

### 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<sup>er</sup> 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.