



Le Centre d'Entraide La Destinée

177, chemin de la Savane, Gatineau, J8T 1R2

Tél. : (819) 561-7474

Courriel : ladeleine@videotron.ca - Site WEB : www.ladeleine.org

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT AUX ACTIVITÉS SOIT PAR TÉLÉPHONE, PAR COURRIEL OU EN PERSONNE.



Date : Mercredi 3 juillet

Heure : De 10 h à 12 h

Mini-Putt « L'authentique de Gatineau » - Une petite sortie au Mini-Putt, question de s'amuser et de rire un peu! Testons nos habiletés! Coût : 5.50 \$ avec taxes. **Minimum de 10 participantes.** En cas de pluie, l'activité sera reportée ultérieurement.

Inscription requise au plus tard le vendredi 28 juin.
POSSIBILITÉ DE REVENIR AU CENTRE POUR DÎNER ENSEMBLE.

En juillet 2019 au Centre...



Date : Mardi 16 juillet

Heure : De 11 h à 15 h

« Pique-nique dynamique » au parc du Lac Lemay - Une belle occasion pour se rassembler et jaser, si le cœur vous en dit, vous pouvez vous divertir en participant à quelques jeux!

APPORTEZ VOTRE DÎNER

Date : Mardi 9 juillet

Heure : De 9 h 30 h à 12 h



Toast-café discussion - C'est une belle occasion de se réunir pour discuter autour d'un petit déjeuner. Le pain, les bagels, les fruits, la confiture et le café à volonté seront offerts. Vous pouvez y participer bien confortablement dans votre pyjama. Soyez au rendez-vous! **Le thème : « Que veut dire le dicton : « Ne pas se fier aux apparences? »**

Inscription requise avant vendredi 5 juillet.

Date : Jeudi 11 juillet

Heure : De 13 h à 16 h



Bingo d'été - Cet après-midi est réservé pour jouer au bingo! Apportez deux cadeaux pour l'activité soit : une création, une récupération ou un achat d'une valeur maximale de 5 \$ chacun.

(S.V.P. pas de livres, pas de produits de beauté ou items malpropres).

Date : Jeudi 18 juillet

Heure : De 13 h à 16 h

Café-discussion - C'est une belle occasion de se réunir pour discuter autour d'une collation. Soyez au rendez-vous!

Le thème : « Ces blessures, le rejet et l'abandon... »



Date : Mardi 23 juillet

Heure : De 13 h à 16 h



Café-bricole - Cet après-midi est réservé pour bricoler en bonne compagnie.

Le projet : « Le collage sur un tableau »

Coût : 3 \$ payable à l'inscription.

Inscription requise au plus tard mercredi 17 juillet





Le Centre d'Entraide La Destinée

177, chemin de la Savane, Gatineau, J8T 1R2

Tél. : (819) 561-7474

Courriel : ladestinee@videotron.ca - Site WEB : www.ladestinee.org

INSCRIVEZ-VOUS AUX ACTIVITÉS DÈS MAINTENANT SOIT PAR TÉLÉPHONE, COURRIEL OU EN PERSONNE.



En Août 2019 au Centre...



Date : Jeudi 1^{er} août
Heure : De 13 h à 16 h



Café-bricole - Cet après-midi est réservé pour bricoler en bonne compagnie.

Le projet : « Peinture fluide sur tableau »

Date : Mardi 6 août
Heure : De 12 h à 16 h



Sortie au Cinéma 9 - Le choix du film sera fait par les femmes inscrites. Un minimum de 4 participantes est nécessaire pour la tenue de cette activité. Le coût au cinéma est de 6 \$ par participante.

Date : Jeudi 8 août
Heure : De 13 h à 16 h



Smoothies et causerie - C'est une belle occasion de se réunir pour discuter autour d'un smoothie. **Le thème :** « Quels sont les bienfaits de l'humour? »

Date : Mardi 13 août
Heure : De 13 h à 16 h



Bingo Hawaïen - Cet après-midi est réservé pour jouer au bingo! Apportez deux cadeaux pour l'activité soit : une création, une récupération ou un achat d'une valeur maximale de 5 \$. (S.V.P. pas de livres, pas de produits de beauté ou items malpropres).

Date : Jeudi 15 août
Heure : De 13 h à 16 h



Café-discussion - C'est une belle occasion de se réunir pour discuter autour d'une collation. Soyez au rendez-vous!

Le thème : « Ces blessures, l'humiliation, la trahison et l'injustice... »

Date : Lundi 19 août
Heure : De 13 h à 16 h



Ciné-Causerie - « La Bolduc » Visionnement d'un film suivi d'un échange. Le tout agrémenté de pop-corn!

Date : Mercredi 21 août
Heure : De 9 h 30 h à 12 h



Toast-café discussion - C'est une belle occasion de se réunir pour discuter autour d'un petit déjeuner. Le pain, les bagels, les fruits, la confiture et le café à volonté seront offerts. Soyez au rendez-vous!

Le thème : « Pourquoi mes blessures m'empêchent de lâcher-prise et de pardonner? »

Date : Jeudi 29 août
Heure : De 11 h 30 à 16 h



Épluchette de blé-d'Inde - Vous êtes invitées à vous joindre à nous pour cette épluchette de blé-d'Inde. Après le dîner, nous poursuivrons cette journée avec des jeux! Suggestion : Avoir de la **couleur jaune** (items ou habillement).

Réservez votre place avant le jeudi 22 août.