

## Des nouvelles du Chez-Nous

### INFORMATIONS GÉNÉRALES

#### Rappel | bottes d'hiver et couvre-chaussures



Afin de garder le centre propre, nous vous remercions de ne pas vous déplacer avec vos bottes d'hiver en dehors des tapis. Il est impératif de toujours les enlever ou de les recouvrir pour accéder aux salles d'activités, aux toilettes et au secrétariat. Les couvre-chaussures sont disponibles à l'accueil pour 0,50 \$.

#### Passage piéton

Les feux jaunes clignotants pour le passage piéton fonctionnent à l'énergie solaire, c'est pourquoi, lors de journées nuageuses consécutives, ils ne s'allument plus.

Il est important, en tout temps, d'attendre que les voitures soient à l'arrêt avant de vous engager sur le passage piéton, même lorsque les lumières clignotantes fonctionnent!

#### Vigilance vol

Plusieurs vols de matériel du Chez-Nous ont été constatés dernièrement. Nous vous remercions de rester vigilants et de nous aviser de tous comportements suspects.

#### Objets trouvés

Une boîte se trouve désormais à l'accueil, sous la table des casse-têtes. Nous vous remercions d'y déposer les objets égarés que vous trouveriez. Veuillez prendre note que nous ne conserverons pas les objets non réclamés depuis plus de deux mois.

### ACTIVITÉS

#### Dîner Cuisinons ensemble



Le 5 février, les participants de Cuisinons ensemble prépareront un plat et un dessert qui vous donneront l'eau à la bouche! Au menu: pad thai aux crevettes, morue, lime, lait de coco et riz au jasmin suivi d'un carré à la pâte d'amande et citron. Si le menu vous intéresse, réservez votre repas au secrétariat avant le lundi 4 février à 12 h, au coût de 6\$.

#### Comité décoration



Que pensez-vous de décorer le centre pour souligner les grands moments de l'année (Noël, St-Valentin, Halloween, etc.)? Faites-nous part de votre opinion dans la boîte à suggestions! Si un intérêt se dessine, nous pourrions organiser des ateliers de confection de décorations. Là aussi, dites-nous ce que vous en pensez!

#### Baladi – Peinture



Vous avez envie d'exprimer votre créativité avec un pinceau à la main? Il reste quelques places disponibles dans le cours de peinture à l'huile!  
Vous avez envie de danser sur des rythmes orientaux? Il reste quelques places disponibles dans le cours de baladi!  
Informations et inscriptions au secrétariat.

#### Sexologie



Ariane, stagiaire en sexologie, sera au Chez-Nous jusqu'en avril 2019, d'ici là, elle vous propose différentes activités et services, profitez-en!

- **Atelier de création de chandelles à massage**, au coût de 3\$. Il reste seulement 2 places disponibles. Le 14 février à 13 h 30 en salle 104.
- **Les 5 sens-ualité**; un atelier sur la sensualité qui vous permettra d'explorer les 5 sens. Le 26 février, à 13h30, en salle 203.
- **Rencontres individuelles**, Ariane est disponible pour vous rencontrer les mardis et jeudis au centre.
- Consulter les affiches sur le babillard vers la salle 104 régulièrement, les **lectures sexologiques** changent aux deux semaines. Profitez de cette occasion pour apprendre davantage sur divers sujets de la sexologie.

### Des nouvelles du Chez-Nous

#### Cinéma du Chez-Nous

IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR FAIRE CHIER LE MONDE !



Profitez des tarifs avantageux du Cinéma du Chez-Nous à Station Vu en découvrant des films pour la modique somme de 2 \$! Le lundi 11 février, c'est le film humoristique Les Vieux Fourneaux qui sera à l'affiche. La séance a lieu à 13 h 30, à Station Vu, les inscriptions se font au secrétariat du Chez-Nous ou à la porte le jour même.

#### Dîner communautaire avec les employés

DÎNER  
COMMUNAUTAIRE  
AVEC LES  
EMPLOYÉS



Vous souhaitez échanger avec la directrice et les employés, en apprendre davantage sur leurs rôles au Chez-Nous et sur leurs intérêts personnels? Le dîner communautaire avec les employés est l'occasion parfaite!

Rendez-vous **mardi 12 février**, en salle 104 à 11 h 45.

#### Bingo



Le rendez-vous mensuel des amateurs de bingo aura lieu vendredi 22 février à 13 h.

### ÉVÉNEMENTS

#### Aînés et transactions financières en toute sécurité



Cette conférence permettra aux participants d'améliorer leurs comportements en matière de finances personnelles et de bien se protéger quant aux abus et à la maltraitance financière.

Durant ces 2 heures, l'organisme Option consommateurs abordera notamment les risques liés aux paiements par carte de crédit ou par internet, les risques de vol d'identité, les enjeux en lien avec la procuration et le compte conjoint.

Le **26 février**, de 10 h à 12 h. Places limitées, inscriptions au secrétariat.

#### Clinique d'impôts gratuite au Chez-Nous de Mercier-Est



Besoin d'aide pour remplir votre déclaration de revenus? Des bénévoles du Chez-Nous de Mercier-Est vous aideront gratuitement dans cette démarche (contribution volontaire appréciée).

La clinique aura lieu **les lundi 4, 11, 18 et 25 mars 2019** au Chez-Nous. Cette clinique s'adresse aux personnes de 55 ans et plus habitant le quartier de Mercier-Est et ayant un revenu inférieur à 25 000 \$ pour une personne seule et 30 000 \$ pour un couple.

Inscrivez-vous au secrétariat dès le 4 février afin d'obtenir un rendez-vous. Les places sont limitées.