

Activités à La Maison des Aînés de Chertsey

CAFÉ-CAUSERIE À LA MAISON DES AÎNÉS DE CHERTSEY !

La Maison des Aînés de Chertsey vous invite à participer à son café-causerie **un mercredi sur deux entre 9h30 et 11h30** . Nous vous proposons de venir découvrir le programme **Antidote VIT** (*Vis intensément tout de suite*) développé conjointement par le Centre communautaire bénévole Matawinie (CCBM) et Formation Antidote Monde, ce programme original propose une approche créative où **plaisir, chaleur, respect, légèreté et ouverture** seront au rendez-vous

Aussi nous vous **de 9h30 à 11h30, un mercredi sur deux** à notre **cinéma-causerie**. Venez regarder film ou reportage tout en dégustant une bonne collation et un café ! Une causerie suivra le visionnement . Bienvenue à tous et à toutes !

CUISINES COLLECTIVES POUR HOMMES DE 50 ANS ET + !

Cette activité s'adresse aux hommes de 50 ans et +et plus désireux d'apprendre à cuisiner des mets simples dans une ambiance détendue et agréable.

En équipe de 4 à 6 personnes, apprenez à planifier et à confectionner de bons repas économiques et équilibrés en fonction des spéciaux de la semaine.

Les ateliers se déroulent dans le plaisir et permettent aux participants de créer des liens.

Les cuisines collectives ont lieu **les jeudis de 9h30 à 13h jusqu' au mois de juin**. Le coût est entre 1 \$ et 2,50 \$ par portion, et les participants repartent avec plusieurs plats!

JEUX LIBRES LES MERDIS ET MERCREDIS APRÈS-MIDI À LA MAISON DES AÎNÉS

Entre 12h30 et 15h30 tous les mardis et mercredis, Venez découvrir nos jeux , vous amuser, rire, jouer et échanger entre vous, tout en savourant un breuvage et une collation.

Pour participer à toutes ses activités il vous suffit juste de prendre votre carte de membre au coût de 20 \$/an.

Restez à l'affût et suivez nous sur notre page Facebook: Maison des Aînés de Chertsey afin de connaître toute notre programmation

Pour plus d'informations : Marion Grimault au 450 882-1688 ou par courriel : maisondesaines.chertsey@gmail.com

Sources et renseignements: Marion Grimault, coordonnatrice
552, rue de l'église
Chertsey (Québec) J0K 3K0

Tél: (450) 882-1688 / maisondesaines.chertsey@gmail.com