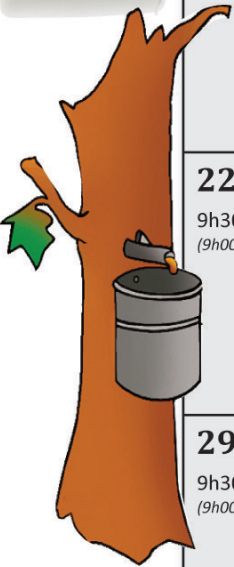





Mars 2020

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1 9h30 Messe (église) (9h00 Café)	2  9h30 Exercices Viactive 19h30 Séance publique (Hôtel de ville)	3 9h30 Exercices Cardio (Centre culturel) 13h00 Activité Âge d'Or	4 9h30 Artisanat avec les Fermières 17h00 Yoga sur chaise (Centre culturel) 18h15 Hatha Yoga doux (Centre culturel)	5	6 9h30 Tai Chi (Centre culturel) 10h30 Café-discussion (Centre culturel)	7  2h00 Durant la prochaine nuit, on avance l'heure pour un retour à l'heure avancée de l'Est. On change la pile du détecteur de fumée
SEMAINE DE RELÂCHE						
8 9h30 Messe (église) (9h00 Café)	9  9h30 Exercices Viactive	10  9h30 Cours nouvelles technologies (5\$) 9h30 Exercices Cardio 13h00 Activité Âge d'Or 18h Zumba (Centre culturel) date limite : 1 ^{er} versement	11 9h30 Artisanat 17h00 Yoga sur chaise (Centre culturel) 18h15 Hatha Yoga doux 19h00	12 9h30 Cuisine collective (inscription obligatoire)	13 9h30 Tai Chi 10h30 Café-discussion (Centre culturel) Cinéma Pop-Corn 10-14 ans (Centre culturel)	14
15 9h30 Messe (église) (9h00 Café)	16  9h30 Exercices Viactive 19h00 Rencontre Nutritionniste	17	18	19	20	21
22 9h30 Messe (église) (9h00 Café)	23 9h30 Exercices Viactive	24 9h30 Exercices Cardio (Centre culturel) 13h00 Activité Âge d'Or 18h Zumba (Centre culturel)	25 9h30 Artisanat avec les Fermières 17h00 Yoga sur chaise (Centre culturel) 18h15 Hatha Yoga doux (Centre culturel)	26 9h30 Cuisine collective (inscription obligatoire)	27 9h30 Tai Chi (Centre culturel) 10h30 Café-discussion (Centre culturel)	28 18h00 Soirée Vins & fromages (55\$) (Centre culturel)
29 9h30 Messe (église) (9h00 Café)	30  9h30 Exercices Viactive	31 9h30 Cours nouvelles technologies (5\$) 9h30 Exercices Cardio (Centre culturel) 13h00 Activité Âge d'Or	1	2	3	4

ANNULÉ



-  Collecte ordures
-  Collecte matières recyclables
-  Collecte résidus compostables

Sauf avis contraire, toutes ces activités sont **GRATUITES** et se tiennent au Centre communautaire Carole-Tremblay.
 Informations : Alain Bilette, coordonnateur 450 802-8994