








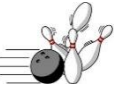






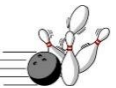


















## SEPTEMBRE 2019

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>2</b> <b>Fête du travail</b> <b>Fermé</b> 	<b>3</b>  <b>13 h 45 – La Rentrée</b>	<b>4</b> 13 h 30 – Pétanque sur les plaines  13 h 30 – Scrabble et jeux de société 	<b>5</b> <b>10 h 15 – Party Hot dog et épluchette de blé d'inde</b> 	<b>6</b> 
<b>9</b> 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	<b>10</b>  9 h 45 – Quilles  13 h 30 – Yoga 	<b>11</b> <b>12 h 15 – Visite guidée du cimetière Saint-Charles</b>	<b>12</b> <b>11 h 30 – Dîner-rencontre au restaurant « Jaja »</b> 	<b>13</b> 13 h 45 – Mandalas 
<b>16</b> 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	<b>17</b>  9 h 45 – Quilles  13 h 30 – Yoga 	<b>18</b> <b>12 h 45 – Promenade sur le sentier linéaire de la rivière Saint-Charles</b> 	<b>19</b>  10 h 30 – Aquaforme 13 h 45 – Café Passe-Temps 	<b>20</b> 13 h 30 – Cours d'anglais 
<b>23</b> 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	<b>24</b> <b>10 h 45 – Dîner au Domaine de l'Oie Toquée et cueillette de pommes au verger Victorin</b> 13 h 30 – Yoga 	<b>25</b>  13 h 30 – Scrabble et jeux de société	<b>26</b>  10 h 30 – Aquaforme 13 h 45 – Café Passe-Temps 	<b>27</b> 13 h 30 – Cours d'anglais 
<b>30</b> 10 h 15 – Viactive   13 h 45 – Café Passe-Temps	 <p><i>C'est la</i>  <b>Rentrée</b></p> 			

**INFO ACTIVITÉS :** Brenda Ouellet au 418 524-0851

**INSCRIPTIONS :** À PARTIR DU **mardi 10 septembre 2019**  
en téléphonant au 418 522-2179

**PAIEMENTS :** À partir du mardi 10 septembre 2019 jusqu'à  
au plus tard 3 jours ouvrables avant l'activité !



### **Party Hot dog et épluchette de blé d'inde**

**Date :** Jeudi 5 septembre 2019  
**Départ :** 10 h 15 (de l'Entraide)  
**Retour :** 16 h  
**Endroit :** Méchoui International situé à Saint-Étienne-de-Lauzon  
**Coût :** 30 \$ (comprend l'épluchette, le transport et les activités)  
**N.B. :** Le repas est une formule buffet à volonté !



### **Visite guidée du cimetière Saint-Charles**

**Date :** Mercredi 11 septembre 2019  
**Départ :** 12 h 15 (de l'Entraide)  
**Retour :** 16 h  
**Endroit :** 1460, boul. Hamel  
**Coût :** 5 \$  
2 billets d'autobus du RTC (# 80)  
**N.B. :** La visite guidée vous fera découvrir un véritable musée à ciel ouvert

Réservez tôt  
car 16 places sont disponibles !

### **Dîner-rencontre au restaurant « Jaja » (Hôtel Le Concorde)**

**Date :** Jeudi 12 septembre 2019  
**Départ :** 11 h 15 (de l'Entraide)  
**Endroit :** 1225, cours du Général de Montcalm  
**Coût :** Selon votre choix de menu (14,95 \$ à 17,95 \$)



### **Promenade sur le sentier linéaire de la rivière Saint-Charles**

**Date :** Mercredi 18 septembre 2019  
**Départ :** 12 h 45 (de l'Entraide)  
**Coût :** 2 billets d'autobus du RTC (# 802)



### **Dîner au Domaine de l'Oie Toquée et cueillette de pommes au verger Victorin**

**Date :** Mardi 24 septembre 2019  
**Départ :** 10 h 45  
**Retour :** 16 h  
**Endroit :** Saint-Agapit de Lotbinière  
**Coût :** 38 \$ (comprend le dîner, un sac de 5 livres de pommes et le transport)  
**Menu :** Potage, mijoté de porc aux champignons ou ballotine de veau aux poireaux et canneberge, dessert, thé ou café.  
**N.B. :** Lors de votre inscription, veuillez mentionner votre choix de menu. Vous pouvez apporter votre vin.



### **Aquaforme et yoga**

Veillez prendre note que l'aquaforme débute le jeudi 19 septembre de 10 h 30 à 11 h 25 au Centre Lucien-Borne. Le coût est de 66 \$ pour 12 semaines.

Aussi, vous avez l'opportunité de faire du yoga le mardi de 13 h 30 à 14 h 45 au Centre Lucien-Borne à compter du 10 septembre prochain. Le coût est de 55 \$ pour 12 semaines.

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