




AUTOMNE 2016

Devenez membre, c'est gratuit!

308, rue Montsabr  (suites 205-208), Beloeil, J3G 2H5 
 450.467.3479 | info@bonjoursoleil.org | bonjoursoleil.org

Activité de financement
 5 novembre de 19h30 à 22h
40^e anniversaire
 Spectacle de variétés... talents d'ici ! 

Activités sociales et familiales

Ateliers de cuisine collective

Lundis de 18h à 21h

15 \$ - Pour parents seulement

26 septembre 21 novembre
 17 octobre 12 décembre
 *** Venez cuisiner pour le plaisir, entre parents, et découvrir des recettes à la fois abordables et santé. Plusieurs plats à emporter. ***

Ateliers de cuisine familiale

Dimanches de 10h à 12h

Pour parents et enfants

Groupe A : 25 septembre et 6 novembre
 Groupe B : 16 octobre et 27 novembre
 *** Du plaisir en famille pour découvrir des recettes de cuisine aux techniques simples, efficaces et facilement réalisables avec les enfants. ***

Dessert & compagnie

Mardis de 18h à 19h30

20 septembre 15 novembre
 18 octobre
 *** Un petit dessert en bonne compagnie pour rire, partager et créer des liens! Dessert et breuvage fournis sur place et animation pour les enfants. ***

D ner & compagnie

2 jeudis par mois
 De 12h à 13h30

15 et 29 septembre
 13 et 27 octobre
 10 et 24 novembre
 8 et 22 décembre

*** L'équipe de Bonjour Soleil vous invite à passer l'heure du lunch en bonne compagnie les jeudis midis, deux fois par mois. Il vous suffit d'apporter votre lunch et nous vous fournissons le café et le dessert. ***

Ateliers et conférences

Conférence

«*Ruptures d'union : conjoints de fait*»

3 octobre de 19h à 21h

*** Pour s'informer sur la rupture d'union en tant que conjoints de fait : les effets d'une séparation, la garde des enfants, la pension alimentaire, le partage des biens, etc.***
 Conférence animée par un avocat bénévole de l'organisme *l'Inform'elle*.

Atelier «*Coparentalit  après la rupture*»

11 et 25 octobre de 18h30 à 20h30

*** Série de 2 rencontres. Thèmes abordés : partage des responsabilités, qualité des communications, respect des ententes, évitement des conflits, etc...***

Atelier «*La recomposition familiale*»

22-29 novembre et 6 décembre
 De 19 h à 21h

*** Série de 3 rencontres, où l'on explore les mythes et les étapes de la recomposition familiale. ***

Atelier «*L'aliment du moment*»

Option de jour de 13h à 15h

3 et 24 octobre

Option de soir de 18h30 à 20h30

1^{er} et 14 novembre

*** Atelier pour apprendre à cuisiner les aliments saisonniers «du moment». L'art de faire ses conserves et marinades, une tradition à conserver! ***

Calendrier des activités spéciales

28 septembre à 13h30

Sortie à la Fromagerie Damafro

*** Profitez de l'occasion pour faire des économies sur les fromages et les produits laitiers de la Fromagerie Damafro de Saint-Damase. Covoiturage disponible.***

2 octobre à 11h

Cueillette de pommes au Verger du Flanc Nord

*** Cueillette de pommes suivie d'un pique-nique familial pour ceux qui le souhaitent. Aussi sur place : mini-ferme, aire de jeux et tour de tracteur.***

15 octobre à 13h30

Sortie Création-sur-le-champ, Land art

Une sortie familiale pour admirer les œuvres d'art, réalisées avec les objets de la nature, et visiter la mini-ferme du Pavillon de la Pomme de Mont-Saint-Hilaire.***

7 novembre à 13h30

Sortie à la Boulangerie Multi-Markes

*** Venez profiter des petits prix sur les pains et divers produits céréaliers qu'offre la Boulangerie Multi-Markes de Sainte-Julie. Covoiturage disponible.***

30 novembre de 13h à 15h

Atelier «*L'épicerie à moindre c t*»

*** Atelier permettant d'apprendre et d'échanger avec d'autres parents sur la planification des repas et sur les astuces entourant l'épicerie. ***

17 décembre de 10h à 14h

Fête de Noël

*** Venez célébrer avec nous! Activité thématique spéciale pour les enfants suivie d'un dîner fourni sur place.***