



Ville de Mont-Saint-Hilaire

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

LA SEMAINE DES PERSONNES ÂÎNÉES À MONT-SAINT-HILAIRE SE TIENDRA DU 1^{ER} AU 7 OCTOBRE

Mont-Saint-Hilaire, le 22 septembre 2023 – La Ville de Mont-Saint-Hilaire invite ses citoyens et ses citoyennes de 50 ans et plus à participer à la Semaine des personnes âgées, qui se tiendra cette année du 1^{er} au 7 octobre 2023. Tout au long de la semaine, de multiples activités et rencontres seront offertes gratuitement.

« La Semaine des aînés permet aux gens de 50 ans et plus de bouger, de s’amuser, de faire des rencontres intéressantes et de tisser des liens pour le bonheur de chacun et chacune. Participez en grand nombre et profitez de ce bel éventail d’activités, planifié juste pour vous ! » invite Marc-André Guertin, le maire de Mont-Saint-Hilaire.

On bouge !

Tennis : du dimanche au samedi, vous êtes invités au filet pour échanger des balles, jouer des parties ou pratiquer votre demi-volée, car l’accès au terrain de tennis est gratuit pour vous (réservation requise).

Aquaforme : le lundi 2 octobre de 14 h à 15 h au Centre aquatique, c’est le moment de se mouiller et de venir découvrir les nouvelles installations avec ce cours de conditionnement physique aquatique. Il est offert dans la partie peu profonde, au rythme d’une musique dynamique pour améliorer votre capacité aérobie et musculaire (réservation requise).

On suit le tempo !

Trio Mimosa : le mercredi 4 octobre à 10 h au Pavillon Jordi-Bonet, passez une matinée mémorable avec le trio Mimosa, composé de Emmanuelle Gagné, soprano, Carole Chabot, alto et Francine Beaudry, pianiste. Leur répertoire est composé de grandes chansons populaires : de Gilles Vigneault à Charles Aznavour, de Françoise Hardy à Clémence DesRochers, des Beatles à Céline Dion, d’Édith Piaf à Louis Armstrong. En collaboration avec l’organisme Les Amis de la Vallée du Richelieu (AVR) (réservation non requise).

On stimule nos neurones !

Atelier-découverte STIAM (sciences, technologies, ingénierie, arts, mathématiques) : le dimanche 1^{er} octobre à 10 h à la bibliothèque Armand-Cardinal, venez faire la découverte des logiciels nécessaires à l’impression 3D (réservation non requise).

Atelier-découverte de musclez vos méninges : le mardi 3 octobre à 9 h 30 à la bibliothèque Armand-Cardinal, c'est le moment d'activer nos cellules avec cet atelier de maintien de la vitalité intellectuelle (réservation non requise).

Pour plus de détails concernant la Semaine des aînés, [consultez notre site web](#).

À propos de la Ville de Mont-Saint-Hilaire

Mont-Saint-Hilaire est une ville de plus de 19 400 citoyens. Ville de nature, d'art et de patrimoine, elle est fière de ses valeurs de développement durable, qu'elle manifeste notamment en protégeant et en préservant ses milieux naturels. Mont-Saint-Hilaire est aussi un lieu incontournable de l'activité artistique et touristique de la Vallée-du-Richelieu et possède un riche patrimoine historique et culturel.

- 30 -

Source : Ville de Mont-Saint-Hilaire
Information : Services aux citoyens et communications
communications@villemsh.ca