

ADMISSIBILITÉ:

- Personnes **RETRAITÉES OU PRÉRETRAITÉES;**
- Âgées **DE 50 ANS ET PLUS;**
- **AUTONOMES** ou en **LÉGÈRE** perte d'autonomie ;
- Souhaitant maintenir son autonomie par la **PARTICIPATION SOCIALE ET COMMUNAUTAIRE;**

NOS OBJECTIFS:

PROMOUVOIR; FAVORISER;
ENCOURAGER :

- L'autonomie, les saines habitudes de vie;
- La participation, l'intégration sociale et les interactions avec la communauté environnante;
- L'entraide individuelle...

PRÉVENIR ET METTRE UN FREIN :

- Aux pertes d'autonomie physique et cognitive;
- À l'isolement;

POUR NOUS CONTACTER:

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
COMMUNAUTAIRE MATAWINIE

562 DE L'ÉGLISE,
CHERTSEY, J0K 3K0

PAR TÉLÉPHONE:

450-882-1089

SANS FRAIS:

1-888-882-1086



Centre d'Action  Bénévole
Communautaire Matawinie

GROUPE
DE SOCIALISATION
50 ANS +



CERCLE DE
PAROLE



CAFÉ -
RENCONTRE

RAWDON
&
ST-ALPHONSE-
RODRIGUEZ

PROGRAMMATION
JANVIER/ MAI 2020

INSCRIPTION:

OU ?

QUAND ?

COMMENT ?

- 1 Par Téléphone au 450-882-1089 ou sans frais au 1-888-882-1086
- 2 Vous pouvez vous inscrire en tout temps.
- 3 Frais de 5\$ pour janvier à mai



RAWDON

Centre Metcalfe
3597, rue Metcalfe, salle #2
Rawdon

De 13:00 à 15:30
(Sauf lors d'activité spéciale)

- VENDREDI LE :
- 31 janvier 2020
 - 14 et 28 février 2020
 - 13 et 27 mars 2020
 - 10 et 24 avril 2020
 - 8 et 22 mai 2020

ST-ALPHONSE-RODRIGUEZ

Centre Gaudet
1100 rue Notre-Dame
St-Alphonse-Rodriguez

De 13:00 à 15:30
(Sauf lors d'activité spéciale)

- JEUDI LE :
- 16 janvier 2020
 - 6, 13 et 27 février 2020
 - 12 et 26 mars 2020
 - 9 et 23 avril 2020
 - 7 et 21 mai 2020

ACTIVITÉ « CABANE À SUCRE »
Rawdon & St-Alphonse-Rodriguez
Le 3 avril 2020 De 11:30 à 15:00
Érablière Jean Parent
1571 Route 343 Nord,
Saint-Ambroise-de-Kildare, Qc