



L'Action, 7 novembre 2011/- Antidote VIT (Vis intensément tout de suite) est une nouvelle activité gratuite qui propose de créer un lieu de rencontre privilégié où les aînés sont conviés à venir échanger afin d'améliorer leur qualité de vie, de valoriser leur expérience et de renforcer leur rôle dans la société.

Tout comme l'étaient autrefois le magasin général, le restaurant du coin ou l'hôtel du village, ce lieu permet discuter entre amis autour d'un café et d'une collation pour le plaisir de partager, de bouger et de changer le monde.

Développé conjointement par le Centre communautaire bénévole Matawinie (CCBM) et Formation Antidote Monde, ce programme original propose une approche créative où plaisir, chaleur, respect, légèreté et ouverture sont au rendez-vous.

Antidote VIT débute dans la semaine du 14 novembre, mais de nouveaux participants peuvent rejoindre les groupes en tout temps.

Les rencontres ont lieu les lundis, de 9 h à 11 h 30, à la Maison des aînés de Chertsey ; les mercredis, de 13 h à 15 h 30, à La Ruche de Saint-Damien et les jeudis, de 14 h à 16 h 30, à la Salle communautaire de Sainte-Marcelline-de-Kildare.

Information et inscription : Martine Comtois au 450-882-1089 ou par courriel à projet@ccbm.qc.ca.

Lien à l'article original : <http://www.laction.com/Actualit%C3%A9s/MRC%20Matawinie/2011-11-07/article-2798564/Antidote-VIT-une-nouvelle-activite-pour-les-aines/1>

{jcomments on}