



MON CENTRE À DISTANCE



Novembre 2020



Mon Centre à distance - GRATUIT

Un programme **gratuit** qui comprend des activités diffusées **tous les jours**, par conférence téléphonique ou téléconférence. Vous pouvez participer à ces activités en utilisant votre téléphone, votre cellulaire, votre tablette ou votre ordinateur.

Information sur les activités et inscription

Latifa Doudech : 343-996-5917 ou latifa@retraiteenaction.ca

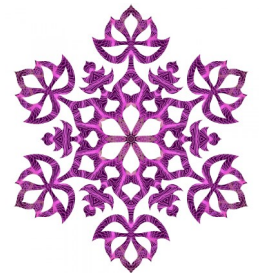
Julie Parent : 613-241-1266 poste 439 ou mcd@mri.ca

Vous recevrez un courriel ou un appel téléphonique vous donnant les renseignements nécessaires pour vous brancher en vue de participer à l'activité.

Si vous avez besoin d'aide pour vous connecter aux téléconférences sur Zoom,

veuillez prendre rendez-vous en composant le numéro ci-dessus.

Les séances d'aide technique ont lieu tous les lundis entre 11 h et 11 h 45.



Saviez-vous que les activités de Mon Centre à distance se poursuivraient en novembre afin de continuer à vous offrir une programmation adaptée, variée et sécuritaire?

Bonne nouvelle! Le Centre de services Guigues a fait son ouverture! Les places sont limitées, l'inscription est donc obligatoire pour toutes les activités au Centre. Comme le Centre de services Guigues ne peut pas opérer à sa pleine capacité, **Mon Centre à distance** vous propose des activités variées, tous les jours, pour se rencontrer, apprendre et échanger dans une ambiance conviviale et décontractée... Le tout, dans le confort de votre foyer!

Toute l'équipe de Mon Centre à distance se fera un plaisir de vous fournir le support nécessaire pour vous brancher et vous accueillera avec le sourire!



Au plaisir de vous accueillir!



MON CENTRE À DISTANCE

Novembre 2020



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
2  14 h Café jasette	3 11 h Entrez dans le jeu 14 h Partageons nos recettes de Noël	4 11 h Danse groove 14 h Café jasette	5 11 h Musique du monde 14 h À l'écoute de...	6 11 h Voyage entre nous 14 h À la découverte de...
9 14 h Café jasette	10 11 h Entrez dans le jeu 14 h Partageons nos recettes de Noël	11 11 h Danse groove 14 h Café jasette 	12 11 h Musique du monde 14 h À l'écoute de...	13 11 h Voyage entre nous 14 h À la découverte de...
16 14 h Café jasette	17 11 h Entrez dans le jeu 14 h Partageons nos recettes de Noël	18 11 h Danse Groove 14 h Café jasette	19 11 h Musique du monde 14 h À l'écoute de...	20 11 h Voyage entre nous 14 h À la découverte de...
23 14 h Café jasette	24 11 h Entrez dans le jeu 14 h Partageons nos recettes de Noël	25 11 h Danse Groove 14 h Café jasette	26 11 h Musique du monde 14 h À l'écoute de...	27 11 h Voyage entre nous 14 h À la découverte de...
30 11 h La parole est à vous (HIVER 2021) 14 h Café jasette				

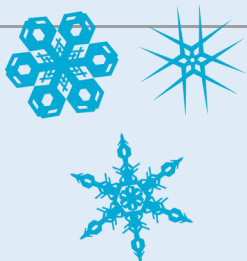
MON CENTRE À DISTANCE



Novembre 2020



Date	Heure	Description des activités
Lundi 2 novembre	14 h à 15 h 30	Café jasette : Les plus beaux contes de notre enfance
Mardi 3 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Entrez dans le jeu : Anagrammes Partageons nos recettes de Noël : Les tourtières
Mercredi 4 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Danse Groove Café jasette : La pauvreté dans notre société
Jeudi 5 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Musique du monde : Découvrez le chanteur Henri Salvador À l'écoute de : Colores Andinos (flûte de Pan) avec MASC
Vendredi 6 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Voyage entre nous : La Haute-Provence À la découverte de : L'artisan tricoteur
Lundi 9 novembre	14 h à 15 h 30	Café jasette : Avez-vous une routine? La routine dans votre vie
Mardi 10 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Entrez dans le jeu : Anagrammes Partageons nos recettes de Noël : Les biscuits au beurre
Mercredi 11 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Danse Groove Café jasette : Jour du Souvenir (L'histoire du coquelicot)
Jeudi 12 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Musique du monde : Découvrez le chanteur d'opéra Dimash Kudaibergen À l'écoute de : Line Goulet de Revenu Canada (impôt pour personnes handicapées)
Vendredi 13 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Voyage entre nous : Les Pyrénées-Orientales À la découverte de : L'artisan chaudronnier

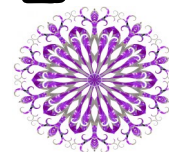


Parlez-en à
vos amis !



MON CENTRE À DISTANCE

Novembre 2020



Date	Heure	Description des activités
Lundi 16 novembre	14 h à 15 h 30	Café jasette : Le Service de police d'Ottawa (la sécurité personnelle chez soi et lors des déplacements)
Mardi 17 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Entrez dans le jeu : Anagrammes Partageons nos recettes de Noël : La dinde ou l'agneau pour le repas de Noël!
Mercredi 18 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Danse Groove Café jasette : Transport public à travers le monde
Jeudi 19 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Musique du monde : Découvrez le chanteur Julio Iglesias À l'écoute de : Louis Mercier (folklore canadien-français)
Vendredi 20 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Voyage entre nous : Brasilia, capitale du Brésil depuis 60 ans (une expérience humaine sortie/venue de nulle part) À la découverte de : L'artisan du sirop d'érable au Québec
Lundi 23 novembre	14 h à 15 h 30	Café jasette : Les extraterrestres (réalité ou mythe)
Mardi 24 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Entrez dans le jeu : Anagrammes Partageons nos recettes de Noël : Le gâteau aux fruits
Mercredi 25 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Danse Groove Café jasette : La fête de la Sainte-Catherine
Jeudi 26 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Musique du monde : Découvrez le chanteur Corneille À l'écoute de : L'époque baroque-rococo
Vendredi 27 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	Voyage entre nous : La Suisse À la découverte de : Le travail du cuir (les tanneurs)
Lundi 30 novembre	11 h à 12 h 14 h à 15 h 30	La parole est à vous (idées pour la programmation d'hiver 2021) Café jasette : Si vous le pouviez, comment changeriez-vous le monde?



On accepte les commandes pour délicieuses tourtières cuisinées par notre chef Oscar

Pour plus d'informations : Brigitte 613-241-1266 poste 421



Toujours du nouveau dans notre page Facebook les fins de semaine