

Prenez note que nos activités, conférences et ateliers sont gratuites et se font en vidéo-conférence et certaines en présentielles.

Activités sociales et familiales

Dessert & compagnie

Les Mercredis de 18h30 à 19h30

29 septembre – Carillon d'extérieur

10 novembre – Technique de Glaçage

1 décembre – Baume pour les lèvres

Une rencontre en bonne compagnie pour échanger, se détendre dans une ambiance conviviale, tout en dégustant un breuvage et un petit dessert fourni gratuitement. Plus une activité spéciale de création (matériel inclus)

Atelier de cuisine familiale

Samedi 13 novembre

Blondies aux fraises + savon à mains 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 !**



Atelier de cuisine collective

Les Samedis de 9h30 à 12h00

27 novembre - Cuisinez à la mijoteuse

11 décembre - Pâte à pizza et sauce,

Brioche aux framboises

Une belle occasion de cuisiner entre membres, de découvrir de délicieuses nouvelles recettes nutritives, qui se prépare en un rien de temps!

Un atelier sur rentabiliser au maximum sa mijoteuse par diverses recettes savoureuses en plus d'économiser sur votre facture d'électricité. Un atelier sur la pâte à pizza et pâte briochée.

Des recettes faciles pour un repas rapide ou pour vos lunchs ! **Une partie des denrées sont fournies !**

Conférences et ateliers

Atelier jeunesse

Mon histoire de ... photographie!

Les vendredis de 18h30 à 19h30

8, 22 octobre et 5 novembre

Série de 3 rencontres en groupe avec activités créatives permettant l'expression de leur vécu face à leur réalité familiale. La thématique est la photographie comme moyen d'expression et la caméra est fournie. Une petite collation sera servie à chaque rencontre.

Pour les 12 à 17 ans.

Caméra et collation comprises!



Conférence

Protection des conjoints-es de fait

À venir

Informations sur la protection des conjoints-es de fait. Animée par une avocate en droit familial. En collaboration avec Inform'elle. **Ouvert à tous, 5\$ non membre**

Conférence

La Coparentalité après la séparation

Mardi 12 et 26 octobre de 19h à 20h

2 rencontres, pour être mieux outillé et supporté face à la séparation. Savoir adapter notre cellule familiale face à ces changements. Comprendre nos enfants, avoir une communication axée sur le respect et la bonne entente avec notre ex-conjoint-e et plus encore !

Vous trouverez des trucs et astuces pour améliorer la relation entre ex-conjoints-es et une place pour échanger avec d'autres parents.

Gratuit!

Activités spéciales

NOUVEAU! Atelier Jardinage

Fermeture de son potager

Samedi 30 octobre de 10h à 12h



Comment bien fermer notre potager pour la prochaine saison de jardinage. La préparation du sol, la transplantation de bulbes d'ail. Comment préparer et rentabiliser notre prochaine saison de culture, préparer nos arbustes fruitiers et nos plants d'asperges pour l'hiver et plus encore !

NOUVEAU!



La Fête des Récoltes

Samedi 16 octobre de 10h30 à 11h30

Venez fêter avec nous la fin de la saison des récoltes!

Sur inscription, recevez un don de fruits et légumes, en plus d'une visite de notre jardin communautaire, dans une ambiance de picnic, un goûter et breuvage sera servi avec distanciation sociale !

Gratuit et en présentiel!

Activité de Noël



Mardi 21 décembre de 18h30 à 20h

Célébrer Noël avec nous!

Dans le confort de votre salon, avec une **Soirée musique de film ou d'émissions !**

Dans une ambiance conviviale et festive, partager et échangez entre membres, riez et chantez de bon cœur!

Un dessert et breuvage fourni gratuitement! Plus une activité spéciale de décoration de Noël. (matériel inclus)

Gratuit!

Activités spéciales **45e**

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

À venir
de 18h45 à 20h00

Pour le 45^e anniversaire de Bonjour Soleil, testez vos connaissances avec un jeu-quiz sur l'organisme de ces débuts à aujourd'hui!

Suivi de l'assemblée générale annuelle et vous recevrez un certificat cadeau surprise pour votre participation.

Nous comptons sur votre présence en grand nombre !

Gratuit! Clinique Juridique
Justice Pro Bono – Porte 33

De Septembre à Décembre
Les mercredis de 13h à 16h

Une clinique juridique sur rendez-vous en vidéo-conférence. Vous pourrez avoir une rencontre gratuite de 45 minutes; où vous rencontrerez 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.

Sur inscription seulement !

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



Regroupement des familles monoparentales
et recomposées de La Vallée-du-Richelieu | DEPUIS 1976

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

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!



Regroupement des familles monoparentales
et recomposées de La Vallée-du-Richelieu | DEPUIS 1976

Programmation Automne 2021

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

