











❄️ ❄️ **Janvier 2019** ❄️ ❄️

lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.
	<p>1</p> <p>Fermé</p> <p>Congé du Nouvel an</p>	<p>2</p> <p>Fermé</p> <p>Congé du Nouvel an</p>	<p>3</p> <p>Début des inscriptions pour Kinergex (cour de mise en forme) (Voir détails au verso)</p> <p>Exercices légers 16h30 (Sophie) </p>	<p>4</p> <p>Atelier de peinture 13h30 (Denisse)</p>
<p>7</p> <p>Dépannage alimentaire (Équipe bleu) 10h45 Les petites nouvelles du lundi 12h45 Païement 13h Distribution 13h30</p> <p>3,00\$</p>	<p>8</p> <p>Atelier de bijoux 13h (Nathalie H et Ginette R)</p>	<p>9</p> <p>Tricot 10h (Joanne Q) Manucure 10h (Maryse P, Lucie C)</p>	<p>10</p> <p>Zentangle 17h30 (Diane F)</p>	<p>11</p> <p>10,00\$ Sortie Cosmodôme Départ 9h15 (Voir détails au verso)</p>
<p>14</p> <p>Dépannage alimentaire (Équipe jaune) 10h45 Les petites nouvelles du lundi 12h45 Païement 13h Distribution 13h30</p> <p>3,00\$</p>	<p>15</p> <p>Sondage annuel d’Au Second Lieu 13h30 (Fanie)</p> <p>Karaoké 15h30 (Marie-Ève)</p>	<p>16</p> <p>Tricot 10h (Joanne Q) Manucure 10h (Maryse P, Lucie C)</p> <p>Atelier de démystification: Quel est le rôle du kinésiologue? 13h30 (Voir détails au verso) </p>	<p>17</p> <p>Atelier de cuisine 9h (Margo)</p> <p>Vidéo-discussion: Témoignage de rétablissement 13h30 (Marie-Ève et Denys) </p>	<p>18</p> <p>3,00\$ Dîner d’amitié Porc effiloché 11h30</p> <p>Info-Membres 13h30 (Fanie) </p>
<p>21</p> <p>Dépannage alimentaire (Équipe rose) 11h15 Les petites nouvelles du lundi 12h45 Païement 13h Distribution 13h30</p> <p>3,00\$</p>	<p>22</p> <p>Soirée Cinéma (Thriller) 17h (Alain B)</p> 	<p>23</p> <p>Tricot 10h (Joanne Q) Manucure 10h (Maryse P, Lucie C)</p> <p>Kinergex (cour de mise en forme) 13h30 (Voir détails au verso) </p>	<p>24</p> <p>Tournoi de Toc 13h30 (Sophie) (Voir détails au verso)</p>	<p>25</p> <p>Bingo 13h30 (Jean-Guy J)</p>
<p>28</p> <p>Dépannage alimentaire (Équipe vert) 10h45 Les petites nouvelles du lundi 12h45 Païement 13h Distribution 13h30</p> <p>3,00\$</p>	<p>29</p> <p>Exercices légers 11h (Sophie) </p> <p>Sondage annuel d’Au Second Lieu 13h30 (Fanie)</p>	<p>30</p> <p>Tricot 10h (Joanne Q) Manucure 10h (Maryse P, Lucie C)</p> <p>Kinergex (cour de mise en forme) 13h30 (Voir détails au verso) </p>	<p>31</p> <p>Décorations Saint-Valentin 13h30 (Sophie)</p>	



Veuillez noter que :

Horaire d'ouverture :

Lundi et Vendredi de : 9h à 16h

Mardi, Mercredi et Jeudi de : 9h à 20h

Lundi matin: Réunion d'équipe : les intervenantes ne sont pas disponibles.

Dîner d'amitié: La ressource est fermée de 11h à 13h
Réservation 4 jours à l'avance au coût de 3,00\$.

Bingo: 1 carte est 0,75\$, un maximum de 2 cartes et 0,50\$ de plus pour le tour du Free. Paiement le jour même.

L'harmonie règne dans le respect de la différence

Au Second Lieu, c'est se donner une seconde chance

L'équipe:

Louise Blais Poste 6 Directrice	Marie-Eve Brault Poste 2 Intervenante <ul style="list-style-type: none">Programme de rétablissement	Madeleine Whitty Poste 5 Intervenante <ul style="list-style-type: none">BénévolatProgramme de rétablissement
Fanie Fournier Poste 1 Intervenante <ul style="list-style-type: none">AccueilInformations généralesGolf	Sophie Counter Poste 3 Intervenante <ul style="list-style-type: none">Calendrier du moisPaiement et réservation des activitésDépannage alimentaire - Dîner Amitié	Daniel Beaulieu Préposé à l'entretien ménager

Programme de rétablissement

Vidéo discussion: Témoignages de rétablissement
(Denys et Marie-Ève)

Messages importants:

****PRENDRE NOTE DE L'AUGMENTATION DU DÉPANNAGE ALIMENTAIRE 3,00\$ AINSI QUE DE L'UNITÉ À 0,50\$ L'ARTICLE****

3 janvier: Début des inscriptions pour Kinergex cour de mise en forme: Vous avez envie de vous remettre en forme, de travailler votre motivation en groupe, de vous outiller pour améliorer vos habitudes de vie? Les cours de mise en forme donnés par un kinésiologue sont peut-être pour vous! Ce programme offre des cours de 1h00, une fois semaine durant 10 semaines. Inscrivez-vous c'est gratuit, les places sont limitées.


11 janvier: Sortie au Cosmodôme. Visite de l'exposition permanente, visite de la réplique d'une navette et une mission visuelle interactive en équipe.
Inscrivez-vous au coût de 10,00\$. Places limitées. Apportez votre lunch. Départ de la ressource à 9h15, retour vers 14h00.


16 janvier: Atelier de démystification: Quel est le rôle du kinésiologue? Assistez à une présentation de 1h00 sur les mythes et réalités associées aux saines habitudes de vie. Découvrez la mission du kinésiologue et les bienfaits que pourraient apporter des cours de mise en forme en groupe.

23 janvier: Kinergex cour de mise en forme: début des cours de mise en forme.

Le 24 Janvier: Tournoi de Toc. Début 13h30, aucune inscription nécessaire. Pour participer, amenez votre sourire et amusez-vous ! (Petit prix à gagner)

www.secondlieu.org

 450 672-8725 (administration)

 450 676-4571 (membres)

 Télécopie 450 672-8499