

INFOLETTRE - DECEMBRE 2025



Décembre ! Le temps des réjouissances avec la famille et les amis.

A tous nos membres et nos ami(e)s, nous vous souhaitons de passer un très Joyeux Noël avec vos proches et une Bonne Année 2026 remplie de joie, bonheur, santé. Les activités des Aînés Actifs sont propices aux nouvelles amitiés et à de belles découvertes. A vous d'en profiter en cette nouvelle année!!!

Nos bénévoles feront relâche du 17 décembre au 14 janvier 2026.

Vous trouverez tous les détails des activités qui suivent sur la page web [ICI](#) et sur notre page facebook [ICI](#) , publiés juste avant leur tenue.



PASSE DE SAISON - SENTIERS BROMONT

Nous sommes heureux de nous associer aux Amis des sentiers de Bromont pour offrir à nos membres, une passe d'hiver de randonneur pour la saison du 1^{er} décembre 2025 au 30 mars 2026 avec un **rabais de 40%** sur le prix régulier. **Nous devons avoir un minimum de 12 marcheurs pour bénéficier de ce tarif spécial qui nous est offert.**

L'accès au réseau du lac Gale est interdit durant les fins de semaines aux non-résidents. Pour tous les autres réseaux cette restriction ne s'applique pas.

Si vous êtes intéressés par cette offre, veuillez confirmer vos noms à aaplushefford.ressources@gmail.com **avant le 29 novembre**.

Une fois le nombre de participants requis atteint, nous vous confirmerons le code de promotion qui vous permettra de vous inscrire et acheter votre passe d'hiver directement aux sentiers de Bromont en profitant du rabais.

Aucun remboursement ne sera accordé après l'achat de votre passe.



Une concitoyenne, Mme Diane Lavoie, désire travailler un projet d'économie circulaire axé sur le partage de matériel et/ou de services. Elle recherche des bénévoles intéressés à l'accompagner dans l'élaboration du concept et dans la préparation d'une demande qui devra être déposée au plus tard le 8 décembre.

Manifestez votre intérêt au aaplushefford.ressources@gmail.com et nous ferons suivre à Mme Lavoie.



L'activité de bricolage avec les élèves de 3ème année de l'école Le Zénith qui a eu lieu le 19 novembre a connu un grand succès grâce à madame Élise (prof), à Annette Latour-Briand et ses 4 autres bénévoles. Les

créations des enfants seront en vente lors du *Marché de Noël* de l'école, le **5 décembre à partir de 15h**.

S'il y a d'autres bénévoles qui seraient intéressé(e)s à faire une **activité de couture / bricolage** dans le futur avec les élèves de 3ème année de l'école le Zénith, l'idée serait d'animer des ateliers pour leur faire confectionner des objets, une activité à la fois créative et festive. Une belle initiative intergénérationnelle!

Vous êtes intéressé(e)? On se bâtit une banque de bénévoles.
Contactez-nous à aaplusshford.ressources@gmail.com



APRÈS-MIDI LUDIQUE

Les prochains jeux ludiques seront **les 3 décembre et 14 janvier au CMF de 13h30 à 16h**.

Jeux de cartes, de billes, de tuiles etc. Apportez votre jeu préféré.
Café, popcorn, peanuts ... et du plaisir garanti!
Venez en grand nombre.

Gratuit pour les membres - 5\$ pour non-membres



VIEILLIR À SHEFFORD

Prochaine plénière

La prochaine plénière aura lieu le **10 décembre à 13h30** au CMF. Au menu, révision des avancées, conclusions des formations qu'ont suivi les membres du comité Habitation avec le Pôle d'Entrepreneuriat Collectif de l'Estrie et discussion sur la poursuite de la réflexion.

Bottin de Services

Trois nouveaux services ont été ajoutés à notre bottin soit en **hypnothérapie, excavation et informatique!** Utilisez la dernière version qui se trouve au bas de notre page web: [allez à la page web](#) !

Rétroaction demandée:

Vous connaissez maintenant notre *Bottin de Services* regroupant des ressources et services utiles pour nos membres. Ce répertoire vise à faciliter vos recherches et à soutenir les entrepreneurs locaux.

Votre avis compte! Si vous utilisez l'un des services proposés, nous vous invitons à nous faire part de votre expérience — qu'elle soit positive ou négative. Vos commentaires nous aideront à maintenir l'intégrité et la fiabilité du bottin pour toute la communauté

Envoyez-nous vos commentaires en privé en nous écrivant au aaplushefford.ressources@gmail.com .

Votre opinion est importante pour conserver la qualité de ce bottin.



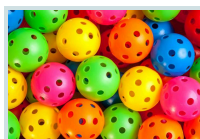
P'TITE GUINGUETTE DE NOËL

On se met dans l'ambiance des Fêtes, **vendredi soir, le 5 décembre!**
Rendez-vous au Centre Multifonctionnel à partir de 17h00 pour un repas-partage, de la musique, chansonnette et danse.

Apportez un plat à partager (4 à 6 portions/personne), vos breuvages (alcoolisés ou non) et participez en grand nombre.

Du plaisir garanti!

Gratuit pour les membres et 10\$ pour les non-membres



PICKLEBALL

La session de pickleball - session automne se termine le 18 décembre prochain. Cependant, notre dîner de fin de session et de Noël se tiendra **mardi, le 16 décembre à 12h00 au restaurant St-Hubert de Bromont**. Vous devez vous inscrire à pickball.shefford@gmail.com.

L'inscription pour les sessions de pickleball d'hiver CNCB et l'école Le Zenith se feront avant les fêtes et l'information se retrouvera dans le bulletin de la municipalité.



Les **café-rencontres** (rôties & café) permettent aux gens de se rencontrer et discuter de différents sujets avec quelques élus et les Aînés Actifs +.

Les prochains auront lieu les **mercredi 17 décembre et 21 janvier de 8h à 9h30 au CMF**, 5 rue Laurette-Bellefleur.

Il s'agit de **discussions libres** sur les sujets de votre choix qui vous tiennent à cœur.

C'est ouvert à tous et pas besoin de vous inscrire. Venez déjeuner avec nous!!!



LES ÎLES ÉOLIENNES - Bijoux d'Italie - vendredi le 28 novembre à 19H30 au Centre multifonctionnel

Situé au sud de l'Italie, dans un archipel volcanique au nord de la Sicile, Pierre Dubois est parti explorer ces 7 îles, dont 2 abritent un volcan en activité: Stromboli et Vulcano.

Un seul bateau permet de s'y rendre, l'Aliscafo. On avance à travers un tourbillon de couleurs, dans des décors d'une beauté incomparable et riche de contrastes.

Avec un climat ensoleillé, leurs eaux cristallines, leur douceur de vivre et leur gastronomie, elles séduiront les amoureux d'un dépaysement total.

Copenhague - À la découverte du bonheur - vendredi le 23 janvier 2026 à 19h30 au CMF

Le Danemark figure parmi les pays où les gens se déclarent les plus heureux au monde. C'est à cette question que la réalisatrice Julie Corbeil se rend à Copenhague. A travers ses rencontres, elle découvre une société qui valorise le "hygge" - cet art de vivre qui privilégie la simplicité, le confort et les plaisirs partagés.

Elle explore les vestiges de la culture viking aux palais royaux, en passant par le design scandinave, l'architecture novatrice et l'effervescence de la cuisine nordique. Elle nous invite à découvrir un mode de vie inspirant qui pourrait contenir les clés du bonheur...

PRIX D'ENTRÉE: 5\$ MEMBRES / 10\$ NON-MEMBRES



CONFÉRENCE - SÉCURITÉ INFORMATIQUE

La conférence sur la sécurité informatique aura lieu **mercredi, le 28 janvier à 13h30 au CMF.**

Tout ce que vous voulez savoir sur le comment protéger nos appareils électroniques. Entre autres: les antivirus, les VPN et les bonnes pratiques.



P'TITE GUINGUETTE DE JANVIER

La p'tite guinguette sous le thème "**PYJAMA PARTY**" se tiendra **vendredi, le 30 janvier à 17h00 au CMF.**

Sortez vos plus beaux pyjamas et surtout vos plus belles pantoufles car l'accès sera mis sur celles-ci. Aucune obligation de votre part, les tenues de ville sont également acceptées. Repas-partage, danse, chanson etc.

Apportez un plat à partager (4 à 6 portions/personne), vos breuvages (alcoolisés ou non) et participez en grand nombre.

Du plaisir garanti!

Gratuit pour les membres et 10\$ pour les non-membres



LIRE ET FAIRE LIRE

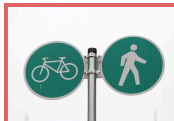
Vous avez 50 ans + ? Vous aimez les tout-petits? Vous aimez la lecture?

Les Aînés Actifs + de Shefford sont l'antenne locale de l'organisme 'Lire et Faire Lire'. Inscrivez-vous comme bénévole pour faire la lecture auprès des enfants de maternelle et du 1er cycle du primaire à l'école Zénith. La lecture dure environ 30 à 40 minutes. Une belle expérience enrichissante avec une équipe motivante!!!

Voir le programme global de 'Lire et faire lire':

<https://www.lireetfairelire.qc.ca/>

Envoyez votre candidature à : aaplusshppard.ressources@gmail.com ou 450-539-2258, poste 231.



CLUB DE MARCHÉ DU VENDREDI

Le **Club de Marche** se rencontre tous les vendredis, beau temps-mauvais temps!

Nous diminuerons probablement les annonces 'hebdomadaire' sur facebook mais les rencontres continueront quand même tous **les vendredis!** Prenez note que **les marcheurs se rencontrent maintenant à 13h30** dans le stationnement du parc Jean-Paul Forand ou des Montagnards selon le cas.



SUCCÈS RÉCENTS

- ★ Le concert 'Sur la route' de la chorale 'Les Voix&ins' a attiré un grand nombre de participants. Nous avons accueilli 74 personnes qui sont venues écouter une trentaine de choristes. Bravo!



CARTES DE MEMBRE 2025-2026

Les cartes de membres sont disponibles pour achat ou renouvellement au coût de \$20. Le membership est valide jusqu'au 31 mai de chaque année.

L'achat ou le renouvellement pourra être fait lors d'une activité à laquelle vous participerez ou allez à notre page web pour plus de détails: [plus de détails au bas de notre page web](#)

MA COMMUNAUTÉ JE M'Y INVESTIS