











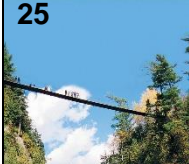



## JUILLET 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
				1 <b>FÊTE DU CANADA CONGÉ FÉRIÉ</b>
4  <b>13 h 30 – Bingo</b>	5 <b>10 h - Visite aux Mosaïcultures</b> (prévoir 2 billets d'autobus)	6  <b>13 h 30 – Pétanque</b>	7 <b>10 h 45 - Cours de méditation</b> <b>13 h 30 – Café Passe-Temps</b>	8 <b>10 h – Qi Gong (extérieur)</b> <b>13 h 30 – Club de marche – Plaine d'Abraham et Vieux- Québec</b>
11 <b>10 h 30 – Jeux de société en plein air</b> (à l'Entraide en cas de pluie) <b>13 h 30 – Club de lecture</b>	12 <b>10 h 30 Viactive en plein air</b> <b>13 h 30 – Café Passe-Temps</b>	13 <b>13 h 30 - Pétanque</b>	14 <b>11h – Pique-Nique et promenade en sentier au Domaine Maizerets</b> (prévoir 2 billets d'autobus)	15 <b>10 h – Qi Gong (extérieur)</b> 

\*\*\*\*Veillez prendre note que l'Entraide du Faubourg sera fermée du 16 juillet au 14 août inclusivement. \*\*\*\*

## AOÛT 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
15  *Pas d'activité	16  * Pas d'activité	17 <b>13 h 30 - Pétanque</b>	18 <b>10 h 30 – Viactive en plein air</b>	19 <b>13 h 30 – Café rencontre en plein air</b> (lieu de rencontre à l'Entraide)
22  *Pas d'activité	23  <b>13 h 30 – Viactive en plein air</b>	24  <b>13 h 30 - Pétanque</b>	25  <b>10 h 15 - Sortie au magnifique site du Canyon Ste-Anne!</b> (voir détails au verso)	26 <b>10 h 30 – Club de marche - Rivière St-Charles</b> (prévoir 2 billets d'autobus)
29 *Pas d'activité 	30 <b>13 h Musée de la civilisation, Exposition Pompéi</b> (prévoir 2 billets d'autobus)	31 <b>***8 h 30 - Début des inscriptions aux activités de septembre***</b> <b>13 h 30 - Pétanque</b>	31 <b>***Prenez note que le service de transport sera fermé du 14 juillet au 16 août inclusivement. ***</b>	

**INFO ACTIVITÉS :** Marie-Anne Bossé au 418 524-0851

**INSCRIPTIONS :** À PARTIR du jeudi 30 juin.

Téléphonez au : 418 522-2179

**PAIEMENTS :** au plus tard 3 jours ouvrables avant l'activité !



### Pétanque

<b>Date et heure :</b>	Les mercredis à 13h30. ***Veuillez prendre note que l'activité est annulée en cas de pluie.
<b>Endroit et coût :</b>	Plaines d'Abraham (entre l'entrée du musée des Beaux-Arts et les modules de jeux) – Gratuit.

### Viactive en plein air

<b>Endroit et coût :</b>	Parc Berthelot (coin rue St-Patrick et des Zouaves). Gratuit.
<b>Particularité :</b>	En cas de pluie, l'activité a lieu à l'Entraide du Faubourg.

### Club de marche

<b>Date et heure :</b>	Les heures et les lieux varient d'une marche à l'autre, mais le point de rendez-vous est toujours au coin de René-Lévesque et de Claire Fontaine.
<b>Information :</b>	Prévoir 2 billets d'autobus pour les marches nécessitant un déplacement en autobus.

### Sortie aux Mosaïcultures

<b>Date et heure :</b>	Mardi 5 juillet. Départ de l'entraide à 10h et retour prévu vers 15h.
<b>Endroit :</b>	Parc du Bois-de-Coulonge (1215, Grande-Allé Ouest)
<b>Coût :</b>	<b>20\$ (pour droit d'accès) **inscription et paiement obligatoire avant le 30 juin. Prévoir 2 billets d'autobus et de l'argent pour payer votre lunch.</b>
<b>Information :</b>	Il y a sur place une aire de restauration avec sandwiches, salades, collations, crème glacée, etc. La nourriture n'est pas acceptée sur le site mais les bouteilles d'eau oui.

### Pique-Nique et promenade au Domaine Maizerets

<b>Date et heure :</b>	Jeudi 14 juillet. Point de rendez-vous prévu à 11h au coin de René-Lévesque et de Claire Fontaine. Retour prévu vers 14h30.
<b>Endroit :</b>	Parc du Domaine Maizerets (2000, boul. Montmorency).
<b>Information :</b>	Prévoir 2 billets d'autobus et votre lunch.

### Sortie Site du Canyon Ste-Anne

<b>Date et heure :</b>	Jeudi 25 août. Départ de l'Entraide en autobus scolaire à 10h15 et retour 15h30.
<b>Endroit et coût :</b>	Canyon Ste-Anne (206, route 138 Est). <b>25\$ (incluant transport et droit d'accès). ** Inscription et paiement obligatoire avant le 22 août.</b>
<b>Information :</b>	<b>Apportez votre lunch ou de l'argent pour vous acheter un dîner.</b> Il y a un petit restaurant sur le site pour acheter sandwich, wrap, bagel saumon fumé, crudités, chips, chocolat, etc. Avec ses sentiers et ses trois ponts suspendus dont un situé à 60 mètres en hauteur, les sentiers du Canyon Sainte-Anne sont l'endroit rêver pour profiter au maximum de la nature!

### Musée de la civilisation, Exposition Pompéi, cité immortelle

<b>Date et heure :</b>	Mardi 30 août. Point de rendez-vous prévu à 13h au coin de René-Lévesque et de Claire Fontaine. Retour prévu vers 15h30.
<b>Endroit et coût :</b>	Musée de la civilisation (85, rue Dalhousie). Gratuit.
<b>Information :</b>	Prévoir 2 billets d'autobus.