

Vous êtes
cordialement invités
à vous joindre aux ateliers
qui s'adressent aux aînés.

Toutes les activités et
ateliers sont gratuits.
Aucun frais de participation.

La plupart des activités
auront lieu à la salle
des 50 ans et plus
(159, rue Mgr. Ross).



Municipalité Grosses-Roches
122, rue de la Mer C.P. 69
Grosses-Roches (Québec) G0J 1K0

Téléphone : 418 733-4273
Télécopieur : 418 733-4273
grossesroches@lamatanie.ca



**Municipalité
amie des aînés**

Avec la participation financière du
Programme Nouveaux Horizons
pour les aînés.

**DERNIÈRE
PROGRAMMATION**

FORUM
D'ACTION SOCIALE DES AÎNÉS

Programmation d'activités
Municipalité Amie des Aînés (MADA)
de Grosses-Roches
2016-2017

conception et impression : IMPRESSIONS VERREAU 418-562-5815



DERNIÈRE PROGRAMMATION

Jeudi 17 novembre 2016

Départ de la salle des 50 ans et plus
à 9h15 - Retour vers 12h30

Sortie de groupe :

Visionnement du film « Toujours Alice »
Présenté en collaboration avec la
Fondation Paul Pineault pour soulager
l'Alzheimer et le Cinéma Gaieté

18 places disponibles gratuitement,
transport en autobus fourni

Réservation nécessaire : 418-733-8504

3 soirs

Jeudi 17 novembre

Jeudi 24 novembre

et Jeudi 1^{er} décembre

18h à 21h à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Métamorphose beauté

Une coiffeuse et une maquilleuse seront
sur place pour vous maquiller, vous coiffer
et vous donner des conseils beauté!

Jeudi 24 novembre 2016

13h30 à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Apprendre à confectionner
des décorations de Noël
Par Sylvie Plourde

Samedi 10 décembre 2016

17h à la salle des 50 ans et plus

Souper organisé par
le Club des 50 ans et plus

Souper de Noël

Musique, tirage

35 places réservées pour MADA

Si vous désirez y assister, vous pouvez encore
acheter votre billet auprès des 50 ans et plus

COMPLET

Jeudi 19 janvier 2017

13h30 à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Comprendre le diabète

Par Lise Fortin, Diabète Bas-Saint-Laurent

Jeudi 26 janvier 2017

13h30 à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Méditer pour dynamiser
le quotidien en toute sérénité
Par Céline Chamard

Jeudi 2 février 2017

13h30 à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Pilulier, dosette...Comment bien
gérer ses médicaments au quotidien
Par Marie-Ève Caron, pharmacienne

Jeudi 9 février 2017

13h30 à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Régie des rentes, crédit d'impôt
et autres...atelier pour s'y retrouver
Par Réjean Sirois, Carrefour d'information
pour aînés, Relais Santé

Jeudi 16 février 2017

13h30 à la salle des 50 ans et plus

Atelier : Présentation de vêtements
mode adaptés

Par France Caron, Mode Ézé Plus

Jeudi 23 février 2017

Départ de la salle des 50 ans et plus
à 10h30

L'Auberge la Pente Abrupte

Sortie de groupe :

Dîner Cabane à sucre

18 places disponibles gratuitement,
transport en autobus fourni

**Réservation nécessaire : 418-733-8504
(au moins une semaine à l'avance)**

Jeudi 2 mars 2017

Départ de la salle des 50 ans et plus
à 13h - Retour vers 15h

Local des Fermières
Sainte-Félicité

Sortie de groupe :

Visite du Cercle des Fermières
de Sainte-Félicité

**Pour plus d'information, contacter
madame Paquerette Coulombe :
paquerette@globetrotter.net
418-733-8504**