

Bonheurs d'Occasions

Automne 2020



Date	Activité	Intervenant
16 septembre	Café-rencontre Séance d'information et présentation du calendrier	Esther Mc Clure Responsable de Bonheurs d'Occasions
23 septembre	Qi Gong Habillez-vous de façon confortable	Christiane David Professeure à Loisirs Lebourgneuf
30 septembre	Vivaces: bien les choisir et leur entretien automnal Tout savoir sur les vivaces!	Suzanne Pineault Professeure à Loisirs Lebourgneuf
7 octobre	S'organiser au quotidien Pour être efficace dans la maison au niveau du rangement	Mélanie Noël Organisatrice professionnelle
14 octobre	Soupe, jasette et tricot Moment d'échange et de partage Amitié-Rencontre à 13h30 Conférence: Premiers soins, pour savoir comment agir	Esther Mc Clure Responsable de Bonheurs d'Occasions Denis St-Pierre Formation prévention secours
21 octobre	Jasette chez Eco Café (\$) Co-voiturage au centre communautaire à 9h15	Eco Café 815, boulevard Lebourgneuf
28 octobre	Bouquinerie Venez partager sur vos coups de cœur!	Suzanne Pineault Professeure à Loisirs Lebourgneuf
4 novembre	Méditation pleine conscience Pour vivre pleinement le moment présent	Doris Beaudoin Professeure à Loisirs Lebourgneuf
11 novembre	Soupe, jasette et tricot Moment d'échange et de partage Amitié-Rencontre à 13h30 Conférence: Au volant de sa santé	Esther Mc Clure Responsable de Bonheurs d'Occasions Alexandre Dombrowski Conseiller régional en partenariat de sécurité routière
18 novembre	Mandalas sur rondin Dans une ambiance propice à la concentration, la création et à la détente	Catherine Hamel Au précieux temps
25 novembre	Cinéma Le Clap Loretteville (\$) Co-voiturage au centre communautaire (film et heure à confirmer)	Le Clap Loretteville 10885, boul. de l'Ormière
2 décembre	Stretching tonus Prévoyez des vêtements sportifs	Cristina Morales Professeure à Loisirs Lebourgneuf
9 décembre	Amitié-Rencontre à 13h30 Dessert et mini-concert de Noël	Joëlle Lapointe Bénévole passionnée

HORAIRE:

Tous les mercredis matin à 9h30 (*sauf exception)

Club de marche

Mardi et jeudi à 13h00

Club de tricot

Jeudi à 9h30

COÛT:

Gratuit !

(\$) excepté certaines activités payantes.

LIEU:

Centre communautaire Lebourgneuf, 1650, boul. la Morille.

INSCRIPTIONS:

En ligne. Vous devez vous inscrire chaque **lundi** pour l'activité du **mercredi** de la même semaine.

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS :

418 641-6686, poste 4
information@loisirslebourgneuf.net

SUIVEZ-NOUS !



*Programmation sujette à changement sans préavis