

MAI 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			1	2	3	4
			FADOQ 17:15 ZUMBA 3		VENDREDI LOISIRS REPAS BINGO FADOQ	SOIRÉE DANSE
5	6	7	8	9	10	11
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL 18:15 ZUMBA 4	18;30-20;30 YOGA 1	FADOQ 17:15 ZUMBA 4		VENDREDIT LOISIRS REPAS CDC	8 A 12h CAB ANNULÉ ----- * 186 pOIRIER
12	13	14	15	16	17	18
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL 18:15 ZUMBA 5	18;30-20;30 YOGA 2	FADOQ 17:15 ZUMBA 5		VENDREDI LOISIRS REPAS BINGO FADOQ	SOIRÉE DANSE
19	20	21	22	23	24	25
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL	18;30-20;30 YOGA 3	FADOQ		VENDREDI LOISIRS REPAS	SOIRÉE DANSE
26	27	28	29	30	31	
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL	18;30-20;30 YOGA 4	FADOQ		VENDREDI LOISIRS REPAS	

YOGA DANY BERGERON 819-806-752

JUN 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						1
						SOUPER MÉCHOUI SOIRÉE DANSE
2	3	4	5	6	7	8
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL	18;30-20;30 YOGA 5	FADOQ		VENDREDI LOISIRS REPAS réservé Fadoq	*#156 Fadoq 50 ieme
9	10	11	12	13	14	15
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL	18;30-20;30 YOGA 6	FADOQ		VENDREDI LOISIRS REPAS BINGO	
16	17	18	19	20	21	22
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	DANSE OPTIONNEL	18;30-20;30 YOGA 7	FADOQ		VENDREDI LOISIRS REPAS BINGO	
23	24	25	26	27	28	29
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE		18;30-20;30 YOGA 8	FADOQ		déco	# 157 12;00 mariage L'Heureux
30						
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE *175 FAMILLE PERREAUL T						

JUILLET 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	1	2	3	4	5	6
						#111 RÉSERVÉ M. Lang
7	8	9	10	11	12	13
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						#145 Bernard Lemieux
14	15	16	17	18	19	20
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						
21	22	23	24	25	26	27
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						
28	29	30	31			
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						

AOUT 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						185 FETE FAMILLE GUAY
11	12	13	14	15	16	17
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	07;00-16;00 CAB CUISINE	CAB CUISINE	CAB CUISINE	CAB CUISINE		
18	19	20	21	22	23	24
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	CAB CUISINE	CAB CUISINE	CAB CUISINE	CAB CUISINE		
25	26	27	28	29	30	31
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						184 B THIBAUT

SEPTEMBRE 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1 8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE *192 JACQUES	2	3	4	5	6 VENDREDI LOISIRS REPAS #163 Boivin	7 CAB CUISINE
8 8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	9	10 9h kiné *1 10h kiné 11 kiné	11	12 9h kiné *1 10h kiné 11 kiné	13 VENDREDI LOISIRS REPAS RESERVÉ	14 *179 MARRIAGE cARRIER
15 8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	16 10h danse1 11h danse 13;15 danse	17 9h kiné *2 10h kiné 11 kiné	18	19 9h kiné *2 10h kiné 11 kiné	20 VENDREDI LOISIRS REPAS	21 SOIRÉE DANSE
22 8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	23 10h danse2 11h danse 13;15 danse	24 9h kiné *3 10h kiné 11 kiné	25	26 9h kiné *3 10h kiné 11 kiné	27 VENDREDI LOISIRS REPAS	28 SOIRÉE DANSE
29 8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	30 10h danse3 11h danse 13;15 danse	31 9h kiné *4 10h kiné 11 kiné				

29 au 5 oct, semaine Québécoise des centres communautaires pour aînées
KINÉSYNERGIE 9h a 12 mardi, jeudi Erika Rotunno 819 578 6554
ZUMBA lundi, mercredi soir Johane Dugrenier 819 679 9512

OCTOBRE 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		1	2	3	4	5
		9h kiné *5 10h kiné 11 kiné		9h kiné *4 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	SOUPER SOIRÉE DANSE
6	7	8	9	10	11	12
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	10h danse4 11h danse 13;15 danse	9h kiné *6 10h kiné 11 kiné		9h kiné *5 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	#164 VAILLANCOURT
13	14 ACTION GRACES	15	16	17	18	19
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	RELACHE	9h kiné * 7 10h kiné 11 kiné		9h kiné * 6 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	SOIRÉE DANSE
20	21	22	23	24	25	26
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	10h danse5 11h danse 13;15 danse	9h kiné * 8 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné *1		9h kiné * 7 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	SOIRÉE DANSE
27	28	29	30	31		
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	10h danse6 11h danse 13;15 danse	9h kiné * 9 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné *2		9h kiné *8 10h kiné 11 kiné		

KINÉSYNERGIE 9h a 12 mardi, jeudi Erika Rotunno 819 578 6554
ZUMBA lundi, mercredi soir Johane Dugrenier 819 679 9512

NOVEMBRE 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
					1	2
					VENDREDI LOISIRS REPAS	SOIRÉE DANSE
3	4	5	6	7	8	9
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	10h danse 11h danse 13;15 danse	9h kiné *10 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné * 3		9h kiné * 9 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	
10	11	12	13	14	15	16
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	10h danse 11h danse 13;15 danse	9h kiné * 11 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné *4		9h kiné * 10 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	SOIRÉE DANSE
17	18	19	20	21	22	23
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	11h danse 13;15 danse	9h kiné *12 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné *5		9h kiné *11 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	FADOQ SOUPER DANSE
24	25	26	27	28	29	30
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	11h danse 13;15 danse	9h kiné 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné		9h kiné *12 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	SOIRÉE DANSE? Colette?

KINÉSYNERGIE 9h a 12 mardi, jeudi Erika Rotunno 819 578 6554
 ZUMBA lundi, mercredi soir Johane Dugrenier 819 679 9512

DÉCEMBRE 2024

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	2	3	4	5	6	7
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE		9h kiné*12 10h kiné 11 kiné 17;30h kiné		9h kiné *12 10h kiné 11 kiné	VENDREDI LOISIRS REPAS	SOUPER DANSE NOEL
8	9	10	11	12	13	14
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE	13;00 Cuisine collective	Cuisine collective				
15	16	17	18	19	20	21
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						
22	23	24	25	26	27	28
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE			174 FAMILLE GRONDIN	173 FAMILLE MICHAUD		178 FAMILLE CLOUTIER
29	30	31				
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE 172 FAMILLE GIROUX		RÉVEILLON CCC				

KINÉSYNERGIE 9h a 12 mardi, jeudi Erika Rotunno 819 578 6554
ZUMBA lundi, mercredi soir Johane Dugrenier 819 679 9512

JANVIER 2025

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			1	2	3	4
			176 FAMILLE PERREAUL T			177 FAMILLE VEILLETTE
5	6	7	8	9	10	11
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						
12	13	14	15	16	17	18
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
19	20	21	22	23	24	25
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
26	27	28	29	30	31	
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	

KINÉSYNERGIE 9h a 12 mardi, jeudi Erika Rotunno 819 578 6554

ZUMBA lundi, mercredi soir Johane Dugrenier 819 679 9512

FÉVRIER 2025

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						1
2	3	4	5	6	7	8
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
9	10	11	12	13	14	15
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
16	17	18	19	20	21	22
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
23	24	25	26	27	28	
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	

KINÉSYNERGIE 9h à 12h mardi, jeudi Erika Rotunno 819 578 6554

ZUMBA lundi, mercredi soir Johane Dugrenier 819 679 9512

MARS 2025

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
						1
					VENDREDI LOISIRS REPAS	
2	3	4	5	6	7	8
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
9	10	11	12	13	14	15
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
16	17	18	19	20	21	22
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
23	24	25	26	27	28	29
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE					VENDREDI LOISIRS REPAS	
30	31					
8:00-12:00 ARMÉE DE MARIE						