Carrefour Populaire de St-Michel inc.

PROGRAMMATION
Automne 2017

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Réunion d'équipe 9h-12h		**Pétanque** 10h-12h **Karaoké** 10h-12h **Bibliothèque** 11h-12h	**Actions contre l'insalubrité des logements** 10h-17h **Atelier de cuisine en HLM** 21 septembre, 19 octobre, 16 novembre	**Planification de travail**	**Ateliers cuisine parents-enfants ($)** 9h30-12h 13h30-15h30 30 septembre 14 et 28 octobre 11 et 25 novembre 9 décembre
Atelier de cuisine en HLM 18 septembre 13 novembre		**Dîner communautaire** (3$) 12h-13h ~~6 septembre~~, 11 octobre, 1 novembre, 6 décembre	**Doigts de fée** Atelier de tricot, couture et artisanat 13h-15h		**Carrefour des jouets** 10h-13h
Art créatif 13h-15h **Cours d'espagnol** 13h-15h **Sport et bien-être** 15h-16h	**Tri entraide alimentaire** 13h-15h **Cuisine** 13h-16h **Bénévolat en cuisine** 13h-16h	**Aide alimentaire** 10h-12h **Café citoyen** 13h30-15h **Bibliothèque** 13h-16h **Bénévolat en cuisine** 13h-16h	**Ma boîte à provisions** *Réception* 15h-19h 14 septembre 5 octobre 9 novembre 7 décembre	**Atelier de cuisine en HLM** 20 octobre 21 décembre	**Parc intérieur** 10h-15h 18 novembre 2 décembre
Ma boîte à provisions *Commande* 18h-20h 11 septembre 2 octobre 6 novembre 4 décembre	**Actualité et histoire** 15h-17h	**Souper communautaire** (3$) 17h30-18h30 20 sep., 25 oct. et 22 nov. **Conférence citoyenne** 19h-20h30 20 sep., 25 oct. et 22 nov.			

Carte de membre : pour devenir membre ou pour renouveler votre carte, communiquez avec Mame Bigué au poste 21 ou venez la rencontrer au local 102.

Les vacances

Le Carrefour sera fermé du 23 décembre 2017 au 7 janvier 2018.

Dates à retenir

1 septembre
Renouvellement des cartes de membre

27 septembre
Manifestation *Engagez-vous pour le communautaire* à Québec

3 octobre
Sortie aux pommes
10h-16h

4 octobre
Marche aux 1000 parapluies Centraide

17 octobre
Rencontre membres sur l'avenir du Carrefour
18h-19h30

19 octobre
Conférence de presse : la lutte contre l'insalubrité des logements dans Saint-Michel

26 octobre
Débat des candidats aux élections municipales

15 décembre
Fête de Noël
17h-22h

Cette programmation est valide du 1er septembre au 31 décembre 2017.

INFORMATIONS

Bénévoles en cuisine

Vous aimez faire la cuisine, rencontrer d'autres bénévoles ou rendre services à la communauté ?

Nous avons un besoin accru de bénévoles cet automne pour préparer divers repas, concocter des dégustations et transformer les surplus de denrées.

Horaire: mardi et mercredi 13h à 16h.

Pour vous impliquer, contactez Xia Ting au poste 32.

Ateliers de cuisine parents-enfants

Pour les enfants de 6 à 15 ans avec leur parent

30 septembre : du pique-nique à la boîte à lunch
14 octobre : Déjeuner digne du resto
28 octobre : Courges à toutes les sauces
11 novembre : Collations pour toutes occasions
25 novembre : Légumes sous toutes leurs formes
9 décembre : Festin de Noël

Informations et inscription: Kathleen, poste 29.

Ma boîte à provisions

Venez profiter des bons prix pour votre épicerie mensuelle: légumes, fruits, viandes, denrées sèches, pains et produits ménagers.

Rendez-vous les 11 septembre, 2 octobre, 6 novembre et 4 décembre.

Dégustation de nouveaux produits, recettes et ateliers éducatifs vous seront proposés.

Informations : Kathleen, poste 29.

Café citoyen (13h30-15h)

11 octobre : La carrière Francon au cœur de St-Michel
18 octobre: Les élections municipales 101
1 novembre: Défis citoyens et changements climatiques
15 novembre : Mettons fin au gaspillage alimentaire
6 décembre : Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes

Conférence citoyenne (19h-20h)

20 septembre : la discrimination systémique et le racisme
25 octobre : Les élections municipales 101
22 novembre: Urgence-santé: le métier d'ambulancier

Rencontres citoyennes (18h-19h30)

17 octobre: réflexion sur les orientations futures du Carrefour

Pour information: Xia Ting au poste 32.

Activités ouvertes au grand public.

Sortie aux pommes à Rougemont
Mardi 3 octobre

Cueillette de pommes , balade en tracteur, animation, chansonnier, dégustations et d'autres surprises !

Prix
Membre : 14$
Non-membre : 19$
0 à 17 ans: 10 $

Paiement obligatoire lors de l'inscription.
Pour vous inscrire : Xia Ting, poste 32.

Repas communautaires

3$ membre
4$ non-membre

Dîner 12h	Souper 17h30
~~6 septembre~~	20 septembre
11 octobre	25 octobre
1 novembre	22 novembre
6 décembre	15 décembre (Noël)

C'est vous le chef !

Voulez-vous nous soumettre une recette de votre pays d'origine ? Avec l'aide d'une équipe de bénévoles, vous pourrez préparer le repas et la présenter aux convives.

Actualité et histoire

Mardi de 15h à 17h

Sur un parcours ludique, venez apprendre sur une thématique politique, connaître un personnage historique ou débattre sur sujet d'actualité.

Les rencontres seront animées à tour de rôle par l'équipe du Carrefour.

Pour informations, communiquez avec Vincent au poste 33.

Doigts de fée

Venez vivre un moment de partage et d'échanges de vos talents et connaissances.

Ateliers proposés: tricot, couture, crochet, etc.

Pour y participer, contactez Vincent au poste 33.

Parc intérieur

De retour cet hiver : rendez-vous aux familles avec leurs tout-petits de 0 à 5 ans dans le gymnase les samedis. De l'équipement sera disponible pour faire bouger les enfants, idéal pour développer leur motricité globale.

Horaire : de 10h à 15h.

Entrée libre.