



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			1 Exercices sur chaise 10h – 11h Bingo 11h – 12h	2
5	6 Jeux à profusions 13h – 14h	7 Soutien aux soignants 10h – 11h Programme social en français 13h -14h	8 Exercices sur chaise 10h – 11h	9
12	13	14 Soutien aux soignants 10h – 11h Club du Dîner West Carleton – Restaurant PJ's 13h30-14h30pm Programme social en français 13h -14h	15 Exercices sur chaise 10h – 11h Bingo 11h – 12h	16
19	20 Jeux à profusions 13h – 14h	21 Soutien aux soignants 10h – 11h Programme social en français 13h -14h	22 Exercices sur chaise 10h – 11h	23
26	27	28 Soutien aux soignants 10h – 11h Programme social en français 13h -14h	29 Exercices sur chaise 10h – 11h Bingo 11h – 12h	30

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:



Club de dîner West Carleton

Veillez appeler 613-591-3686 option 333 pour en savoir plus.

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

Programmes virtuels en rouge /ordinateur et Internet requis



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 option 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.