

3 décembre
Séance ordinaire
du conseil municipal
à 19 h 30.

La santé et le bien-vivre au quotidien

Une rencontre inspirante
avec Nancy Arseneault à
la bibliothèque centrale de
Bécancour

Profiter de la vie à fond, saisir chaque instant, prendre soin de soi et de sa santé mènent directement à une longévité saine. Avec conviction et dynamisme, Nancy Arseneault dévoile les éléments de son équation pour un bien-vivre conforme à soi.

Alimentation, attitudes à adopter, corps et esprit, pleine conscience, importance du temps, liens avec les autres, autant d'informations pratiques, d'idées inspirantes, de découvertes enrichissantes... pour vivre en santé et totalement bien !

* Nancy Arseneault et une Bécancouroise connue comme instructrice de Belly fit. Elle a une formation en yoga et est détentrice d'un baccalauréat en administration des affaires et d'un certificat en communication.

Un rendez-vous à ne pas manquer le dimanche 25 novembre de 13 h 30 à 15 h. Réservez sans tarder votre place, car elles sont limitées. Cette activité vous est gracieusement offerte par votre réseau des bibliothèques.



4 Fleurons pour Bécancour !

La Corporation des Fleurons du Québec procédait, le 16 novembre dernier, au 13^e dévoilement de la classification horticole des municipalités évaluées en 2018 lors d'une soirée riche en émotions tenue à l'Hôtel et Suites Le Dauphin de Drummondville.

La Ville de Bécancour a su conserver ses 4 fleurons grâce à ses efforts constants au cours des trois dernières années. Félicitations !

Des idées de sorties pour ce week-end?

24 novembre
50 ans de Carnaval, notre histoire

25 novembre
La santé et le bien-être au quotidien à la bibliothèque centrale de Bécancour

30 novembre
Soirée d'humour, place à la relève au Carnaval de Gentilly

1^{er} décembre
Une visite au Pôle Nord au Carnaval de Gentilly

2 décembre
Marché des artisans au Centre culturel Larochelle, secteur Saint-Grégoire

Jusqu'au 21 décembre
Vente de livres à la bibliothèque centrale de Bécancour

www.carnavalgentilly.com

