

*Une présence réconfortante pour les aînés
au cœur du Plateau depuis plus de 50 ans*

Programmation des activités ÉTÉ 2022



Inscription à la réception
à partir du 6 juin
dès 9 h

Dessin à la portée de tous « à l'extérieur »

animateur : Khalil Antoniadès

Le plaisir de dessiner dehors est de retour!

Lieu à déterminer

Horaire : mardi, 13 h à 15 h

Début : 5 juillet

Durée : 8 semaines

Coût : 70 \$

ou

Horaire : vendredi, 13 h à 15 h

Début : 8 juillet

Durée : 8 semaines

Coût : 70 \$



Dessin méditatif (NeuroArt)

animatrice : Monique Doyon

Venez dessiner au parc La Fontaine tout en méditant sur une intention positive. Inspiré de la Neurographica, l'idée est de méditer tout en s'amusant. Et, si possible, se transformer pour le mieux.

Une activité agréable et très relaxante dont le travail en groupe amplifie les résultats souhaités. Aucune connaissance en dessin nécessaire. Matériel non fourni. La liste du matériel sera remise lors de l'inscription.

Horaire : jeudi, 13 h à 15 h

Début : 30 juin

Durée : 6 semaines

Coût : 15 \$

Jumelage français/espagnol - Projet pilote

Sous la supervision de Fabiola Teran

Vous souhaitez améliorer votre espagnol? Vous avez envie de partager vos connaissances en français? Un jumelage est possible avec un.e participant.e dont la langue maternelle est l'espagnol. Nous proposons donc une belle occasion d'échanger en français et en espagnol. Les modalités de votre participation seront à décider avec votre partenaire. La rencontre d'information prévue le 22 juin vous donnera plus de détails.

Horaire de la première rencontre : 22 juin, 10 h à 12 h

Salle Berri

Durée : 6 semaines

Coût : gratuit

Pique-nique au parc La Fontaine

animatrice : Fabiola Teran

Un pique-nique, c'est l'activité idéale pour célébrer l'été! Vous devez apporter votre lunch. Collation fournie et prix de présence.

Mercredi 13 juillet, 11 h 30

Rendez-vous au Café des aînés pour le départ de Projet Changement

Coût : 5 \$



**Les activités extérieures seront
reportées en cas de chaleur accablante
ou en cas de pluie.**

Activités automne 2022

Journée Portes ouvertes

Mardi 30 août

de 10 h à 15 h

Journée d'inscription

Jeudi, 1^{er} septembre

dès 9 h

La programmation sera disponible
le 26 août sur notre site web et à la réception



Projet Changement

Centre communautaire pour aînés

Téléphone: 514 521-5145

www.projetchangement.com