

Service d'entraide de Breakeyville

La Brochette Santé

Automne 2021

« À Breakeyville,  tous s'entraident ! »

Bonjour, chers participants de Brochette Santé,

La dernière année fût particulière. Nous avons dû arrêter nos activités pendant plusieurs mois. Toutefois, il est temps de bouger! Nous commençons cette nouvelle session avec l'espoir de la normalité. Nous respecterons les mesures sanitaires, mais nous pouvons vous assurer que le plaisir sera au rendez-vous.

Encore cette année, la santé sera au cœur de nos activités. Les saines habitudes de vie, dont l'exercice physique et mentale seront au menu. Jeux, musique, rire et plaisir seront encore au rendez-vous. Serez-vous des nôtres?

Inscription obligatoire auprès de Marie-Eve Tremblay au 418 832-1671 poste 225 afin de nous assurer d'avoir suffisamment d'espace pour tous.

Au plaisir de vous y voir en grand nombre!

N'oubliez pas vos espadrilles et votre bouteille d'eau!

Caroline Parent, directrice
Marie-Eve Tremblay, intervenante-animatrice

Informations importantes — COVID-19

- * Le passeport vaccinal est **obligatoire** pour participer aux activités de Brochette santé et vous sera demandé à l'entrée de la salle.
- * Le port du masque, couvrant le nez et la bouche, est **obligatoire** à votre entrée ainsi que dans tous vos déplacements dans l'organisme.
- * La désinfection des mains est **obligatoire** à votre arrivée dans les locaux. Du désinfectant sera aussi à votre disposition dans la salle.
- * Une distanciation d'un mètre entre les participants doit être respectée en tout temps. Des marques au sol ont été placées pour vous guider.
- * Vous devrez signer le registre des présences chaque fois que vous participerez à l'activité.

Si vous avez des symptômes de COVID-19 (fièvre, toux, maux de gorge, maux de tête, difficulté respiratoire, perte d'odorat et/ou de goût, diarrhée ou vomissement), si vous ou un proche êtes en attente d'un résultat de test de dépistage, si vous êtes revenus de voyage dans les 14 derniers jours ou si vous avez été en contact avec une personne atteinte de la COVID-19 dans les 14 derniers jours, **RESTEZ À LA MAISON!**

La Brochette santé est offerte à toute la population de Breakeyville. C'est une belle occasion de faire de belles rencontres et ce, en restant actif physiquement par le biais des exercices physiques et intellectuellement, avec de multiples jeux.

N'hésitez pas à en parler !

COMITÉ ORGANISATEUR	
Micheline Rousseau	Animatrice des jeux
Lucie Patry	Animatrice des exercices
Jocelyne Langlois	Animatrice de tai chi et capsule santé
Marie-Eve Tremblay	Animatrice du Service d'entraide de Breakeyville

*Pour toutes questions, contactez Marie-Eve Tremblay au Service d'entraide de Breakeyville
418 832-1671 poste 225

Mardi 7 septembre 2021

*Présentation des règles à respecter et présentation de la programmation.

*Inscription et fiche santé

*Activités physiques et capsule santé.

Mardi 14 septembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 21 septembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 28 septembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 5 octobre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 12 octobre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 19 octobre 2021

Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 26 octobre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Déguisez-vous pour l'Halloween!

Mardi 2 novembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 9 novembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 16 novembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 23 novembre 2021

Yoga avec Charlotte Boutin

*Jeu et capsule santé.

Mardi 30 novembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Mardi 7 décembre 2021

*Activités physiques, jeu et capsule santé.

Ceci complète la programmation pour l'automne 2021. En espérant que vous aurez eu du plaisir à vous joindre à nous!

Nous vous invitons à nous faire connaître vos commentaires soit en les déposant dans notre boîte à suggestions qui se trouve au Service d'entraide ou en en faisant part au comité organisateur. Ceci nous permettra de mieux répondre à vos besoins.

Merci infiniment!!!



Lieu des rencontres

*Service d'entraide de Breakeyville
700 rue Davie-Anderson*

Les activités se déroulent le mardi de
13 h 30 à 15 h et sont offertes à toute la population.