

Veillez noter que toutes nos activités, conférences et ateliers se font en vidéo-conférence

Activités sociales et familiales



Dessert & compagnie

Mercredi 10 février de 18h à 19h30

Une rencontre en bonne compagnie pour échanger, se détendre dans une ambiance conviviale, tout en dégustant un petit dessert et un breuvage fournis gratuitement. En plus d'une activité spéciale de décoration de cupcake (matériel inclus). **Gratuit!**



Atelier de cuisine familiale

Samedi 20 février de 10h à 12h

Dans le confort de votre demeure cuisinez en famille et en bonne compagnie. Découvrez de nouvelles recettes simples à réaliser avec vos enfants. **Denrées fournies gratuitement ! Gratuit!**



Déjeuner & compagnie

Mercredi 3 mars de 9h30 à 11h

Mmmm ! Quoi de meilleur que l'odeur d'un bon croissant et d'un café! Déjeunez paisiblement dans le confort de votre demeure, tout en partageant avec d'autres membres. Plus une activité de confection d'une carte de Pâques.(matériel inclus).

Croissant et café fourni gratuitement !



Atelier de cuisine collective

Samedi 27 mars –Brunch de Pâques

Samedi 29 mai – Salades estivales de 9h30 à 12h

Une belle occasion de cuisiner entre membres, de découvrir de délicieuses nouvelles recettes pour un repas rapide ou pour vos lunchs. Des recettes nutritives, qui se prépare en un rien de temps! **Gratuit!**

Conférences et ateliers

Conférence

Protection des conjoints de faits

Mercredi 17 mars de 18h30 à 20h30

Informations sur la protection des conjoints de fait. Animée par Me Michèle Fournier, avocate en droit familial. En collaboration avec Inform'elle.

Ouvert à tous, 5\$ non membre

Atelier jeunesse



Mon histoire...de musique!

Les mardis de 17h30 à 19h

23 février, 9 et 23 mars

Série de 3 rencontres en groupe avec activités créatives permettant l'expression de leur vécu face à leur réalité familiale. Pour les 6 à 17 ans.

Souper compris!

On se sépare...

mais pas de nos enfants !

Choisir à la carte... sa ou ses conférences

de 18h30 à 20h

5 mai -La Coparentalité

Gratuit!

19 mai -La Recomposition Familiale

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Vendredi 23 avril de 18h à 20 h

Sous le thème de la Nature et du Renouveau, l'assemblée générale annuelle aura lieu en vidéo-conférence, à partir de 18h00. Un souper vous sera fourni gratuitement. Nous comptons donc sur votre présence en grand nombre !

Souper compris!

NOUVEAU! Activités spéciales

Atelier Rentabiliser sa cuisine

Mardi 2 mars de 18h30 à 20h

Apprenez différents trucs pour rentabiliser votre garde-manger et votre frigo tout en évitant le gaspillage alimentaire. Que ce soit la conservation de vos aliments, leur cuisson ou la congélation. Ensuite, un rendez-vous virtuel personnalisé vous sera donné afin de vous aider dans l'organisation de votre garde-manger ou de votre frigo. **Gratuit!**

Atelier Science **NOUVEAU!**



Durant la semaine de relâche

Vendredi 5 mars de 13h à 15h

Slime et Pâte à modeler sont au rendez-vous pour vos petits scientifiques !

(Une partie du matériel est inclus)

Pour les 6 à 17 ans.

Gratuit!



Activité Spéciale

La chasse aux cocos

Jeudi 1 avril 18h30 à 19h30

Une activité toute spéciale pour Pâques, dans le confort de votre demeure, avec votre cellule ou votre tablette, partez à la chasse aux cocos!

Cocos fournis gratuitement!

NOUVEAU!

Atelier Jardinage-Les semis



Samedi 10 avril de 10h à 12h

Préparation de semis pour notre saison de jardinage. Connaître le matériel nécessaire, le lieu de croissance, le repiquage de nos plants en plus d'une activité de préparation de bâtons d'identification pour nos plants.

Semences fournies gratuitement !

Activités spéciales

Gratuit! Clinique Juridique Justice Pro Bono – Porte 33

Les mercredis de 13h à 16h

Une clinique juridique sur rendez-vous en vidéo-conférence. Obtenez une rencontre gratuite de 45 minutes; où vous pourrez rencontrer en individuel, de manière confidentielle, un-e avocat-e bénévole avec une intervenante de notre équipe. Vous pouvez discuter du droit de la famille, de la séparation et du processus judiciaire.

Jardin communautaire

Ouverture Samedi 1 mai 2021

8 espaces de 10X10 disponibles, possibilité de partager un lot en 2. Coût de location : 20\$

Réservez avant le 26 février!

Les Incroyables comestibles

Nourriture à partager

À venir...

Point de chute libre-service : Sur rendez-vous
* Fruits et légumes coproduits par des citoyens-jardiniers qui sont offerts en partage.

Achats de notre collection de livres

Elle est conçue pour permettre aux parents et aux enfants qui vivent une situation de séparation de mieux comprendre les sentiments qui les habitent. En vente sur:

bonjoursoleil.org



Notre mission

Améliorer les conditions de vie, aider à recréer un réseau social, défendre les droits et promouvoir les intérêts des familles monoparentales et recomposées de la Vallée-du-Richelieu.

Nos principaux services

- Accompagnement et soutien personnalisé sur rendez-vous
- Conférences et ateliers
- Activités familiales et sociales
- Informations juridiques et références
- Défense de droits
- Jardin communautaire familial et les incroyables comestibles

Bonjour Soleil-Regroupement des familles monoparentales et recomposées de La Vallée-du-Richelieu

308, rue Montsabré local 205 et 208

Beloeil, J3G 2H5

450.467.3479

info@bonjoursoleil.org



facebook.com/bonjoursoleil.org

Devenez membre, c'est gratuit!



Programmation Hiver-Printemps 2021

info@bonjoursoleil.org
bonjoursoleil.org
450 467-3479

