



Programmation Automne – Printemps 2025 - 2026

425 rue Sherbrooke Est, local 01, 514-527-1871



Lundi

Atelier	Heure	Prof	Salle
Généalogie	10h-11h30 ou 13h-	Robert Hamilton	Louise Gélinas
Yoga sur chaise	10h -11h	YMCA	Michel Sanscartier
Français conversation	13h -15h	Nicole Therrien	Pic-Ling Fung
Exploration Musicale (nouveau)	13h -15h	Jacques Hains	Michel Sanscartier
Club de Lecture	13h -15h	Renée Labrèque	Louise Gélinas

Mardi

Anglais avancé	10h -11h45	Catherine McEachem	Pic-Ling Fung
Ma recette préférée	10h -13h30	Volontaires	Cuisinette

Mercredi

Ipad/Iphone	10h -11h30 ou 13h -14h30	Jean Bélanger	Louise Gélinas
Tablette/téléphone	13h -15h	Serge Limoges	Pic-Ling Fung
Tricot	13h -15h	Louise Gélinas	Louise Gélinas
Pétanque	13h -15h	Anne Presseault	Michel Sanscartier

Jeudi

Espagnol avancé	10h -12h	Pic-Ling Fung	Pic-Ling Fung
Espagnol débutant	13h -15h	Sandra Cabrera	Pic-Ling Fung
S'exprimer par l'art	13h -15h	Marie Claire Larocque	Michel Sanscartier

Vendredi

Espagnol intermédiaire	10h -12h	Pic-Ling Fung	Pic-Ling Fung
Espagnol conversation	13h -15h	Enrique Lyon	Louise Gélinas
Se détendre Avec la danse solo (nouveau)	13h-14h30	Jethro	M. Sanscartier

Repas et sorties animés

Pain et potage Mercredi 15 octobre

Dîner de Noël Jeudi 11 décembre

Dîner du Printemps Jeudi 9 avril

Dîner des bénévoles Mercredi 15 avril

Cabane à sucre Date à confirmer

Dîner de fin d'année Vendredi 29 mai

Sortie Récréoparc
de Ste - Catherine Mardi 9 juin

Ateliers, conférences et rencontres

Conférence Mardi 7 octobre
Trois grands parcs de
Montréal. R. Hamilton et
Renée Labrègue 13h30 à 14h30

Conférence Mardi 21 octobre
Dégénération
maculaire 13h30 à 14h30
Sylvie Castonguay
Directrice générale
Association
québécoise de la
dégénérescence
maculaire

Conférence Mardi 11 novembre
Arthrose du genou 13h30 à 14h30
Nicola Hagemeister
Ingénieure médicale
(ETS)

Conférence Service Mardi 20 janvier
Canada 13h30 à 14h30

Assemblée générale Mardi 17 mars
2025 13h à 15h

Conférence Aînés Mardi 5 mai
avisés 13h30 à 15h30
(à confirmer)

Conférence sur le Mardi 19 mai
diabète (à confirmer) 13h30 à 14h30

Réservation aux activités obligatoire
Carrefour Marguerite Bourgeoys
Depuis 1983



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

MEMBRE RÉGULIER 10\$

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

Membre de soutien 25\$ à 50\$/an

Vous aidez le Carrefour à mener à bien sa vision et sa mission et vous avez le droit de voter à l'assemblée générale annuelle.

Bénévoles recherchés

Le Carrefour est toujours à la recherche de bénévoles: **Cours anglais débutant**

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.