

**Club de l'amitié  
Âge d'or  
Ayer's Cliff**

Nous sommes un organisme à but non lucratif fondé le 7 juin 1976

Secteur : Frontalières

**Membres du CA :**

**Président** Yvon Labonté  
**Secrétaire** Lise B. Labonté  
**Trésorière** Diane Beaudoin  
**Relationniste** Ginette Provost  
**Administratrices**  
Cécile Lauzier  
Diane Labonté  
Chantal Scalabrini  
Louisette Bessette

**Adresse physique du Club  
et courrier postal:**

Sous-sol église Saint-Barthélemy  
911, rue Clough  
Ayer's Cliff (Qc) J0B 1C0

**Relationniste :**

Ginette Provost (819) 838-5370  
Courriel : [gin\\_provost@yahoo.ca](mailto:gin_provost@yahoo.ca)

**Carte de membre :**

\$ 20. / annuelle (sept. à sept.)

Les activités se font en après-midi de 13h00 à 16h00 les mardis et jeudis

**Remise en forme**

Les exercices sont adéquats pour les personnes de 50 ans +



Ballons, élastiques, bâtons, tapis, poids (haltères), etc....

**Danses de ligne**



Danse country (Western)

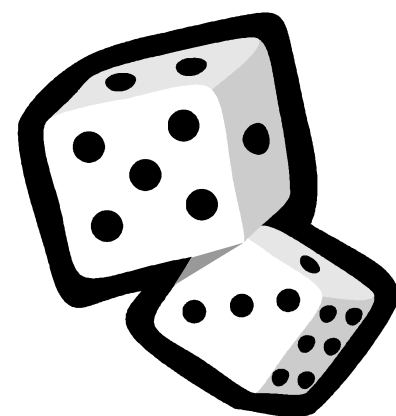
**Divers jeux de sociétés**



**Jeux divers de cartes :**

Boule noire, Skip-Bo, Uno, 99, 500, Solitaire, Cross Cribb, etc....

**Jeux de dés**



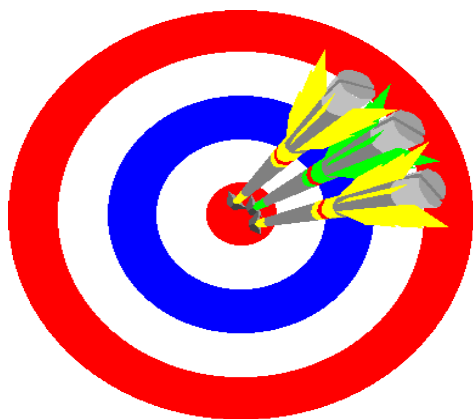
Jeux de 31 et autres

**Divers jeux d'équipes**

**Baseball-poches**



**Jeux de fléchettes**



**Divers jeux d'équipes**

**Golf intérieur**



**Sécurité, prévention  
et information**



-Séances d'information par des personnes compétentes de la Sûreté du Québec  
-Séances d'information par des pharmaciens et pharmaciennes  
-Séances d'information du CHSLD

**Voyages et sorties organisés  
(Autobus ou covoiturage)**



**Exemples :**

Cabane à sucre  
Parc Marie-Victorin  
Bleu Lavande  
Clôture pour la saison estivale  
Pique-nique (épluchette de blé d'inde)  
Visite à l'Abbaye Saint-Benoît-du-Lac (pommes, fromages et autres)  
Party des Fêtes  
et autres activités s'il y a lieu.

Toutes les suggestions sont les bienvenues

Nous invitons la population à se joindre à nous afin de passer de bons moments et de participer aux activités qui ne manqueront pas de vous plaire

Pour informations supplémentaires, contactez :

Ginette Provost au (819) 838-5370