

Au Carrefour Marguerite-Bourgeoys,

Vous pouvez essayer un cours
avant de vous inscrire

Venez nous voir pour plus de détails

1855 rue Rachel Est coin Cartier

Prix pour les cours
de septembre 2017 à mai 2018:

1 cours	40\$
2 cours	60\$
3 cours	80\$
4 cours et +	90\$

Prix pour les cours offerts en collaboration avec le
YMCA du Parc de septembre 2017 à décembre
2017

Yoga et
Yoga sur chaise 35\$ (30\$ + 5\$ YMCA)

Musculation
dynamique 35\$ (30\$ + 5\$ YMCA)

Comprendre sa tablette / son téléphone
4 cours (voir horaire) 15\$
Club de lecture
5 rencontres (voir horaire) 10\$
(goûter inclus)

Cours entre 35 et 40\$

Yoga Du 11 septembre 2017 au 11 décembre 2017	Lundi 10h30 à 11h30
Club de lecture (5 rencontres) 18 septembre et 13 novembre 2017 15 janv., 19 mars et 14 mai 2018	Lundi 11h à 13h
Mandarin 11 septembre au 11 décembre 2017	Lundi 13h à 15h
Danse en ligne débutant Du 11 septembre 2017 au 14 mai 2018	Lundi 13h à 15h
Français conversation et grammaire pour personnes immigrantes Du 11 septembre 2017 au 14 mai 2018	Lundi 13h à 15h
Anglais Débutant Du 12 septembre 2017 au 15 mai 2018	Mardi 10h à 12h
S'exprimer par l'art Intermédiaire (vernissage en mai 2018) Du 12 septembre 2017 au 15 mai 2018	Mardi 13h à 15h
Généalogie Du 12 septembre 2017 au 15 mai 2018	Mardi 13h à 15h
Les Marguerites Chant libre Du 13 septembre 2017 au 16 mai 2018	Mercredi 13h à 15h
Yoga sur chaise Du 13 septembre 2017 au 13 décembre 2017	Mercredi 10h30 à 11h30
Comprendre son téléphone / sa tablette Du 20 septembre au 11 octobre 2017	Mercredi 10h30 à 11h30

Cours entre 35 et 40\$

Comprendre son téléphone / sa tablette Du 1er novembre au 22 novembre 2017	Mercredi 10h30 à 11h30
Tricot et crochet Du 13 septembre 2017 au 16 mai 2018	Mercredi 13h à 15h
Anglais intermédiaire Du 14 septembre 2017 au 17 mai 2018	Jeudi 10h à 12h
S'exprimer par l'art débutant (vernissage des œuvres en mai 2018) Du 14 septembre 2017 au 17 mai 2018	Jeudi 10h à 12h
Arts Plastiques Du 14 septembre 2017 au 17 mai 2018	Jeudi 13h à 15h
Danse sociale Du 14 septembre 2017 au 17 mai 2018	Jeudi 13h à 15h
Musculation dynamique Du 15 septembre 2017 au 8 décembre 2017	Vendredi 10h30 à 11h30
Étirement Du 15 septembre 2017 au 11 mai 2018	Vendredi 13h à 14h
Espagnol 1 Du 15 septembre 2017 au 11 mai 2018	Vendredi 13h à 15h
Espagnol 2 Du 15 septembre 2017 au 11 mai 2018	Vendredi 10h à 12h
Espagnol 3 Du 15 septembre 2017 au 11 mai 2018	Vendredi 13h à 15h

Activités à venir - inscription requise

Mes droits:
Testament et mandat d'inaptitude
Mardi 26 septembre de 13h30 à 15h
5\$
Inscription requise

Intervenante en Zoothérapie
Jeudi 5 octobre de 10h à 12h
10 \$
Inscription requise

Pain et potage
Hommage à Marguerite Bourgeoys
Mercredi 11 octobre de 11h à 15h
Inscription requise

Mes droits:
Programmes fédéraux
Mercredi 18 octobre à 13h30
5 \$
Inscription requise

Prévenir les dettes: Faire son budget
Lundis 6, 13 et 20 novembre de 13h à 14h
12\$
Inscription requise

Fête de Noël (fin des cours)
Vendredi 15 décembre à 11h
15\$
Inscription requise

1855, rue Rachel Est

Montréal (QC) H2H 1P5

Téléphone: 514 527-1871

Courriel: carrefour_mb@bellnet.ca

www.carrefourmargueritebourgeoys.org

[Le Carrefour a sa page Facebook](#)



Vos dons font une différence.

Merci!



1855, rue Rachel Est
Montréal (QC) H2H 1P5

Veuillez libeller votre chèque au nom du Carrefour Marguerite-Bourgeois

Notez qu'aucun reçu ne sera émis pour des dons inférieurs à 10,00\$

N° d'enregistrement 868607607RR0001

N° de téléphone: _____

Adresse: _____

Code Postal: _____

M. Mme Prénom: _____ Nom: _____

Je préfère participer par un don au montant de:

10\$ 25\$ 50\$ 100\$

Merci de votre contribution

Un centre d'éducation populaire près de ses membres

Situé dans l'arrondissement du Plateau Mont-Royal,
le Carrefour est ouvert à toutes les personnes âgées
désirant apprendre, partager et évoluer dans un
milieu de vie stimulant.

Attention! Inscriptions

5 et 6 septembre 2017 de 9h à 12h et 12h30 à 16h

Places limitées pour les cours.

Début des cours: lundi 11 septembre 2017

Carte de membre obligatoire: 10\$

Prix des cours: 35\$ à 40\$

Merci à nos partenaires financiers

Merci à la **Congrégation de Notre-Dame** pour son
soutien au bon fonctionnement du Carrefour!



Merci à la **Caisse Desjardins du
Plateau Mont-Royal** pour un don
offert au Carrefour Marguerite-

Bourgeois. Renseignez-vous sur les heures
d'ouverture et les services offerts au 514 524-4337.

Merci au député **Amir Khadir** pour son soutien
financier à la réalisation des activités du Carrefour.



Carrefour Marguerite-Bourgeois Depuis 1983!

**Programmation
Automne 2017
Hiver 2018**



1855, rue Rachel Est
Montréal (QC) H2H 1P5

Téléphone: 514 527-1871

Courriel: carrefour_mb@bellnet.ca

www.carrefourmargueritebourgeois.org

[Le Carrefour a sa page Facebook](#)



Intervention Communautaire *Service gratuit*

Le Carrefour Marguerite-Bourgeois offre un
service gratuit d'intervention communautaire aux
personnes âgées.

Si vous ou un proche vivez:

- une situation stressante ou difficile
- une perte de mobilité
- une maladie
- une situation vous empêchant de mener vos
activités sociales et quotidiennes,

Sarra Ben M' Barek, notre intervenante
communautaire,

vous accueillera au Carrefour ou se déplacera à
votre domicile, à l'hôpital ou autre milieu de vie.

Sarra prendra le temps de vous écouter et de
répondre à vos besoins en vous offrant **accueil,**
soutien, accompagnement et/ou référencement.

De plus, une super équipe de **bénévoles** travaille
maintenant avec Sarra! Vous avez de la patience,
de l'écoute et de l'empathie, communiquez avec
Sarra, vous ferez un excellent bénévole!

Le projet a pour objectif principal de favoriser votre
bien-être et votre participation sociale.

Sarra Ben M' Barek
INTERVENANTE COMMUNAUTAIRE
Carrefour Marguerite Bourgeois
1855, rue Rachel Est, Montréal
514-527-1871
sarra.cmb@bellnet.ca



Pour les 50 ans et +