



Région 01 Secteur J Sept-Îles

Calendrier des activités d'automne et informations



<http://cotenord-septiles.araq.lacsq.org>

Inscriptions le 12 septembre

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Ballon suisse : mardi 8h45 à 9h45 (Gina Gallant)
50\$
Début : 17 septembre

Stretching : mardi 10h00 à 11h00 (Gina Gallant)
45\$
Début : 17 septembre

Responsable : Ginette Giffard, 968-9272
Ces activités ont lieu à l'École Camille-Marcoux, à la salle polyvalente



AUTRES ACTIVITÉS

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

Informatique :

- J'apprivoise, je maîtrise l'ordinateur (en Windows 10)
- J'apprivoise, je maîtrise Internet
- Word
- Photo numérique
- Tablette IPAD ou Android

Infos : Ginette Boudreault 418 964-0384

Anglais : jeudi 9h30 infos : 418 968-3445

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

Tai-chi :

Débutant : 9h30 à 10h30

Intermédiaire : 10h30 à 11h30

Infos : 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
Infos : Huguette Thériault : 418 962-0817

Pour participer à ces activités, il faut avoir la carte de la Fadoq de l'Âge d'Or : à 25\$ ou la carte-amie à 15\$. (418 968-3445)

En partenariat avec le Club des Joyeux retraités

Danses en lignes : Les lundis, mardis, vendredis et dimanches avec Sylvie Boudreault
Infos : 418 968-5727)

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 20\$ 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

- 418 968-3445



Comité sectoriel

Présidente :

Ginette Giffard: 418 968-9272

1^{ère} vice-présidente :

Francine Girard : 418 766-6696

2^{ème} vice-présidente :

Martine Turcotte : 418 968-2420

Trésorière, trésorier:

Poste à combler

Secrétaire :

Liliane Soulard: 418 968-5331

Conseiller Port-Cartier :

Guy Buteau : 418 766-6742

Dates des réunions du Conseil sectoriel

19 août 2019, chez Ginette

23 septembre 2019, chez Francine

7 octobre 2019, chez Liliane

4 novembre 2019, chez Martine

2 décembre 2019 chez

Rencontres régionales pour le Conseil sectoriel :

Rencontres régionales pour le conseil sectoriel : 16 octobre, p.m. et 18 octobre, a.m.

ACTIVITÉS SPÉCIALES

29 août, rencontre estivale de fin d'été, à 11h00, chez Hedwidge Losier, au 4 rue Routhier. Dîner à 12h00.

12 septembre, déjeuner et inscription aux activités, au restaurant L'Ambiance à 8h30.

26 septembre, 5 à 7 des bénévoles, chez Edgar, à 17h00.

1^{er} octobre, journée internationale des Aînés. En collaboration avec d'autres organismes.

Messe à l'Église Sainte-Famille : 10 h 30

Dîner au Centre Socio : 11 h 30

Coût du dîner : 12\$. Les billets seront en vente, au CAB Le Virage, 781, blvd Laure, 418 444-2228 et au Rendez-vous des Aînés 418 968-3445.

3 ou 8 octobre, marche ou promenade au Parc de l'Anse ou Jardin Bois-Joli et collation à mi-parcours, suivi d'un dîner au resto. (à déterminer)

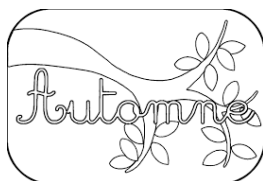
24 octobre, souper et accueil des nouveaux membres. 16h00 à 21h00.

21 novembre, déjeuner à L'Ambiance à 9h30.

Journée internationale des hommes

13 décembre, souper de Noël, au Fin Renard, à l'Hôtel des Gouverneurs, à 18h00.

9 janvier 2020, Brunch du Nouvel An et inscription aux activités d'hiver, au Mocsi, 9h00 à 13h00.



Responsables

Activités physiques : Ginette Giffard, 968-9272

Assurances : Denise Langelier 968-9867

Comité sectoriel des femmes : Suzanne Giguère 968-1694

Comité sectoriel des hommes : Poste à combler

Environnement : Francine Roy, 962-4839

Fondation Laure-Gaudreault : Louise Banville, 960-5213

Sociopolitique : Marc-Nicol Lévesque, 766-8020

Retraite : Francine Girard, 766-6696

Table de concertation des aînés (locale): Louise Banville 960-5213

Table de concertation (régionale) Poste à combler

Responsable des listes d'envois par courriel et des téléphonistes : Liliane Soulard 968-5331

Photos: Claude Mc Nicoll, 927-2062 et Lorraine Tremblay, 962-4640

Vente des billets : Éliane Turner, 968-1577 ou Hedwidge Losier

Comité du bulletin sectoriel : Le Murmure des Iles : Martine Turcotte, Hedwidge Losier

Éliane Turner, Édith Richard et Rachel Lévesque

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

Énoncé de Valeur

Égalité et justice

Respect et reconnaissance

Engagement et solidarité