

AOÛT

Nous vous invitons à consulter la section DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
22 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche	23 GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Activité libre Thème : Retour des vacances	24 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Cinéma Hop la vie	25 GIS MUSICAL 11h00 Pique-nique et danse en ligne à l'extérieur
29 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Pique-nique et jeux	30 ACTIVITÉ SPÉCIALE 13h30 Vieux-Port de Montréal avec la navette fluviale de Pointe aux Trembles - Détail à venir	31 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ACTIVITÉ SPÉCIALE 13h30 Lancement de la programmation d'automne 2022	1 GIS MUSICAL 11h00 Pique-nique et danse en ligne à l'extérieur

VENTE-DÉBARRAS MDA - 21 mai

Où : Dans le stationnement du 234 rue Saint-Antoine Nord
Heures : 8h00 @ 16h30

VOUS DÉSIREZ VOUS IMPLIQUER DANS LA RÉUSSITE DE L'ÉVÉNEMENT D'AUTOFINANCEMENT

- Si vous avez des articles à donner (max 4) pour la table de vente de la MDA, nous les apporter au plus tard le 16 mai 2022.
- Location de table pour la journée.
 - 1 table = 20\$
 - 2 tables = 35\$ (30 tables de disponibles)
 Réservez votre table avant le 19 mai, en venant faire le paiement directement à la MDA ou par virement Interac.
 - En cas de pluie, l'activité sera annulée et remboursée si vous le désirez.



MAI

Nous vous invitons à consulter la section DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
2 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ACTIVITÉ SPÉCIALE 11h00 Lancement programmation Printemps-Été GIS ARTISTIQUE 13h30 Quilling	3 CONFÉRENCE 10h00 Inaptitude et permis de conduire GIS BIEN-ÊTRE 13h30 La Découverte des huiles essentielles	4 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS MISE EN FORME 11h00 Vitalité Entr'aînés GIS ARTISTIQUE 13h30 Cours de couture (Suite du projet jeans donc complet)	5 GIS TISSÉ-SERRÉ 10h00 Cinéma Hop la vie GIS MISE EN FORME 13h30 Yoga sur chaise
9 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Pique-nique Fête des Mères GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Bingo rigolo	10 ATELIER TECHNO 10h00 Forfait internet GIS MUSICAL 13h30 Hop la vie musicale	11 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS MISE EN FORME 11h00 Vitalité Entr'aînés GIS ARTISTIQUE 13h30 Création d'œuvres en résine	12 GIS CUISINONS 10h00 Atelier du chef GIS MISE EN FORME 13h30 Yoga sur chaise
16 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche CONFÉRENCE 13h30 Café rencontre avec un policier	17 CONFÉRENCE 10h00 La diversité sexuelle GIS BIEN-ÊTRE 13h30 Soins tambour	18 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS ARTISTIQUE 13h30 Cours de dessin	19 GIS TISSÉ-SERRÉ 10h00 Activité libre GIS CULTUREL 13h30 J'file lousse (Rosale Cadron)
23 FERMÉ FÊTE DES PATRIOTES	24 GIS ARTISTIQUE 10h00 Quilling GIS MUSICAL 13h30 Hop la vie musical	25 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Activité libre	26 GIS BIEN-ÊTRE 10h00 Méditation GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Bingo rigolo

TOUS LES VENDREDIS

GIS MISE EN FORME

9h00 à 12h00

Initiation au Pickleball

RVD au terrain de tennis à

côté de la MDA

FÊTE DE LA FAMILLE
29 MAI : 13H@16H
PARC MDA

VENTE DE DÉBARRAS

21 mai : 8h @ 16h30

Au 234 rue Saint-Antoine

JUIN - Nous vous invitons à consulter la section DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
30 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Application Fadoq GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Tournoi de washer	31 GIS CULTUREL 10h00 Club de lecture estival GIS MUSICAL 13h30 Hop la vie musicale	1 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Cerveau actif	2 ACTIVITÉ SPÉCIALE Départ : 10h30 Randonnée et pique-nique à l'île Lebel à Repentigny
6 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Google maps, GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Bingo rigolo	7 ACTIVITÉ SPÉCIALE 9h00 Pêche au quai GIS MUSICAL 13h30 Hop la vie musicale	8 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Baseball poche	9 GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 – 14h00 Pique-nique nique et party de fin de saison
13 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Vente en ligne GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Pique-nique et jeux	14 GIS TISSÉ-SERRÉ 10h00 Jeu de poche pyramide GIS MUSICAL 13h30 Hop la vie musicale	15 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Cinéma Hop la vie	16 ACTIVITÉ SPÉCIALE Départ: 10h30 Randonnée pédestre et pique-nique à l'étang du grand Coteau (Mascouche)
20 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Photo Facebook GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Pique-nique/Fête Pères	21 ACTIVITÉ SPÉCIALE 13h30 AGA	22 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Bingo rigolo	23 ACTIVITÉ SPÉCIALE Festivité de la Saint-Jean de la ville de Lavaltrie
27 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Gadget techno GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Pique-nique et jeux	28 ACTIVITÉ SPÉCIALE Départ : 10h00 Les jardins arômes et saveurs Prix : 12\$	29 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Jeux de société	30 FERMÉ FÊTE DU CANADA

JUILLET - Nous vous invitons à consulter la section DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

Lundi	Mardi	Mercredi
4 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Sécurité sur google chrome GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Pique-nique et jeux	5 ACTIVITÉ SPÉCIALE Départ: 9h00 Visite de la vieille prison de Trois-Rivières et du musée Pop Prix : 65 ans et moins 23\$ 65 ans et plus : 21,25\$ Stationnement payant : 10\$	6 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Cinéma Hop la vie
11 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche ATELIER TECHNO 10h00 Logiciel malveillant GIS TISSÉ-SERRÉ 11h00 Party chez Hélène	12 ACTIVITÉ SPÉCIALE Départ: 10h00 Les jardins de la maison d'Antoine Lacombe (Joliette) Prix : 10\$	13 GIS MISE EN FORME 9h30 Club de marche GIS TISSÉ-SERRÉ 13h30 Jeux de société



Fermeture de la Maison des aînés de Lavaltrie
du 14 juillet au 21 août 2022
 Bonnes Vacances !!