

AOÛT 2017

Collation rigolote

Un café, un muffin ou un biscuit en échange d'une bonne blague... bon deal, non?

Bienvenue!!!



Lundi 7	Mardi 8	Mercredi 9	Jeudi 10	Vendredi 11
Fermé	13h Club de marche Centre ville 15h Jardin collectif	13h Bingo	9h Vélo Parc Urbain En cas de pluie, ce sera récréatif au Centre.	13h à 13h30 Exercices 13h30 Collation rigolote
Lundi 14	Mardi 15	Mercredi 16	Jeudi 17	Vendredi 18
Fermé	13h Club de marche On va à la pointe! Apportez-vous de l'argent si vous voulez une crème glacée. 15h Jardin collectif	13h Soupe aux légumes de notre potager en bac! Participez et dégustez!	11h Pain doré sur BBQ \$\$\$	13h à 13h30 Exercices 13h30 Récréatif
Lundi 21	Mardi 22	Mercredi 23	Jeudi 24	Vendredi 25
Fermé	13h Club de marche Parc Urbain 15h Jardin collectif	11h Traverse Rivière-du-Loup/St-Siméon \$\$\$	13h Atelier de créativité Mosaïque de verre sur masque de plâtre 3,00\$	13h à 13h30 Exercices 13h30 Récréatif Sortie du calendrier!
Lundi 28	Mardi 29	Mercredi 30	Jeudi 31	Vendredi 1 sept
Fermé	13h Club de marche Parc des chutes 15h Jardin collectif	9h00 Déjeuner quilles	13h Tournoi de 30	13h à 13h30 Exercices 13h30 Anniversaires

Vélo parc Urbain



Vous avez envie d'une matinée à vélo et d'une collation santé en plein air? Donnez votre nom à une intervenante! **Jeudi 10 août nous serons à l'information touristique du parc urbain pour 9h00.** Besoin d'un vélo? Il est possible d'en faire l'emprunt sur place. Nous pouvons aussi fournir le transport pour les personnes sur notre route! **Inscrivez-vous avant le 8 août 16h pour faciliter l'organisation pour le transport et le prêt de vélo.**

Traverse RDL /St-Siméon



Vous avez envie d'une excursion aller-retour sur notre charmant fleuve St-Laurent? Nous quitterons la rive à 11h15, mercredi le 23 août, pour un aller-retour seulement. Le retour à Rivière-du-loup est prévu pour 14h15 environ. Apportez votre lunch ou votre argent car nous dînerons sur le bateau!
Date limite d'inscription: Vendredi le 18 août 16h.

En cas de pluie l'activité est annulée et ce sera récréatif au Centre en après-midi.

Pain doré sur BBQ

Une excuse de plus pour manger du BBQ! **Coût: 2,00\$**
Inscription avant mardi le 15 août 16h.

Atelier de créativité

Envie de créer, de jouer avec les couleurs et de vous connecter à votre créativité? Inscrivez-vous à cet atelier de mosaïque sur masque de plâtre. Pas besoin d'être un artiste! Votre pièce sera unique et parlera de vous!
Coût de l'activité: 3,00\$
Date limite d'inscription: mardi le 22 août 16h

Déjeuner quilles

Mercredi le 30 août à 9h00, vous êtes invité à un déjeuner quilles. **Coût: 13,00\$** incluant le déjeuner et les 3 parties de quilles. Nous fournissons le transport pour les gens sur notre route. **Date limite d'inscription:** vendredi 25 août 16h.

Club de marche les mardis!

Départ du Centre à 13h15 et du CLSC à 13h30. Apportez-vous de



l'eau et chaussez vos espadrilles! En cas de mauvaise température, téléphonez-nous pour vérifier si l'activité a lieu. Au plaisir de marcher avec vous toutes les semaines!