

PROGRAMMATION

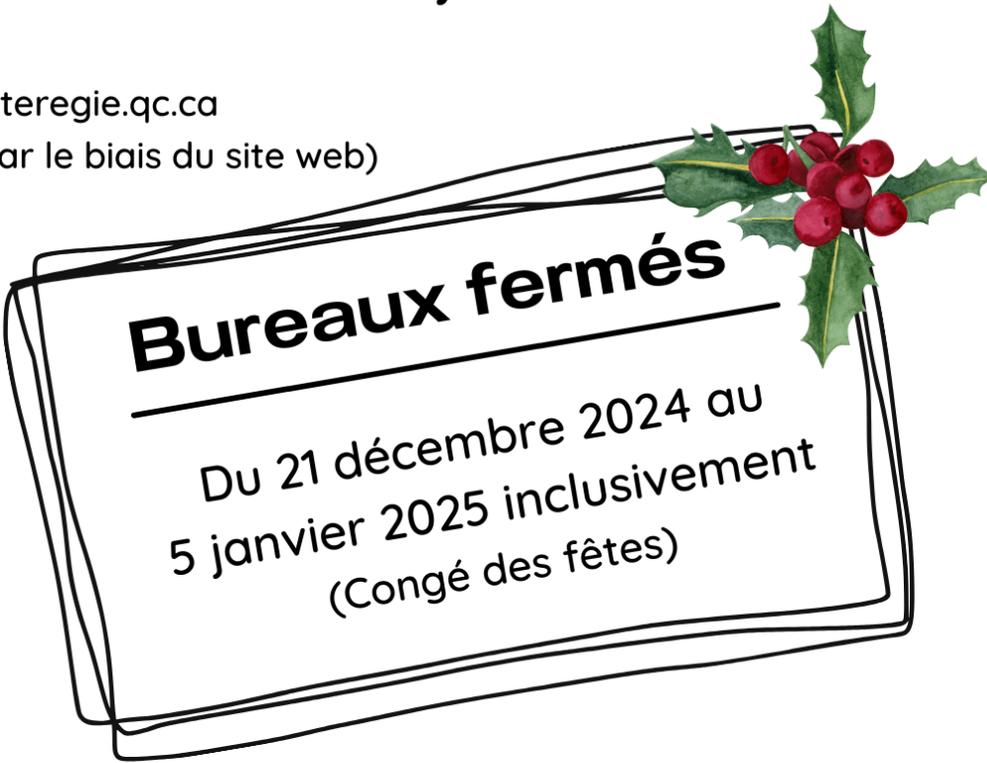
janvier - février - mars 2025

Date limite pour s'inscrire : Jeudi 9 janvier 2025

☎ 450.446.1111 poste 37

✉ inscriptions@atccmonteregie.qc.ca

🌐 Zone des membres (par le biais du site web)



Bureaux fermés

Du 21 décembre 2024 au
5 janvier 2025 inclusivement
(Congé des fêtes)



COORDONNÉES

Beloeil

Siège social
308 rue Montsabré
Local D-131
J3G 2H5

Longueuil (St-Hubert)

1400 boul. Édouard
Local 113
J4T 3T2

Valleyfield

77 rue St-Charles
J6S 3Z9

☎ 450.446.1111
1.877.661.2822 (sans frais)

📠 450.446.6405

🌐 atccmonteregie.qc.ca

📘 ATCCM - Association des
Traumatés Cranio-Cérébraux
de la Montérégie



Politique d'inscriptions et annulations de l'ATCCM

Modalités d'inscription : Par téléphone au 450 446-1111 poste 37, par courriel à inscriptions@atccmonteregie.qc.ca ou par le biais de la Zone des membres de notre site web, avant la date limite inscrite sur la page couverture de la programmation.

Gratuité des activités : Certaines activités sont gratuites pour vous, mais elles entraînent des coûts pour l'ATCCM (salaire, déplacement, etc.). Prière de respecter la Politique d'inscriptions et annulations de l'ATCCM pour toutes les activités, y compris celles qui sont offertes gratuitement.

Facturation : Les frais sont payables lors de la réception de la facture, aux 3 mois (le mois suivant la fin de la programmation). Certaines activités sont payables à l'avance, lorsqu'elles nécessitent des réservations (ex.: spectacles, voyages). Les activités dont les frais sont inscrits dans la colonne "Payable sur place" doivent être payées au moment de l'activité.

Modes de paiement :

- Virement Interac à comptabilite@atccmonteregie.qc.ca (mot de passe : atccm), peut occasionner des frais selon votre institution financière;
- Chèque personnel libellé au nom de l'ATCCM et posté au 308, rue Montsabré, local D-131, Beloeil, Québec, J3G 2H5;
- Carte de crédit, par le biais de la Zone des membres de notre site web;
- Argent comptant, dans nos bureaux seulement.

** L'ATCCM se réserve le droit de refuser les inscriptions et la participation aux activités pour les membres qui ont un solde en souffrance. **

Fonds d'aide aux membres : Les membres ayant des difficultés financières peuvent s'informer à propos du Fonds d'aide aux membres, mis en place par l'ATCCM afin de permettre l'accès aux services pour tous, au moment de leurs inscriptions.

Nouvelles admissions : Pour les membres dont l'admission a été complétée durant la programmation en cours, les activités « en bloc » seront facturées au prorata par rapport à la date d'inscription.

Respect de l'activité : La personne inscrite et présente à l'activité doit demeurer avec le personnel. Si elle souhaite quitter ou s'éloigner du groupe, elle n'est alors plus sous la responsabilité de l'ATCCM, qui s'engage à en informer un contact en cas d'urgence au besoin.

Transport : Le personnel offre parfois du transport aux membres, sous certaines conditions (détour de 6 km maximum par rapport au trajet prévu, places limitées). Les frais de transport sont facturés dès que le personnel se rend au point de rencontre, même si la personne membre n'est pas disponible pour venir à l'activité. Les frais sont calculés selon le kilométrage total parcouru avec la personne membre :

- 0 à 25 km : 8 \$
- 26 à 50 km : 15 \$
- 51 à 75 km : 20 \$
- 76 à 100 km : 25 \$
- 101 km et plus : 0,30 \$ par km

Annulations :

- Pour les activités « cadenas » : Annuler un minimum de 10 jours ouvrables avant l'activité pour que les frais d'activité et de transport, le cas échéant, ne soient pas facturés.
- Pour les activités « en bloc » : Annuler 48 heures ouvrables avant la première date pour que les frais ne soient pas facturés. Ensuite, la totalité des frais d'activité de la session sera facturée, même en cas d'absence.
- Pour le reste des activités payables à l'association : Annuler un minimum de 48 heures ouvrables avant l'activité pour que les frais d'activité et de transport, le cas échéant, ne soient pas facturés.
- Si une activité est annulée par l'ATCCM, les frais prévus ne sont pas facturés. Nos activités peuvent être annulées si le minimum d'inscriptions n'est pas atteint ou si les conditions météorologiques sont défavorables. Le cas échéant, les inscrit.e.s sont avisé.e.s.

Changements possibles aux activités : Les activités, horaires et lieux de rencontre sont sujets à changements. En cas de météo moins clémente, les services de l'ATCCM sont annulés dans les points de service où les centres des services scolaires (anciennement commissions scolaires) sont fermés.

Du 9 janvier au 8 février 2025

**l'ATCCM s'implique dans la
levée de fonds**

“Les Beaux 4 heures”

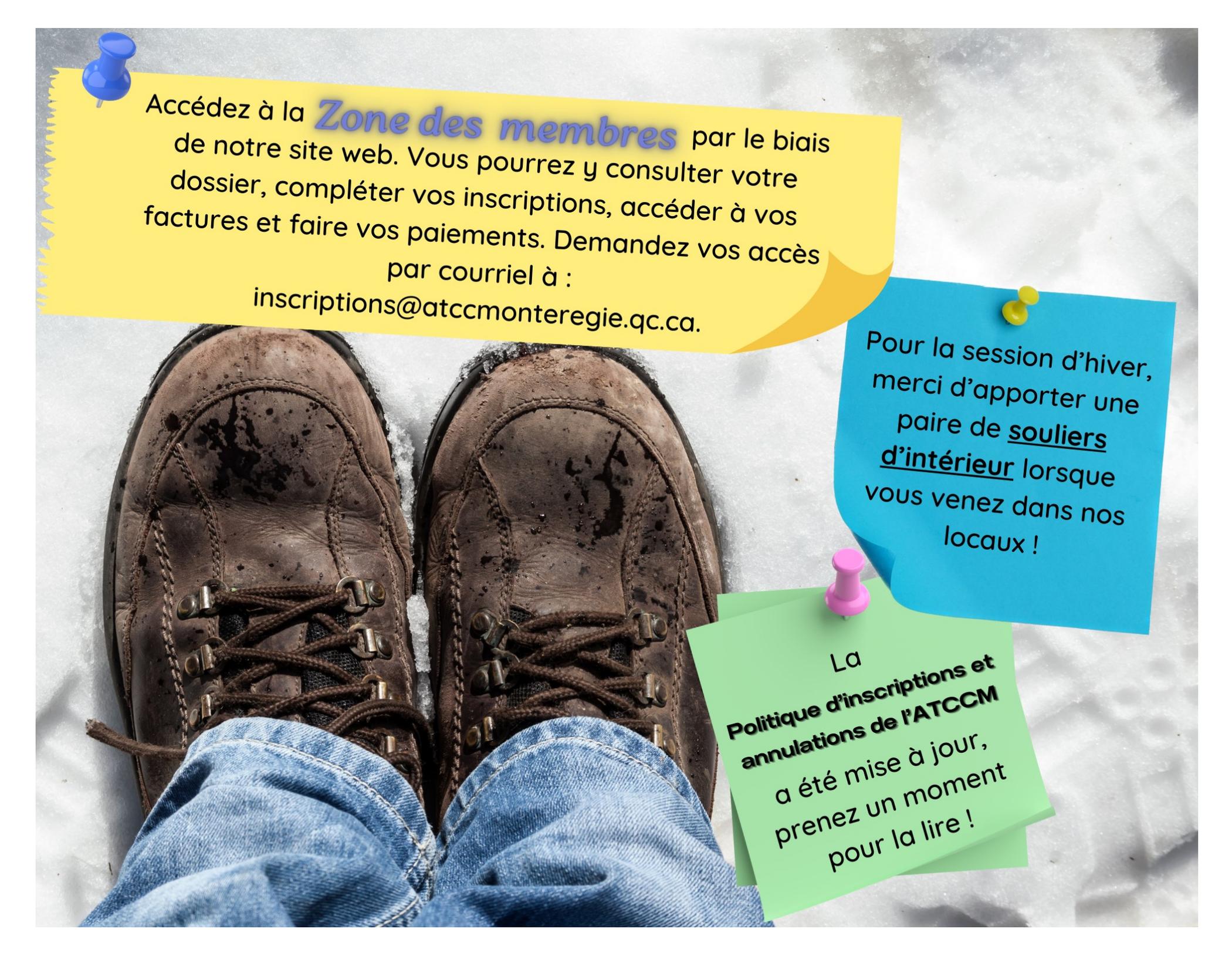


Dimanche le 26 janvier :
Tournoi de crible et
cartes à Beloeil



(voir Activités spéciales pour les détails)

Restez à l'affût pour
en apprendre plus !



Accédez à la **Zone des membres** par le biais de notre site web. Vous pourrez y consulter votre dossier, compléter vos inscriptions, accéder à vos factures et faire vos paiements. Demandez vos accès par courriel à :
inscriptions@atccmonteregie.qc.ca.

Pour la session d'hiver, merci d'apporter une paire de souliers d'intérieur lorsque vous venez dans nos locaux !

La **Politique d'inscriptions et annulations de l'ATCCM** a été mise à jour, prenez un moment pour la lire !

LÉGENDE



Apportez un lunch ou des collations.



Argent comptant seulement.



Apportez une chaise.



Non accessible aux personnes à mobilité réduite.



Activité en bloc (une seule inscription pour l'ensemble des dates).



Présence d'escaliers ou de longues distances de marche.



Veillez nous prévenir d'avance si vous avez des restrictions alimentaires.



Prévoyez votre habillement en selon la météo annoncée, bouteille d'eau et écran solaire au besoin.



Transport offert sur demande à partir de nos locaux (voir la Charte des transports pour les tarifs).



Activité « cadenas » (annulation requise 10 jours ouvrables avant pour demander un remboursement).

ACTIVITÉS SPÉCIALES

Horaire	Activité	Lieu	Description	Payé à l'ATCCM	Payé sur place
Janvier					
Mardi 7 janvier 10 h à 12 h	Présentation du site web et inscriptions	→ Visioconférence : Lien sera envoyé par courriel. → Présentiel : Locaux de Beloeil, St-Hubert et Valleyfield.	Présentation de la procédure pour compléter vos inscriptions en ligne. Pour les membres en présentiel, apportez vos tablettes électroniques, ordinateurs portables ou téléphones cellulaires.	Gratuit	
Mercredi 15 janvier 10 h à 12 h	On bouge pour "Les Beaux 4 heures"	→ Locaux de St-Hubert et Valleyfield → Studios Source Bel-Vie 982 Rue Saint-Jean-Baptiste, Beloeil, J3G 6V9	Bougez pour souligner la levée de fonds "Les Beaux 4 heures". <i>Si vous le voulez, vous pouvez amasser des dons et les remettre à l'intervenante lors de votre participation à cette activité.</i>	Gratuit	
Jeudi 16 janvier 13 h à 15 h	Pause-café virtuelle	Visioconférence Le lien sera envoyé par courriel aux inscrit.e.s.	Activité en ligne de discussion, jeux et détente.   	Gratuit	
Mardi 21 janvier 10 h à 13 h	Brunch tropical	Salle André-Nolin 308 rue Montsabré, Local C-124, J3G 2H5	Brunch et plaisir au rendez-vous. Arborez vos accessoires festifs et voyagez avec nous !	16 \$	
Dimanche 26 janvier 13 h 30 à 16 h	Tournoi de crible et cartes	Studios Source Bel-Vie 982 Rue Saint-Jean-Baptiste, Beloeil, J3G 6V9	Venez jouer aux cartes pour contribuer à la levée de fonds des Beaux 4 hrs. Collation et café inclus. Invitez vos proches ! 	10 \$	
Février					
Mardi 11 février 13 h 30 à 15 h 30	Présentation Crédit d'impôt PH	→ Visioconférence : Lien sera envoyé par courriel. → Présentiel : Locaux de Beloeil, St-Hubert et Valleyfield.	Apprenez-en davantage sur le Crédit d'impôt pour les personnes en situation de handicap dans une présentation en visioconférence par Finautonome (diffusée aussi dans nos locaux).	Gratuit	
Mars					
Jeudi 13 mars 13 h à 15 h	Pause-café virtuelle	Visioconférence Le lien sera envoyé par courriel aux inscrit.e.s.	Activité en ligne de discussion, jeux et détente.	Gratuit	Gratuit
Vendredi 14 mars au dimanche 16 mars	Tournoi de curling	Club Victoria, Québec Les détails seront donnés aux participant.e.s	Tournoi annuel de curling dans le cadre du Challenge hivernal de Adaptavie.   	Les coûts seront communiqués aux participant.e.s. * Tournoi payable à l'avance.	
	Camp répit à Québec	Québec Les détails seront donnés aux participant.e.s	Encouragez vos équipes de curling tout en profitant d'un répit et d'une visite culturelle.   		
Jeudi 20 mars 11 h 30 à 13 h 30	Dîner de fin de curling	La Cage 1201 boul. des Promenades, St-Bruno, J3V 6H1	Souignons la fin de la session de curling. ** Pour l'équipe de curling seulement.		25 à 35 \$
Jeudi 27 mars 11 h 30 à 15 h	Cabane à sucre	Érablière Meunier 325 rang des Cinquante-Quatre, Richelieu, J3L 6R5	Célébrons ensemble le temps des sucres. Dîner et activités en bonne compagnie !   	45 \$	

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
AM		<p>Brunch créatif </p> <p>Quoi ? Cuisinez et dégustez un bon déjeuner, et laissez ensuite aller votre créativité avec différents projets d'art. Quand ? 10 h à 14 h Où ? Local de Beloeil Combien ? 14 \$ par activité (98 \$ au total)</p> <p>Dates : 14, 28 janvier</p>	<p>Parce que la vie continue</p> <p>Quoi ? Communauté de partage où échanges et informations sont au menu. Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de Beloeil Combien ? 3 \$ par activité (6 \$ au total)</p> <p>Dates : 29 janvier 5 mars</p>		<p>Café-causerie </p> <p>Quoi ? Discussion sur une note légère. Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de Beloeil Combien ? 2 \$ par activité (4 \$ au total)</p> <p>Dates : 14 février 28 mars</p>	<p>Répit du samedi </p> <p>Quoi ? Activités variées Quand ? 9 h 30 à 15 h Où ? Local de Beloeil Combien ? Gratuit <i>** Apportez votre lunch</i></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>AVANT-MIDI Café-causerie Moment créatif</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>APRÈS-MIDI Soyons actifs ! Jeux de société</p> </div> <p>Dates : 11, 18, 25 janvier 1, 8, 15, 22 février 1, 8, 22, 29 mars</p>
PM	<p>Pour le plaisir ! </p> <p>Quoi ? Jeux variés (jeux de table, d'adresse, activités physiques ou autres) Quand ? 13 h à 15 h Où ? Local de Beloeil Combien ? 2 \$ par activité (20 \$ total)</p> <p>Dates : 13, 20, 27 janvier 3, 10, 17, 24 février 3, 10, 24 mars</p>	<p>18 février 4, 11, 18, 25 mars</p> <p>ATCCM Interactif </p> <p>Quoi ? Exercices pour travailler l'attention, la mémoire, le langage, etc. avec notre nouvel écran ! Quand ? 13 h à 15 h Où ? Local de Beloeil Combien ? Gratuit</p> <p>Dates : 22, 29 janvier 12, 19, 26 février 5, 19 mars</p>	<p>Curling </p> <p>Quoi ? Pratiques de curling Quand ? 12 h 30 à 15 h 30 Où ? 1390 Rue Goyer, St-Bruno Combien ? 15 \$ par activité (90 \$ au total) <i>**Apportez casque et espadrilles ou bottes</i></p> <p>Dates : 16, 30 janvier 6, 13, 20 février 6 mars</p>			

AUTRES ACTIVITÉS				
Horaire	Activité et description	Lieu	Payé à l'ATCCM	Payé sur place
Mercredi 5 février 13 h à 15 h	Billard au Club de Billard L'Impact Inc	370 Bd Sir-Wilfrid-Laurier, Mont-Saint-Hilaire, J3H 5V3		10 à 15 \$
Mardi 25 février 19 h à 22 h	Souper devant la partie de hockey Canadiens de Montréal contre les Jets de Winnipeg (La Cage)	539 Bd Sir-Wilfrid-Laurier, Mont-Saint-Hilaire, J3H 5H7		25 à 35 \$
Mercredi 26 mars 18 h à 20 h	Souper au restaurant Toujours Mikes	516 Bd Sir-Wilfrid-Laurier, Beloeil, J3G 4H9		25 à 35 \$

Janvier - Février - Mars 2025

ST-HYACINTHE ET ST-JEAN

	Horaire	Activité	Lieu	Description	Payé à l'ATCCM	Payé sur place	
S T - H Y A C I N T H E	Lundi 13 janvier 13 h 30 à 15 h 30	Café-causerie	Centre culturel Humania Assurance, Salle 105 1675 Rue Saint-Pierre O, Saint-Hyacinthe, J2T 1P4	Moment de partage sur le TCC, l'AVC ou autre autour d'un café.		2 \$	
	Lundi 20 janvier 13 h 30 à 15 h 30	Quilles	Salon de quilles St-Hyacinthe 5550 Av. Trudeau, Saint-Hyacinthe, QC J2S 1H4	Parties amicales de quilles.		10 à 15 \$	
	Lundi 27 janvier 13 h 30 à 15 h 30	Bingo	Centre culturel Humania Assurance, Salle 105 1675 Rue Saint-Pierre O, Saint-Hyacinthe, J2T 1P4	Parties de Bingo avec petits prix de participation.		5 \$	
	Lundi 3 février 10 h à 12 h	Brunch	Eggsquis 3280 Av. Cusson, Saint-Hyacinthe, J2S 8N9	Brunch au restaurant en bonne compagnie.		20 à 30 \$	
	Lundi 10 février 13 h 30 à 15 h 30	Atelier d'art	Centre culturel Humania Assurance, Salle 105 1675 Rue Saint-Pierre O, Saint-Hyacinthe, J2T 1P4	Explorez différents projets et médiums artistiques (ex : peinture, sculpture)		7 \$	
	Lundi 17 février 13 h 30 à 15 h 30	Billard	Dooly's 1300 Rue Daniel - Johnson O, Saint-Hyacinthe, J2S 7K7	Parties amicales de billard.		10 à 15 \$	
	Lundi 24 février 13 h 30 à 15 h 30	Atelier de magie	Centre culturel Humania Assurance, Salle 105 1675 Rue Saint-Pierre O, Saint-Hyacinthe, J2T 1P4	Assistez à quelques tours de magie et apprenez un ou deux tours ! (<i>suite de "Initiation à la magie"</i>)		5 \$	
	Lundi 3 mars	<i>Congé d'activité</i>					
	Mardi 11 mars 12 h 30 à 15 h 30	Cinéma	Cinéma RGFM St-Hyacinthe 1225 Rue Daniel - Johnson O, Saint-Hyacinthe, J2S 8T8	Film au choix (même film pour l'ensemble du groupe)		10 à 15 \$	
	Mardi 18 mars 19 h à 22 h	Souper match de hockey	La Cage 900 Rue Daniel - Johnson O, Saint-Hyacinthe, J2S 7K7	Souper devant la partie de hockey Canadiens de Montréal contre les Sénateurs d'Ottawa		25 à 35 \$	
Lundi 24 mars 13 h 30 à 15 h 30	Jeux de société	Centre d'hébergement Andrée-Perreault, Oratoire 1955 av. Pratte, Saint-Hyacinthe, J2S 7W5	Différents jeux de société selon les intérêts du groupe.		Gratuit		
S T - J E A N	Mardi 14 janvier 13 h à 15 h	Atelier de méditation	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Moment de relaxation où la méditation et la détente règnent ! Thème : Lâcher prise. Une tisane ou un thé seront offerts.		3 \$	
	Mardi 21 janvier	<i>Brunch Tropical à Beloeil (Voir section Activités spéciales)</i>					
	Mardi 28 janvier 13 h 30 à 15 h 30	Jeux de société	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Différents jeux de société selon les intérêts du groupe.		Gratuit	
	Mercredi 5 février 10 h à 12 h	Brunch	Déjeuner A.M. dîner 383 Bd du Séminaire N, Saint-Jean-sur-Richelieu, J3B 8C5	Brunch au restaurant en bonne compagnie.		20 à 30 \$	
	Mardi 11 février 13 h à 15 h	Atelier de magie	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Assistez à quelques tours de magie et apprenez un ou deux tours ! (<i>suite de "Initiation à la magie"</i>)		5 \$	
	Mardi 18 février 13 h à 15 h	Café-causerie	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Moment de partage sur le TCC, l'AVC ou autre autour d'un café.		2 \$	
	Mardi 25 février 13 h à 15 h	Billard	Au Salon de Billard O'Tips 87 Bd Saint-Luc, Saint-Jean-sur-Richelieu, QC J2W 1E2	Parties amicales de billard.		10 à 15 \$	
	Mardi 4 mars 13 h à 15 h 30	Club vidéo	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Présentation d'un film avec pop-corn et breuvage.		3 \$	
	Mardi 11 mars 13 h à 15 h	Création sur bois	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Atelier de création artistique. Initiation à la peinture et à la gravure sur bois.		5 \$	
	Mardi 18 mars 11 h 30 à 13 h 30	Dîner	Restaurant St-Jean Pizzeria 10 Rue Jacques-Cartier S, Saint-Jean-sur-Richelieu, J3B 6S4	Dîner au restaurant en bonne compagnie.		25 à 35 \$	
	Mardi 25 mars 13 h à 15 h	Quiz La classe de 5e !	Centre Fernand-Charest, Local Multifonctionnel 190 rue Laurier, St-Jean-sur-Richelieu, J3B 7B2	Testez vos connaissances niveau primaire tout en vous amusant. Thématique : Géographie.		Gratuit	

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
AM		<p>Parce que la vie continue</p> <p>Quoi ? Communauté de partage où échanges et informations sont au menu. Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de St-Hubert Combien ? 3 \$ par activité (6 \$ au total)</p> <p>Dates : 14 janvier 4 mars</p>	<p>Brunch créatif  </p> <p>Quoi ? Cuisinez et dégustez un bon déjeuner, et laissez ensuite aller votre créativité avec différents projets d'art. Quand ? 10 h à 14 h Où ? Local de Beloeil Combien ? 14 \$ par activité (98 \$ au total)</p>		<p>Café-causerie </p> <p>Quoi ? Moment de discussion sur une note légère autour d'un café. Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de St-Hubert Combien ? 2 \$ (4 \$ au total)</p> <p>Dates : 31 janvier 28 mars</p>
PM	<p>Pour le plaisir ! </p> <p>Quoi ? Jeux variés (jeux de table, d'adresse, activités physiques, etc.) Quand ? 13 h à 15 h Où ? Local de St-Hubert Combien ? 2 \$ par activité (18 \$ total)</p> <p>Dates : 20, 27 janvier 3, 10, 17 février 3, 10, 17, 24 mars</p>	<p>Milieu de vie</p> <p><i>* Aucune inscription requise.</i></p> <p>Quoi ? Du bon temps au local ! Quand ? 12 h 30 à 15 h Où ? Local de St-Hubert Combien ? Gratuit (sauf si matériel particulier nécessaire)</p> <p>Dates : 14, 28 janvier 18, 25 février 4, 11, 25 mars</p>	<p>Dates : 22 janvier 5, 12, 19, 26 février 5, 26 mars</p>	<p>Curling </p> <p>Quoi ? Pratiques de curling Quand ? 12 h 30 à 15 h 30 Où ? 1390 Rue Goyer, St-Bruno, J3V 3Z3 Combien ? 15 \$ par activité (90 \$ au total) <i>**Apportez casque et espadrilles ou bottes</i></p> <p>Dates : 16, 30 janvier 6, 13, 20 février 6 mars</p>	

AUTRES ACTIVITÉS

Horaire	Activité et description	Lieu	Payé à l'ATCCM	Payé sur place
Jeudi 23 janvier 9 h 30 à 11 h 30	Quilles (1 partie) avec muffin et café au Salon de Quilles Champion * <i>Frais supp. pour jouer 2e partie.</i>	2999 Bd Taschereau, Greenfield Park, J4V 2H2		6 \$
Jeudi 30 janvier 13 h à 15 h	Atelier de magie (suite de "Introduction à la magie")	Local de St-Hubert	5 \$	
Lundi 24 février 18 h à 20 h	Souper au Barbies Resto Bar Grill	1175 Ch. Du Tremblay, Longueuil, J4N 1A2		25 à 35 \$
Mardi 18 mars 19 h à 22 h	Souper devant la partie de hockey Canadiens de Montréal contre les Sénateurs d'Ottawa (Station des Sports)	5773 Bd Taschereau, Brossard, J4Z 1A5		25 à 35 \$

Janvier - Février - Mars 2025

SOREL

Horaire	Activité	Lieu	Description	Payé à l'ATCCM	Payé sur place
Jeudi 16 janvier 13 h 30 à 15 h 30	Café-causerie	Centre culturel local 101 3015, place des Loisirs, Sorel-Tracy, J3P 7K1	Moment de partage sur le TCC, l'AVC ou autre autour d'un café.	2 \$	
Jeudi 23 janvier 10 h à 12 h	Brunch	Eggsquis 363 Bd Fiset, Sorel-Tracy, J3P 3R3	Brunch au restaurant en bonne compagnie.		15 à 25\$
Jeudi 30 janvier 13 h 30 à 15 h 30	Café-céramique	Les Mascarades Atelier Créatif 53 Rue George, Sorel-Tracy, J3P 1B9	Peinture sur céramique. Le prix varie selon l'objet et les consommations choisies.		20 à 45 \$
Jeudi 6 février 13 h 30 à 15 h 30	Jeux de société	Centre culturel local 101 3015, place des Loisirs, Sorel-Tracy, J3P 7K1	Différents jeux de société selon les intérêts du groupe ! Le prix varie selon les consommations.	Gratuit	
Jeudi 13 février	<i>Congé d'activité</i>				
Mardi 18 février 9 h 30 à 11 h 30	Quilles	Salon De Quilles Le 300 300 Rue du Collège, Sorel-Tracy, J3P 2J3	Parties amicales de quilles.		10 à 15 \$
Mardi 25 février 19 h à 22 h	Souper match de hockey	Brasserie Du Colisée 179 Rue Victoria, Sorel-Tracy, J3P 1Z2	Souper devant la partie de hockey Canadiens de Montréal contre les Jets de Winnipeg		25 à 35 \$
Jeudi 6 mars 13 h 30 à 15 h 30	Bec sucré	Pâtisserie Christophe 57 Rue George, Sorel-Tracy, J3P 1B9	Dégustation de petites douceurs et discussion.		5 à 10 \$
Jeudi 13 mars 13 h 30 à 15 h 30	Billard	Resto Bar La Verriere 3150 Bd de Tracy, Sorel-Tracy, J3R 5M7	Parties amicales de billard.		10 à 15 \$
Jeudi 20 mars 13 h 30 à 15 h 30	Formation Axecible	Centre culturel local 101 3015, place des Loisirs, Sorel-Tracy, J3P 7K1	Suivez la formation pour faire partie de la Brigade Axecible, qui évalue l'accessibilité des services et lieux publics grâce à une application. * Apportez votre tablette électronique, votre ordinateur ou votre cellulaire !	Gratuit	
Mardi 25 mars 12 h 30 à 15 h 30	Cinéma	Cinéma St-Laurent 8333 Rue Industrielle, Sorel-Tracy, J3R 5R4	Film au choix (même film pour l'ensemble du groupe)		10 à 15 \$



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
AM	<p>Parce que la vie continue</p> <p>Quoi ? Communauté de partage où échanges et informations sont au menu. Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de Valleyfield Combien ? 3 \$ par activité (6 \$ au total)</p> <p>Dates : 3 février 18 mars</p>			<p>Milieu de vie</p> <p><i>* Aucune inscription requise.</i></p> <p>Quoi ? Du bon temps au local ! Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de Valleyfield Combien ? Gratuit (sauf si matériel particulier nécessaire)</p> <p>Dates : 16 janvier 6, 20, 27 février 6, 20 mars</p>	<p>Déjeuner-causerie </p> <p>Quoi ? Discussion sur une note légère autour d'un petit déjeuner. Quand ? 10 h à 12 h Où ? Local de Valleyfield Combien ? 5 \$ par atelier (15 \$ au total)</p> <p>Dates : 24 janvier 14 février 28 mars</p>
PM	<p>Café Interactif </p> <p>Quoi ? Jeux et exercices sur notre écran interactif avec un bon café. Quand ? 13 h à 15 h Où ? Local de Valleyfield Combien ? Gratuit</p> <p>Dates : 13, 27 janvier 10, 24 février 10, 24 mars</p>	<p>Peinture et dessin </p> <p>Quoi ? Exercices de peinture et de dessin avec différentes techniques. Quand ? 13 h à 15 h 30 Où ? Local de Valleyfield Combien ? 7 \$ par activité (49 \$ au total)</p> <p>Dates : 14 janvier 18, 25 février 4, 11, 18, 25 mars</p>		<p>Moment Brico </p> <p>Quoi ? Restauration et décoration d'objets. Apportez votre projet pour leur donner un second souffle ! Quand ? 13 h à 15 h Où ? Local de Valleyfield Combien ? 3 \$ par activité (15 \$ au total)</p> <p>Dates : 23 janvier 6, 20 février 6, 20 mars</p>	

AUTRES ACTIVITÉS				
Horaire	Activité et description	Lieu	Payé à l'ATCCM	Payé sur place
Lundi 20 janvier 10 h à 12 h	En route vers le bien-être (animé par bénévole)	Local de Valleyfield	Gratuit	
Jeudi 13 février 9 h 30 à 12 h 30	Cuisine collective - Saveurs d'Asie	Local de Valleyfield 	7 \$	
Lundi 3 mars 10 h à 12 h	Brunch au restaurant Ben et Florentine	1900 Bd Monseigneur-Langlois Local 110, S.-de-Valleyfield, J6S 5R1 		20 à 30 \$
Jeudi 13 mars 10 h à 12 h	En route vers le bien-être (animé par bénévole)	Local de Valleyfield	Gratuit	
Lundi 17 mars 9 h 30 à 12 h 30	Cuisine collective - Pizza et calzone	Local de Valleyfield 	7 \$	

Janvier - Février - Mars 2025

CHÂTEAUGUAY ET VAUDREUIL

	Horaire	Activité	Lieu	Description	Payé à l'ATCCM	Payé sur place	
C H Â T E A U G U A Y	Mercredi 15 janvier 13 h à 15 h	Café-causerie	Café de l'Île Saint-Bernard 480 boul. d'Youville, Châteauguay, J6J 5T9	Moment de partage sur le TCC, l'AVC ou autre autour d'un café. 		10 à 15 \$	
	Mercredi 22 janvier 13 h à 16 h	Peinture sur céramique	Café Céramique TrèsArts 1073 Bd Taschereau, La Prairie, J5R 1W9	Peinture sur céramique. Le prix varie selon l'objet et les consommations choisies.		15 à 50 \$	
	Mercredi 29 janvier 13 h à 15 h	Quiz La classe de 5e !	CMR de Châteauguay Salle 406 250 chem. du Christ-Roi, Châteauguay, J6J 4G7	Testez vos connaissances niveau primaire tout en vous amusant. Thématique : Géographie.	Gratuit		
	Mercredi 5 février 13 h à 15 h	Billard	Dooly's 180 Bd D'Anjou, Châteauguay, J6K 1C4	Parties amicales de billard.		10 à 15 \$	
	Mercredi 12 février 13 h à 15 h 30	Atelier "Saviez-vous que... ?"	CMR de Châteauguay Salle 406 250 chem. du Christ-Roi, Châteauguay, J6J 4G7	Manipulez et identifiez des minéraux rares et inusités avec des outils. Repartez avec une géode de cristaux !	5 \$		
	Mercredi 19 février 10 h à 12 h	Brunch	Allô mon Coco 198 Bd D'Anjou, Châteauguay, J6K 1C5	Brunch au restaurant en bonne compagnie. 		20 à 30 \$	
	Mercredi 26 février	<i>Congé d'activité</i>					
V A U D R E U I L	Mercredi 5 mars 13 h à 15 h	Café-causerie	CMR de Châteauguay Salle 403 250 chem. du Christ-Roi, Châteauguay, J6J 4G7	Moment de partage sur le TCC, l'AVC ou autre autour d'un café. 	2 \$		
	Mercredi 12 mars 13 h à 15 h	Jeux de société	Café de l'Île Saint-Bernard 480 boul. d'Youville, Châteauguay, J6J 5T9	Différents jeux de société selon les intérêts du groupe !		5 à 10 \$	
	Mercredi 19 mars 13 h à 15 h	Initiation à la magie	CMR de Châteauguay Salle 406 250 chem. du Christ-Roi, Châteauguay, J6J 4G7	Assistez à quelques tours de magie et profitez du moment pour apprendre un ou deux tours !	5 \$		
	Mercredi 26 mars 11 h 30 à 13 h 30	Dîner	Restaurant St-Hubert 290 Bd D'Anjou, Châteauguay, J6K 1C6	Dîner au restaurant en bonne compagnie. 		25 à 35 \$	
	Jeudi 16 janvier 13 h à 15 h	Visite culturelle	Musée régional de Vaudreuil-Soulanges 431 Av. Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion, J7V 2N3	Venez visiter plusieurs expositions, dont "Cyprienne en rétrospective" de l'illustratrice Johanne Mitchell		7 \$	
	Mercredi 22 janvier 13 h à 15 h 30	Café-céramique	Bricolo café-céramique 434 av. St-Charles, Vaudreuil, J7V 2N1	Peinture sur céramique. Le prix varie selon l'objet et les consommations choisies.		15 à 50 \$	
V A U D R E U I L	Mardi 28 janvier 19 h à 22 h	Souper match de hockey	La Cage 47 Bd de la Cité-des-Jeunes, Vaudreuil-Dorion, J7V 8C1	Souper devant la partie de hockey Canadiens de Montréal contre les Jets de Winnipeg 		25 à 35 \$	
	Mercredi 5 février 16 h à 17 h 30	Lumin'Art	Parc Le 405 405, avenue Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion, J7V 2M7	Visite de l'exposition extérieure d'œuvres lumineuses. Habillez-vous chaudement !   	Gratuit	Gratuit	
	Mercredi 12 février 13 h à 15 h	Billard	Livrpool Bar 84 Bd Harwood, Vaudreuil-Dorion, J7V 1X8	Parties amicales de billard.		10 à 15 \$	
	Mercredi 19 février 13 h à 15 h	Bec sucré	Boulangerie Première Moisson 189 Bd Harwood, Vaudreuil-Dorion, J7V 1Y3	Dégustation de petites douceurs et discussion. 		5 à 10 \$	
	Mercredi 26 février 13 h à 15 h	Café-causerie	CLSC Vaudreuil Salle 214 3031 boul. de la Gare, Vaudreuil, J7V 8P2	Moment de partage sur le TCC, l'AVC ou autre autour d'un café. 	2 \$		
	Mercredi 5 mars 13 h à 15 h	Billard	Livrpool Bar 84 Bd Harwood, Vaudreuil-Dorion, J7V 1X8	Parties amicales de billard.		10 à 15 \$	
	Mercredi 12 mars	<i>Congé d'activité</i>					
	Mercredi 19 mars 13 h à 15 h	Jeux de société	CLSC Vaudreuil Salle 214 3031 boul. de la Gare, Vaudreuil, J7V 8P2	Différents jeux de société selon les intérêts du groupe !	Gratuit		
	Mercredi 26 mars 10 h à 12 h	Brunch	Tutti Frutti Déjeuner 585 Av. Saint-Charles, Vaudreuil-Dorion, J7V 8P9	Brunch au restaurant en bonne compagnie. 		20 à 30 \$	

