Région 01 Secteur J
Sept-Îles

Calendrier des activités d'hiver et informations

2017

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

Inscriptions le 12 janvier

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Ballon suisse : mardi 8h45 à 9h45 (Gina Gallant) 50$
Début : 17 janvier
Stretching : mardi 10h00 à 11h00 (Gina Gallant) 45$
Début : 17 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 : …..

Responsable : Liliane Soulard, 968-5331

P.I.E.D. (programme intégré d'équilibre dynamique) lundi 10h00 à 11h00 et mercredi, 10h00 à 11h30.
(Audrey Roy, kinésiologue) Gratuit
Début : …..

Responsable : Liliane Soulard, 968-5331

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

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, à Place de Ville.

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

ACTIVITÉS CULTURELLES ET AUTRES

Cours offerts par le Club de l'Âge d'Or

Divers cours en d'informatique se donnent au ***Rendez-vous des Aînés*** (418 968-3445)

- Ordinateur
- Tablette
- Internet
- Etc.

Information : Ginette Boudreault, (418 964-0384)

Début des cours: sur appel

Danses de lignes : les dimanches, de 13h00 à 14h30, de 15h00 à 16h30 et les jeudis de 19h30 à 21h00 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$.

Cours offerts par le Club des Joyeux Retraités (418 962-1533)

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

Crochet et broderie norvégienne: les dimanche 13h30 à 15h30 avec Doris Mimeault. 5$ chaque cours. Début : mi-septembre

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

Zumba : s'informer auprès de Patsy Stever : patsystever.zumba.com 418 962-0961

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

9 janvier 2017, chez Denise
6 février 2017, chez Liliane
13 mars 2017, chez Martine
10 avril 2017, chez Ginette
8 mai 2017, chez Louise

46e Congrès à Lévis

29 mai au 1e juin 2017

Sous le thème :

ENGAGEMENT
CONVICTION
COHÉSION

Énoncé de Valeur

Égalité et justice

Respect et reconnaissance

Engagement et solidarité

ACTIVITÉS SPÉCIALES

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

18 janvier, café-galettes, infos à venir

15 février, café-galettes, infos à venir

17 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.

15 mars, café-galettes, infos à venir

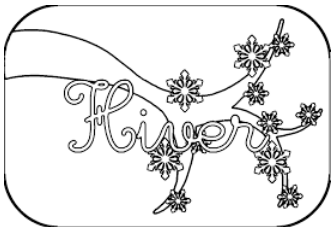
19 avril, café-galettes : Journée de la Terre
Responsable: Francine Roy, infos à venir.

26 avril, AGS (Assemblée générale sectorielle) au Salon Blair McKeil du Mocsi, à 9h00, suivi d'un dîner.
Responsable: le Conseil sectoriel.

18 mai: AGR, (Assemblée générale régionale) à Rimouski.

25 mai, déjeuner à l'Ambiance, à 8h30.

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



Responsables

Activités physiques : Ginette Giffard, 968-9272
Assurances : Marie Gagnon, 962-5266
Condition des femmes : Suzanne Giguère 968-1694
Condition des hommes : Jean-Guy Aspirot, 968-5625
Environnement : Francine Roy, 962-4839
Fondation Laure-Gaudreault : Yvette Zavada, 968-1649
Sociopolitique : Marc-Nicol Lévesque, 766-8020
Retraite : Martine Morin : 962-1321
Table de concertation des aînés : Louise Banville 960-5213
Responsable des téléphonistes : Denise Langelier 968-9867
Photos et vidéos : Claude Mc Nicoll, 927-2062 et Lorraine Tremblay, 962-4640
Vente des billets : Éliane Turner, 968-1577
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