

# Programmation Automne 2024/ Printemps 2025

## Lundi

<p><b>10h à 11h</b> Salle Cécile Poissant</p> <p><b>Yoga sur chaise</b> <b>Mara Chercover</b></p> <p>Bloc 1 23 sept–2 dec Bloc 2 13 janv–21 mars places/bloc</p>	<p><b>10h à 12h</b> <b>13h à 15h</b> Salle Louise Gélinas</p> <p><b>Généalogie</b> Robert Hamilton</p> <p>1) 9 sept au 14 oct 2) 3 fév au 10 mar</p> <p>1 place par bloc</p>	<p><b>13h à 15h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Français conversation</b> pour personnes immigrantes</p> <p>Nicole Therrien</p> <p>9 sep au 12 mai 6 places</p>	<p><b>12h à 13h15</b> Salle Cécile</p> <p><b>Danse en ligne</b> Claire Jones</p> <p>9 sep au 12 mai 7 places</p>	<p><b>10h à 13h30</b> Cuisinette</p> <p><b>Nouveau</b></p> <p><b>Recettes faciles</b> <b>Louise Fréchette</b></p> <p>30 sept, 28 oct,</p>	<p><b>13h à 15h</b> Salle Louise</p> <p><b>Club de lecture</b> Renée Labrèque</p> <p>23 sep, 18 nov, 27 janv, 24</p>
--	--	---	--	---	--

## Mardi

<p><b>10h à 11h45</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Anglais avancé</b> Catherine McEachern</p> <p>10 sep au 20 mai 8 places</p>	<p><b>10h à 12h</b> Salle Louise Gélinas</p> <p><b>Nouveau</b></p> <p><b>Ma santé financière</b> Sandra Cabrera</p> <p>10 sep au 20 mai 6 places</p>	<p><b>13h à 14h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Vivre en Équilibre</b> (mardi et vendredi) Yann Gaudry</p> <p>10 sep au 29 oct</p>	<p><b>Besoin de bénévoles</b></p>	<p><b>13h à 14h45</b> Salle Louise Gélinas</p> <p><b>Nouveau</b></p> <p>Mon point de vue (Échange et opinion) Sandra Cabrera</p> <p>10 sep au 20 mai 6 places</p>
---	--	--	-----------------------------------	---

## Mercredi

<p><b>10h à 11h</b> <b>11h à 12h</b> Salle Louise Gélinas</p> <p><b>IPAD/Iphone</b> Jean Bélanger</p> <p>Choisir dates lors inscription 4 places par bloc Bloc 1 — 11-18-25 Sept Bloc 2 — 9-16-23 Oct Bloc 3 — 16-13-20 Nov</p>	<p><b>13h à 14h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Tablette / Téléphone</b> Serge Limoges</p> <p>Choisir dates lors inscription 2 places par bloc Bloc 1 — 11-18 - 25 Sept Bloc 2 — 16- 23 -30 Oct Bloc 3 — 16- 13- 20 Nov</p>	<p><b>13h00 à 15h</b> Salle Louise Gélinas</p> <p><b>Tricot</b> Louise Gélinas</p> <p>11 sep au 21 mai 6 places</p>	<p><b>13h30 à 15h15</b> Salle Cécile Poissant</p> <p><b>Pétanque</b> Anne Presseault</p> <p>11 sep au 21 mai 8 places</p>
---	---	---	---

## Jeudi

<p><b>10h à 12h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Espagnol avancé</b> Pic-Ling Fung</p> <p>12 sep au 22 mai 8 places</p>	<p><b>11h à 12h</b> Salle Cécile Poissant</p> <p><b>Nouveau</b></p> <p><b>Pro-muscle</b> Denise Maisonneuve et Gilma Ortiz</p> <p>12 sept. au 14 Nov 6 places</p>	<p><b>13h à 15h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Espagnol débutante</b> Adriana Martinez</p> <p>12 sep au 22 mai 8 places</p>	<p><b>Besoin Bénévoles</b></p>	<p><b>13h à 14h45</b> Salle Cécile Poissant</p> <p><b>S'exprimer par l'art</b> Classe libre</p> <p>Recherche professeur 12 sep au 22 mai</p>
--	---	--	--------------------------------	--

## Vendredi

<p><b>10h à 12h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Espagnol intermédiaire</b> Pic-Ling Fung</p> <p>13 sep au 16 mai 10 places</p>	<p><b>13h à 15 h</b></p> <p><b>Nouveau</b></p> <p><b>Jeu de Cartes</b> Louise Coté</p>	<p><b>Besoin de bénévoles</b></p>	<p><b>13h à 14h</b> Salle Louise Gélinas</p> <p><b>Nouveau</b></p> <p><b>Vivre en Équilibre</b> (mardi et vendredi) Yann Gaudry</p> <p>13 sep au 1 nov 10 places</p>	<p><b>13h30 à 15h</b> Salle Pic-Ling Fung</p> <p><b>Espagnol conversation avancée</b> Enrique Lyon</p> <p>13 sep au 16 mai 10 places</p>
--	--	-----------------------------------	--	--

Inscriptions sur rendez-vous en personne 514-527-1871.

## Repas animés

Pique nique	Mercredi 28 août 2024
Dîner nouveaux membres	Mardi 17 septembre 2024
Dîner pain et potage	Vendredi 18 octobre 2024
Dîner des fêtes	Mercredi 11 décembre
Cabane à sucre	Mardi 25 mars 2025
Dîner du partage	Jeudi 17 avril 2025
Dîner des bénévoles	Vendredi 25 avril 2025
Dîner de fin d'année	Jeudi 29 mai 2025
Sortie de fin d'année	à définir

## Ateliers, conférences et rencontres

Age d'or (industries) de Montréal  
Robert Hamilton  
Renée Labrèque

Vendredi 27 septembre  
2024, 13h à 15h

Transport Adapté.  
Salima Boubacar— RUTA

Mercredi 9 octobre  
2024

**Punaises de Lit.**  
Roseline Hébert-Morin  
Chargée de projet Comité de

Mercredi 20 Novembre  
2024  
13h à 15h

Métiers d'autrefois  
Robert Hamilton

Lundi 25  
novembre, 13h -15h

Assemblée Générale

Jeudi 20 Mars 2025

Troubles d'accumulation  
compulsive TAC La Maison  
grise de Montréal

Jeudi 27 Mars 2025  
13h à 15h

Être un consommateur averti  
Office de la protection du Citoyen

Mardi 3 décembre 2024  
Bruno Lussier  
13h à 14h30

Réservation aux ateliers et conférences obligatoire

## Carrefour

### Marguerite-Bourgeoys

Depuis 1983



425, rue Sherbrooke Est local 01  
Montréal (QC) H2L 1J9

514 527 1871

carrefourmargueritebourgeoys.org

info@carrefourmargueritebourgeoys.org

Merci au Ministère de la santé et des services sociaux du Québec et  
à la Congrégation de Notre-Dame

## DEVENIR MEMBRE

Devenir membre 10\$/an

En devenant membre du Carrefour vous aurez accès à:

- ♦ nos cours offerts par des bénévoles
- ♦ plusieurs ateliers conférences sur des sujets qui touchent les aînés
- ♦ nos invitations pour différentes fêtes et sorties
- ♦ une infolettre remplis d'informations pertinentes, capsules et nouvelles du Carrefour

Le prix d'un cours se situe entre 25\$ et 60\$

Devenir membre de soutien 25\$ à 50\$/an

En devenant membre de soutien, vous aidez le Carrefour à mener à bien sa vision et sa mission et vous aurez le droit de voter à l'assemblée générale annuelle.

## Bénévoles recherchés

Le Carrefour est toujours à la recherche de bénévoles: **anglais débutant, italien, art (peinture)**

**Accompagnement, appel d'amitié, commissions, boîtes de déménagement, cartes d'anniversaire, et plus.**

Si vous aimeriez vous impliquer auprès de votre communauté, entrez en contact avec nous et nous saurons vous attribuer un rôle qui vous convient.

514 527 1871

## Intervention Communautaire Service gratuit aux personnes aînées

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,**

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

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

514-397-9614

intervenante@carrefourmargueritebourgeoys.org

Le projet a pour objectif principal de favoriser votre bien-être et votre maintien à domicile.