



Activités communautaires!

août

2023

Une inscription est requise pour toutes activités à l'exception de la marche intérieure et des exercices virtuels

Exercices virtuels (Zoom) 898 877 1306

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	<p>9-10 h Marche intérieure 1</p> <p>10h30-11h Exercices variées 60+</p> <p>10-13 h Journée santé 60+</p> <p>10-13 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>9-10 h Marche intérieure 2</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>9h30 Transport à l'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h15 Transport au Walmart (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>9-10 h Marche intérieure 3</p> <p>9-12 h Livraisons d'épicerie/médicaments (Val Rita et Opatatika) 60+</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-15 h Livraisons d'épicerie / médicaments (Moonbeam et Fauquier) 60+</p>	<p>9-10 h Marche intérieure 4</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>10-14 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h30 Tournoi de rondelles 60+</p>
<p>7</p> <p>CENTRE FERMÉ</p>	<p>9-10 h Marche intérieure 8</p> <p>10h30-11h Exercices variées 60+</p> <p>10-13 h Journée santé 60+</p> <p>10-13 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>9-10 h Marche intérieure 9</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>9h30 Transport à l'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h15 Transport au Walmart (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>10</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>10-13 h Journée santé (Opatatika) 60+</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-15 h Livraisons d'épicerie / médicaments (Moonbeam et Fauquier) 60+</p>	<p>11</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>10-14 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p>
<p>14</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>15</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>10h30-11h Exercices variées 60+</p> <p>10-13 h Journée santé 60+</p> <p>10-13 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>16</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>9h30 Transport à l'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h15 Transport au Walmart (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>17</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9-12 h Livraisons d'épicerie/médicaments (Val Rita et Opatatika) 60+</p> <p>10-13 h Journée santé (Val Rita) 60+</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-15 h Livraisons d'épicerie / médicaments (Moonbeam et Fauquier) 60+</p>	<p>18</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>10-14 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h30 Cinéma 60+</p>
<p>21</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>22</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>10h30-11h Exercices variées 60+</p> <p>10-13 h Journée santé 60+</p> <p>10-13 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>23</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>9h30 Transport à l'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h15 Transport au Walmart (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>24</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-15 h Livraisons d'épicerie / médicaments (Moonbeam et Fauquier) 60+</p>	<p>25</p> <p>8h45 Camp Ongrandi 60+</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>10-14 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h30 Bingo communautaire</p>
<p>28</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>29</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>10h30-11h Exercices variées 60+</p> <p>10-13 h Journée santé 60+</p> <p>10-13 h Livraison d'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>30</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9 h Exercices virtuels (Zoom)</p> <p>9h30 Transport à l'épicerie (Kap) 60+</p> <p>13h15 Transport au Walmart (Kap) 60+</p> <p>13-14 h Marche intérieure</p>	<p>31</p> <p>9-10 h Marche intérieure</p> <p>9-12 h Livraisons d'épicerie/médicaments (Val Rita et Opatatika) 60+</p> <p>11 h Bingo virtuel (Facebook)</p> <p>13-15 h Livraisons d'épicerie / médicaments (Moonbeam et Fauquier) 60+</p>	