

## ÉVÉNEMENTS DU CENTRE CONTACTIVITÉ pour avril 2021 UNIQUEMENT EN LIGNE ET PAR TÉLÉCONFÉRENCE

lundi	mardi	Mercredi	jeudi	vendredi
			<b>1</b>	<b>2</b>
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
			Intergenerational Death Café and Art Workshop 1:40-3:00	
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Concert - Deacon George Sings Along Memory Lane 1:30-2:20	Zumba Gold 10:00-11:00
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Conférencière – Decluttering and Organizing with Kathleen Murphy 1:30-2:30	Zumba Gold 10:00-11:00 French Conversation 10:30-11:30 Thomas More Discussion 11:00-12:30
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Virtual Tour of South West Iceland 1:30-3:00	Zumba Gold 10:00-11:00 French Conversation 10:30-11:30 Thomas More Discussion 11:00-12:30

## ÉVÉNEMENTS DU CENTRE CONTACTIVITÉ pour mai 2021 UNIQUEMENT EN LIGNE ET PAR TÉLÉCONFÉRENCE

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30 Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Conférencière – The Wonder of WEEDS! HEALTH & HEALING from the Garden 1:30-2:30	Zumba Gold 10:00-11:00 French Conversation 10:30-11:30 Thomas More Discussion 11:00-12:30
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30 Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Concert – Rick Clahane's Hour of Springtime Joy 1:30-2:30	Zumba Gold 10:00-11:00 French Conversation 10:30-11:30 Thomas More Discussion 11:00-12:30
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30 Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Virtual Tour: Jerusalem 1:30-3:00	Zumba Gold 10:00-11:00 French Conversation 10:30-11:30 Thomas More Discussion 11:00-12:30 The Environment, Climate Change and You 1:00-2:00
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30 Drawing with Pat Walsh – No Class Today	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15 Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15	Zumba Gold 10:00-11:00 French Conversation 10:30-11:30 Thomas More Discussion 11:00-12:30 The Environment, Climate Change and You 1:00-2:00
<b>31</b>				
Movers and Zoomers Online SharkBridge 1:00-2:30 Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00				

# ÉVÉNEMENTS DU CENTRE CONTACTIVITÉ pour juin 2021

## UNIQUEMENT EN LIGNE ET PAR TÉLÉCONFÉRENCE

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15  Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers  Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Stretch and Movement Fitness 10:30-11:15  Concert – Ben & Ryan's Collection of Oldies 1:30-2:30	Zumba Gold 10:00-11:00  French Conversation 10:30-11:30  Thomas More Discussion 11:00-12:30  The Environment, Climate Change and You 1:00-2:00
<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
Movers and Zoomers  Online SharkBridge 1:00-2:30  Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00	Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers  Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Workshop on Ageism by Daphne Nahmiash 1:30-2:30	Zumba Gold 10:00-11:00  French Conversation 10:30-11:30  Thomas More Discussion 11:00-12:30  The Environment, Climate Change and You 1:00-2:00
<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
Movers and Zoomers  Online SharkBridge 1:00-2:30  Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00	Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers  Young at Heart GROOVE 1:30-2:30	Virtual Tour: Musical Tour of Britain 1:30-3:00	Zumba Gold 10:00-11:00
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
Movers and Zoomers  Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00	Art Appreciation 1:30-2:30	Movers and Zoomers		
<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		
Movers and Zoomers  Drawing with Pat Walsh 1:00-3:00		Movers and Zoomers		

**Centre Contactivité pour aînés** est un organisme de bienfaisance à but non lucratif, financé en partie par **Centraide**, par le **Ministère de la Santé** et par la **Ville de Westmount**, situé au 4695, boul. De Maisonneuve. O., Westmount, Québec, H3Z 1L9. Téléphone: **514-932-2326**

Site Web: [www.contactivitycentre.org](http://www.contactivitycentre.org) Courriel: [contactivity@bellnet.ca](mailto:contactivity@bellnet.ca)

*Directrice exécutive - Mary Stark; Coordonnatrice des adhésions - Barbara Savada; Coordinatrice du programme des bénévoles - Rekha Birla; Coordonnatrice de l'artisanat - Angelina Hum; Coordonnatrice des programmes - Emily Rill; Coordonnatrice des voyages et des activités - Janice Parnell; Travailleuse de milieu - Fiona Smith; Agents de soutien communautaire - David Robinson, Clare Shuley et Michael Nolan; et Directrice du développement et de la planification - Benita Goldin*

## Services Offerts

**Appels téléphoniques amicaux** – ce programme jumelle des bénévoles avec des membres et d'autres aînés de notre communauté qui estiment qu'ils pourraient bénéficier d'appels téléphoniques hebdomadaires. Pendant cette pandémie, les bénévoles de ce service font une énorme différence en aidant les aînés à gérer l'isolement physique et social. Appelez Rekha au 514-932-2326 et laissez un message si vous êtes intéressé par ce programme ou si vous souhaitez plus d'informations et elle vous rappellera.

**Telecheck** – un service de vérification téléphonique en semaine pour les personnes âgées vivant seules (ou temporairement seules). Vous pouvez téléphoner au TELE-CHECK pour confirmer que tout va bien avant 11h00. Ou si vous préférez, un bénévole vous appellera entre 9h00 et 11h00. Il y a un formulaire à remplir et deux contacts d'urgence sont nécessaires. Coût: 10 \$ par an pour les non-membres ou 5 \$ par an pour les membres. Appelez Barbara au 514-937-4273 pour laisser un message et elle vous rappellera ou vous pouvez envoyer un courriel à [barbara.savada@contactivitycentre.org](mailto:barbara.savada@contactivitycentre.org)

### **Services de soutien à domicile et de travail de milieu :**

**Épicerie par des bénévoles** – Avez-vous de la difficulté à faire vos courses pour la semaine? Vous sentez-vous en danger en allant à l'épicerie? Si vous vivez à W estmount ou à proximité, nous sommes là pour vous! Nous avons une équipe dévouée de bénévoles qui peuvent magasiner pour vous et livrer la commande directement à votre porte, gratuitement. Si vous souhaitez utiliser ce service, veuillez contacter David Robinson au 438-699-9927 ou envoyer un courriel à [volunteer.contactivity@gmail.com](mailto:volunteer.contactivity@gmail.com)

**Services de travail de milieu** – Avez-vous besoin d'informations ou d'un renvoi vers des ressources et des services pour les personnes âgées? Notre travailleuse de milieu Fiona Smith (ITMAV programme) peut vous orienter dans la bonne direction. Écrivez au [fsmithcontactivity@gmail.com](mailto:fsmithcontactivity@gmail.com) ou composez le 438-920-3460 pour des infos sur les ressources et services disponibles, y compris les popotes roulantes. De plus, de nombreux quartiers ont leur propre travailleur de milieu, alors n'hésitez pas à demander à Fiona leurs coordonnées! Veuillez laisser un message / e-mail détaillé pendant les heures ouvrables afin que vos questions puissent être répondues par ordre d'urgence.

---

**Meilleurs vœux à tous les membres suivants qui célèbrent un anniversaire ce printemps. Nous espérons que vous passez une merveilleuse journée !!**



### **Anniversaires d'avril**

Valerie Aitken, Dorothy Bégin, Judy Bilefsky, Diana Bishop, Sylvia Cannon, Rita Captain, Lynn Chapman, Rea Couvas, John Fasciano, Judy Gatz, Patricia Hamilton, Caroline Jarvis, Maureen Kiely, Annelise Klug, Fernande Krahulec, Taylor Laframboise, Mai Lloyd, Jean Eugenie Low, Linda Lowe, Louise MacKay,

Bertha Manstavich-Syvret, Helen Martz, Jeanne McDonald, Jean McGilton, Mitch Mitchell, Rolande Morand, Jan Novotny, Jia-lin Peng, Iantha Phillip, Patricia Potter, Terry Rigelhof, Roslyn Selig, Birgitta Steinmetz, Theophile Theophanides, Joyce Thibeault, Gérald Trempe, Alma Vaillancourt, Muriel Valdron, Hope Van Reet, Nancy Walkling et Barbara Maurene White.

### **Anniversaires de mai**

Heather Barwick, Jane Chiu, Susan Cohene, Patricia Cogan, Diane Desjardins, Gary Evans, Maurice Fefer, Irvin Ford, Robert Gaudreau, Mary Gilchrist, Reynold Gold, Isle Hahndorff, Sheila Hayes, Vivian Hiley, Barbara Howard, Noreen Jackson, Dawn Kenny, Carol Kouri, Marietta Leblanc, Margaret Ludwig, Yvonne Martell, Frances Martin, Elsebeth Merkly, Linda Morrison, Kathy Mullins, Patricia Philip, Judith Philpott, Terry Pozzobon, Bernadette Rigby-Wilson, Denise Roy, Nancy Ship, Renate Stangl, Judith Stewart, Jeanne Webb, Diane Webster, Sheila Wiensenfeld et Barrie Wilson.

### **Anniversaires de juin**

Gloria Amirault, Joyce Blond, Helen Bocti, Ludmila Bogatkina, Roma Bross, Bob Butler, Elizabeth Cameron, Connie Cilinski, Bryna Cohen, Joyce Constantin, Ruth Cooperstock, Ann Crompton, Sheila Elle, Hildegard Enesco, Hilda Fox, Alice Gagnon, Ruth Gray, Frances Gregory, Louise Hanlon, Donna Held, Judith Henkewick, Muriel Herrington, Barbara Holubek, Chella Kerr, Mary Krohn, Lily Lam, Yvonne Lyn, John MacKay, Catherine McFarlane, Rita Markland, Olga Miljkovic, Ivan Mozer, Eileen Parle, Charlotte Pinsonnault, Maria Pitacciato, Margo Prince, Edna Ralston, Ann Rigelhof, Sybille Sasse, Marjorie Sharp, Amy Shulman, Tatiana Slivitzky, Lori Smith, Edward Solow, Cannie Stark, Deirdre Stevenson, Margaret Swaine, Virginia Thomas, Carole Thorpe, Phyllis Vogel, Lynne Williams et Barbara Winn.

## Un mot du directeur

Cela a été une longue année, n'est-ce pas? Nous avons tous subi des changements et des restrictions dans notre vie quotidienne, des limites même voir la famille et les amis, des restrictions sur le voyage - que ce soit pour une destination de vacances ou même à l'épicerie, et les incertitudes à un niveau personnel, national et même niveau international. Les nouvelles que nous écoutions tous les soirs n'étaient pas souvent bonnes. Et pourtant - nous y sommes!

Nous avons appris de nouvelles façons d'adapter et de nouvelles façons de se connecter. Nous avons appris à apprécier quand quelqu'un nous sourit les yeux derrière un masque. Nous avons dépensé plus de temps au téléphone que lorsque nous étions adolescents, et beaucoup d'entre nous sont officiels Zoomeurs aussi.

Les vaccins sont une réalité, même si certains d'entre nous attendent peut-être une première dose (et certainement nous attendons tous la deuxième dose). Les épidémiologistes ont bon espoir.

Et le soleil et la chaleur reviennent dans notre hémisphère nord. Bientôt nous espérons pouvoir être de retour dans la chaleur de la présence de l'autre aussi. Merci de rester avec nous. Et nous espérons que vous ressentez la même chose. Appelez-nous et laissez-nous un message s'il y a une chose à laquelle on peut vous aider dans cette «bout droit à la maison».

Meilleurs voeux,  
Mary (Stark)

## Tenez-nous au courant

Si vous entendez parler d'un membre malade, veuillez nous en informer et nous pourrions vous envoyer une carte de rétablissement.

Laissez-nous savoir de toutes les nouvelles de vous-même ou des autres membres. (Nous pourrions normalement discuter de ces nouvelles en personne, mais ce n'est pas possible pour le moment.)

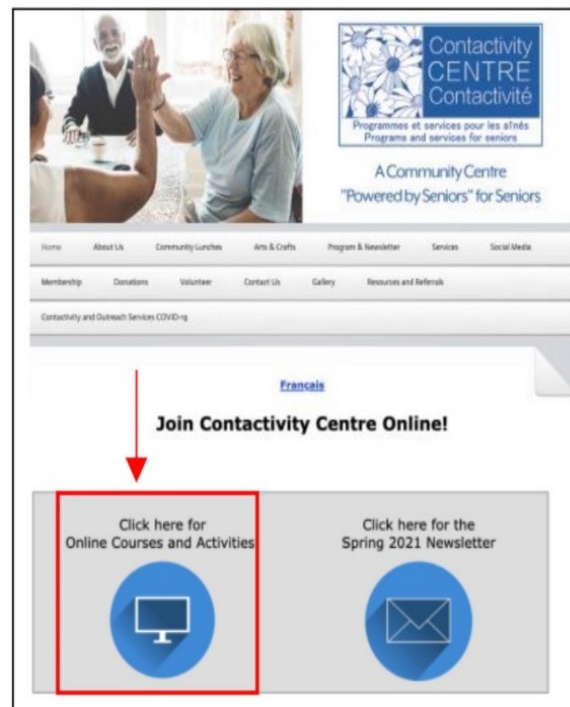
## Centre Contactivité est reconnaissant pour le subvention fédérale pour le programme

**Nouveaux Horizons pour aînés** qui rend possible pour nous d'offrir des ateliers gratuits, des concerts, des visites virtuelles ainsi que subventionner, en tout ou en partie, certains de nos cours de cette terme. Ce projet se termine en juin.

Consultez notre programmation du printemps et visitez notre site web pour vous inscrire. Et pour les activités payantes, vous pouvez désormais payer en ligne grâce à notre nouveau système de paiement en ligne sécurisé.

## Cliquez sur « Cours en ligne et activités » sur notre site pour vous inscrire.

Si vous avez un ordinateur mais qu'il vous manque la webcam et le microphone dont vous auriez besoin pour participer, appelez-nous au Centre et laissez un message au 514-932-2326. Nous avons un petit nombre d'accessoires de webcam et de microphone à prêter à nos membres qui souhaitent participer à nos cours et activités en ligne, et qui ont un ordinateur mais qui n'ont pas ces accessoires.



## Cours et ateliers

**\*\* Il est nécessaire que votre appareil dispose de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra**

**Comment s'inscrire:** Allez sur notre site Web et cliquez sur COURS ET ACTIVITÉS EN LIGNE, faites défiler vers le bas et cliquez sur l'activité à laquelle vous souhaitez vous inscrire, remplissez vos informations et cliquez sur "Soumettre l'inscription" Un lien Zoom sera fourni quelques jours avant le début de l'activité. Les paiements en ligne pour les cours sont disponibles.

## Politique de retrait de cours - Tous les cours ne sont pas remboursables

**Nouveau! «The Environment, Climate Change and You»: vendredi, 13h00-14h00 du 21 mai - 11 juin**

**Instructeur:** Climate Justice Montreal **4 semaines NOUVEAU et GRATUIT**

**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

Le changement climatique est un sujet assez important de nos jours, mais avec toutes les informations disponibles, il peut être difficile de comprendre exactement ce qui se passe. Si vous vous êtes déjà demandé comment les combustibles fossiles affectent le changement climatique, ou comment les politiques environnementales du Canada fonctionnent, ou comment vous pouvez vous impliquer dans le mouvement pour la justice climatique, nous sommes là pour vous! Nous nous associons à Climate Justice Montréal pour offrir un atelier interactif et éducatif en 4 parties décrivant l'histoire du changement climatique, ses causes et ses effets, et ce que nous faisons à ce sujet dans notre propre communauté. **Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

**À propos de Climate Justice Montréal:** Climate Justice Montréal est un groupe qui œuvre pour la justice environnementale et climatique à travers l'éducation, la mobilisation et l'action collective en solidarité avec les communautés directement touchées.

**Nouveau! «Art Appreciation Course»: mardi, 13h30-14h30**

**du 4 mai au 22 juin pour 8 semaines. Instructeurs: Deanne Habeeb et Suzy Levy**

**Coût : 34 \$ Mem / 38 \$ Non-Mem. Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

**Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

**Art et culture - Partie 1:** Dans la première partie de ce cours, Deanne Hall-Habeeb explorera tout ce qui concerne les Inuits, Haida Gwaii et l'art et la culture des Premières Nations. Cela inclura l'endroit où ils vivent, leurs croyances, leur survie et le type d'art qu'ils ont produit. Vous plongerez plus profondément dans leurs différentes sculptures, masques, boîtes en bois courbé, sculptures, totems et bien plus encore!

**Les femmes dans l'art occidental - Partie 2 :** Dans la deuxième partie, Suzy Levy parlera de l'histoire des femmes artistes du monde occidental. Chaque semaine se concentrera sur un certain temps dans l'histoire et les femmes qui peignaient, Sofonisba Anguissola (1532-1625) de l'Italie, Vigée Le Brun (1755-1842) de la France, Mary Cassatt (1824-1926) des États-Unis, aux artistes montréalais du jour moderne.

### Présentation des professeurs d'art:

Deanne Hall-Habeeb a passé 30 ans à Bahreïn à enseigner l'art aux lycéens et aux élèves du primaire et à développer sa propre pratique. Elle est titulaire d'un BA en art et éducation artistique. Deanne a eu de nombreuses expositions individuelles et collectives aux États-Unis, à Bahreïn et en Turquie. Au Québec, elle a eu de nombreuses expositions personnelles et a également donné des ateliers sur ses techniques de collage de tissus. Elle continue d'enseigner à l'institut d'enseignement ENCORE, donnant des conférences d'histoire de l'art et des cours pratiques d'arts et d'artisanat tels que l'impression de linoléum, la plume et l'encre, le dessin au crayon, la peinture à l'aquarelle et à l'acrylique.

Suzy Levy est née à Montréal. Elle est une artiste contemporaine qui a développé, promu, supervisé et dirigé des programmes d'art communautaire pendant plus de 15 ans. Son expertise en éducation des adultes comprend la création de programmes spécifiques pour les aidants naturels et les artistes ayant des besoins spéciaux. Levy a terminé un programme de trois ans à l'Académie d'art et un baccalauréat en beaux-arts à l'Université Concordia.

**NEW! «Young at Heart GROOVE»: mercredi, 13h30 -14h30 du 14 avril au 16 juin.**

**10 semaines. Instructeurs: Diane Dupris. Coût : 32 \$ Mem / 37 \$ Non-Mem**

**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

«Young at Heart GROOVE» est un cours de danse pour TOUS. Vous pouvez nous rejoindre assis ou debout. Nous nous associerons avec des mouvements simples à des chansons super amusantes pour vous garder en bonne santé: esprit, corps et âme !!

**Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

Nous suivons 5 vérités GROOVE:

1. Personne ne se soucie de votre apparence, et s'ils le font, c'est leur problème, pas le vôtre.
2. Votre chemin est le bon chemin! Ajustez-vous pour que vous vous sentez bien dans votre corps.
3. Personne ne peut le faire à votre place. Vous êtes responsable de prendre soin de vous et de bouger votre corps!
4. Nous sommes tous uniques et devrions être différents!
5. Vous ne saurez pas tant que vous n'aurez pas essayé! Venez voir de quoi il s'agit!

**«Movers and Zoomers» - un groupe fermé qui est plein. (Lana devait limiter son nombre pour pouvoir voir tout le monde sur son écran d'ordinateur, et elle a donc dû restreindre l'inscription aux étudiants précédents)**

Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.

Cours d'exercices donnés par Lana Romandini les lundis et mercredis pendant 12 semaines.

**«Online SharkBridge»: lundi, 13h00-14h30 du 12 avril au 14 juin pour 10 SEMAINES. Instructeur : Heather Felsky. Coût : \$ 102 Mem / \$ 107 non-Mem**  
**Date limite d'inscription : le 5 avril à midi**

Le cours de bridge INTERMÉDIAIRE en ligne est de retour de la demande populaire. Chaque cours commencera par une théorie du bridge d'une demi-heure sur Zoom, suivie d'une heure de jeu interactif à l'aide de l'application Shark Bridge. Les sujets comprendront; Appel d'offres concurrentiel (surcoûts, doubles à emporter, doubles négatifs, etc.). Les questions et commentaires sont toujours bienvenus. Si vous ne savez pas si vous êtes un joueur intermédiaire, veuillez contacter emily.rill@contactivitycentre.org avant de vous inscrire.

Pour participer, vous devrez télécharger Zoom et le téléchargement gratuit de Shark Bridge. Shark Bridge est un programme / application qui vous permet de jouer au bridge avec la supervision et l'instruction de l'enseignant. Contactivité ne pourra pas vous aider à utiliser Shark Bridge. Ce cours n'est pas remboursable.

Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.

**«Tuesday Stretch and Movement Fitness»: 10h30-11h15 du 13 avril au 1 juin. 8 semaines. Instructeur : Trudie Ogden. Coût : \$ 26 Mem / \$ 30 non-Mem.**  
**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

Sentez-vous bien en bougeant et en renforçant votre corps, car ce cours se concentrera sur la force musculaire et la flexibilité. Il y aura un mélange d'exercices sur chaise et debout. La classe peut inclure des poids légers, des bandes extensibles ou d'autres petits équipements. Les places sont limitées. **Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

**«Thursday Stretch and Movement Fitness»: 10h30-11h15 du 15 avril au 3 juin. 8 semaines. Instructeur : Trudie Ogden et Aireen Vargas (pour les 3 derniers cours). Coût : 26\$ Mem / 30 \$ Non-Mem. Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

Sentez-vous bien en bougeant et en renforçant votre corps, car ce cours se concentrera sur la force musculaire et la flexibilité. Il y aura un mélange d'exercices sur chaise et debout. La classe peut inclure des poids légers, des bandes extensibles ou d'autres petits équipements. Les places sont limitées. **Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

**«Zumba Gold»: vendredi, 10h00-11h00 du 17 avril au 18 juin. 10 semaines. Instructeur: Aireen Vargas. Coût : 42 \$ Mem / 47 \$ Non-Mem.**  
**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

Zumba Gold® est un cours de fitness de danse à impact moyen parfait pour les débutants de tous niveaux. La conception de la classe présente une chorégraphie Zumba facile à suivre qui met l'accent sur l'équilibre, l'amplitude des mouvements et la coordination. Certaines des danses incluent le merengue, la salsa, le cha cha, la cumbia et la danse du ventre. Préparez-vous à vous entraîner et préparez-vous à repartir autonome et fort. Doit pouvoir être debout pendant 35 minutes. Les places sont limitées. **Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

**«French Conversation»: vendredi, 10h30-11h30 du 23 avril au 11 juin. 8 SEMAINES. Instructeur : Ashod Alemian Coût : 34\$ Mem / 38 \$ Non-Mem**  
**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

Ashod est un instructeur expérimenté et très dévoué de cours de français. Ses cours sont basés sur la conversation et adaptés pour répondre aux besoins pratiques des étudiants couvrant des sujets de la vie quotidienne. Certains des NOUVEAUX sujets qui seront abordés sont : les langues internationales, la musique, le bonheur et l'humour, le corps humain et bien plus encore! **Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcaméra.**

Ceci est un cours débutant de niveau 2, adapté pour vous si vous vous reconnaissez dans cette description: « Je connais quelques phrases en français, mais je ne suis pas confortable parler. Je veux être plus fluide pour poser et répondre à des questions simples, et je veux apprendre plus de vocabulaire et améliorer ma prononciation. »

**«Thomas More Discussion Group»: NOUVELLE HEURE: vendredi, 11h00 - 12h30 du 23 avril au 11 juin. Coût : 27 \$ Mem / 32\$ Non- Mem (le coût comprend les copies papier envoyées à votre domicile) 8 semaines.**  
**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

**Besoin de quelque chose pour vous détourner de la pandémie. Essayez l'humour comme antidote.**

*La race humaine a une arme vraiment efficace, c'est le rire. Mark Twain*

Après un an d'isolement social, nous sommes sans doute prêts pour une dose d'humour. Ce cours de huit semaines nous fournira exactement cela. Qu'est-ce qui nous fait rire? Comment la comédie a-t-elle changé au fil des ans? Comment la comédie commente-t-elle l'actualité, la politique et d'autres sujets socioculturels?

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

**«Signs of Spring» – Cours de dessin avec Pat Walsh: lundi, 13h00 - 15h00 du 3 mai au 28 juin. 8 SEMAINES. Aucune classe 24 mai. Coût : \$ 95 Mem / \$ 105 non-mem. Matériaux d'art inclus et livrés à votre porte.**  
**Date limite d'inscription : 5 avril à midi**

Ce cours est actuellement complet. Nous tenons une liste d'attente si une place se libère.

Le printemps est le moment idéal pour se concentrer sur des sujets de nature. Plus de possibilités s'ouvrent pendant cette saison: nous pouvons aller à l'extérieur pour dessiner, ramener de petits morceaux du monde naturel chez nous, ou regarder par la fenêtre et dessiner les bourgeons qui s'ouvrent dans les arbres. Nous aborderons des sujets comme la perspective, comment dessiner des bâtiments, dessiner le paysage et même observer la faune locale! Nous prendrons les principes et les techniques que nous apprenons pendant les heures de cours et les mettrons en pratique entre les cours dans nos propres quartiers et arrière-cours. Nous étudierons également la nature de près, en esquissant des sujets comme les saules, les fleurs printanières et les branches, améliorant à la fois nos capacités de dessin et d'observation. **Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcam.**

Matériaux: Carnet de croquis, Papier coloré, Conté, Stylo tombeau, Manille ou papier journal, Crayons à dessin, Gomme à effacer, Stomps

Les étudiants de la classe de dessin ont réalisé un projet unique et inspirant sur leurs perspectives individuelles de cette pandémie. Nous vous invitons à visiter leurs dessins sur notre site Web à:

<https://contactivitycentre.org/gallery.php>

## **Conférenciers invités - GRATUIT**

**\*\* Tous les conférenciers invités sont disponibles par conférence téléphonique et par Zoom.**

**Comment s'inscrire:** Allez sur notre site Web et cliquez sur COURS ET ACTIVITÉS EN LIGNE, faites défiler vers le bas et cliquez sur l'activité à laquelle vous souhaitez vous inscrire, remplissez vos informations et cliquez sur "Soumettre l'inscription". Un lien Zoom sera fourni quelques jours avant le début de l'activité. OU si vous choisissez de participer par téléphone, appelez le Centre quelques jours à l'avance au 514-932-2326 et laissez un message clair indiquant à quoi vous vous inscrivez et laissez votre nom et votre numéro de téléphone. Une fois que vous vous êtes inscrit, vous recevrez un appel de notre part pour vous donner un numéro de téléphone à composer pour l'événement.

**«Decluttering and Organizing» with Kathleen Murphy. NOUVEAU et GRATUIT**  
**jeudi, le 22 avril de 13h30 - 14h30. Date limite d'inscription : 8 avril à midi**

Le désordre et la désorganisation vont de pair comme une main dans un gant. Pas un gant que beaucoup sont heureux de porter, par exemple! Vous souhaitez vous organiser mais vous ne savez pas par où commencer? Êtes-vous submergé par le désordre? Alors peut-être que cette présentation est pour vous. Rejoignez-nous alors que nous accueillons Kathleen Murphy, organisatrice professionnelle de Montréal, qui nous guide à travers le monde de l'encombrement vers une meilleure organisation. Kathleen explorera les raisons qui nous ont mis dans le désordre et nous guidera à travers un processus où nous pouvons commencer à nous sortir du désordre.

En plus de sa présentation visuelle, elle tissera des histoires et des exemples sur le consumérisme, l'attachement émotionnel et notre sens de l'obligation émotionnelle de garder les choses du passé.

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

**«The Wonder of WEEDS! HEALTH & HEALING from the Garden» avec Monica Giacomini**

**Jeudi, le 6 mai de 13h30 - 14h30. NOUVEAU et GRATUIT.**  
**Date limite d'inscription : le 22 avril à midi**

Vous êtes-vous déjà arrêté pour admirer la beauté, la ténacité et l'abondance des fleurs sauvages poussant sur votre pelouse... ou dans une allée de quartier? Ces mauvaises herbes sont un incroyable réservoir d'antioxydants et de nutriments qui amélioreront votre système immunitaire et, espérons-le, votre vitalité aussi! Rejoignez Monica Giacomini pour quelques recettes utilisant les plantes sauvages que vous désherbez de votre jardin et de vos bacs à fleurs. Vous n'avez ni jardin ni pelouse, Monica nous apprendra où nous pouvons cultiver ces beautés. Venez apprendre des moyens simples de récolter la merveille des mauvaises herbes ... en utilisant tous vos sens!

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

**«Workshop on Ageism» par Daphne Nahmiash**

**Jeudi, le 10 juin à 13h30 - 14h30. NOUVEAU et GRATUIT.**  
**Date limite d'inscription : le 27 mai à midi**

Cet atelier est conçu et proposé par l'organisation *Observatoire sur le vieillissement et la société* et explique les concepts de l'âgisme en utilisant des exemples de dessins animés dans des discussions interactives. L'objectif est de sensibiliser à l'âgisme, une forme de maltraitance peu connue. Daphne Nahmiash, PhD., est vice-présidente du conseil d'administration de *Handicap Life Dignity* et membre associée du *Centre d'études sur le vieillissement* de McGill. Nous vous souhaitons la bienvenue et nous nous réjouissons de vous voir à cet événement éducatif et intéressant.

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

**Concerts musicaux en direct - GRATUIT**

**\*\* Tous les concerts musicaux sont disponibles par conférence téléphonique et par Zoom.**

**Comment s'inscrire:** Allez sur notre site Web et cliquez sur COURS ET ACTIVITÉS EN LIGNE, faites défiler vers le bas et cliquez sur l'activité à laquelle vous souhaitez vous inscrire, remplissez vos informations et cliquez sur "Soumettre l'inscription". Un lien Zoom sera fourni quelques jours avant le début de l'activité. OU si vous choisissez de participer par téléphone, appelez le Centre quelques jours à l'avance au 514-932-2326 et laissez un message clair indiquant à quoi vous vous inscrivez et laissez votre nom et votre numéro de téléphone. Une fois que vous vous êtes inscrit, vous recevrez un appel de notre part pour vous donner un numéro de téléphone à composer pour l'événement.

**«Deacon George Sings Along Memory Lane» GRATUIT**

**Jeudi, le 15 avril de 13h30 - 14h30. Date limite d'inscription: 1 avril à midi**

George Toufexis, nom de scène «Deacon George T» est un chanteur / compositeur / guitariste prêt à dynamiser la pièce avec de la musique *boogie woogie*. Jouant également du blues classique et original, des rags, du folk et de la country, George a chanté et joué du fingerstyle sur des guitares acoustiques et électriques à six et douze cordes. George a aimé, étudié et joué le blues pendant plus de trente-cinq ans et même si la musique est vieille,



elle ne vieillit jamais. Il y a une honnêteté et une clarté dans la musique de George qui frappe profondément. D'une manière humble et respectueuse, George essaiera de maintenir cette tradition. Bo didly

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

### **«Rick Clahane's Hour of Springtime Joy» GRATUIT**

**Jeudi, le 13 mai de 13h30 - 14h30. Date limite d'inscription: 29 avril à midi**

Rejoignez-nous alors que Rick Clahane reprend certains des mots et de la musique bien-aimés de l'île irlandaise qui ont remué le cœur de millions de personnes dans le monde entier. Rick nous conduira pendant une heure de joie printanière, à nous délecter de cette chance de sourire parce que quand les yeux irlandais sourient, ils apportent le plus doux rire de tous.

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

### **«Ben & Ryan's Collection of Oldies» GRATUIT**

**Jeudi, le 3 juin de 13h30 - 14h30. Date limite d'inscription: 20 mai à midi**

Nous vous proposons à nouveau un concert musical LIVE pour en profiter. Ben Neelin et Ryan Simunik qui interprètent des oldies de la musique populaire des années 50 et 60 rendue célèbre par les voix passionnantes de Simon et Garfunkel, Bob Dylan, Peter, Paul et Mary, Harry Belafonte et Leonard Cohen. N'hésitez pas à chanter à votre guise.

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

### **Visites virtuelles - GRATUIT**

**\*\* Tous les visites virtuelles sont disponibles par conférence téléphonique et par Zoom.**

**Comment s'inscrire:** Allez sur notre site Web et cliquez sur COURS ET ACTIVITÉS EN LIGNE, faites défiler vers le bas et cliquez sur l'activité à laquelle vous souhaitez vous inscrire, remplissez vos informations et cliquez sur "Soumettre l'inscription". Un lien Zoom sera fourni quelques jours avant le début de l'activité. OU si vous choisissez de participer par téléphone, appelez le Centre quelques jours à l'avance au 514-932-2326 et laissez un message clair indiquant à quoi vous vous inscrivez et laissez votre nom et votre numéro de téléphone. Une fois que vous vous êtes inscrit, vous recevrez un appel de notre part pour vous donner un numéro de téléphone à composer pour l'événement.

### **Visite virtuelle du sud-ouest de l'Islande NOUVEAU et GRATUIT**

**Jeudi, le 29 avril de 13h30 - 15h00. Date limite d'inscription: le 15 avril à midi**

Lors de cette présentation de la visite virtuelle, le directeur de la visite Austin Yuill vous emmènera à toutes les merveilles que le coin inférieur gauche de l'Islande a à offrir, de la région de la capitale de Reykjavik, en passant par le cercle d'or et le tour du Blue Lagoon tout au bout de l'île. En chemin, nous découvrirons des glaciers, des geysers, des volcans, des plaques tectoniques changeantes, des plages de sable noir et bien plus encore. Évadez-vous au pays du soleil de minuit et laissez votre esprit aller où votre cœur veut être. Venez faire ce voyage!

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

### **Visite virtuelle: Jérusalem NOUVEAU ET GRATUIT**

**Jeudi, le 20 mai de 13h30 - 15h00. Date limite d'inscription: le 6 mai à midi**

Jérusalem a été un centre du judaïsme, du christianisme et de l'islam depuis plus de 3 millénaires. Lors de cette visite virtuelle, nous visiterons les quatre quartiers de la vieille ville. Après être entré par la porte de Jaffa, nous passerons devant le quartier arménien et dans le quartier juif et descendrons jusqu'au mur occidental. Nous monterons sur le mont du Temple et traverserons les marchés et les ruelles des quartiers musulman et chrétien, ainsi que les lieux saints le long de notre route. Nous pouvons même jeter un coup d'œil dans l'église du Saint-Sépulcre! En cours de route, notre guide Amy partagera les histoires des personnes qui y vivent et parlera des relations compliquées et nuancées entre toutes les personnes qui vivent dans cette ville unique.

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

## **Visite virtuelle: visite musicale de la Grande-Bretagne NOUVEAU ET GRATUIT** **Jeudi, le 17 juin de 13h30 - 15h00. Date limite d'inscription: le 3 juin à midi**

Platon a dit que nous pouvons juger une civilisation sur la musique qu'elle produit. La musique de la Grande-Bretagne nous en dit long sur l'histoire, la culture et les habitants de cette île au cours des six cents dernières années. Notre directeur de tournée, George, parlera de la musique et de l'histoire musicale de la Grande-Bretagne 'de Greensleeves à Please Please Me', y compris les compositeurs de musique sacrée et classique de l'église et de la cour, ainsi que des traditions folkloriques rurales et urbaines et du «British Invasion» des années 60 - et jusqu'à nos jours. Rejoignez-nous pour une visite amusante et informative de la riche tapisserie musicale britannique.

**Vous avez le choix de participer par téléconférence (appelez par téléphone) ou de rejoindre par vidéoconférence Zoom.**

### **Annulations pour activités gratuites**

Si vous vous êtes inscrit à une activité mais que vous ne pouvez pas participer comme vous l'aviez espéré, veuillez appeler le Centre au 514-932-2326 et laissez votre nom et un message clair indiquant ce que vous annulez ou envoyez un courriel à Emily à [emily.rill@contactivitycentre.org](mailto:emily.rill@contactivitycentre.org) ou à Barbara à [barbara.savada@contactivitycentre.org](mailto:barbara.savada@contactivitycentre.org). Il est important pour nous de savoir combien il faut en attendre et de nous donner l'occasion d'inviter d'autres membres qui pourraient être sur une liste d'attente. Remarque: comme indiqué précédemment, nous ne pouvons pas offrir de remboursement pour les cours ou ateliers payants.

### **Tutoriels Zoom**

Apprendre à utiliser Zoom peut être difficile, mais une fois que vous vous-êtes familiarisé avec la plate-forme, cela peut vous permettre de rester impliqué dans les nombreux programmes merveilleux que Contactivité propose actuellement en ligne! Pour vous inscrire à un tutoriel personnalisé de 45 minutes, visitez notre site web au <https://contactivitycentre.org/zoom-tutorials.php>, puis faites défiler vers le bas et remplir le formulaire d'inscription. Ou appelez-nous et laissez un message au 514-932-2326.

Nous sommes également disponibles pour vous aider avec d'autres problèmes technologiques au cas par cas.

### **Projet de partage d'histoire communautaire**

Malheureusement, nous ne pouvons pas nous asseoir autour d'un bon feu de camp pour échanger des histoires pour le moment. Cependant, dans le cadre de notre semestre de printemps, nous organisons un feu de camp proverbial en jumelant des personnes de la communauté qui aimeraient partager des histoires de leur vie. Si vous êtes intéressé, nous vous mettrons en contact avec un autre membre pour parler au téléphone une fois par semaine pour partager des histoires. Chaque semaine, vous recevrez une réplique différente pour déclencher un souvenir. Par exemple: quel est le plus long voyage sur la route que vous ayez effectué? Quelle est la chose la plus espiègle que vous ayez faite comme enfant? Quelle est la personne qui a eu le plus d'influence sur votre vie? Installez-vous confortablement près du feu et écoutez des moments spéciaux dans la vie de quelqu'un d'autre, et partagez-en quelques-uns! Si vous êtes intéressé, appelez David Robinson au 438-699-9927 ou envoyez-lui un courriel à [volunteer.contactivity@gmail.com](mailto:volunteer.contactivity@gmail.com) ou inscrivez-vous sur notre site Web: <https://contactivitycentre.org/online-courses-and-activities.php>

### **Programmation intergénérationnelle avec des étudiants de la Selwyn House School**

Programmes financés par Patrimoine canadien, gouvernement du Canada.

**Comment s'inscrire :** Allez sur notre site Web et cliquez sur COURS ET ACTIVITÉS EN LIGNE, faites défiler vers le bas et cliquez sur l'activité à laquelle vous souhaitez vous inscrire, remplissez vos informations et cliquez sur «Soumettre l'inscription». Un lien Zoom sera fourni quelques jours avant le début de l'activité.

**Votre appareil doit disposer de haut-parleurs fonctionnels, d'un microphone et d'une webcam pour participer aux opérations suivantes:**

**«Weekly Zoom Visits»:** commence le 22 **ou** 23 mars et se termine le 17 **ou** 18 mai 2021

Hebdomadaire, lundis ou mardis de 15h00 à 17h00.

Des heures de rendez-vous spécifiques convenues entre vous et votre élève.

Les visites zoom durent au minimum 15 minutes et au maximum 60 minutes.

Souhaitez-vous faire une rencontre avec un étudiant de Selwyn pour pouvoir acquérir de nouvelles compétences en ligne? Être un meilleur «Zoomer»? Apprenez à mieux utiliser vos appareils numériques (ordinateur portable, tablette, téléphone portable)? Vous souhaitez suivre vos personnalités préférées sur Instagram, Twitter, etc.)?

Où ça vous intéresse d'avoir une conversation hebdomadaire avec un jeune étudiant? Zoomez avec un étudiant de la Selwyn House School une fois par semaine et apprenez ensemble tout en améliorant votre littératie numérique.

**«Photography»:** comment le 24 mars **ou** 25 mars jusqu'au 20 mai, 2021

Cours hebdomadaires sur Zoom le mercredi à 9h20 ou le jeudi à 11h50.

Dates précises à fournir par Mlle Lana. Instructeur : Lana Ignjatovic , Selwyn House School

Vous voulez apprendre à prendre de meilleures photos avec votre iPhone, smartphone, iPad ou tablette? Miss Lana et les élèves de secondaire V aimeraient vous enseigner! Tous les niveaux sont les bienvenus du photographe débutant au photographe professionnel. Mlle Lana commencera le cours en apprenant à tout le monde à composer de bonnes images, puis passera à photographie prenant des compétences. Chaque membre de Contactivité jumellera avec un étudiant pour travailler dans le cours, de sorte que vous bénéficierez des présentations de Mme Lana et serez soutenu par une assistance individuelle de ses étudiants.

**Date limite d'inscription:** 17 mars 2021, 12 places disponibles

**«Tech Savvy for 2021» - Niveau 1:** le 7 avril au 26 mai 2021. 8 semaines.

Les mercredis de 16h00 à 17h00. Instructeur : Francis Latreille, Selwyn House School

Vous ne savez pas comment tirer le meilleur parti de votre ordinateur portable, iPad, tablette ou smartphone? Vous voulez savoir ce qu'est le Cloud, pourquoi une «app» n'est pas un apéritif, pourquoi un navigateur ne signifie pas un acheteur tranquille et pourquoi tout le monde a besoin de connaître la cybersécurité? Ce cours couvrira ces sujets et plus encore. Apprenez avec M. Latreille et son équipe d'étudiants de Selwyn House pour maximiser l'utilisation de vos appareils et votre temps sur Internet.

**Date limite d'inscription:** 17 mars 2021, 10 places disponibles

**«Tech Savvy 2021» - Niveau 2:** du 12 avril au 31 mai, 2021 (pas de classe 24 mai). 7 semaines.

Lundi 16h00 – 17h00. Instructeur: Francis Latreille, Selwyn House School.

Si vous avez suivi Tech Savvy 2021 - Niveau 1 et que vous souhaitez en savoir plus sur l'utilisation de vos appareils numériques et d'autres aspects importants pour rester à jour avec la technologie, alors ce cours est pour vous. Apprenez avec M. Latreille et son équipe d'étudiants de Selwyn House.

**Date limite d'inscription :** 17 mars 2021, 10 places disponibles

## Intergénérationnelle «Death Café» et Atelier de dessin avec le Centre Contactivité et Explorations

Avez-vous un intérêt à parler de la mort, mais personne avec qui en parler? Êtes-vous artistique? Alors cet événement pourrait être pour vous! Ne vous laissez pas rebuter par son nom macabre. Le café de la mort n'est qu'une conversation sur un sujet généralement tabou dans notre société: la mort! Bien que cela nous occupe tous sous une forme ou une autre à différents moments de la vie, nous avons souvent peur d'en parler ouvertement. Au Death Café, nous nous rencontrons, simplement en tant que personnes qui vont mourir un jour, pour en discuter.

Cette fois-ci, on se rejoint avec *Kells Academy School* et *Explorations* pour animer un «Death Café» et atelier d'art. Nous allons être rejoints par les étudiants d'une classe d'art de partager nos expériences de mort et de faire l'art sur la base de ces discussions. À la fois conversation et expression créative, nous invitons les participants à dessiner, peindre ou écrire des choses inspirées par la discussion qui se déroule. Alors venez partager vos points de vue et partagez votre art avec un groupe de jeunes!

Death Cafe est toujours une discussion dirigée par un groupe, ce qui signifie qu'il n'y a pas d'agenda, d'objectif, de tendances religieuses ou de thèmes. Vous êtes libre de parler de tout ce dont vous aimeriez parler concernant la mort. Ne vous inquiétez pas, la conversation n'est pas sombre! Nous constatons que même si nous parlons de la mort, nous finissons par bavarder et souvent rire de choses tels que: comment nous aimerions qu'on se souvienne de soi, comment nous aimerions affirmer la vie avant de mourir, comment grand-père nous a fait signe avec son orteils juste avant sa mort, et tout le reste!

**Quand:** Venez nous rejoindre le jeudi, 8 avril de 13h40 – 15h00.

**Comment:** Le café se déroulera en zoom, cependant, si vous n'avez jamais utilisé le zoom, vous pouvez toujours participer en appelant sur votre téléphone.

**Inscrivez-vous** en appelant David au 438-699-9927, en lui envoyant un courriel à [volunteer.contactivity@gmail.com](mailto:volunteer.contactivity@gmail.com), ou directement via notre site Web à <https://contactivitycentre.org/online-courses-and-activities.php>

## **À propos de l'Explorations**

Explorations a été fondée en 1981 par un groupe de professeurs de l'Université McGill. Les objectifs fondateurs comprenaient la recherche sur la «douance», le développement d'un programme modèle et un soutien général à la formation des enseignants - un camp qui engageait les enfants dans un environnement d'apprentissage riche où l'apprentissage et le plaisir étaient synonymes. Les activités continuent d'être dirigées par des enseignants certifiés, spécialistes dans les domaines des mathématiques, des beaux-arts, de la technologie et des médias, des sciences, de la musique, de l'éducation physique, des études environnementales et de l'éducation de la petite enfance. Le camp engage également des étudiants locaux de lycée et d'université qui participent en tant qu'assistants de camp. Beaucoup sont d'anciens campeurs d'Explorations.

## **À propos du facilitateur**

David Robinson est un travailleur communautaire pour Contactivité et un animateur de Death Café.

## **Adresse de notre site Web**

Lorsque vous surfez sur Internet, consultez l'adresse de notre site Web à [www.contactivitycentre.org](http://www.contactivitycentre.org) . Il est mis à jour régulièrement avec les activités actuelles proposées en ligne et par conférence téléphonique ainsi que des listes utiles de ressources locales. Et si vous êtes sur Facebook, vous pouvez aussi nous visiter et nous «aimer»!

## **Bienvenue aux nouveaux membres**

**Un grand, grand bienvenue à** Elizabeth Cameron, Joanne Chouinard, Joyce Constantin, Helen Corrigan, Honnie Derai, Francine Dumont, John Fasciano, Beverley Gregor-Pearse, Elizabeth Henrik, Dawn Kenny, Ruth Litvack, Mary Melfi-Nemeth, Nancy Paré, Arlene Rill, Claire Salzberg, Edward Solow, Greta Stethem et B. Maurene White. Merci d'avoir rejoint la famille Contactivity !!

**Nous espérons que vous apprécierez les nombreuses activités et programmes que nous proposons.**

## **En mémoire**

Nous souhaitons exprimer nos plus sincères condoléances au membre Mitsuru Cope pour la perte de son mari , au membre Diane Webster pour la perte de son mari et à la famille et aux amis de feu Phyllis Firth et Marilyn Lamond.