



Prenons du temps pour soi en cette Action de grâce!

Pour les personnes de **50 ANS ET +**



Emmanuelle Delannoy animera l'atelier qui comprendra plusieurs exercices mentaux et physiques qui vous permettra de prendre soin de vous.

Un temps de partage et de relaxation !

À l'occasion de l'Action de grâce, nous vous offrons un atelier de relaxation, de détente musculaire, de visualisation et de reconnaissance de l'année que vous venez de passer. Venez célébrer avec nous !

Nous voulons profiter de l'occasion pour vous remercier de participer à nos activités. Nous vous remercions.

Le programme de Nouveaux Horizons du Cercle de l'amitié invite les personnes de 50 ans et plus à découvrir les fêtes et traditions à l'occasion d'un repas et divers ateliers mensuels.

Soyez des nôtres pour notre célébration de l'Action de grâce, le dimanche 14 octobre prochain dès midi trente (12 h 30).

RÉSERVATIONS NÉCESSAIRES POUR LE REPAS!

En indiquant toutes restrictions alimentaires - **avant le 12 octobre 2018**

905 456-0606 • coordination@cercleamitie.ca

Ce projet est financé par le



Government
of Canada

Gouvernement
du Canada