VOLUME 1, ÉTÉ 2024

L'INFOLETTRE

LE BULLETIN D'INFORMATION OFFICIEL DE LA MAISON DE LA FAMILLE DE SAINTE-ANNE-DES-PLAINES

LANCEMENT DES ACTIVITÉS POUR L'ANNÉE 2024-2025

La population est invitée à une journée porte-ouvertes afin de vous présenter son nouveau calendrier des activités. Un calendrier qui répond à vos besoins avec les activités que vous aimez et des nouveautés que vous allez adorer ! (p.2)

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DES MEMBRES

La Maison invite ses membres, la population et ses partenaires à son A.G.A. Lors de cette soirée, nous vous présenterons le Rapport d'activité 23-24 ainsi que les prévisions budgétaires pour la nouvelle année. (p.3)

4 NOUVEL ATELIER
L'AGENDA

5 NOUVEL ATELIER
PRENDRE SOIN DE SOI

6 NOUVEL ATELIER À LA HALTE
ATELIER DE MOTRICITÉ

7 NOUVEAUTÉ
EN SOIRÉE

mdfsadp.com - (450) 478-6537 - info@mdfsadp.com

Maison de la Famille

Sainte-Anne des plaines

Vous êtes TOUS invités !!!

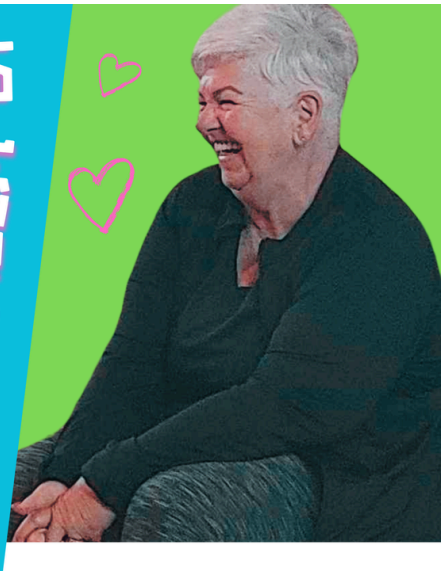
INSCRIPTION ET REMISE DE CARTE

Information et visite des lieux

SAC DE BIENVENUE

Friperie pleine et gratuite

LES ACTIVITÉS DES 24-25 DÉBUTENT À PARTIR DU 1 SEPTEMBRE



DES ATELIERS POUR TOUS LES GOÛTS

Des spectacles et des conférences

UNE HALTE-GARDERIE GRATUITE*

Des prêts de livres, casse-têtes et jeux

ET PLUS ENCORE...

OÙ NOUS TROUVER

238 Beaupré
(coin boulv. Ste-Anne)
à Sainte-Anne-des-Plaines
J5N 0R4

mdfsadp.com

Avis de convocation

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Maison de la Famille
Sainte-Anne des plaines

Date : 19 septembre
Lieu : 238 beaupré, SADP
Heure : 19h00

La Maison convie ses membres, la population et ses partenaires à son assemblée générale annuelle.

À l'ordre du jour

Nomination d'un président et d'un secrétaire d'assemblée ;
Vérification du quorum ;
Présentation du bilan financier
Présentation du rapport d'activité ;
Perspectives d'actions ;
Prévisions budgétaires ;
Élection des administrateurs

S'il vous plaît, confirmer votre présence avant le 17 septembre au 450-478-6537 ou info@mdfsadp.com

L'AGENDA

Les mercredis après-midi à 13h00
Du 18 septembre 2024 au 2 octobre 2024

L'atelier de l'agenda est une merveilleuse façon de réduire la charge mentale. Cette outil de travail et de communication, te permet de planifier et retenir tout ce que tu as faire. Apprendre à gérer le temps réel pour accomplir une tâche.
Et avec une meilleure gestion du temps pourrait te permettre de réaliser de nouveaux progrès ou grand rêve.

Animé par Geneviève

INSCRIPTION DÈS LE 11 SEPTEMRBE

PRENDRE SOIN DE SOI

Les Jeudis après-midi à 13h00
Du 19 septembre au 17 octobre 2024

Un atelier pour vous faire prendre conscience des changements que vous devriez apporter à votre vie sans vous culpabiliser.

En étant mieux dans notre corps nous sommes mieux dans notre tête!

Animé par Geneviève

INSCRIPTION DÈS LE 11 SEPTEMRBE

ATELIER DE MOTRICITÉ

Les lundis matin de 9h à 10h (1/2 semaine)
Du 23 septembre 2024 au 13 janvier 2025

Un atelier pour développer la coordination et l'équilibre en s'amusant! Des activités ludiques qui allient plaisir et apprentissage que ce soit à travers des jeux de ballon, des parcours d'obstacles, ou des danses rythmées, chaque activité offre une opportunité unique de renforcer ces compétences essentielles. Ces expériences enrichissantes non seulement favorisent leur développement physique, mais aussi leur confiance en eux, leur sens de l'initiative et leur esprit d'équipe.

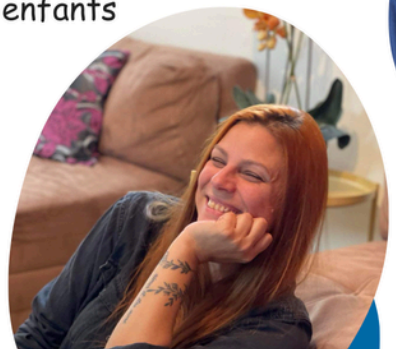
Animé par Chloé

INSCRIPTION DÈS LE 11 SEPTEMRBE

SOIRÉE DE BOYS

Un mercredi soir par mois à 19h (1er mercredi)
Du 2 octobre 2024 au 4 juin 2025

Un atelier qui permet aux hommes qui ont un lien de près ou loin avec les familles, père, beau-père, grand-père ou même oncle qui fait figure paternelle avec un ou des enfants sont invités à venir se déconnecter le temps d'une soirée!



Animé par Bianca

INSCRIPTION DÈS LE 11 SEPTEMRBE

GESTION DU STRESS
CHEZ LES PROCHES AIDANTS

Les jeudis soirs à 19h (1/2 semaine)
Du 17 octobre 2024 au 5 juin 2025

Un atelier pour identifier les stresseurs liés à la proche aidance et ainsi voir les possibilités qui s'offrent à nous pour passer au travers sans perdre de vue notre nous mêmes.

S'aider pour pouvoir aider!

Animé par Lucie

INSCRIPTION DÈS LE 11 SEPTEMRBE