



Tournesol de la Rive-Nord
222, rue Notre-Dame, Repentigny (Qc) J6A 2R2 Tél.: 450 657-1608

| PROGRAMMATION DU MOIS D'AOÛT 2024 | | | | | | |
|-----------------------------------|---|--|--|--|---|---|
| Dimanche | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
| |  | | | | | 3 |
| 4 | 5 | | | | | 10 |
| 11 | 12 Mini cardio 13h15 à 13h30 Les retrouvailles 13h30 à 16h00 | 13 Club de marche 10h30 à 11h30 <u>Je m'inscris et je participe</u> Choco-ciné 13h00 à 16h00 « Triple X » | 14 Cardio 11h00 à 12h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Activités libres 13h00 à 16h00 | 15 Havre familiale 10h00 à 16h00 Coût : 13.00\$ Transport : 2.00\$ <u>Je m'inscris et je participe</u> Apporter votre lunch | 16 Créativité 13h00 à 16h00 | 17 |
| 18 | 19 Quilles G Plus 13h00 à 16h00 Coût : 4.50\$ <u>Je m'inscris et je participe</u> | 20 Club de marche 10h30 à 11h30 <u>Je m'inscris et je participe</u> Discussion partage 13h00 à 16h00 | 21 Moi et ma santé mentale « Estime de moi » 13h00 à 16h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> | 22 Bingo 13h00 à 16h00 | 23 Tournesol en chanson 13h00 à 16h00 | 24 |
| 25 | 26 Balade en train 13h00 à 17h30 Coût : 8.00\$ <u>Je m'inscris et je participe</u> | 27 Cinéma 13h00 à 16h00 Coût : 4.00\$ <u>Je m'inscris et je participe</u> | 28 Cardio 11h00 à 12h00 <u>Je m'inscris et je participe</u> Activités libres 13h00 à 16h00 | 29 Épluchette de blé d'Inde 12h00 à 16h00 <u>Je m'inscris je participe</u> Coût : 4.00\$ | 30 Activités libres 13h00 à 16h00 |  |

Téléphone pour votre transport : 450-657-5709

Veillez prendre note que les activités marquées « Je m'inscris » impliquent

- 1) D'être inscrit sur la liste de l'activité, 2) D'avoir payé au moins 2 jours à l'avance, 3) Notez que les activités débutent à 13h30