

# BONHEURS D'OCCASIONS HIVER 2018



DATE	ACTIVITÉ	INTERVENANT
10 janvier	<b>Explication du calendrier de Bonheurs d'Occasions 13h00</b> pour la session Hiver 2018 <b>Amitié-Rencontre : Pound fit 13h30 (\$1)</b>	<b>Ginette Coderre</b> <b>Cristina Morales</b> Professeure à <i>Loisirs Lebourgneuf</i>
17 janvier	<b>Atelier d'initiation au dessin</b> Nous aborderons les barrières communes qui nous empêchent de bien dessiner et comment les transcender.	<b>Josianne Dufour</b> Professeure de dessin
24 janvier	<b>Pilates aéro-fitness</b> S'habiller confortablement	<b>Laurie Labrecque</b> Professeure de pilates
31 janvier	<b>Atelier café et tricot</b> *Les pièces confectionnées seront remises à un organisme (exemple: Maison de naissance, Avion-ambulance, etc.). Initiative en collaboration avec des bénévoles des cercles de fermières.	<b>Esther Mc Clure</b>
7 février	<b>Déjeuner aux Moulins La Fayette (\$)</b> Rendez-vous à 9h45 au centre communautaire pour covoiturage	<b>Esther Mc Clure</b>
14 février	<b>Atelier café et tricot</b> <b>Amitié-Rencontre : Grands explorateurs Australie 13h30 (\$1)</b>	<b>Esther Mc Clure</b> <b>Ginette Coderre</b>
21 février	<b>Atelier café et tricot</b>	<b>Esther Mc Clure</b>
28 février	<b>Yoga sur chaise</b> S'habiller confortablement	<b>Doris Beaudoin</b> Professeure de yoga
7 mars	<b>Les relations amoureuses et sexuelles saines</b>	<b>Amélie Bleau</b> <i>Sexplique</i>
14 mars	<b>Atelier café et tricot</b> <b>Amitié-Rencontre : Contrer la maltraitance chez les aînés 13h30 (\$1)</b>	<b>Esther Mc Clure</b> <b>Ginette Coderre</b>
21 mars	<b>Atelier café et tricot</b>	<b>Esther Mc Clure</b>
28 mars	<b>Conférence: RALENTIR 10h00 à 11H00</b> + <b>Formation 1<sup>ers</sup> soins</b> Atelier de sensibilisation sur les notions de secourisme pour les urgences médicales (11h15)	<b>Bibliothèque Lebourgneuf</b> <b>Catherine Simard</b> <i>Formation Prévention Secours</i>
4 avril	<b>Atelier café et tricot</b>	<b>Esther Mc Clure</b>
11 avril	<b>Atelier café et tricot</b> <b>Amitié-Rencontre : Santé-voyage 13h30 (\$1)</b> Préserver votre santé, réduire les risques de maladie et éviter le risque d'accident	<b>Ginette Coderre</b> <b>Annick Leblanc</b> Infirmière <i>Jean Coutu Chauveau</i>
18 avril	<b>Dîner et évaluation de fin de session</b> *Avoir participé à au moins 6 rencontres	<b>Esther Mc Clure</b>
9 mai	<b>Amitié-Rencontre 12h00</b> Pique-nique de fin de session	<b>Ginette Coderre</b>

## HORAIRE:

Les mercredis matin,  
10h (\*sauf le 10 janvier à 13h00)

## COÛT:

Gratuit!

## LIEU:

Centre communautaire Lebourgneuf  
1650 boul. La Morille.

**Vie active** les lundis à 9h30

**Club de marche** les mardis et  
jeudis de 13h00 à 14h30

**Club de cartes** les jeudis  
à 13h30

## INSCRIPTIONS:

Sur place.

Pour plus de renseignements :  
418 641-6686

Suivez-nous



\*Programmation sujette à changement sans préavis