



Mon journal



Édition Novembre 2017

Spa de la rue

Connaissez-vous le Spa de la rue ? Pas encore ? Et bien c'est votre chance ! Ma Chambre a le plaisir d'accueillir mensuellement, l'équipe de massothérapeutes professionnels bénévoles du Spa de la Rue. Ces derniers offrent des séances de massothérapies de 30 minutes aux locataires de l'organisme, et ce gratuitement ! Chaque mois, ces bénévoles nous offrent jusqu'à 12 plages horaires qui n'attendent qu'à être réservées. C'est le 22 novembre 2017, dans les bureaux de Ma Chambre au 1626 St-Hubert, que se tiendra la prochaine clinique de massothérapie. Cette clinique sera sûrement la dernière de l'année 2017 et marquera, malheureusement peut-être, la fin d'une collaboration entre le Spa de la rue et Ma Chambre Inc si vous n'êtes pas au rendez-vous. Les dernières séances n'ayant pas réussi à obtenir un taux de participation assez élevé, les organisateurs de Spa de la Rue, nous ont indiqués qu'ils devraient peut-être offrir leur services à d'autres organismes avec qui ils iraient toucher une plus grande population. Prouvons leur que nous désirons conserver notre partenariat : réservez vite votre place en appelant au soutien communautaire aux 514-287-9511 poste 225.



Vendredis communautaires

Les vendredis communautaires, c'est l'occasion de venir prendre un café, partager une collation, jaser, et pourquoi pas s'amuser un peu ? Le vendredi, 17 novembre 2017, dès 13h, Jocelyn-Guy Gagnon, membre de la maison Mario-Guérette propose «le grand jeu des odeurs ! Venez tester vos talents olfactifs et vous mesurez à plus grand nez que vous ! Le tout se déroulera à la salle communautaire de la maison Hélène Bastien : 3845 St-Dominique

Pensée du mois

Le plus grand art est l'art de vivre une vie ordinaire d'une manière extraordinaire.

Poème tibétain

Poème

Pour Éric, directeur de Ma Chambre

Espoir

L'hiver, le printemps

Oh neige bleutée

Toi si belle...!

Je me réveille d'un long sommeil

Petits "cristaux" jolis

Ma fenêtre demeure mauve

Merveilleux les "perce neige"

Le printemps arrive...!

Marie Vaillancourt

Squatters

Le temps froid est de retour est avec lui le risque que des gens cherchent à trouver refuge dans les maisons de Ma Chambre. Soyez vigilants, éviter d'ouvrir les portes à des gens que vous ne connaissez pas. Assurez-vous que les portes d'entrée, les sorties de secours ainsi que les fenêtres sont fermées. En cas d'intrus, veuillez nous en informer et n'hésitez pas à contacter le 911.



Brunch du jeudi

Vous êtes invité à venir bruncher avec nous jeudi, le 23 novembre 2017 dès 11h. Au menu : œufs, bacon, croissants et alouette ! Nous vous attendons à la salle communautaire de la maison Hélène Bastien pour la préparation et la dégustation de ce qui risque d'être un chef d'œuvre gastronomique. Le prix ? Votre participation et surtout votre implication!

Oh punaise !

Et oui ! le problème de punaises de lit est récurrent dans les immeubles de Ma Chambre. Nous remercions les locataires qui nous informent rapidement de la présence de punaises de lit dans leur chambre, car nous pouvons intervenir promptement. Cependant, nous avons aussi constaté, avec ô combien de malheur, que certains locataires minimisent les risques d'infestation. Sans être alarmiste, si vous en voyez une, il y en a sûrement beaucoup plus... Rappelez-vous qu'il est de votre responsabilité de nous aviser de la présence de punaises dans votre chambre et de faire les préparatifs nécessaires pour que le traitement puisse être efficace. Personne ne vous blâmera ou ne vous blâmera si vous nous avertissez rapidement.

Repas communautaire

Le repas communautaire mensuel de Ma Chambre aura lieu le dernier jeudi du mois de novembre, soit le 30 novembre 2017. Venez mettre la main à la pâte et profiter d'un bon repas en bonne compagnie à la salle communautaire de la maison Hélène Bastien. Le tout est naturellement gratuit.

Activités de Novembre 2017

5 novembre	13h	Cinéma du dimanche, 3845 St-Dominique
10 novembre	13h	Vendredi communautaire, 3845 St-Dominique
12 novembre	13h	Cinéma du dimanche, 3845 St-Dominique
17 novembre	13h	Vendredi communautaire " Le jeu des odeurs "
19 novembre	13h	Cinéma du dimanche, 3845 St-Dominique
22 novembre	10h	Spa de la rue, 1626 St-Hubert
23 novembre	11h	Brunch, 3845 St-Dominique
26 novembre	13h	Cinéma du dimanche, 3845 St-Dominique
30 novembre	13h	Repas communautaire, 3845 St-Dominique



Marie Vaillancourt, artiste peintre

Les ressources de mon quartier

La maison des amis du Plateau Mont-Royal

1360 boulevard St-Joseph Est

514-527-1344

Offre un centre de jour visant à briser l'isolement des personnes seules et démunies

Heures d'ouverture :

Centre de jour : Du lundi au vendredi, de 12 h 45 à 17 h, samedi de 12 h 45 à 16 h

Centre d'accueil et d'information : Du lundi au vendredi, de 9 h à 11 h 45, samedi, de 9 h à 12 h 45 et de 12 h 45 à 16 h

Diner communautaire : du lundi au samedi, 13 h 30. Gratuit

