



JANVIER - FÉVRIER - MARS 2019

RÉGION DE PORTNEUF

ACTIVITÉS RÉGULIÈRES

Contactez **Valérie Plamondon**, l'intervenante du territoire, au 418-842-8421 (poste 5), pour plus de renseignements.

Cuisine collective &	Jeudi : 24 janvier 28 février 21 mars	13 h à 15 h 30	Carrefour FM 165, rue Saint-Ignace, St-Raymond, G3L 1E7.	10 \$ / cuisine Apportez des plats.
Café la Jasette & (Dîner et cartes)	Mardi : 8 janv. au 26 mars	10 h 30 à 15 h	En collaboration avec l'ASEPP. Voir ci-dessous.	Coût : Votre dîner.

INSCRIPTION : Jusqu'au 13 décembre, en appelant au secrétariat de l'Association (poste 0), au 418-842-8421 ou au 1-866-844-8421. Un tirage au sort aura lieu, s'il y a trop de participants. **Nous vous contacterons le 14 décembre, s'il y a un changement à vos inscriptions.**

ACTIVITÉS SPÉCIALES

Contactez **Valérie Plamondon**, l'intervenante du territoire, au 418-842-8421 (poste 5), pour plus de renseignements.

Mardi : 8 janvier	CAFÉ LA JASETTE & (Portneuf)	À l'hôtel de ville de Portneuf, situé au 297, 1 ^{re} avenue, à Portneuf , G0A 2Y0. Inscription : avant le 4 janvier . Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. Bienvenue aux proches !
Mardi : 15 janvier	CAFÉ LA JASETTE & (Deschambault)	Au restaurant le Chavigny, situé au 11, rue des Pins, à Deschambault , G0A 1S0. Coût : Votre repas sur place. Inscription : avant le 11 janvier . Bienvenue aux proches !
Mardi : 22 janvier	GYM CERVEAU & (Donnacona)	Ateliers visant à stimuler plusieurs facettes de votre cerveau. Au Centre d'hébergement Donnacona (salle du centre de jour), de 10 h 30 à 15 h , situé au 250, rue Gaudreau, Donnacona , G3M 1L6. Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. Inscription : avant le 18 janvier .
Vendredi : 25 janvier	DÎNER NOUVEL AN (Pont-Rouge) &	Au restaurant le Calvados, de 12 h à 14 h , au 202, rue du Collège, à Pont-Rouge , G3H 0C6. Inscription : avant le 23 janvier (Max. 15 participants) . Coût : Votre repas sur place.

<u>Mardi</u> : 29 janvier	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Cap-Santé)	À la Maison des Générations, située au 12, rue Déry, à Cap-Santé , G0A 1L0. <u>Inscription</u> : avant le 25 janvier . Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 5 février	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Portneuf)	À l'hôtel de ville de Portneuf, situé au 297 1 ^{re} avenue, à Portneuf , G0A 2Y0. <u>Inscription</u> : avant le 1^{er} février . Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 12 février	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Deschambault)	Au restaurant le Chavigny, situé au 11, rue des Pins, à Deschambault , G0A 1S0. <u>Coût</u> : Votre repas. <u>Inscription</u> : avant le 8 février . Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 19 février	GYM CERVEAU ☺ (Donnacona)	Ateliers visant à stimuler plusieurs facettes de votre cerveau. Au Centre d'hébergement Donnacona (salle du centre de jour), de 10 h 30 à 15 h , situé au 250, rue Gaudreau, Donnacona , G3M 1L6. Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. <u>Inscription</u> : avant le 15 février .
<u>Vendredi</u> : 22 février	DÎNER RESTAURANT (Portneuf) ☺	À la Pizzeria Paquet, de 12 h à 14 h , au 81, rue de la Rivière, à Portneuf , G3H 1P7. <u>Coût</u> : Votre repas. <u>Inscription</u> : avant le 19 février . Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 26 février	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Pont-Rouge)	À la Pizzeria Paquet, située au 250, rue Dupont, à Pont-Rouge , G0A 2Y0. <u>Coût</u> : Votre repas. <u>Inscription</u> : avant le 22 février . Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 5 mars	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Portneuf)	À l'hôtel de ville de Portneuf, situé au 297 1 ^{re} avenue, à Portneuf , G0A 2Y0. <u>Inscription</u> : avant le 1^{er} mars . Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 12 mars	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Deschambault)	Au restaurant le Chavigny, situé au 11, rue des Pins, à Deschambault , G0A 1S0. <u>Coût</u> : Votre repas. <u>Inscription</u> : avant le 8 mars . Bienvenue aux proches !
<u>Mardi</u> : 19 mars	GYM CERVEAU ☺ (Donnacona)	Ateliers visant à stimuler plusieurs facettes de votre cerveau. Au Centre d'hébergement Donnacona (salle du centre de jour), de 10 h 30 à 15 h , situé au 250, rue Gaudreau, Donnacona , G3M 1L6. Prévoyez de l'argent ou apportez votre lunch. <u>Inscription</u> : avant le 15 mars .
<u>Mardi</u> : 26 mars	CAFÉ LA JASETTE ☺ (Pont-Rouge)	À la Pizzeria Paquet, située au 250, rue Dupont, à Pont-Rouge , G3H 1P7. <u>Coût</u> : Votre repas. <u>Inscription</u> : avant le 22 mars . Bienvenue aux proches !
<u>Vendredi</u> : 29 mars	DÎNER RESTAURANT (St-Raymond) ☺	Au restaurant de l'Hôtel Roquemont, de 12 h à 14 h , au 105, Grande Ligne, à St-Raymond , G3L 2Y4. <u>Coût</u> : Votre repas. <u>Inscription</u> : avant le 26 mars . Bienvenue aux proches !

PAIEMENT : Les frais liés aux activités régulières ou spéciales vous seront facturés, aux intervalles de 3 mois.