

PROGRAMME D'ACTIVITÉS HIVER 2019

ADULTES ET ÂÎNÉS

Activités offertes par les associations et les organismes de Lorraine et de la région



LA COOP DE SOLIDARITÉ ET D'ENTRAIDE DES MILLE-ÎLES

Saviez-vous que grâce à des partenariats, la coopérative offre des rabais et des avantages pour de nombreux services à domicile ?

- Clientèle:** Personnes de 50 ans et plus souhaitant vivre le plus longtemps possible dans leur milieu familial
- Inscription:** 10\$/année, fin d'année 31 mars 2019
- Information:** Lise Héту, lesjulien2000@yahoo.ca

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOLANGE-BEAUCHAMP

Ces activités sont réservées aux proches aidants d'âinés de la MRC de Thérèse-De Blainville.

Information: 450 430-5056, p. 228, carolina.dussan@cabsb.org



Formation « Du temps pour soi »

Cette formation vise à mieux vous outiller dans votre rôle de proche aidant d'âiné.

- Date:** Du 19 mars au 28 mai 2019 (10 semaines)
- Horaire:** Mardi | 13 h
- Lieu:** Maison des associations (1001, chemin du Plan-Bouchard, Blainville)
- Coût:** Gratuit
- Inscription:** Avant le 8 mars 2019

Café-échange

- Date:** 1 fois par mois
- Horaire:** Lundi | De 13 h 30 à 16 h
- Lieu:** 388, boul. Adolphe-Chapleau, Bois-des-Filion
- Coût:** Gratuit
- Inscription:** 450 430-5056, poste 228

Soutien aux proches aidants d'âinés

Soutien et suivi psychosocial individualisé aux bureaux de l'organisme, à domicile ou par téléphone. Demandez de l'aide dès maintenant !

- Coût:** Gratuit

PROGRAMME D'ACTIVITÉS HIVER 2019



LES CHANTEURS DE LORRAINE

Choristes recherchés

Clientèle: 15 ans et plus
Horaire: Répétitions le mercredi de 19 h 15 à 21 h 45
Date: À compter du 16 janvier (concerts les 7 et 8 juin 2019)
Lieu: Centre culturel
Coût: 100\$
Inscription: Jusqu'au 16 janvier
Information:
www.leschanteursdelorraine.ca



CERCLE DE FERMÈRES LORRAINE

Joignez un réseau dont la mission est la protection de la femme et de la famille! En plus de partager des connaissances artisanales (tricot, tissage, etc.), les membres profitent de conférences et de sorties diverses et échangent autour d'un bon café. Ce regroupement d'une trentaine de femmes aide également plusieurs organismes, notamment la Fondation OLO, MIRA et ALPABEM. Venez rencontrer les membres au Salon des métiers d'art de Lorraine, du 10 au 12 novembre!

Clientèle: Femmes de 14 ans et plus
Date: De septembre à juin
Horaire: Mardi | De 19 h 30 à 21 h 30
Lieu: Centre culturel
Coût: 30\$/an, comprenant la revue *L'Actuelle*
Information: 450 639-9448



LE CLUB LORR«ÂÎNÉS»

Gens de «50 ans et mieux», profitez des nombreuses activités du club: conditionnement physique, *stretching*, jeux de cartes, scrabble, billard, petites quilles, rencontres sociales, sorties culturelles (cinéma, théâtre, spectacles), conférences, sorties gourmandes à l'École hôtelière de Laval, ateliers de création artistique (peinture, sculpture, etc.), club de lecture et service d'aide à l'utilisation de l'ordinateur.

Information: clublorraines.com, 450 621-4188, 

Événements spéciaux

Lundi, mercredi et jeudi: Sessions d'entraînement physique
20 novembre: Club de lecture, 13 h 30, Centre culturel
2 décembre: Train mexicain, 13 h (aux deux semaines par la suite)
11 décembre: Dîner de Noël, 11 h 30, Centre culturel

PROGRAMME D'ACTIVITÉS HIVER 2019

CLUB DE SCRABBLE LORR-THOGRAPHE *Scrabble Duplicate*



Clientèle: 18 ans et plus
Horaire: Jeudi | 19 h 15
Lieu: Centre culturel
Coût: 4\$/soirée, plus inscription à la Fédération
15\$/an pour un nouveau membre
Inscription: Aucune inscription requise. Présentez-vous 15 minutes avant le début.
Information: 450 621-8236, monique.benoit1@gmail.com



CHEVALIERS DE COLOMB

Brunchez en famille pour une bonne cause!

Date: 13 janvier, 10 février et 10 mars de 10 h à 12 h
Lieu: Église de la paroisse Saint-Luc
(388, boul. Adolphe-Chapleau, Bois-des-Filion)
Coût: 6\$/personne – Gratuit pour les enfants de 10 ans et moins
Information: 450 621-0579, francispelletier67@outlook.com



KARATÉ: TIGRE BLANC LORRAINE *Session hiver 2019*

Clientèle: 60 ans et plus
Date: De janvier à avril
Horaire: Mercredi
de 9 h 30 à 10 h 30
Lieu: Centre culturel
Coût: 75\$ - Cours d'essai gratuit
Inscription: Sur place
Information: 450 621-0044,
www.karaterosemere.com