



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			1 Appel Social 11 h - 12 h Yoga sur chaise-Bientôt 13 h 30 – 14 h	2 Vendredi Saint Aucun programme	3
5 Bienvenue au SSC 10-11 h Artisanat & Conversation 13 h – 14 h Jeu-questionnaire 18 h – 18 h 45	6 Appel Social 10 h – 11 h	7 Services en vedette 13 h – 14 h Watch Party 18 h – 19 h	8 Appel Social 11 h – 12 h Yoga sur chaise-Bientôt 13 h 30 – 14 h	9 Groupe de discussion 10 h – 11 h	10 Café & Bonnes Nouvelles 10 h 11 h
12 Bienvenue au SSC 10-11 h Artisanat & Conversation 13 h – 14 h Karaoké en groupe 18 h – 18 h 45	13 Appel Social 10 h – 11 h Pleine conscience – Sem. 1 13 h 30 – 14 h 30	14 Bingo 13 h – 14 h Watch Party 18 h – 19 h	15 Appel Social 11 h – 12 h Yoga sur chaise-Bientôt 13 h 30 – 14 h	16 Groupe de discussion 10 h – 11 h	17
19 Bienvenue au SSC 10-11 h Artisanat & Conversation 13 h – 14 h Groupe de lecture	20 Appel Social 10 h – 11 h Pleine conscience – Sem. 2 13 h 30 – 14 h 30	21 Animation Musicale : Arlene Quinn 13 h – 14 h Watch Party 18 h – 19 h	22 Appel Social 11 h – 12 h Yoga sur chaise-Bientôt 13 h 30 – 14 h	23 Groupe de discussion 10 h – 11 h	24 Café & Bonnes Nouvelles 10 h 11 h
26 Bienvenue au SSC 10-11 h Artisanat & Conversation 13 h – 14 h	27 Appel Social 10 h – 11 h Pleine conscience – Sem. 3 13 h 30 – 14 h 30	28 Bingo 13 h – 14 h Watch Party 18 h – 19 h	29 Appel Social 11 h – 12 h Yoga sur chaise-Bientôt 13 h 30 – 14 h	30 Groupe de discussion 10 h – 11 h	

Veillez noter : Programmes téléphoniques en bleu Programmes virtuels en rouge

Description des activités du calendrier de programmes sociaux

Vous manquez de vous réunir avec des ami(e)s, d'avoir de bonnes conversations ou simplement vous sentez un peu seul(e) ? Nous vous invitons à participer aux programmes sociaux virtuels amusants et intéressants que nous proposons, soit par téléphone, soit par ordinateur (**accès Internet requis**). Pour participer à l'un de ces programmes sociaux amusants, pour vous renseigner ou pour vous inscrire, composez le **613-591-3686, option 3**.

Programmes téléphoniques en bleu :



Appels sociaux : (Mardi et jeudi, chaque semaine)

Nos hôtes guideront la conversation avec des sujets intéressants, des anecdotes, de l'humour et des souvenirs. Des invités se joindront à nous de temps à autre. Participez à la conversation ou asseyez-vous et simplement écoutez, vous pourriez apprendre quelque chose de nouveau.

Bingo : (2e et 4e lundi du mois)

Jouons au bingo ! Vous pouvez participer au Bingo dans le confort de votre foyer. Nos hôtes vous fourniront des fiches pour jouer. Les gagnants jouent pour se vanter et quelques petits prix seront attribués.

Animation musicale : (3e mercredi de chaque mois)

Ce jour, nous présenterons des animations musicales par certains de nos musiciens locaux préférés.

Services en vedette :

Des invités spéciaux répondront vos questions à propos les services disponibles dans notre communauté.

Jeu-questionnaire :

Préparez-vous à chauffer votre cerveau et vous amuser avec le jeu-questionnaire !

Groupe de lecture:

Installez-vous confortablement dans votre chaise préférée pendant que nous discutons tout en lisant ensemble des histoires courtes, de la poésie et des biographies.

Programmes virtuels en rouge /Ordinateur et Internet requis



Groupe de discussion :

Participez à la discussion ou écoutez nos hôtes chaque semaine pendant que nous explorons divers sujets à travers une variété de présentations informatiques.

Artisanat & Conversation :

Installez-vous avec votre projet d'artisanat préféré en bonne compagnie !

Café & Bonnes Nouvelles : (2^e et 4^e samedi du mois)

Versez-vous une tasse de café et préparez-vous à écouter certaines des choses les plus positives qui se passent dans le monde qui nous entoure !

Watch Party - Soirée de visionnement : (Tous les mercredis en soirée)

Préparez votre collation préférée et passez une soirée à discuter avec d'autres personnes tout en découvrant de nouveaux endroits tout en regardant des documentaires de voyage ensemble.

Bienvenue au SSC :

Séance d'information pour répondre à toutes vos questions sur les services du WOCRC.

Yoga sur chaise – Prochainement !

Programme d'exercice.

Karaoké :

Amusons-nous en chantant ensemble !

Pleine conscience :

Un animateur qualifié nous guidera à travers une pratique de pleine conscience de 5 semaines pour nous aider à devenir plus concentrés, détendus et gentils envers nous-mêmes et les autres.

Ces programmes sont offerts en anglais seulement. Si vous souhaitez recevoir des services en français, veuillez communiquer avec le Centre de services Guigues au 613-241-1266.