



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
		1 Soutien aux soignants 10h - 11h Programme social en français 13h – 13h45	2 Exercices sur chaise 10h – 11h	3
6	7 Exercices sur chaise 13h – 14h	8 Événement du personnel – Aucun programme	9 Exercices sur chaise 10h – 11h Bingo 11h – 12h	10
13	14 Exercices sur chaise 13h – 14h Jeux à profusions 13h – 14h Artisanat en social 14h30 – 15h30	15 Soutien aux soignants 10h – 11h Club du Dîner Kanata 10h – 13h Café Communautaire CO 13h30 – 14h30 Programme social en Français 13h -13h30	16 Exercices sur chaise 10h – 11h	17
20 Fête de la Reine Aucun Programme	21 Exercices sur chaise 13h -14h	22 Soutien aux soignants 10h – 11h Club du Dîner Kanata 10h – 13h Programme social en Français 13h -13h30	23 Exercices sur chaise 10h – 11h Bingo 11h – 12h	24 Club du Dîner West Carleton-Kinburn 11h30 – 14h
27	28 Exercices sur chaise 13h – 14h Jeux à profusions 13h – 14h Artisanat en social 14h30 – 15h30	29 Soutien aux soignants 10h – 11h Programme social en Français 13h -13h30	30 Exercices sur chaise 10h – 11h	31

## 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 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 :



#### **Jeux à profusion :**

Une demi-heure amusante remplie de jeux interactifs comme « Family Feud », Catégories et « Jeopardy ». Les jeux alterneront de semaine en semaine, ce sera donc une surprise de voir à quel jeu nous jouons lorsque vous vous rejoignez à nous ! Ce programme se déroulera un mardi sur deux.

#### **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.



### Programmes en personne en vert:

#### **Café communautaire et Club de dîner Kanata et Kinburn**

Veuillez appeler 613-591-3686 pour en savoir plus.

### Programmes virtuels en rouge /ordinateur et Internet requis



**Artisanat en social :** Installez-vous avec votre projet d'artisanat préféré en bonne compagnie !

**Soutien aux soignants :** Bienvenue à toutes personnes qui s'occupent d'une personne atteinte d'une maladie limitant l'espérance de vie. Appelez Erin au 613-591-3686 poste 299 pour vous joindre à nous.

**Programme social en français:** Bonjour à tous! Joignez-vous à nous pour un petit social au téléphone ou par l'application zoom. Nous discuterons de nos souvenirs, famille, fêtes, événements et passe-temps tout en ayant des fous rires!

**Exercices sur chaise:** Venez vous étirez et bougez vos muscles pour être plus fort et en santé longtemps. Pour s'enregistrer, svp appeler au 613-591-3686 extension 333 pour parler avec Anna-Leigh ou Geneviève.

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