

Communiqué

17 juillet 2019



Dates: du 2 juillet au 19 octobre 2019
(Tous les lundis de 9h à 10h)

Services GRATUITS offerts aux aînés, personnes à mobilité réduite, adultes, ados et enfants:

- ▢ Animation des Parcours Actifs: 1x par semaine (le lundi) dans notre municipalité
- ▢ Ateliers de santé: Nutrition, saines habitudes, pathologies et autres
- ▢ Sorties plein air : Sortie réunissant les citoyens de la municipalité

PAR QUI

Le Comité Rural en Santé et Qualité de Vie (CRSQV) du Haut-Richelieu, en collaboration avec Loisir et Sport Montérégie, ainsi qu'avec le soutien de nos partenaires du CISSS de la Montérégie-Centre, a obtenu une subvention du Secrétariat aux aînés.

L'animation des Parcours Actifs et des capsules santé sera assurée **gratuitement** par notre kinésologue d'expérience, Omar Farag. (farag.omar@hotmail.com)

POUR QUI

Notre projet vise à répondre aux besoins des aînés, mais également à l'ensemble de la population qui souhaite demeurer active, sans contrainte d'horaire, d'inscription ou de lieu.

- ▢ Favoriser l'adoption et le maintien de saines habitudes de vie.
- ▢ Améliorer la qualité de vie des aînés, des familles et de l'ensemble de la population.
- ▢ Créer des liens entre les générations et des opportunités de socialiser.
- ▢ Donner l'occasion de pratiquer une activité physique à l'extérieur et à notre rythme.
- ▢ Offrir l'opportunité de bouger sans contrainte d'horaire et gratuitement.

Journée de la culture

Nous aurons une journée de la culture le dimanche 29 septembre 2019

Sous le thème :

La Rencontre (Tisser des liens, bâtir des ponts)

Nous avons le plaisir d'avoir dans notre municipalité plusieurs ethnies qui composent notre population, ce qui nous permet d'avoir un événement qui rejoint parfaitement le thème de cette année. Quoi de mieux pour nous, pour faire connaître les différences que nous vivons chez nous dans notre quotidien : **notre culture**.

Nous aimerions partager les différences qui sont propres à chacune des cultures pour créer une rencontre enrichissante du point de vue personnel et culturel.

Nous aimerions connaître toutes les ethnies qui composent la population de notre municipalité. Il serait bien apprécié si vous vouliez communiquer avec nous pour que l'on puisse souligner vos origines car il serait bien agréable d'apprécier toutes les coutumes.

S.v.p. communiquez avec Lise téléphone : (450) 291-5422 ou
par courriel (reception@municipalite.saint-valentin.qc.ca)

Merci de votre collaboration, avec vous, nous aurons une rencontre réussie.

