

Juin 2025

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott	3 Café-intergénérationnelle avec les étudiants du CFMNB (P) 14h30-15h30 Bistro	4 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott Exercices avec le CFMNB (P) 19h-19h45 Salle Katimavik	5 Tai-chi (P) Debout : 10 h-10 h 40 Sur chaise : 10h45-11h20 Salle Promenade de Vie Aérobic avec chaise (P) 13h30-14h15 Salle Katimavik	6 Club de Marche (P) 10h-11h Yoga sur tapis (P) 11h30-12h30 Parc Rotary St-Anselme- salle brunch (Dieppe)
9 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott	10 Marche pour la société de l'Alzheimer's (P) 10h-11h Dehors Vente de hot-dogs pour la société de l'Alzheimer 14h-16h Gazebo	11 Exercices avec le CFMNB (P) 19h-19h45 Salle Katimavik	12 Tai-chi (P) Debout : 10h-10h40 Sur chaise : 10h45-11h20 Salle Promenade de Vie Aérobic avec chaise (P) 13h30-14h15 Salle Katimavik	13 Club de Marche (P) 10h-11h Yoga sur tapis 11h30-12h30 Parc Rotary St-Anselme- salle brunch (Dieppe)
16 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott	17 Jeux intergénérationnels avec les étudiants du projet Amaryllis : Les racines du bien-être 14h30-15h30 Salle Codiac	18 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott	19 Aérobic avec chaise (P) 13h30-14h15 Salle Katimavik	20 Club de Marche (P) 10h-11h
23 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott	24 Bols chantants sur chaise (P) 14h30-15h00 Salle cinéma	25 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott	26 Aérobic avec chaise (P) 13h30-14h15 Salle Katimavik	27 Club de Marche (P) 10h-11h
30 Méditation guidée (P) 10h-10h30 Théâtre Lescarbott				

Téléphone : (506) 854-3501

Courriel : rsaintil@shannex.com ou ell5934@umoncton.ca

Pivot santé
pour aînés

Le PSA est un milieu d'innovation sociale où des services de promotion de la santé et prévention de la maladie sont offerts aux aînés du Faubourg du Mascaret et de la communauté.