencontre individuelle d'une durée de 45 minutes pour répondre à vos questions.

Les plages horaires disponibles sont, pour le 13 avril :

9 h, 9 h 45 ou 10 h 30.

Sur inscription seulement !



Yoga

Le cours de yoga commence le 3 avril et ce pour neuf semaines.

Le coût est de 35 \$.

Pour information, téléphonez à Brenda au 418 524-0851.

