

Septembre 2026

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	4	5	6

Activités libres

Activités sur inscription

Billard et ping pong 18h

Pétanque extérieure 13h

Gymnase libre 11h15

Jeux de société 13h

Café-rencontre 9h30

Fête des Moissons 10h

Café de l'amitié 9h30

Yoga sur chaise lundis 10h30 et 13h15

Café Gériatrie sociale 13h30 au centre Jean-Guy-Drolet

Club de marche 13h15

Tricot 18h

Yoga flow 18h

Cours d'autodéfense pour aînés 10h

Récit de vie "vie de star" 10h

Stretching et tonus 13h30

Cardio-danse 13h30

S'ouvrir sur sa communauté jeudi 13h30

Club de lecture 16h30