

Description de la programmation de La Cordée, ressource alternative en santé mentale

Activités « Par et Pour »

Implication des membres dans l'organisation, la mise en œuvre et l'animation d'une activité pour les autres membres

Activité couponing

Les 27 septembre et 25 octobre, dès 13h30.

Animée par Véronique, PAAS-Action. Milieu de discussion et de recherche de coupons et de rabais. Amenez vos coupons. Échanges permis. Inscription requise au babillard.

Anniversaires du mois

Les 28 septembre et 26 octobre, dès 13h30.

Animé par Gaétan, membre. Activité qui souligne les anniversaires du mois. Si c'est votre fête, n'oubliez pas de vous inscrire à la réception, au moins 2 jours avant.

Aquarelle

Les mercredis, dès 13h30, sauf le 19 septembre.

Animé par Sylvain, membre, dans la salle de musique. Chaque participant peut réaliser ses créations personnelles à partir, si désiré, des notions de base en aquarelle. Inscription requise au babillard.

Atelier sur l'importance d'aller voter

Le 13 septembre, dès 13h30.

Animé par Maxime-Édouard, membre. Atelier interactif et dynamique, objectif et impartial sur l'importance d'aller voter. Quelles sont mes interrogations quant au monde politique et ses concepts? En quoi mon vote compte? Et si je n'y connais rien, comment me faire une opinion? Pour qui ou pour quoi je vote? Et si j'ai aucune opinion, pour moi ils sont tous du pareil au même, quoi faire?

Bingo

Le 14 septembre et 5 octobre, dès 13h30.

Animé par Gaétan, membre. Le coût est de 1,00\$.

Comité journal

Les 11 et 25 septembre et les 16 et 30 octobre, dès 9h30.

Animé par Maxime-Édouard, membre. Le journal Porte-Voix est conçu « Par et Pour » les membres. Il permet à ceux-ci d'exprimer leurs talents et leur créativité sous différentes chroniques. Si vous désirez vous joindre à notre équipe pour la production du prochain journal, donnez votre nom à Maxime-Édouard, membre responsable.



Conseil des membres

Les 4 septembre et 2 octobre, dès 9h30.

Rencontre du CM composé de sept personnes usagères qui représentent les membres auprès du conseil d'administration et de l'équipe de travail.

Cordée en chansons

Les 6 et 20 septembre et les 4 et 18 octobre, dès 13h30.

Animée par Monique, membre. Aux musiciens, aux chanteurs, à ceux qui ont un peu ou pas d'oreille. On se rencontre pour vivre un beau moment rassembleur.

Fête de l'Halloween

Le 26 octobre, dès 13h30, en même temps que les anniversaires du mois.

Animée par Véronique, PAAS-Action.

Info-soupe

Les 13 septembre et 11 octobre, vers 11h45.

Des nouvelles de votre conseil des membres.

Quiz informatique

Le 14 et 28 septembre et les 12 et 26 octobre, dès 9h30.

Animé par François, PAAS-Action, au CACI. Activité avec différentes thématiques sous forme questions-réponses conçues pour les membres qui veulent en connaître davantage sur l'informatique. Vous êtes les bienvenus. Inscription requise au babillard.

Station culturelle Culture du cœur

Les 27 septembre et 11 octobre, dès 13h00.

Avec Stéphanie, membre et Marie Joyal, intervenante. Venez découvrir l'offre culturelle et choisir vos sorties « coup de cœur découverte » préférées !

Tête à tête avec votre CM

Le 5 octobre, dès 9h30

Venez échanger avec votre conseil des membres et donner votre opinion. Le thème est à venir.



Description de la programmation de La Cordée, ressource alternative en santé mentale

Activités d'apprentissage

Démarche de groupe favorisant le développement et la croissance personnelle
par le soutien et l'entraide

Atelier de « Stand up » comique sur la santé mentale

Les mercredis de 13h30 à 15h30, à compter du 5 septembre, au CASJB.

Animé par Nicolas Roy, chargé de projet en création artistique. L'atelier de stand up comique s'adresse à ceux qui veulent relever un défi de scène qui les impliquera dans la création d'un monologue comique. Inscription requise au babillard.

Chorale

Les mercredis, dès 10h00, à compter du 5 septembre.

Animée par France Descôteaux, professeure de chant. Enseignement de chant dans le but de monter un spectacle qui sera présenté dans le cadre de la semaine nationale de la santé mentale prévue en mai 2019. Inscription requise au babillard.



Comité de création de la Fête de Noël

Les jeudis dès 9h30, à compter du 4 octobre, au Centre de jour.

Animé par Nicolas Roy, chargé de projet en création artistique. Appel à tous! Ce comité sera formé de membres qui désirent impliquer leur créativité et leur sens de l'organisation afin de créer une Fête de Noël haute en couleurs! Inscription requise au babillard.

Groupe d'entraide : Les entr'aideurs

Les mardis, dès 13h30, sauf les 18 septembre et 23 octobre.

Animé par un intervenant ou un membre intéressé. Nous invitons les membres au partage, à l'écoute et au support des pairs. Le groupe est ouvert, mais le nombre de place est limité à 10 personnes. Inscription requise au secrétariat.



Autres Activités

À la soupe !

Les mardis et jeudis, dès 12h00, sauf les 18 septembre et 23 octobre.

C'est l'occasion idéale d'échanger avec d'autres membres tout en savourant une bonne soupe et un dessert préparés par les membres de la Mijoterie. Le coût est de 1,50\$.

Dîner communautaire

Les vendredis, dès 12h00, sauf le 7 septembre (Fête de la rentrée).

Vous êtes invités à prendre un bon repas préparé par les membres de la Mijoterie en agréable compagnie. Le coût est de 3,00\$.



Groupe d'intégration

Les 21 septembre et 19 octobre, dès 13h30.

Animé par Myriam Dagnaud, intervenante, ou des membres du comité de bienvenue. Cette activité s'adresse aux nouveaux membres et permet aux participants de mieux connaître les services offerts à La Cordée et de créer des liens. Inscription requise auprès de Myriam, responsable de l'accueil.

Journée citoyenne

Les 18 septembre et 23 octobre, dès 10h00.

Vous êtes conviés à participer à cette journée citoyenne mensuelle où divers sujets sociaux et politiques seront discutés. À noter que le Centre de jour suspend ses activités régulières au profit de cette journée.



Planification des « Par et Pour »

Le 19 septembre, dès 13h00.

Animé par Marie Joyal, intervenante. S'adresse aux membres qui ont déjà présenté leur projet « Par et Pour » à Marie. Conception de l'horaire pour la prochaine programmation.

Remise et affichage des feuilles d'inscription

La date limite pour remettre à la réception les feuilles d'inscription aux activités est le 16 octobre à 16h00 et les feuilles d'inscription seront affichées sur le babillard à compter du 17 octobre, dès 14h00.