

SEMAINE RIMOUSKOISE DES PERSONNES ÂNÉES

DU 1^{ER} AU 7 OCTOBRE 2023



La Ville de Rimouski et les organisations partenaires invitent les rimouskoises et rimouskois âgés de 55 ans et plus à participer aux activités offertes pour eux.

Dimanche 1^{er} octobre

Initiation aux ateliers culturels **GRATUIT**

À l'occasion des Journées de la culture, une série d'activités d'initiation sont offertes, en les murs de la galerie d'art Léonard-Parent et spécialement à l'occasion de la Journée nationale des aînés, des ateliers intergénérationnels sont à l'honneur!

Clientèle : 9 ans et plus.

De 9 h à 11 h 30 : Initiation à la poterie

Les participants seront invités à s'initier au façonnage de la céramique en fabriquant un pot à plante en faïence. *Un participant de moins de 11 ans doit être accompagné d'un adulte.

De 13 h à 14 h 30 : Initiation au dessin - Création de dessin anthropomorphe

Les participants seront invités à créer leur propre personnage anthropomorphe, c'est-à-dire mi-humain, mi-animal, à l'aide de techniques de dessin.

De 15 h à 16 h : Initiation au théâtre

Les participants seront invités à jouer pour découvrir le théâtre. Exploration des concepts du corps, de la voix, de l'imaginaire, des émotions et de la création de personnages.

Inscription préalable obligatoire pour chacun des ateliers du 19 au 28 septembre 2023. Places limitées.

Détails et inscriptions au www.queoivrerimouski.ca/journee-de-la-culture-2023

Organisé par la Ville de Rimouski.

Lundi 2 octobre

Café-discussion « Contre la fraude chez les aînés » **GRATUIT**

Animé par Julie Gagné de la Sûreté du Québec, cette rencontre d'information traitera des bons comportements et des bonnes pratiques pour contrer la fraude chez les aînés. Café, fruits et viennoiseries servis sur place.

De 9 h 30 à 11 h à la salle GL-217 du complexe sportif Desjardins

Organisé en collaboration avec la Sûreté du Québec.

Mardi 3 octobre

Bain libre **GRATUIT**

Venez bouger et vous détendre dans le bassin récréatif, la kino-rivière et les bains à remous.

De 10 h 50 à 11 h 45 au bassin récréatif du complexe sportif Desjardins

Organisé par la Ville de Rimouski.

Mercredi 4 octobre

Salon Info-aînés **GRATUIT**

Venez en apprendre davantage au sujet des différents services offerts aux aînés. Plus de 30 exposants sur place.

Horaire du salon : 10 h à 17 h et de 18 h à 20 h à l'Hôtel Rimouski

Visite libre des kiosques : 10 h à 17 h et 18 h à 20 h

Massage sur chaise : 10 h à 17 h et de 18 h à 20 h. Offrez-vous un moment de détente, tout en visitant le salon.

Kiosque de bénévolat dating : une personne-ressource sera sur place pour orienter les citoyens qui recherchent des occasions de bénévolat : 10 h à 17 h.

Volet conférence du salon **GRATUIT**

Conférence Ma passion l'horticulture avec France Harrisson : 10 h

Au cœur de l'automne, courges, potirons et citrouilles pimenteront vos vies...

Conférence Maintenir sa santé physique et mentale dans un monde où tout change avec le D^r Gilles Lapointe : 14 h

Organisées par la Ville de Rimouski en collaboration avec l'AQDR et avec le Club des 50 ans et plus de Saint-Yves.

Jeudi 5 octobre

Patinage libre **GRATUIT**

Venez découvrir ou redécouvrir les plaisirs du patinage.

De 8 h 30 à 9 h 30 sur la glace B du complexe sportif Desjardins

Organisé par la Ville de Rimouski.

Vendredi 6 octobre

Golf sur tapis

Partie de neuf trous en équipe de trois ou plus qui consiste à cumuler le plus de points possibles. Venez expérimenter ce nouveau jeu avec nous dans le plaisir.

À 13 h, au sous-sol de l'église de Pointe-au-Père.

Coût 3 \$, collation et café gratuit.

Inscription préalable obligatoire au 418 725-0112

Organisé par le Club des 50 ans et plus de Pointe-au-Père.

Récit de voyage sur l'Irlande **GRATUIT**

Bienvenue en Irlande! Ce récit de voyage sera animé par Mario Bélanger. Il sera question de Dublin, de châteaux, de paysages insulaires, de moutons, de la culture, de pubs, de la bière Guinness, et de bien d'autres choses.

À 13 h 30, à la salle communautaire de La Conviviale située au 309, rue Corneau

Inscription obligatoire à www.adauqar.ca

Organisé par L'ADAUQAR.

Conférence musicale « faire le choix du bonheur... »

Dans sa conférence entrecoupée de chansons, Étienne Drapeau vous fera découvrir de quelle manière la pensée positive et la gratitude peuvent transformer votre vie! Il présentera des trucs et conseils pratiques pour être heureux et vous parlera de sa philosophie de vie pour atteindre le bonheur!

À 19 h, au centre sportif Adhémar-St-Laurent de Rimouski-Est.

Coût : 10 \$

Organisé par le Club des 50 ans et plus de Saint-Yves.



En partenariat avec :



Les journées
de la culture

Information : 418 724-3299.