

Horaire des activités

CLSP-exercices en douceur : Groupe d'activités physiques adaptées, animée par Marie-Josée Fillion et Marilyn Savard, ergothérapeutes du CIUSSS de l'Est de l'île de Montréal

Tous les lundis de 13h à 14h, du 17 septembre au 10 décembre 2018

Lieu : Centre communautaire Roussin, local 264

GRATUIT (membre seulement)

Café-rencontre : Groupe de soutien - breuvages et collations servis

Tous les lundis de 14h15 à 15h15,

du 17 septembre au 10 décembre 2018

Lieu : Centre communautaire Roussin, rez-de-chaussée (cafétéria)

GRATUIT (membre seulement)

Conseil d'administration : Rencontre des membres élus au Conseil

Les mardis 4 septembre et 13 novembre 2018

Lieu : Centre communautaire Roussin, local 313 et 340

Dîner Conférence : sujet à venir

Les Mercredis 26 septembre et 21 novembre 2018
de 11h30 à 14h30

Lieu : Restaurant Mikes, 12 500 rue Sherbrooke Est.

Coût : membre (\$5.00) non-membre (\$10.00)

Espoir Famille : Activités, ateliers et conférences

Du 12 au 14 octobre 2018

Lieu : Delta Sherbrooke, Hotel et Centre des congrès,
2685 Rue King Ouest, Sherbrooke, QC J1L 1C1

Fête de Noël : Un repas traditionnel sera servi

Lundi le 17 décembre 2018 de 11h30 à 14h30

Lieu : Centre communautaire Roussin, local R-44

Coût : membre (\$5.00) non-membre (\$10.00)

Journée de Jeux-Game Day : Jeux de société en groupe

Un vendredi sur deux, de 13h00 à 16h15

Du 21 septembre au 14 décembre 2018

Lieu : Provigo Versailles, 7600 rue Sherbrooke Est (2^e étage)

GRATUIT (membre seulement)

ACTIVITÉS – AUTOMNE

2018



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'île-de-Montréal

Québec 



12125, rue Notre-Dame, local: 315

PAT, Québec H1B 2Y9

Tel: (514) 640-5472

Fax: (514) 640-4141

info.estdemontreal@scleroseenplaques.ca

www.facebook.com/estdemi/

SEPTEMBRE 2018

3	LUNDI	Fête du Travail
4	MARDI	Réunion CA
17	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
17	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
21	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)
24	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
24	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
26	MERCREDI	Dîner Conférence (11h30 à 14h30)

OCTOBRE 2018

1	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
1	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
5	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)
8	LUNDI	ACTION DE GRÂCES
12 -14	FIN DE SEMAINE	ESPOIR FAMILLE
15	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
15	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
19	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)
22	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
22	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
29	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
29	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)

NOVEMBRE 2018

2	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)
5	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
5	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
12	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
12	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
13	MARDI	Réunion CA
16	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)
19	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
19	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
21	MERCREDI	Dîner Conférence (11h30 à 14h30)
26	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
26	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
30	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)

DÉCEMBRE 2018

3	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
3	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
10	LUNDI	CLSP - Exercices en douceur (13h00 à 14h00)
10	LUNDI	Café-rencontre (14h15 à 15h15)
14	VENDREDI	Journée de Jeux – Game Day (14h15 à 16h30)
17	LUNDI	Fête de Noël (11h30 à 14h30)

INSCRIPTION REQUISE

CONTACTER : Cynthia Morgan

514-640-5472

Cynthia.Morgan@scleroseenplaques.ca

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK

[FACEBOOK.COM/ESTDEMTL](https://www.facebook.com/ESTDEMTL)