Région 01 Secteur J
Sept-Îles

Calendrier des activités d'hiver et informations

2018

http://cotenord-septiles.areq.lacsq.org

Inscriptions le 11 janvier

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Ballon suisse : mercredi 8h45 à 9h45 (Gina Gallant) 50$
Début : 24 janvier
Stretching : mercredi 10h00 à 11h00 (Gina Gallant) 45$
Début : 24 janvier

Responsable : Ginette Giffard, 968-9272

Ces activités ont lieu à l'École Camille-Marcoux, à la salle polyvalente

Tai ji (tai-chi) : lundi et jeudi, 13h30 à 14h30. (Audrey Roy, kinésiologue) Gratuit
Début: janvier
P.I.E.D. (programme intégré d'équilibre dynamique) lundi 10h00 à 11h00 et mercredi, 10h00 à 11h30.
Début : janvier

Ces cours se donnent au Centre socio récréatif et s'adressent aux 65 ans et plus.

Pour inscriptions:
Madame Audrey Roy
Kinésiologue B.Sc.
tél: 418-962-9761 poste: 453130
audrey.roy.09siles@ssss.gouv.qc.ca

ACTIVITÉS ARTISANALES

Faux-vitrail, 140$ pour 3 cours de 3 heures. Matériel fourni, vous repartez avec votre œuvre.
Peinture sur bois : 3 heures pour 25$. Matériel non fourni.
Ces cours se donnent à la Boutique Art Déco, au 848, Boulevard Laure.

Pour vous inscrire et/ou prendre Information :
418-960-2276

AUTRES ACTIVITÉS

En partenariat avec le Club de l'Âge d'Or

Informatique : tablette IPAD, 418 968-3445

Anglais : jeudi 9h00 infos : 418 968-3445

Bridge : lundi et jeudi : 9h00, Gisèle Dion, 418 968-4773

Tai-chi : 8h30 à 12h00, Reine Mercier, 927-3828

Viactive : jeudi : 9h30, Mary Ann Morin : 960-5054
Jan Cooke, 960-2931

Danses en lignes : les dimanches, de 13h00 à 14h30, de 14h45 à 16h15 et les jeudis de 19h00 à 20h30 avec Claudette Massé (418 962-1248)

Pour participer à ces activités, il faut avoir la carte de la Fadoq de l'Âge d'Or: à 20$ ou la carte-amie à 15$. (418 968-3445)

****

En partenariat avec le Club des Joyeux retraités

Danses en lignes : Les lundis, mardis et vendredis, avec Sylvie Boudreault, de 13h30 à 15h00. Débutants : lundi, 15h00 à 16h30 (418 968-5727)

Broderie: les dimanches 13h30 à 15h30 avec Doris Mimeault. 5$ chaque cours. Début : s'informer.
418 962-2072
Ce cours se donne au local des Joyeux Retraités (418 962-1533)

Pour participer à ces activités, il faut avoir la carte Fadoq des Joyeux Retraités à 15$ ou la carte-amie à 10$.

****

Scrabble : les mardis, 13h00 à 15h00, au MOCSI, 652, avenue De Quen. 2$/fois
Responsable : Carmelle Cormier, 418 968-1099

Conseil sectoriel

Ginette Giffard:	418 968-9272
Denise Langelier:	418 968-9867
Martine Turcotte	418 968-2420
Louise Banville:	418 960-5213
Liliane Soulard:	418 968-5331
Francine Girard :	418 766-6696

Dates des réunions du Conseil sectoriel

8 janvier 2018, chez Denise
5 février 2018, chez Liliane
5 mars 2018, chez Martine
9 avril 2018, chez Ginette
30 avril 2018, chez Louise

Énoncé de Valeur

Égalité et justice

Respect et reconnaissance

Engagement et solidarité

ACTIVITÉS SPÉCIALES

11 janvier, Brunch du Nouvel An, inscription aux activités d'hiver, au Mocsi, à 10h00.

15 février, déjeuner au restaurant l'Ambiance à 8h30. On soulignera la Saint-Valentin.

8 mars, Journée de la femme: déjeuner à l'Ambiance à 8h30.
Responsable: Suzanne Giguère, infos à venir.

22 avril : Journée de la Terre
Responsable: Francine Roy, infos à venir.

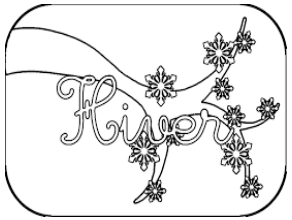
2 mai, AGS (Assemblée générale sectorielle) au gymnase du Mocsi, à 9h30, suivi d'un dîner.

Visite de notre présidente régionale : Monique Blais

Responsable: le Conseil sectoriel.

24 mai: AGR, (Assemblée générale régionale) à Matane. *(s.v.p. s'inscrire avant le 1ier avril auprès de Liliane Soulard, 968-5331 ou lilianne.soulard@gmail.com)*

24 août, rencontre de fin d'été, chez Hedwidge Losier à 11h00.



Responsables

Activités physiques : Ginette Giffard, 968-9272
Assurances : Denise Langelier 968-9867
Comité sectoriel des femmes : Suzanne Giguère 968-1694
Comité sectoriel des hommes : Jean-Guy Aspirot, 968-5625
Environnement : Francine Roy, 962-4839
Fondation Laure-Gaudreault : Louise Banville, 960-5213
Sociopolitique : Marc-Nicol Lévesque, 766-8020
Retraite : Martine Morin : 962-1321
Table de concertation des aînés, (locale) : Louise Banville,960-5213
Table de concertation des aînés, (régionale) Francine Girard, 766-6696
Responsable des téléphonistes : Denise Langelier 968-9867
Photos: Claude Mc Nicoll, 927-2062 et Lorraine Tremblay, 962-4640
Vente des billets : Éliane Turner, 968-1577
Hedwidge Losier 962-2432
Historique de l'AREQ : Édith Richard et Rachel Lévesque
Comité du bulletin sectoriel : ***Le Murmure des Iles :*** Martine Turcotte, Hedwidge Losier, et Liliane Soulard
À la correction : Édith Richard, Rachel Lévesque et Éliane Turner
Site internet : Lucie Bergeron, Louise Banville

Priorités de l'AREQ

Axe 1-
La vie associative
Axe 2-
Les droits et les intérêts des membres et des personnes aînées au cœur de nos préoccupations
Axe 3-
La participation et l'engagement au mieux-être dans la collectivité