



Programmes pour aînés

C O N Ç U P O U R U N E V I E A C T I V E

A u t o m n e



Contes intemporels

Plongez dans de belles histoires et échangez vos impressions dans un club de lecture convivial. Chaque rencontre est l'occasion de partager un livre choisi et de déguster des rafraîchissements en bonne compagnie.

Les mardis de 14 h à 15 h 30 – 14 octobre, 18 novembre, 16 décembre
Premier livre – A Man Called Ove by Fredrik Backman

GRATUIT

Club de marche

Rejoignez-nous pour une promenade détendue dans le parc – un moyen facile de rester actif et de rencontrer d'autres personnes dans un groupe convivial et accueillant. Tous les rythmes sont les bienvenus.

Les lundis à 9 h 30

GRATUIT



Bingo et repas social

Rejoignez-nous pour un après-midi divertissant autour d'une partie de bingo et en bonne compagnie, suivi d'un délicieux déjeuner. C'est une excellente façon de passer la journée.

Mercredi 26 novembre 2025
12 h à 14 h
R = 15 \$ NR = 20 \$





A u t o m n e

Les aînés en balade

Partez à la découverte de la ville avec des sorties locales amusantes et enrichissantes. Une belle occasion de visiter de nouveaux endroits et de créer des souvenirs.

À déterminer



Initiation au Pickleball – 55+

Découvrez un sport dynamique et accessible, en pleine croissance! Apportez votre raquette et votre bonne humeur pour un atelier d'initiation décontracté.

Jeudi 20 novembre
13 h 30 à 15 h
R = 5 \$ NR = 10 \$

