

Mon Journal

Édition estivale - juin 2024

Bureaux fermés



Veillez noter que les bureaux seront fermés le 24 juin et le 1^{er} juillet pour les congés de la Saint-Jean-Baptiste et de la fête du Canada.

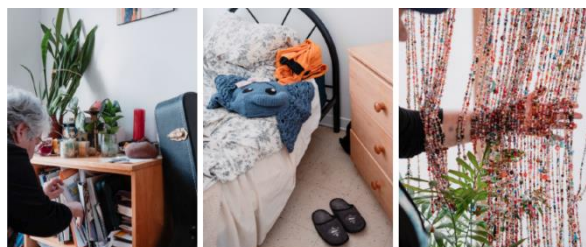
Attention : vacances de l'équipe

Les membres de l'équipe de Ma Chambre seront en vacances, à différents moments, au cours des mois de juin, juillet et août. Si vous souhaitez rencontrer un.e membre de l'équipe, il est préférable de téléphoner à Ma Chambre avant de vous déplacer !

40^e anniversaire de Ma Chambre

Le 6 juin, à compter de 17h, il y aura un cocktail à l'Écomusée du Fier Monde (2050, rue Atateken). Vous pouvez confirmer votre présence auprès de Melissa au 514 287-9511 poste 222

À la suggestion d'une membre-locataire, vous aurez l'occasion de passer voir l'exposition aux bureaux de Ma Chambre le 20 juin entre 13h et 15h.



INVITATION - 40^E MA CHAMBRE

L'ORGANISME MA CHAMBRE SOULIGNE CETTE ANNÉE SES 40 ANS À LOGER DES PERSONNES SEULES AU CŒUR DE LA VILLE.

VENEZ DÉCOUVRIR CES LIEUX QUI NOUS HABITENT À TRAVERS UNE SÉRIE DE PHOTOS ET DE TÉMOIGNAGES LORS D'UN COCKTAIL QUI SE TIENDRA LE 6 JUIN 2024, DE 17H À 19H À L'ÉCOMUSÉE DU FIER MONDE, 2050, RUE ATATEKEN, MONTRÉAL.

Ma Chambre
Un lieu qui nous habite

RSVP: mduclos@machambreinc.org | 514 287-9511 poste 222
Entrée libre. contribution volontaire suggérée sous forme de don (SOS)

BBQ de juin

C'est le grand retour du BBQ estival ! Cette année, le BBQ aura lieu le 20 juin, sur la terrasse du 1624, rue St-Hubert. Surveillez les babillards pour tous les détails, vous pouvez confirmer votre présence auprès de Laurence au 514 287-9511 poste 224



Installation des airs climatisés – maison Sylvie Arsenault

L'équipe du soutien aux immeubles sera à la maison Sylvie Arsenault le 5 juin prochain, en après-midi, afin d'installer les appareils d'airs climatisés. Si vous prévoyez être absent.es, vous pouvez le signaler au 514 287-9511 poste 230

Jardiniè.res recherché.es

Notre partenaire Sentier Urbain nous offre leur soutien pour la mise en place de jardins dans les maisons de Ma Chambre. Ils sont également à la recherche de bénévoles pour leur plateau de travail situé derrière le 1624. Si vous êtes intéressé.es, vous pouvez laisser vos coordonnées à Yannick au 514 287-9511 poste 225.



Avis de décès

Toute l'équipe de Ma Chambre offre leur plus sincères condoléances à la famille de Steven Delage (maison Duluth).



Le coin à Guy



Avis public

Quoi faire quand il fait très chaud?

Principaux symptômes à surveiller

- Épuisement
- Déshydratation (bouche sèche)
- Maux de tête
- Étourdissements
- Confusion
- Rougeur et picots sur la peau

En présence de ces symptômes, communiquez avec Info-Santé au 811.
Si de la fièvre ou des évanouissements s'ajoutent à ces symptômes, composez le 911 pour obtenir de l'aide.

Quoi faire lorsqu'il fait très chaud

- Passer du temps au frais
- Boire beaucoup d'eau
- Réduire les efforts physiques
- Porter des vêtements légers
- Prendre une douche ou un bain frais
- Prendre des nouvelles de ses proches

santemontreal.qc.ca/chaleur Québec

Babillard de nos partenaires

Le Centre de ressources pour hommes de Montréal invite les hommes de Ma Chambre à leurs cafés rencontre (virtuel ou en présence) :

Café Rencontre

JASER ENTRE HOMMES
POUR SE SOUTENIR ET
S'ENTRAIDER

VIENS REJOINDRE NOTRE
GROUPE DE GARS

Lundi : 14h à 16h (virtuel)
Jeudi : 18h à 20h (Présentiel)

Mail : info@crhmontreal.ca
Tel : 514-359-8300
Site web : https://crhmontreal.ca

Centre de ressources pour hommes

La pensée du mois

« En cette époque d'accélération, de compétition, survoltée, hyperconnectée, la lenteur est un luxe inouï, ô combien enviable. » *Bernard Pivot, journaliste français, écrivain et critique littéraire (1934-2024)*

« Il n'existe pas de meilleur exercice pour le cœur que de se pencher pour aider quelqu'un à se relever. » *John A. Holmes, diplomate canadien (1910-1988)*

« Il faut distinguer la ténacité de l'obstination : savoir insister et persévérer au bon moment, savoir aussi se retirer et renoncer quand il le faut. » *Shafiqe Keshavjee, théologien suisse (1955-...)*

Le coin des artistes



Œuvre de Marie Vaillancourt, photographiée par son frère, Pierre Vaillancourt

Poème du mois

Par Marie Vaillancourt, maison Hélène-Bastien

Les fleurs

Elles sont si jolies à regarder
Fleurs des champs
Quel magnifique spectacle

Et quel doux parfum !
Beaux souvenirs d'enfance
Lorsque je me promenais l'été
À la recherche d'un joli bouquet



Pour enjoliver la maison
Les enfants jouent au milieu des fleurs
Les marguerites sont mes préférées
Ça me rappelle l'été
Et ma tendre enfance !

Artistes recherchés

Vous avez une œuvre ou un texte à nous partager ? Vous avez vu un bon film, lu un bon livre ou découvert un nouvel endroit ? N'hésitez pas à contacter Laurence au 514 287-9511 poste 224.

