

Centre Bienvenue - Hiver 2022

www.centrebienvenue.org





www.facebook.com/centrebienvenue



Lundi

Mardi

Mercredi

 **Café Transit** 
ouvert tout les jours
café, collations, revues,
journaux, amis.

Vendredi

Heures

d'Ouverture

Lundi: 9h30-15h

Mardi: 9h30-15h

Merc: 9h30-17h

Jeudi: 12h30-19h

Vend: 9h30-15h



Venez passer du
temps au
Café Transit!

Écriture créative
10h-11h



Croquer dans la vie
10h-11h

Rencontre
communautaire
10h30 - 11h30



Jeudi

Film et popcorn
10h - 12h



Groupe
Entendeurs de voix
13h - 14h



Habilités sociales
11h - 12h

Dîner collectif
12h-12h30
2\$



Groupe de discussion
14h-15h



Marche extérieur
ou activité varié selon la météo
13h-15h
départ du centre à 13h



Radio 101
13h30 - 14h45



Hockey cosom
13h30 - 15h
à l'Arèna Kirkland
départ du centre 13h



Art créatif
13h - 14h30



Souper communautaire
17h - 17h30
2\$



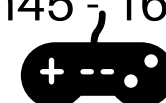
Inscription
au préalable
obligatoire



Table ping-pong
pour activité
en temps libre



Jeux:
en-ligne, vidéo, société
14h45 - 16h30



Chaque jeudi:
Musique, recording,
socialisation



TRANSIT
vers l'emploi
Programme PAAS
Vers une intégration
au travail
collaboration CSMB
lundi au vendredi
8h30 - 12h30



40^e

centre
BIENVENUE
1978-2018



12694 boul. Gouin O. Pierrefonds H8Z 1W4



514-421-2212



info@centrebienvenue.org

Heures d'Ouverture

Lundi: 9h30-15h
Mardi: 9h30-15h
Merc: 9h30-17h
Jeudi: 12h30-19h
Vend: 9h30-15h



Venez passer du temps au Café Transit!

Lundi

Écriture créative: 10h - 11h

Dans le but de stimuler la créativité et la concentration, venez écrire des récits pour vous ou notre journal interne.

Groupe d'entendeurs de voix: 12h30 - 14h

Vivez-vous avec des voix, des hallucinations ou idées délirantes? Venez partager vos expériences sans jugement. Venez découvrir des stratégies pour mieux vivre avec les symptômes. Inscription au préalable obligatoire

Radio 101: 12h30 - 14h30

Venez apprendre les rudiments de base d'une station radio. Ajustement des microphones, des mixeurs, utilisations des logiciels de musique, recherches, etc.

Mardi

Croquer dans la vie: 10h-11h

Venez apprendre et expérimenter avec de nouvelles habitudes de vies saine. Que ce soit des collations santé, ou autres activités de "self-care", on vas se détendre ensemble.

Habilités sociales: 11h - 12h

Ateliers utilisant les jeux, vignettes, discussions, pour aborder ces habiletés que nous utilisons dans la vie de tout les jours.

Hockey cosom: 13h30 - 15h

En collaboration avec nos autres partenaires, organismes en santé mentale, venez jouer! à l'Arène Kirkland départ du centre à 13h, ou aller nous rencontrer là-bas

Mercredi

Rencontre communautaire: 10h30 - 11h30

Une place pour échanger sur des différents sujets variés tel que la vie commune au Centre, les contenus des groupes, etc. Nous pourrons récolter l'information pour prendre différentes décisions, et alimenter notre journal interne.

Diner collectif : 12h-12h30

Un bon repas en groupe pour \$2



Art créatif: 13h - 14h30

Par le biais de l'art, venez exprimer toute votre créativité. Différentes modalités sont expérimentés. Peinture, fabrication de petits objets, etc.

Jeux : 14h45 - 16h30

Jouer une variété de jeux ensemble. Tels des jeux en-ligne, jeux-vidéo, jeux de société, échecs, etc.

Jeudi

Groupe de discussion: 14h-15h

Discuter et débattre su sujets différents avec un modérateur pour garder les discussions respectueuses.

Souper communautaire: 17h - 17h30

Un bon repas en groupe pour \$2



Chaque jeudi: en temps libre

Musique, recording, socialisation. On s'amuse les jeudis!

Vendredi

Film et popcorn: 10h - 12h

Regardons un bon film ensemble! Avez-vous des suggestions?

Marche extérieur: 13h-15h

Ou activité varié selon la météo. Pingpong?
départ du centre à 13h

Transit vers l'emploi: lundi au vendredi 8h30 - 12h30

Programme PAAS en collaboration avec la CSMB. En prenant part aux activités, les participants vivront de manière immersive, une ré-initiation aux multiples facettes du marché du travail. Transit offre aux participants des cours journaliers en classe, ainsi que trois plateaux de travail: le studio Radio CKCT, la Café Transt, et l'entretien ménager. En français seulement. Inscription possible en tout temps. Rémunération financière possible avec Emploi Québec.



40^e
centre
BIENVENUE
1978-2018

12694 boul. Gouin O. Pierrefonds H8Z 1W4 514-421-2212 info@centrebienvenue.org