

PROCÉDURE D'INSCRIPTIONS

Afin que l'activité ne soit pas annulée par manque d'inscription, nous vous demandons de vous inscrire avant la date demandée

Assurez-vous d'être disponible avant de vous inscrire à une activité !!

Notez bien que vous devez aviser au moins 48h d'avance, afin de recevoir votre remboursement

Merci pour votre collaboration !

Centre de méditation – 3\$

Lundi 11 novembre

Dans le cadre de nos matins santé, venez

vivre l'expérience

d'une méditation guidée

au Centre de méditation Kadampa

à Montréal, au 835, Laurier Est.

Le centre accueillera notre groupe spécialement à 10h pour nous offrir un atelier d'introduction à la méditation et méditation guidée sous le thème du

«calme mental».

C'est un rendez-vous à ne pas manquer !

Départ du métro Cartier à 9h15

Retour à 11h30

Inscription obligatoire

avant le 4 novembre

Café déco céramique- 5\$

Mercredi 6 novembre à 10h

289, boulevard curé Labelle, Ste-Rose

Incluant : une pièce d'une valeur max. de 15\$,

temps illimité et un café régulier.

Places illimités

Inscriptions avant le 1^{er} novembre

À VENIR

en décembre

Ventes à la Cité de la Santé

Party de Noël

Salon des métiers d'art

Brunch de Noël

Jeux de société

Mercredi 27 novembre de 14h à 17h

*Un projet en collaboration
avec Café le Signet !*

Vous aimez les jeux de société ?

Vous avez envie d'expliquer à d'autres les règles d'un jeu qui vous passionne ?

Ou vous aimeriez apprendre les rudiments d'un jeu facile pour ensuite pouvoir l'expliquer à d'autres ?

Ou encore vous aimeriez simplement venir vous amuser avec nous ?

On vous attend pour une après-midi de jeux, dans la communauté de Ste-Rose, au Café le Signet.

Informez-vous et inscrivez-vous auprès de Lyna-Lune avant le 6 novembre.