PROGRAMME D'ACTIVITÉS
PROGRAM OF ACTIVITIES
NOVEMBRE/ NOVEMBER 2026
BEAUHARNOIS

With financial support of
Secrétariat aux relations avec les Québécois d'expression anglaise
Québec

En collaboration avec / *In Collaboration with*
CLUB DES AÎNÉS MELOCHEVILLE
380, boulevard de Melocheville

L'INSCRIPTION EST NÉCESSAIRE /
REGISTRATION IS REQUIRED

email: may@mwcn.ca ou / or Tel: 450-691-1444



Billard / Pool

Rejoignez - nous pour une partie de billard amusante!

Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Join us for a fun game of pool

(Membership required with MWCN or CAM)

Tous les lundis et vendredis de 9h30 à midi
Every Monday and Friday from 9:30- 12:00pm
starting September 14th, 2026 From 9:30 to noon



Scrabble en Anglais/ In English

Invitez vos amis et venez jouer au scrabble.

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Get together with friends and come play scrabble

(Membership required with MWCN or CAM)

Les lundisde 10 h 30 à midi
Monday.s 2026 from 10:30 am to 12:00 pm



Fabrication de cartes / Card Making Craft

Venez profiter de la création d'une carte fait à la main avec Kathryn Burk. Materiel de cours gratuit inclus.

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Come and enjoy making a hand made card with Kathryn Burk. Free classes, materials included
(Membership required with MWCN or CAM)

Chaque premier lundi de chaque mois (le 2 novembre) de 9h30 à midi

Every first Monday of each month (November 2nd) from 9:30 - 12:00 pm

---



Dance country en ligne /Country Line Dancing

Rejoignez -nous pour un cours de danse country en ligne avec Josée Arseneault. 12 cours 120$

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Join us for a country line dancing class with Josée Arseneault. 12 classes $120.00
(Membership required with MWCN or CAM)

Chaque vendredi de 13h30 à 14h30

Every Friday from 1:30 - 2:30 pm



Cours de piano /Piano lessons

Cours de piano avec Jean Henderson Fortin: des cours d'une demi heure à 20$ chacun.

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Piano lessons with Jean Henderson Fortin: Half hour lessons for 20$ each.
(Membership required with MWCN or CAM)

Les vendredis de 14 h 30 à 16 h 30

Fridays from 2:30pm-4:30pm



Zumba modérée/ Moderate Zumba

Rejoignez-nous pour un cours de Zumba modérée énergique et amusant avec Rina! 50$ pour 10 cours (Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Join us for an energetic and fun Moderate Zumba class with Rina $50.00 for 10 classes

(Membership required with MWCN or CAM)

Chaque lundi de 9h30 à 10h30 à partir

Every Monday from 9:30 - 10:30 am



Étirement et Mobilite/ Stretch and Mobility

Rejoignez-nous pour un cours d'Étirement et Mobilité avec Rina ! 50$ pour 10 cours. Apportez votre tapis de Yoga

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Join us for a Stretch and Mobility class with Rina! 50.00 for 10 classes. Please bring your Yoga mat.
(Membership required with MWCN or CAM)

Chaque lundi de 10h35 à 11h30 à partir

Every Monday from 10:35 - 11:30 am



Art- Peinture acrylique/dessin / Art - Acrylic Painting / drawing

Rejoignez -nous pour découvrir les peintures acryliques et le dessin avec Line . 150$ 10 cours

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Join us to learn about acrylic paints and drawing with Line $150. for 10 classes.
(Membership required with MWCN or CAM)

Les vendredis de 9 h 30 à 12 h 00

Fridays from 9:30 am- 12:00 pm



Jeu de carte en Anglais /Card game in English

Venez nous rejoindre pour jouer à un jeu de cartes deux fois par mois , en anglais, les vendredis toutes les deux semaine.

(Adhésion obligatoire avec MWCN ou CAM)

Join us to play a fun card game with friends in English, on Fridays twice a month, every two weeks

(Membership required with MWCN or CAM)

Les vendredis de 10 h à 12 h à partir *Fridays from 10:00 am- 12 pm*



Aide à l'employabilité / Employability Support

Besoin d'aide pour trouver un emploi ou démarrer une entreprise ? Sur rendez-vous, nous offrons gratuitement la traduction de documents, l'interprétation pour les démarches d'emploi, l'aide avec les formulaires de Services Québec et un soutien à l'entrepreneuriat en collaboration avec YES Montréal.

Need help finding a job or starting a business? By appointment, we offer free document translation, interpretation for employment services, assistance with Services Québec forms, and entrepreneurship support in partnership with YES Montreal.

By appointment, For registration
joanne@mwcn.ca or call: 450-691-1444

SUR ZOOM / ON ZOOM

SUR ZOOM / ON ZOOM

DISPONIBLE UNIQUEMENT EN ANGLAIS
ONLY AVAILABLE IN ENGLISH



Online French Classes (Intermediate and Conversation)

A 10 week French intermediate class online to assist with conversation and comprehension

Tuesdays From 7:00 - 8:30 pm

For registration
ryan@mwcn.ca or call: 450-691-1444



SHARP

Strength and Balance to Prevent Falls

Wednesday, November 18th From 10:00 - 11:00 am

Registration



Phishing Scams - Connected Canadians workshop

Participants will learn to recognize email, text, and AI-generated phishing scams, along with practical tips for protection and prevention.

Location: Huntingdon Wellness Center
72 Dalhousie, Suite 201

Tuesday, November 17th, from 10:00-11:30 am

For registration: 450-264-3596 or nadya@mwcn.ca
Location: 72 Dalhousie Suite 201 Huntingdon