



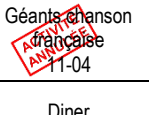
























| RÉGIONS | Bas-St-Laurent | Centre-du-Québec | Estrie | Lanaudière/ Laval | Laurentides | Mauricie | Montréal/ Montréal | Outaouais/ Est-Ontario | Québec/ Chaudière-Appalaches | Corporative |
|----------------|--|---|--|--|---|--|--|---|---|-----------------|
| Coordonnateurs | Jacques Langlois 418 725-4650 jaclango01@gmail.com | Sylvie Senécal 819 806-9114 sylbd@outlook.com — Jean Guindon 819-818-0478 jeanguindon29@gmail.com | Diane Langlais 819 432-2197 diane.langlais56@gmail.com — Sylvie Martin 819 342-7002 sylviemartin47@hotmail.com | Rachel Gagnon 438 392-1118 rachou101@videotron.ca | Josée Savard 514 916-5564 amicale.laurentides@outlook.com | Daniel Péloquin 819 293-2801 daniel.peloquin@sogetel.net — Guylaine Delisle guyl.delisle@outlook.com Martine Ricard rickscard@gmail.com | Serge Chalifoux 450 445-0688 sergebnc@videotron.ca — Geneviève Cholette 514 235-5864 genevieve.cholette@gmail.com | Pauline Ouellette 819 684-8807 ouellette.p@videotron.ca | Chantal Drouin 418 843-9131 chantal.drouin.cd@gmail.com — Jean-Guy St-Pierre 418 628-5694 famillestpierre@hotmail.com | |
| Novembre 2025 | | | Déjeuner 20-11  | Diner Ambroisie 12, 13, 24, 25-11 — Fabrication bûches de Noël 20-11 — Atelier fabrication de tartelettes 22-11 — Air Fryer | Déjeuner Brunch Rose 11-11 — Bénévolat Moisson Laurentides ??-11 |  Repas des Fêtes 30-11 |  Repas des Fêtes et AGA 26-11 | Bénévolat Pâtés pour s'aider ??-11  | | A.G.A. 26-11 |
| Décembre 2025 |  Repas des Fêtes 05-12 | |  Repas des Fêtes 11-12 |  Repas des Fêtes 03-12 — Fabrication bûches de Noël 07-12  |  Repas des Fêtes 01-12 — Bingo 02-12 — Bénévolat emballage de cadeaux 5 au 24-12 | | Bénévolat Moisson Montréal 09-12 — Spectacle Piano Man 18-12  |  Repas des Fêtes 02-12 |  Repas des Fêtes 07-12 | |
| Janvier 2026 | |  Repas des Fêtes 06-01 | Déjeuner 15-01  | Match de hockey féminin Victoire Mtl 13-01  | Cartes et dés 08-01  | | | | Séjour hivernal entre ami-e-s 29-01 | |
| Février 2026 | Diner St-Valentin 12-02  | | Dîner au Vieux Duluth 18-02 | | Conférence Ainé-Avisé et repas 26-02 | Déjeuner St-Valentin 12-02  | Déjeuner-causerie fraude et cybersécurité 25-02 | | | |

ACTIVITÉS * 2025-2026 *

| RÉGIONS | Bas-St-Laurent | Centre-du-Québec | Estrie | Lanaudière/Laval | Laurentides | Mauricie | Montréal/Montérégie | Outaouais/Est-Ontario | Québec/Chaudière-Appalaches | Corporative |
|-----------------------|--|--|--|--|--|--|--|---|--|--|
| Mars 2026 | Déjeuner Régulier 12-03  | | Cabane à sucre 18-03 | Visite Maison Radio-Canada 08-03 — Cabane à sucre 26-03  | Cabane à sucre 19-03 | Souper Hôtellerie ??-03 | Cabane à sucre 12-03 — Visite Édifice Sun Life 19-03 | Cabane à sucre 17-03  | Cabane à sucre 24-03 | |
| Avril 2026 | Déjeuner Régulier 16-04 | 20 ^e anniversaire Géants chanson Française 11-04  | Déjeuner ??-04 — Géants chanson Française 11-04  | Dîner à l'Ambroisie ??-04  | Conférence sur le vin 13-04 — Activité Neurones et Papilles 27-04 | Cabane à sucre 07-04 — Tournoi de quilles et dîner 28-04 | Conférence Intelligence artificielle 15-04 | | | |
| Mai 2026 | Dîner Fête des Parents 21-05 | | Dîner ??-05  | Escapade en autocar à Gatineau ??-05 | Théâtre Mémo-Art et souper 1,2,3-05 — Dîner retrouvailles 05-05 — Bowling 20-05  | | Activité Mamy-Papy 18-05  | Restaurant-école ??-05 | Dîner de l'Amitié (2) ??-05  | |
| Juin 2026 | | Visite Moulin à Laine d'Ulverton avec l'Estrie ??-06 | Visite Moulin à Laine d'Ulverton avec Centre-du-Québec ??-06 | Journée Plein Air ??-06 | Jeux d'évasion ??-06 — Spectacle Chœur de la Laurentie et souper ??-06 | Dîner ??-06  | Visite Papillonnerie et oiseaux de proie ??-06 — Cirque du Soleil 18-06  | | Soirée Baseball ??-06  | |
| Juillet 2026 | | | | Visite et pique-nique, culture et produits de la lavande 08-07 — Golf Le Versant 16-07  | | Souper 13-07  | Croisière International des feux d'artifices 09-07 | | Tournoi de golf ??-07  | |
| Août 2026 | | Croisière-Spectacle Tropicana à Magog 12-08 | Épluchette de blé d'Inde 13-08  | | | Pique-nique ??-08  | Tournoi de golf 12-08  | | Théâtre d'été 01-08  | |
| Septembre 2026 | Souper 10-09  | | Visite d'un vignoble ??-09  | Visite de la ferme La Terre des bisons ??-09  | Labyrinthe de maïs, pique-nique et auto cueillette citrouilles ??-09 | Lancement saison des quilles 10-09 | Rallye Bottine ??-09 — Visite d'un vignoble ??-09 | Visite Petite Nation ??-09 | Sortie d'automne ??-09 | Voyage en Angleterre, Écosse et Irlande 13-9 au 1-10 |
| Octobre 2026 | Déjeuner de fin d'année 15-10 | Activité surprise pour le 20 ^e anniversaire de la région ??-10 | Dîner ??-10  | Conférence ??-10 | Visite canneberges ??-10 | Dîner ??-10  | Quilles 21-10  | | Début de la saison de quilles ??-10  | |