



GROUILLE ou ROUILLE – le 1 mai 2019

Université de Saint-Boniface (Gymnase Ouest) – 200, av de la Cathédrale

Entrée principale et inscription : Pavillon Marcel-A.-Desautels sur la rue Aulneau

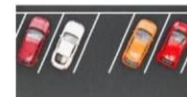
Horaire de la journée

9 h	- Inscription : Pavillon Marcel-A.-Desautels - Café et goûter commandité par → - Visite des kiosques
9 h 30	Mot de bienvenue Marc Rémillard, maître de cérémonie



Consortium national
de formation en santé
Volet Université de Saint-Boniface

Stationnement gratuit,
sans restrictions,
sur les rues avoisinantes.



Activités pour grouiller

10 h 30 Activités du matin faites votre choix →	10 h 30	Nia (mouvements souples pour les jointures et les muscles) Diane Bilodeau	Salle 0614	
11 h 30	- Dîner (sandwich et soupe – le Café rencontre) - Temps libre & visite des kiosques	10 h 30	Chanter pour la santé Bruce Waldie	Salon Sportex
12 h 30 Ateliers faites votre choix ↓		10 h 30	Atelier de danse canadienne française Aline et Marc Rémillard	Salle académique
1. Parlons Cannabis! Janique Hébert	Salle 1614 Fondation Manitoibaine de luttés contre les dépendances	10 h 30	Exercices doux pour les jointures (PACE) Doreen Wuckert	Salle 0615
2. L'ostéoporose : les notions de base Melissa Skrabek-Sénécal	Salle 0615 Centre de santé Saint-Boniface	10 h 30	Exercices en douceur Kat Rother	Gymnase Est
3. Mythes et réalités du nouveau guide alimentaire Natalie Trudeau	Salle 0133 Centre de santé de Saint-Boniface	10 h 30	Bien 'in'formé (session amusante où l'activité physique et Radio-Canada font bon ménage) Geneviève Murchison	Salle 0617 <i>*Apportez votre téléphone ou tablette.</i>
4. Éviter les fraudes et les arnaques tout en s'amusant avec l'informatique Christian Calvary	Pluri-elles Salle 0616	10 h 30	Jeux récréatifs (shuffleboard, billards, jeux de société) Club Éclipse '79, inc.	255, av de la Cathédrale
5. La mémoire Janelle Houde	Salle 0617 Centre de santé de Saint-Boniface	10 h 30 et	13 h 45 Exercices pour prévenir les chutes Sportex	Salle 0616
6. Tournée guidée de la Cathédrale et du cimetière Philippe Mailhot	Paroisse Cathédrale St-Boniface	13 h 45	Yoga léger Simone Morin	Salle 0614
7. Mieux vivre en français au Manitoba Panel de discussion Divers fournisseurs de services	Salon Sportex	13 h 45	Exercices en douceur Kat Rother	Gymnase Est
13 h 30 Pause santé	Gymnase Ouest	13 h 45	Yoga du rire Jeannine Carman	Salle de danse Sportex
		13 h 45	Exercices en vigueur Monique Bohémier	Salle 0615
13 h 45 Activités de l'après-midi faites votre choix →		13 h 45	Circuit jeunes de cœur retraités Sportex	Réception du Sportex
15 h 00 Tirages (dans le Gymnase Ouest)		13 h 45	Exercices doux pour les jointures (PACE) Doreen Wuckert	Salle 0617



Les kiosques

233-ALLÔ

Accueil francophone

Actionmarguerite

Agence du revenu du Canada

Alzheimer Society of Manitoba

Bibliothèque de Saint-Boniface

Caisse Groupe Financier

Centre de santé / Health Links - Info santé

Centre de services bilingues du Manitoba

Comforts of Home Care

Francofonds

ICI Manitoba

Institut pour la sécurité des patients du Manitoba (MIPS)

Northway Pharmacy / Pharmacie Marion

Parkinson Canada, Manitoba

Paroisse Cathédrale de Saint-Boniface

Pluri-elles (Manitoba) Inc.

Salon mortuaire Desjardins (Arbor Memorial)

Santé en français

Services en langue française de l'ORSW

Sportex et Réseau des diplômés



Grouille ou rouille 2019

Le 1 mai de 9 h à 15 h 30



ATELIERS! ACTIVITÉS! KIOSQUES!

Prix de présence et de participation!



15 \$ (dîner inclus) - INSCRIPTION : 233-ALLÔ (204 233-2556)
Gym Ouest-Université de Saint-Boniface (200, av de la Cathédrale)
stationnement **GRATUIT** sans restrictions sur les rues avoisinantes
Entrée principale : Pavillon Marcel-A.-Desautels sur la rue Aulneau