

Activités des LOISIRS: Du 24 août dès 09:00 - EN LIGNE SEULEMENT
Du 25 août dès 09:00 - DÉPÔT DE FORMULAIRE/TÉLÉCOPIEUR au 28 août à 16:00*
**Inscrivez-vous tôt! Places limitées*

AÎNÉS – AUTOMNE 2026

INSCRIPTION EN LIGNE : www.ville.mont-royal.qc.ca

NOM:	PRÉNOM:
ADRESSE:	VILLE:
CODE POSTAL:	DATE DE NAISSANCE:
TÉLÉPHONE:	COURRIEL:

année / mois / jour

Activités spéciales		# DE PERS	PRIX	TOTAL
16 septembre	Terry Fox Barbecue et Bingo ☐ Le Russell ☐ Le Graham ☐ Pas de bus		0 \$	
1 octobre	Journée Nationale des Aînés ☐ Le Russell ☐ Le Graham ☐ Pas de bus		10 \$	
2 décembre	Lunch des Fêtes ☐ Le Russell ☐ Le Graham ☐ Pas de bus		20 \$	
Créations artisanales à l'aiguille				
Annuel	14 septembre au 7 décembre 2026 ET 11 janvier au 7 juin 2027. Lundi: 13:00-15:30		45 \$	
Exercices				
Taï Chi pour les aînés* ☐ Mardi 10:00 ☐ Mercredi 12:30			95 \$	
Demeurez Actifs!*			95 \$	
Yoga en douceur* ☐ Mardi 09:30 (sur chaise) ☐ Mardi 10:45 (sur tapis)			95 \$	
Corps et esprit en forme* ☐ Lundi 10:00 ☐ Mardi 10:00 ☐ Jeudi 10:00			95 \$	
Yoga thérapeutique*			95 \$	
<i>*Rabais de 10 \$ sur le prix des 2^e et 3^e cours d'exercices de même valeur.</i>				()
Équilibre, mobilité et coordination			125 \$	
Danse en ligne ☐ Vendredi 09:15 (déb.) ☐ Vendredi 10:30 (int./av.)			90 \$	
Pas Communautaires – Club de Marche			15 \$	
Excursions :				
Veillez fournir un contact d'urgence ci-dessous et répondre aux 2 questions au verso (obligatoire)				
9 septembre	Excursion d'une journée à Magog		120 \$	
24 septembre	Pique-Nique au parc Connaught		15 \$	
7 octobre	Musée McCord		45 \$	
10 novembre	Sortie au Restaurant : Bouillon Albert		25 \$	
29 novembre	"Come From Away" au Théâtre Segal (version anglaise)		55 \$	
17 décembre	Casse-Noisette à la Place des Arts		110 \$	
CONTACT D'URGENCE				
NOM:	PRÉNOM:			
TÉLÉPHONE:	LIEN DE PARENTÉ:			
Cartes				
	Carte voyage de non-résidents – 2026		20 \$	
	Salon des aînés – Bridge ☐ Gratuit (Résident) ☐ 10\$ (Non-Résident)			
Ville de Mont-Royal, 60, avenue Roosevelt, Mont-Royal (Québec) H3R 1Z4 Téléphone: (514) 734-2928 Télécopieur: (514) 734-3083				TOTAL

☐ VISA

☐ MASTERCARD

☐ CHÈQUE (à l'ordre de: **Ville de Mont-Royal**)

No Carte: _____

Exp: _____

CVC (3 chiffres) _____

Excursions :
Veillez répondre aux 2 questions ci-dessous (obligatoire)

1. Avez-vous un état de santé en particulier? (diabète, asthme, épilepsie, allergie, etc.)

Réponse :

2. Prenez-vous des médicaments? Si oui, veuillez fournir les détails et posologie.

Réponse :