



Le Centre d'Entraide La Destinée

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

Tél. : (819) 561-7474

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

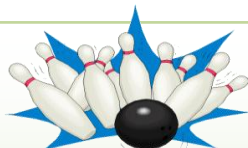
INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT AUX ACTIVITÉS SOIT PAR TÉLÉPHONE, PAR COURRIEL OU EN PERSONNE.



En juillet 2018 au Centre...



Date : Jeudi 5 juillet
Heure : De 13 h à 15 h



Sortie aux quilles - Une petite sortie à la Salle de quilles Paris, question de se défouler, de s'amuser et de rire un peu! Coût : Environ 6 \$. (1 partie et location de soulier)
Inscription requise avant vendredi 29 juin 2018.

Minimum de 8 participantes

Date : Vendredi 13 juillet
Heure : De 11 h à 15 h



« **Entre-Elles** » **Dîner et Jeux** – Une belle occasion pour se rassembler et jaser, et si le cœur vous en dit, vous divertir en participant à quelques jeux! **APPORTEZ VOTRE DÎNER**

Date : Mardi 17 juillet
Heure : De 11 h 30 à 15 h 30



Ce midi, je m'exprime. – Une occasion de dîner ensemble tout en discutant autour d'un thème qui vous concerne en tant que femme. C'est un moment pour prendre la parole, se questionner, s'exprimer ou tout simplement écouter. Le Centre fournira la viande froide et le pain. **Inscription requise avant vendredi 13 juillet 2018**

Date : Jeudi 19 juillet
Heure : De 13 h à 16 h



Café-rencontre – Un temps juste pour soi, pour se ressourcer et refaire le plein d'énergie.
Le thème : « **Nos perceptions et interprétations lors de discussion** »

Date : Jeudi 12 juillet
Heure : De 13 h à 16 h



Bon débarras, Bonnes trouvailles - Vous avez des vêtements, bijoux, livres ou autres objets dont vous voulez vous débarrasser? Vous êtes invitées à y participer, que vous ayez des choses à donner ou non.
La chasse aux trouvailles est ouverte!

Il est à noter que vous devez repartir avec vos articles qui n'ont pas trouvé preneuse.



Date : Mercredi 25 juillet
Heure : De 13 h à 16 h

Café-bricole - Cet après-midi est réservé pour bricoler en bonne compagnie.
Le projet : « **Confection de cartes** »



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.



Date : Mercredi 1^{er} août

Heure : De 13 h à 16 h

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

Le projet : « Capteur de rêve » Coût 5 \$ payable à l'inscription. **Inscription requise au plus tard mercredi 25 juillet 2018**



Date : Mercredi 8 août

Heure : De 13 h à 16 h

Ciné-causerie « Activité pyjama » Visionnement d'un film suivi d'un échange. Vous pouvez y participer bien confortablement dans votre pyjama. Le tout agrémenté de pop-corn!



Date : Vendredi 10 août

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



Date : Mardi 14 août

Heure : De 12 h à 16 h

On plonge dans l'été! - À vous de choisir l'activité qui vous plaira de faire, soit : jeux de société, jasette libre, jeux extérieurs ou baignade.

(Apportez votre maillot de bain et une serviette de plage)

APPORTEZ VOTRE DÎNER.

En Août 2018 au Centre...



Date : Jeudi 16 août

Heure : De 13 h à 16 h

Le thème : « Ma façon de communiquer, de passer mon message... »

Café-rencontre – Un temps juste pour soi, pour se ressourcer et refaire le plein d'énergie.



Date : Mercredi 22 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 : « Réaliser le « film » de ma vie »

Inscription requise avant le vendredi 17 août 2018



Date : Jeudi 30 août

Heure : De 11 h 30 à 16 h

Épluchette de blé-d'inde et Olympiades d'été - 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 extérieurs! En cas de pluie, des activités seront organisées à l'intérieur (films, jeux, cartes, etc.).

Réservez votre place avant le jeudi 24 août 2018