# DÉCEMBRE 2026 - PROGRAMMATION 55 ANS ET +

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|---|---|---|---|---|
| | **1 déc.** | **2 déc.**<br>**13h à 16h**<br>Créer pour le plaisir | **3 déc.**<br>**14h à 15h30**<br>Club signet et pop-corn | **4 déc.** |
| **7 déc.**<br>**9h à 15h**<br>Courte pointe<br>**13h à 16h**<br>Pétanque<br>**13h30 à 15h**<br>Yoga doux avec Lise<br>dernier cours 2026 | **8 déc.**<br>**13h30 à 15h**<br>Café-causerie<br>**15h à 16h**<br>Brin de jasette | **9 déc.**<br>**13h à 16h**<br>Créer pour le plaisir | **10 déc.**<br>**16h30 à 20h30**<br>Fête de Noël | **11 déc.** |
| **14 déc.**<br>**13h à 16h**<br>Pétanque | **15 déc.** | **16 déc.**<br>**13h à 16h**<br>Créer pour le plaisir | **17 déc.**<br>**10h15 à 15h**<br>Marché de Noël allemand de Québec | **18 déc.** |

**Dimanche**

**20 décembre**

**13h à 16h30**
Fête illumination de l'arbre de Noël

Jeu gonflable d'hiver
Cardio danse
Animation
Chorale
Chocolat chaud, vin chaud, café-Bailey's
Illumination de l'arbre de Noël

**1er Café-causerie 2027**

**Venez célébrer la nouvelle année avec moi !!**

**Mercredi* 6 janvier 10h**

☕🍇🍉🍌🍫

**Inscription avant le 17 décembre via Geneviève**

*Exceptionnellement un mercredi et au centre communautaire

**Geneviève en vacances du lundi 21 décembre au dimanche 3 janvier 2027 inclusivement**
**Les bureaux et locaux de la municipalité seront fermés du 24 déc. au 3 janvier inclusivement**

**Offert aux 55 ans et +**
**de Saint-Gabriel-de-Valcartier**

**Coûts variés**

**GRATUITÉ PALA**

**Yoga doux avec Lise**

Lieu : Complexe Sportif Quand : Lundi 13h30 à 15h

**ACCÈS GRATUIT au Centre Physik à ces moments :**

**Mardi et jeudi :** 8h à 9h30 / 12h30 à 14h30 / 18h à 20h
**Samedi** : toute la journée

**⬆️Pour connaître les détails de chacun de ces cours, consultez le journal L'INDISPENSABLE d'automne⬇️**

https://saint-gabriel-de-valcartier.ca/services/calendrier-et-journal-municipal/

**Offert à tous les adultes**
**de Saint-Gabriel-de-Valcartier**

**Club signet et pop-corn**

Lieu : Bibliothèque Quand : Un jeudi par mois de 15h30 à 17h

**Courte pointe - 30$ par année -**

Lieu : Centre comm. Quand : Lundi 9h à 15h

**Créer pour le plaisir**

Lieu : Complexe Sportif Quand : Mercredi 13h à 16h

**Pétanque**

Lieu : Extérieur (beau temps) Salle de danse (mauvais temps)
Quand : Lundi 13h à 16h

**Questions ? Commentaires ? Idées ?**
Communiquez avec GENEVIÈVE
coordo55@munsgdv.ca / 418-554-3198

**Offert aux 55 ans et +**
**de Saint-Gabriel-de-Valcartier**

**Coûts variés**

Mardi 8 décembre 13h30 à 15h

**Café-causerie**

GRATUIT

Lieu : Complexe Sportif (2230 boul. Valcartier)

Recevez la programmation du prochain mois. Venez poser vos questions, vous inscrire en priorité et partager vos idées !

Inscription requise auprès de Geneviève

GRATUIT

Mardi 8 décembre 15h à 16h

**Brin de jasette**

Lieu : Complexe Sportif (2230 boul. Valcartier)

Rencontre conviviale 1x par mois pour se remémorer des souvenirs et discuter dans un environnement sans jugement et encadrer avec le "pot à jasette".

Chacun est libre de parler ou pas.
Il n'y a que l'écoute, le respect et les sourires qui sont obligatoires.😉

Inscription requise auprès de Geneviève

Jeudi 10 décembre 16h30 à 20h30

**Fête de Noël**

Lieu : Centre communautaire (2215 boul. Valcartier)

Venez célébrer le temps des Fêtes en bonne compagnie.

Au programme : Présentation nostalgique "Hier, Noël s'en vient", repas 3 services, tirage de prix de présence, musique et danse !
Ouverture des portes dès 16h30.

**Coût**
10$ Résident et membre PALA
15$ Résident, non membre PALA
25$ Non résident (accompagnateur d'un résident)

Inscription et paiement requis auprès de Geneviève avant le 27 novembre ‼️ Places limitées ‼️

**Ouvert aux 55 ans et +**
**sans restriction de territoire**

**Coûts variés**

Jeudi 17 décembre 10h15 à 15h

**Marché de Noël allemand de Québec**

Lieu : Centre-Ville de Québec

Venez visiter un endroit féérique qui prend vie au cœur du Vieux-Québec! C'est un véritable petit village de Noël aménagé pour recréer le plus fidèlement possible l'ambiance festive des grands marchés de Noël européens.

- Kiosques en bois
- Lumières et décoration
- 100 exposants du Québec, de l'Allemagne et de l'Europe.
- Dégustation de produits du terroir et de spécialités allemandes et européennes

**10$ pour tous (payable le jour même)**

Inscription requise auprès de Geneviève avant le 10 déc.
ou jusqu'à épuisement des places
‼️ 20 personnes minimum sont requises ‼️

**Mercredi 6 janvier 10h**

*Exceptionnellement un mercredi
et au centre communautaire

**Café-causerie**

**Venez célébrer la nouvelle année avec moi !!**

**Café, fruits et chocolat**
**($ contribution volontaire $**

**Inscription avant le**
**17 décembre via Geneviève**