

Événements, conférences et ateliers

SEPTEMBRE

- 21 septembre : Conférence - Découvrez la gériatrie sociale !
- 23 septembre : Atelier - Atelier d'observation des oiseaux

OCTOBRE

- 1^{er} octobre : Événement - Journée internationale des aînés
- 2 octobre : Événement - Apéro musical : El Trio Argentino et Flavia Garcia à la Maison de la culture
- Entre 4 et 15 octobre : Événement - La randonnée des couleurs
- 20 octobre : Événement - Apéro musical : Time Poem - La joie de l'éphémère à la Maison de la culture
- 21 octobre : Atelier - Prévention de la fraude (Programme Aîné-Avisé)
- 28 octobre : Conférence - #30 secondes avant d'y croire : Introduction aux fausses nouvelles (1/2)

NOVEMBRE

- 4 novembre : Atelier - La prévention des chutes chez les aînés
- 8 novembre : Événement - Apéro musical : Duo Beaudry - Prud'homme à la Maison de la culture
- 9 novembre : Événement - Série cinématographique : Le temps d'une vue à la Maison de la culture
- 11 novembre : Conférence - #30 sec. avant d'y croire : Viralité et impacts des fausses nouvelles (2/2)
- 16 novembre : Atelier - Si la photo m'était contée
- 25 novembre : Atelier - Atelier-échange sur l'âgisme

DÉCEMBRE

- 2 décembre : Atelier - Atelier-échange sur l'âgisme
- 11 décembre : Événement - Apéro musical : Noël Lyrique à la Maison de la culture
- 21 décembre : Événement - Dîner de Noël du Chez-Nous

Aide-mémoire des activités de la session d'automne 2021

	Matin	Après-midi
Lundi	<ul style="list-style-type: none">• Étirements sur chaise et debout (en ligne)• Parle-moi culture (au centre)• Danse en ligne (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Yoga sur chaise et techniques de gestion du stress (en ligne)• Bridge (au centre)• Club littéraire (au centre)
Mardi	<ul style="list-style-type: none">• Marche santé (au centre)• Marche dynamique (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Anglais conversation (en ligne)• Club 500 (au centre)• Yoga sur chaise (au centre)• Espagnol débutant (au centre)
Mercredi	<ul style="list-style-type: none">• Création de cartes de souhaits (au centre)• Groupe de dessin-sketching (au centre)• Méditation pleine conscience (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Tricot (au centre)• Crochet (au centre)• Scrabble duplicate (au centre)• Espagnol intermédiaire (au centre)
Jeudi	<ul style="list-style-type: none">• Cours d'histoire de l'art (au centre et en ligne)• Marche santé (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Espagnol avancé (au centre et en ligne)• Cribble (au centre)• Création de bijoux (au centre)• Espagnol avancé (au centre)
Vendredi	<ul style="list-style-type: none">• Zumba Gold (en ligne)• Yoga sur chaise (au centre)• Tai Chi (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Boîte musicale (au centre)• Ateliers d'arts visuels (au centre)• Bingo (au centre)

Aide-mémoire des activités de la session d'automne 2021

	Matin	Après-midi
Lundi	<ul style="list-style-type: none">• Étirements sur chaise et debout (en ligne)• Parle-moi culture (au centre)• Danse en ligne (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Yoga sur chaise et techniques de gestion du stress (en ligne)• Bridge (au centre)• Club littéraire (au centre)
Mardi	<ul style="list-style-type: none">• Marche santé (au centre)• Marche dynamique (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Anglais conversation (en ligne)• Club 500 (au centre)• Yoga sur chaise (au centre)• Espagnol débutant (au centre)
Mercredi	<ul style="list-style-type: none">• Création de cartes de souhaits (au centre)• Groupe de dessin-sketching (au centre)• Méditation pleine conscience (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Tricot (au centre)• Crochet (au centre)• Scrabble duplicate (au centre)• Espagnol intermédiaire (au centre)
Jeudi	<ul style="list-style-type: none">• Cours d'histoire de l'art (au centre et en ligne)• Marche santé (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Espagnol avancé (au centre et en ligne)• Cribble (au centre)• Création de bijoux (au centre)• Espagnol avancé (au centre)
Vendredi	<ul style="list-style-type: none">• Zumba Gold (en ligne)• Yoga sur chaise (au centre)• Tai Chi (au centre)	<ul style="list-style-type: none">• Boîte musicale (au centre)• Ateliers d'arts visuels (au centre)• Bingo (au centre)

Événements, conférences et ateliers

SEPTEMBRE

- 21 septembre : Conférence - Découvrez la gériatrie sociale !
- 23 septembre : Atelier - Atelier d'observation des oiseaux

OCTOBRE

- 1^{er} octobre : Événement - Journée internationale des aînés
- 2 octobre : Événement - Apéro musical : El Trio Argentino et Flavia Garcia à la Maison de la culture
- Entre 4 et 15 octobre : Événement - La randonnée des couleurs
- 20 octobre : Événement - Apéro musical : Time Poem - La joie de l'éphémère à la Maison de la culture
- 21 octobre : Atelier - Prévention de la fraude (Programme Aîné-Avisé)
- 28 octobre : Conférence - #30 secondes avant d'y croire : Introduction aux fausses nouvelles (1/2)

NOVEMBRE

- 4 novembre : Atelier - La prévention des chutes chez les aînés
- 8 novembre : Événement - Apéro musical : Duo Beaudry - Prud'homme à la Maison de la culture
- 9 novembre : Événement - Série cinématographique : Le temps d'une vue à la Maison de la culture
- 11 novembre : Conférence - #30 sec. avant d'y croire : Viralité et impacts des fausses nouvelles (2/2)
- 16 novembre : Atelier - Si la photo m'était contée
- 25 novembre : Atelier - Atelier-échange sur l'âgisme

DÉCEMBRE

- 2 décembre : Atelier - Atelier-échange sur l'âgisme
- 11 décembre : Événement - Apéro musical : Noël Lyrique à la Maison de la culture
- 21 décembre : Événement - Dîner de Noël du Chez-Nous