



Centre des Aînés  
de Villeray

# Programmation **Hiver 2026**

**Du 12 janvier au 2 avril**

**Inscriptions du 6 au 9 janvier**



## **PLACES DISPONIBLES**

Nos activités ont un nombre limité de places disponibles. Premiers arrivés, premiers servis. La tenue d'une activité régulière requiert un nombre minimal de 8 personnes.

## **INSCRIPTION**

Du mardi 6 janvier (À COMPTER DE 9 H) au vendredi 9 janvier 2026 :

- En ligne sur notre site Web, via Amilia : [www.ainesvilleray.com](http://www.ainesvilleray.com)
- En personne au Centre des Aînés de Villeray
- Par téléphone, uniquement avec une CARTE DE CRÉDIT.

## **FRAIS D'INSCRIPTION**

Vous devez obligatoirement être membre du CADV (carte de membre annuelle 15\$).

Toutes les activités doivent être payées en totalité AVANT le début de la session.

## **POLITIQUE D'ANNULATION**

**Activités spéciales et sorties :** Aucun remboursement lorsqu'il s'agit d'une inscription à une activité d'une seule séance. Un crédit du montant total de l'activité sera inscrit à votre compte si NOUS annulons l'activité.

**Activités régulières :** En cas d'annulation de votre inscription AVANT le début de la session d'activités, un remboursement intégral du montant payé sera accordé.

En cas d'annulation PENDANT la session, les frais suivants s'appliqueront :

- Une pénalité, conformément à la Loi sur la protection du consommateur, équivalente au montant le plus faible entre 50 \$ et 10 % du prix des cours ou activités restants qui seront remboursés sur demande.
- Le coût des cours ou activités déjà dispensés, même en votre absence, ne sera pas remboursé.



# La Tasse Villeray

Pour rendre le Centre encore plus vivant et accueillant, vous êtes invités à La Tasse Villeray trois journées par semaine. Ce rendez-vous chaleureux s'adresse aux personnes de 50 ans et plus qui ont envie de socialiser dans une ambiance détendue. Venez savourer une rôtie ou un croissant et faire de nouvelles rencontres, discuter, jouer à des jeux de société, tricoter... ou simplement boire un bon café.

Cette activité ne nécessite pas d'inscription et est ouverte à tous les aînés·e·s.

## **LUNDI ET VENDREDI**

9 h 30 à 15 h 30

## **MERCREDI**

9 h 30 à 12 h

## **CENTRE DES AÎNÉS DE VILLERAY**

7626 rue Saint-Hubert



## MISE EN FORME

Ce type d'activités amène les membres à participer à des pratiques de mouvements travaillant la mobilité, la coordination ainsi que l'équilibre de façon régulière, permettant de garder la forme et maintenir un mode de vie actif.



### CLUB DE MARCHÉ

Prix	Gratuit
Lieu	Parc Jarry (entrée Saint-Laurent et Gary-Carter)
Quand	Lundi de 10 h 30 à 11 h 30

Commencez la semaine du bon pied avec une douce promenade hivernale en bonne compagnie au parc Jarry.

### DANSE EN LIGNE RÉINVENTÉE

Prix	37 \$
Lieu	Sous-sol de l'église Sainte-Cécile 7360, avenue Henri-Julien
Quand	Lundi de 13 h 30 à 15 h (excepté 2 mars)

Gardez la forme, boostez votre bonne humeur et entraînez votre mémoire en vous amusant! Découvrez des chorégraphies variées sur des rythmes entraînants.





## VITALITÉ

**Prix** 37 \$ (74 \$ pour les deux)  
**Lieu** Sous-sol de l'église  
Sainte-Cécile  
7360, avenue Henri-Julien  
**Quand** Mardi de 10 h 30 à 11 h 30 et  
mercredi de 14 h à 15 h  
(excepté 3 et 4 mars)

Inscrivez-vous à un ou aux deux cours et profitez d'exercices adaptés à votre niveau pour entretenir votre forme physique. Améliorez votre force, équilibre et flexibilité.

## TAI CHI

**Prix** 38.50 \$  
**Lieu** Sous-sol de l'église  
Sainte-Cécile  
7360, avenue Henri-Julien  
**Quand** Jeudi de 10h à 11h  
(excepté 5 mars)

Nouveauté au CADV! Découvrez le Tai Chi pour aîné·e·s, une pratique douce et accessible qui améliore l'équilibre, la mobilité et la détente.

## YOGA SUR CHAISE

**Prix** 37 \$ (74 \$ pour les deux)  
**2 choix d'emplacement**  
**Lieu** Habitations Boyer  
1000, rue Villeray  
**Quand** Mardi de 14h à 15h  
**Lieu** Sous-sol de l'église  
Sainte-Cécile  
7360, avenue Henri-Julien  
**Quand** Vendredi de 10h à 11h  
(excepté 6 mars)

Inscrivez-vous à un ou aux deux cours. Offrez à votre corps une pause bien-être avec des exercices doux et relaxants. Apprenez à maîtriser la respiration et les étirements en profondeur pour un moment de détente totale. N'oubliez pas votre tapis de yoga!



## POUR LE PLAISIR

Ces activités ont pour but de stimuler à la fois le corps et l'esprit. Elles améliorent la coordination, l'équilibre et la concentration tout en mobilisant la mémoire et la réflexion. Le partage et la compétition amicale renforcent le lien social et la confiance en soi. Enfin, elles procurent plaisir, bien-être et stimulation cognitive.

### BASEBALL POCHE ET PING-PONG LIBRE

Prix	20 \$
Lieu	Sous-sol de l'église Sainte-Cécile 7360, avenue Henri-Julien
Quand	Mardi de 13 h 30 à 15 h

Joignez-vous à nous pour un après-midi de baseball poche et ping-pong libre. Plaisir et fous rires garantis!

### PÉTANQUE

Prix	20 \$
Lieu	Sous-sol de l'église Sainte-Cécile 7360, avenue Henri-Julien
Quand	Mercredi de 10 h 30 à 12 h

Venez profiter de nos parties de pétanque à l'intérieur avec des boules en PVC.

### SCRABBLE DUPLICATE

Prix	Gratuit
Lieu	CADV / 7626 rue Saint-Hubert
Quand	Jeudi de 10 h à 11 h 30 (un jeudi matin sur deux/ voir calendrier)

Mettez votre esprit au défi avec le Scrabble Duplicate, un jeu stimulant où chacun peut créer le meilleur mot possible avec les mêmes lettres, tout en enrichissant son vocabulaire et en partageant un bon moment. Apportez votre jeu!



## ART ET CRÉATION

Les ateliers de création stimulent la créativité en offrant un espace pour imaginer, se raconter et exprimer librement ses idées. Lors des activités, le partage crée des liens sociaux et renforce la confiance en soi. Bref, créer apporte bien-être et satisfaction personnelle en valorisant l'expression individuelle.



### COURS D'HISTOIRE DE L'ART

**Prix** 35 \$  
**Lieu** Chalet du parc de Normanville  
7480 Rue de Normanville  
**Quand** Lundi de 14h30 à 15h30  
(du 26 janvier au 23 février)

Explorez les grands mouvements artistiques et laissez-vous guider par des ateliers qui éclairent leurs traits distinctifs et enrichissent votre regard.

### CROQUIS & AQUARELLE

**Prix** 80 \$  
**Lieu** CADV / 7626 rue Saint-Hubert  
**Quand** Mardi de 14 h à 15 h 30

Atelier d'aquarelle ouvert à tous, idéal pour explorer ce médium en toute simplicité. À partir de croquis réalisés sur place, apprenez les bases de la composition et créez une aquarelle unique inspirée de vos propres dessins. Un moment créatif pour expérimenter et développer votre style à votre rythme.

Prévoir quelques achats de matériel.

### ÉCRITURE ET INTERPRÉTATION HUMORISTIQUE

**Prix** 20 \$  
**Lieu** Habitations Saint-Georges  
7255, rue Lajeunesse  
**Quand** Mardi de 13h30 à 15h30

Envie de faire rire tout en développant vos talents d'écriture et d'interprétation? Cet atelier présenté par l'École nationale de l'humour vous guidera dans la création d'un monologue humoristique, de l'idée initiale à la prestation. Pour les plus réservés·es, pas de souci : vous pouvez écrire un texte et laisser quelqu'un d'autre l'interpréter. Une belle occasion de découvrir l'art du stand-up !

# Calendrier

PROGRAMMATION  
Hiver 2026

## LUNDI

**12 JANVIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

**19 JANVIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

**26 JANVIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée  
14 h Histoire de l'art

**2 FÉVRIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée  
14 h Histoire de l'art

**9 FÉVRIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée  
14 h Histoire de l'art

**16 FÉVRIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée  
14 h Histoire de l'art

## MARDI

**13 JANVIER**  
10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

**20 JANVIER**  
10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

**27 JANVIER**  
10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

**3 FÉVRIER**  
10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

**10 FÉVRIER**  
10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

**17 FÉVRIER**  
10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

## MERCREDI

**14 JANVIER**  
9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
14 h Vitalité

**21 JANVIER**  
9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
13 h 30 RDV Aîné·e·s  
14 h Vitalité

**28 JANVIER**  
9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
14 h Vitalité

**4 FÉVRIER**  
9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
13 h 30 RDV Aîné·e·s  
14 h Vitalité

**11 FÉVRIER**  
9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
14 h Vitalité

**18 FÉVRIER**  
9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
13 h 30 RDV Aîné·e·s  
14 h Vitalité

## JEUDI

**15 JANVIER**  
10 h Scrabble D.  
10 h Tai Chi  
14 h Galerie de l'UQAM

**22 JANVIER**  
10 h Insertech  
10 h Tai Chi  
14 h La trans-brutalité : L'envers du rêve écologique

**29 JANVIER**  
10 h Scrabble D.  
10 h Tai Chi  
14 h Quilles en folies  
13h30 à 15h30

**5 FÉVRIER**  
10 h Insertech  
10 h Tai Chi  
15 h Présentation et dégustation de vin

**12 FÉVRIER**  
10 h Scrabble D.  
10 h Tai Chi  
13 h 30 Karaoké : Chante-moi l'amour

**19 FÉVRIER**  
10 h Insertech  
10 h Tai Chi  
15 h Au menu. Montréal : une histoire de restaurants

## VENREDI

**16 JANVIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

**23 JANVIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

**30 JANVIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

**6 FÉVRIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

**13 FÉVRIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

**20 FÉVRIER**  
9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise



# Calendrier

PROGRAMMATION  
Hiver 2026

## LUNDI

### 23 FÉVRIER

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée  
14 h Histoire de l'art

## MARDI

### 24 FÉVRIER

10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

## MERCREDI

### 25 FÉVRIER

9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
14 h Vitalité

## JEUDI

### 26 FÉVRIER

10 h Scrabble D.  
10 h Tai Chi  
13 h 30 Cinéma Public

## VENDREDI

### 27 FÉVRIER

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

### 2 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Clic Aînés 2.0  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

### 3 MARS

14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

### 4 MARS

9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
13 h 30 RDV Aîné·e·s

### 5 MARS

10 h Insertech  
14 h À la découverte de l'orchestre et d'une œuvre

### 6 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.

### 9 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

### 10 MARS

10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

### 11 MARS

9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
14 h Vitalité

### 12 MARS

10 h Scrabble D.  
10 h Tai Chi  
13 h Pratique générale du concert : FÉMININ PLURIEL

### 13 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

### 16 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

### 17 MARS

10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

### 18 MARS

9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
13 h 30 RDV Aîné·e·s  
14 h Vitalité

### 19 MARS

10 h Tai Chi  
12 h Dîner Sandwich avec Tock's Meats & Pickels

### 20 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

### 23 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

### 24 MARS

10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique  
14 h Yoga sur chaise

### 25 MARS

9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
14 h Vitalité

### 26 MARS

10 h Scrabble D.  
10 h Tai Chi  
14 h Collection Torlonia : chefs-d'œuvre de la sculpture romaine

### 27 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h Yoga sur chaise

### 30 MARS

9 h 30 à 15 h 30  
La Tasse V.  
10 h 30 Club de marche  
13 h 30 Danse en ligne réinventée

### 31 MARS

10 h 30 Vitalité  
14 h Croquis & Aquarelle  
13 h 30 Baseball poche & ping pong  
13 h 30 Écriture et interprétation humoristique

### 1 AVRIL

9 h 30 à 12 h  
La Tasse V.  
10 h 30 Pétanque  
13 h 30 RDV Aîné·e·s  
14 h Vitalité

### 2 AVRIL

10 h Tai Chi  
14 h Billard

### 3 AVRIL

**FÉRIÉ**



## TECHNOLOGIES

Ces ateliers, donnés individuellement ou en groupe, sont conçus afin de diminuer la fracture numérique et améliorer le sentiment d'autonomie face aux rapides changements technologiques.

### CLIC AÎNÉS 2.0

Participez à une série d'ateliers gratuits pour mieux apprivoiser votre téléphone et/ou votre tablette. Une occasion simple et pratique d'explorer, apprendre et poser toutes vos questions.

**Prix**                    **Gratuit**  
**Nécessite une inscription pour chaque atelier**

**Lieu**                    **CADV / 7626, rue Saint-Hubert**

**Quand**                **Lundi de 10h à 12h**

**12 janvier**

Courriels et boîtes de messagerie – Apple

**19 janvier**

Courriels et boîtes de messagerie – Android

**26 janvier**

Photos et gestion de photos – Apple

**2 février**

Photos et gestion de photos – Android

**9 février**

Magasinage en ligne et utilisation des services gouvernementaux en ligne – Apple

**16 février**

Magasinage en ligne et utilisation des services gouvernementaux en ligne – Android

**23 février**

Jeux de sécurité et moyens de se protéger contre les arnaques aîné·e·s – Apple

**2 mars**

Jeux de sécurité et moyens de se protéger contre les arnaques aîné·e·s – Android

### INSERTECH - ATELIERS THÉMATIQUES DE DISCUSSION

Participez à des rencontres interactives où vous pouvez poser vos questions sur un thème précis. Destinées aux débutants ou intermédiaires ayant déjà une base avec leur appareil (iPad, iPhone, Android et Windows).

**Prix**                    **Gratuit**  
**Nécessite une inscription pour chaque atelier**

**Lieu**                    **CADV / 7626, rue Saint-Hubert**

**Quand**                **Jeudi de 10 h à 12 h**

**22 janvier**

Les outils Google

**5 février**

Découvrir l'intelligence artificielle

**19 février**

Sujet libre

**5 mars**

Sécurité et protection



## LES RENDEZ-VOUS AÎNÉ·E·S

Présentations sous forme de conférences ou d'ateliers à propos de diverses réalités qui nous interpellent et qui concernent particulièrement les aîné·e·s. Ouverts à tous les aîné·e·s (membres ou non).

**Prix**                    **Gratuit**  
**Quand**                **Mercredi de 13h30 à 15h**

### L'USAGE APPROPRIÉ DES MÉDICAMENTS

**21 janvier - Habitations De Pontbriand**

600, rue Villeray

Venez découvrir comment mieux comprendre vos prescriptions, poser les bonnes questions et dialoguer avec vos professionnel·le·s de la santé. Une rencontre simple et concrète sur l'usage éclairé des médicaments, présentée par le Réseau canadien pour l'usage approprié des médicaments et la déprescription.

### LES PRÉARRANGEMENTS FUNÉRAIRES ET LES DÉMARCHES TESTAMENTAIRES

**4 février - Habitations Boyer**

1000, rue Villeray

Apprenez-en davantage sur les préarrangements funéraires et les démarches testamentaires pour planifier l'avenir en toute sérénité. Rencontre animée par un notaire et présentée par MEMORIA.

### VISEZ L'EFFICACITÉ ÉNERGÉTIQUE

**18 février - Habitations Rousselot**

7777 rue De Lanaudière

Découvrez comment rendre votre logement plus confortable tout en réduisant vos coûts d'énergie! Recevez des conseils pratiques et des solutions simples pour améliorer l'efficacité énergétique de votre maison. Présenté par Éconologis (Gouvernement du Québec).

### PROGRAMMES ET PRESTATIONS DE SERVICE CANADA

**4 mars - Habitations Jarry**

8087 rue Berri

Participez à une séance d'information sur les programmes et prestations de Service Canada. Découvrez notamment la Sécurité de la vieillesse, le Supplément de revenu garanti, l'Allocation et la nouvelle Prestation canadienne pour les personnes handicapées. Une rencontre enrichissante pour mieux comprendre vos droits et les services qui vous sont offerts.

### PRÉVENTION DES FRAUDES

**18 mars - Habitations Saint-Georges**

7255, rue Lajeunesse

Dans le cadre du Mois de la prévention de la fraude, venez découvrir comment reconnaître, éviter et signaler les tentatives de fraude les plus courantes. Une présentation claire et concrète animée par Nadia Tremblay, agente sociocommunautaire du SPVM, pour mieux vous outiller au quotidien.

### CAFÉ AVEC UNE POLICIÈRE

**1 avril 2026 - Habitations Henri Gratton**

8660 rue Berri

Venez rencontrer une policière du quartier dans une ambiance chaleureuse autour d'un bon café. C'est l'occasion parfaite pour poser vos questions sur le métier, les lois, la sécurité ou tout autre sujet qui vous intrigue. Une rencontre simple, informative et accessible à tous !





## GALERIE DE L'UQAM

Prix	Gratuit
Lieu	1400, rue Berri, espace J-R120
Quand	Jeudi 15 janvier de 14 h à 16 h

Plongez dans l'univers de David Altmejd. Agora, une exposition réunissant près de trente bustes et têtes créés entre 1999 et 2025. Découvrez un univers fascinant où mythologie, humanité et métamorphose se rencontrent.

Point de rencontre :  
13 h 30 au métro Jean-Talon

## LA TRANS-BRUTALITÉ : L'ENVERS DU RÊVE ÉCOLOGIQUE

Prix	Gratuit
Lieu	Maison de la culture Claude-Léveillé 911, rue Jean-Talon Est
Quand	Jeudi 22 janvier de 13 h 30 à 15 h

Découvrez un projet qui explore la transformation des paysages sous l'effet du capitalisme et de la mondialisation, mêlant recherche-crédation et influences de la « Pictures Generation ».

Point de rencontre : 13 h 15 à la Maison de  
la culture Claude-Léveillé

## QUILLES EN FOLIES

Prix	22 \$
Lieu	Quille G plus 920, rue Saint-Zotique Est
Quand	Jeudi 29 janvier de 13 h 30 à 15 h 30

Venez passer un après-midi agréable et amusant avec nous au bowling. Le prix comprend 2 heures de jeu ainsi que la location des souliers.

Notez qu'il n'y a pas d'ascenseur et qu'il y a deux paliers d'escaliers.

Point de rencontre :  
13 h 15 au salon Quilles G plus



## INTRODUCTION ET DÉGUSTATION DE VIN

**Prix** 40 \$  
**Lieu** CADV / 7626, rue Saint-Hubert  
**Quand** Jeudi 5 février de 15h à 17h

Plongez dans l'univers du vin grâce à une dégustation animée par un sommelier professionnel! Découvrez quatre vins et apprenez-en davantage sur les cépages, les régions et l'histoire qui se cachent derrière chaque bouteille. Une activité en collaboration avec Vin et Wine, parfaite pour développer votre palais et votre curiosité.

**Point de rencontre :**  
15h au CADV

## KARAOKÉ : CHANTE MOI-L'AMOUR

**Prix** 10 \$  
**Lieu** CADV / 7626, rue Saint-Hubert  
**Quand** Jeudi 12 février de 13h30 à 15h

Célébrons la Saint-Valentin le temps d'un après-midi festif rempli de chansons d'amour et d'amitié, accompagné d'une petite fondue au chocolat.

**Point de rencontre :**  
13h30 au CADV

## AU MENU. MONTRÉAL : UNE HISTOIRE DE RESTAURANTS

**Prix** 20 \$  
**Lieu** Musée McCord Stewart  
2175, rue Victoria  
**Quand** Jeudi 19 février de 15 h à 16 h

Découvrez l'exposition « Au menu. Montréal » lors d'une visite guidée captivante! Plongez dans l'histoire des restaurants montréalais, des années 1960 à aujourd'hui, et explorez comment la table a façonné l'identité de la ville.

**Point de rencontre :**  
14 h 15 au métro Jean-Talon

## CINÉMA PUBLIC

**Prix** 7 \$  
**Lieu** Cinéma Public  
505, rue Jean-Talon Est  
**Quand** Jeudi 26 février de 13h30 à 16h

Une occasion en or de visionner un film entre nous, sur nous et pour nous. Le tout suivi d'une discussion avec un artiste ou technicien du film.

\* Le choix du film n'est pas encore confirmé.

**Point de rencontre :**  
13h15 au Cinéma Public





## À LA DÉCOUVERTE DE L'ORCHESTRE I MUSICI ET D'UNE ŒUVRE

**Prix** 10 \$  
**Lieu** CADV / 7626, rue Saint-Hubert  
**Quand** Jeudi 5 mars de 14h à 15h

Atelier / conférence pour découvrir l'orchestre I MUSICI de Montréal ainsi que décortiquer une ou plusieurs œuvres musicales.

**Point de rencontre :**  
13h45 au CADV

## PRATIQUE GÉNÉRALE DU CONCERT : FÉMININ PLURIEL

**Prix** 10 \$  
**Lieu** Espace Jax  
1439, rue Sainte-Catherine O.  
**Quand** Jeudi 12 mars de 13 h à 14 h

Dans un cadre professionnel et accueillant, assistez à une partie de la répétition générale du concert FÉMININ PLURIEL de l'orchestre I MUSICI de Montréal avec la soprano Andréanne Brisson-Paquin, la musique de Finzi et Higdon et les textes de Joséphine Bacon.

**Point de rencontre :**  
12 h 20 au métro Jean-Talon



## DINER SANDWICH AVEC TOCK'S MEATS & PICKELS

<b>Prix</b>	<b>Contribution volontaire sur place</b>
<b>Lieu</b>	<b>CADV / 7626, rue Saint-Hubert</b>
<b>Quand</b>	<b>Jeudi 19 mars 12h à 13h30</b>

Nos voisins de Tock's Meats & Pickels s'unissent à nos bénévoles pour vous offrir un délicieux dîner sandwich, préparé avec générosité. Une belle occasion de savourer un repas frais et gourmand, directement conçu par notre communauté !

**Point de rencontre :**  
**12h au CADV**

## LA COLLECTION TORLONIA : CHEFS-D'ŒUVRE DE LA SCULPTURE ROMAINE

<b>Prix</b>	<b>Gratuit</b>
<b>Lieu</b>	<b>Musée des beaux-arts de Montréal 2075, rue Bishop</b>
<b>Quand</b>	<b>Jeudi 26 mars de 14 h à 15 h 30</b>

En compagnie d'un guide, plongez votre regard dans celui des empereurs romains Marc Aurèle, Hadrien ou Commode, et retrouvez Hercule, Bacchus ou Cupidon en vous promenant parmi quelques-unes des statues les plus célèbres de l'Antiquité.

**Point de rencontre :**  
**13 h 15 au métro Jean-Talon**

## APRÈS-MIDI DE BILLARD

<b>Prix</b>	<b>7 \$</b>
<b>Lieu</b>	<b>Bogey's Bar &amp; Billard 3250 Boul. Crémazie Est-</b>
<b>Quand</b>	<b>Jeudi 2 avril de 14h à 16h</b>

Rejoignez-nous pour une sortie amicale au billard. Une belle occasion de discuter, jouer et passer un bon moment entre hommes.

\*Pour hommes seulement.

**Point de rencontre :**  
**À déterminer**





**Soutenir l'autonomie  
et le bien-être :  
au centre de nos actions!**

**HEURES D'OUVERTURE**

Du lundi au vendredi  
9h à 16h

7626, rue Saint-Hubert  
Montréal, QC H2R 2N6

514-277-7574

[info@ainesvilleray.com](mailto:info@ainesvilleray.com)  
[www.ainesvilleray.com](http://www.ainesvilleray.com)  
[www.facebook.com/ainesvilleray](https://www.facebook.com/ainesvilleray)