

# echo

BULLETIN DE L'ASSOCIATION COMMUNAUTAIRE DE SARSFIELD

## Calendrier d'activités



**30 janvier**  
12 h - 22 h  
**Centre Communautaire**  
**3385 chemin Sarsfield**



## Carnaval d'hiver

Venez vous joindre à nous le 30 janvier au centre communautaire.

Horaire des activités :

- 12 h - 13 h: Compétition de chili et de sucre à la crème
- 12 h - 13 h: Dîner chili et hot-dogs
- 13 h 30 : Pièce de théâtre interactive de la troupe Animaxion
- 12 h - 17 h: Glissades à l'extérieur et tournoi de curling
- 17 h - 19 h: Souper hamburger et hot dog
- 19 h - 22 h: Jeux de société et de cartes dans le centre communautaire

Pour vous enregistrer au tournoi de curling ou pour toute information au sujet du carnaval, contactez Robert Dessaint au 613-835-2608.

## Carnaval d'hiver

Voir article pour plus de détails.



**6 février**  
**Journée du hockey à Sarsfield**

Plus de détails à venir.

Pour réserver le centre communautaire, contactez Nicholas au 613-835-7590.



## Êtes-vous à la retraite?

Avez-vous des suggestions d'activités? Peut-être un club de marche, de tricot, de scrapbooking, de jeu de poche, de tai chi ou de ski de fond? Simplement prendre un café ensemble pour jaser?

L'association communautaire aimerait entendre vos idées!

## Événements récurrents

### Lundi

19 h 00 - Cardio / musculature (HIIT)

### Mardi

9 h 30 - Pétanque

(Mme Chevalier au 613-835-3095)

14 h - Bibliobus

18 h 30/19 h 30 - Karaté (Bearbrook)

20 h - Yoga

### Jeudi

19 h 00 - Cardio / musculature (HIIT)

18 h 30/19 h 30 - Karaté (Bearbrook)

### Samedi

9 h 30 - Danse - 4 à 7 ans

10 h 30 - Danse Hip Hop - 7+ ans

Pour plus d'info au sujet des cours et de la carte passeport santé (10 cours au choix pour 75\$):  
info@sarsfield.org ou Nadine au 613-835-7590.

## Réseaux Sociaux



Association  
Communautaire de  
Sarsfield



Citoyens de Sarsfield  
Ontario Residents



@sarsfieldON

## Annonces

### Messes de Noël

Les messes de Noël de la paroisse Saint-Hugues auront lieu le 24 décembre à 20 h et le 25 décembre à 10 h 15.



### Guignolée

Merci à tous les participants de la guignolée qui a eu lieu le 4 décembre. Les denrées (72 sacs) et les dons (1375\$) ont été remis au Centre de ressources communautaires Orléans-Cumberland qui remettra le tout à des familles dans le besoin dans la région.

### Soirée jeux de société au centre communautaire

La soirée fut un succès et deviendra une activité récurrente organisée par l'association communautaire. La prochaine soirée de jeux aura lieu pendant le carnaval.

### Nouveau programme santé

Un nouveau programme de mise en forme débutera le 11 janvier. Le programme de 10 semaines consistera de deux cours d'exercices intervalles HIIT ("High-intensity Interval Training") par semaine, soit le lundi et le jeudi à 19h au centre communautaire.



Le coût du programme, incluant un plan nutritif, est de 225\$. D'autres options de participation sont possibles. Les classes sont mixtes et adaptées aux différentes formes physiques. Pour plus d'information, contactez [info@sarsfield.org](mailto:info@sarsfield.org) ou Nadine au 613-835-7590

### Patinoire

La patinoire extérieure ouvrira lorsque la température le permettra. Nous aimerions planifier une activité pour célébrer la journée nationale du hockey le 6 février.

## Soumettre du contenu

Avez-vous un événement ou une annonce que vous souhaitez partager avec votre communauté?

Soumettez le contenu au  
[info@sarsfield.org](mailto:info@sarsfield.org)

## Liste de diffusion

Aimeriez-vous recevoir l'Echo par courriel?

Contactez [info@sarsfield.org](mailto:info@sarsfield.org)

## Impliquez-vous

Êtes-vous intéressés à vous joindre à l'association communautaire ou être bénévole à nos activités?

Contactez [info@sarsfield.org](mailto:info@sarsfield.org) ou  
Robert Dessaint au 613-835-2608