



## CONFÉRENCES GRATUITES

### Mon pharmacien, une source d'informations

Comprendre les interactions possibles entre sa médication et divers aliments ou produits naturels.

Nathalie Blais, pharmacienne

**28 septembre 2016 à 9 h 30**

### Libérer les pertes et les deuils de sa vie...pour bien vieillir.

Le vieillissement est ponctué de nouvelles expériences qui nous amènent à vivre des pertes et des deuils. Comment bien vieillir dans l'harmonie malgré ces pertes?

Francine Cuierrier de l'organisme «Aux couleurs de la Vie Lanaudière»

**13 octobre 2016, à 13 h**

### Cruriosité

Comment manger de façon équilibrée facilement. Confection de recettes sur place et dégustations.

Katy Demers-Primeau et Caroline Laflamme

**26 octobre 2016, 9 h 30**

### L'achat local; l'essayer c'est l'adopter!

Les bienfaits de l'achat local. Dégustation de produits locaux.

Conseil de développement bioalimentaire Lan.

**30 novembre 2016, 9 h 30**

## ACTIVITÉS 2016-2017 - FADOQ CRABTREE

### • Activités hebdomadaires :

Tous les mercredis à 13 h

(Baseball poches, bingo, Scrabble, jeux de cartes, Jocker romain, Skip-Bo, Uno, etc.)

Apportez votre jeu préféré.

### • Ouverture officielle :

Le 7 septembre 2016

### • Whist militaire :

Tous les lundis P.M.

Début : le 12 septembre 2016

### • Cours de danse en ligne :

Tous les vendredis P.M.

Début : le 23 septembre 2016

### • Dîner fèves au lard :

Le 19 octobre 2016

### • Exposition Art & Culture :

Les 12 et 13 novembre 2016

### • Souper de Noël :

Le 2 décembre 2016

### • Dîner St-Valentin :

Le 15 février 2017

### • Assemblée générale et

Fin de saison :

Le 10 mai 2017

### • Soirées de danse en ligne :

Les 15 octobre, 19 novembre 2016

Les 21 janvier, 18 février, 18 mars,

22 avril et 27 mai 2017

### • Nouveau :

Cours de danse Country :

(pour débutants)

Tous les lundis de 9 h 30 à 11 h

Professeur : Sam

Pour info : Michel (450 389-0952)

**À noter que les activités cessent entre le 14 décembre 2016 et le 4 janvier 2017.**

**Le Whist militaire reprend le 9 janvier 2017 de même que les cours de danse country.**

**Les activités du mercredi reprennent le 4 janvier 2017.**

**Les cours de danse en ligne reprennent le 6 janvier 2017.**