

Mon petit



cosmass
COMMUNAUTÉ OUVERTE ET SOLIDAIRE POUR
UN MONDE OUTILLÉ, SCOLARISÉ ET EN SANTÉ
— MRC de la Matapédia —

Partenaire

Bulletin d'information de COSMOSS -9 mois à 30 ans de La Matapédia

Numéro 127 -> 27 novembre 2013

Rencontres de cette semaine

28 novembre

Rencontre régionale Solidarité et Inclusion sociale

29 novembre

Comité en psychomotricité avec le CAMEF

30 novembre

Formation STELLA

1^{er} décembre

Journée des familles d'hiver d'Amqui

3 décembre

Formation STELLA

4 décembre

Comité -9 mois à 5 ans
GT Opération Septembre

3 décembre

Formation STELLA

2 décembre

Comité Vieillir en santé

Mise en candidature
jusqu'au
6 décembre



Le Gala
PRISM
vise à
mettre à
l'avant-

scène les réalisations
et les implications des jeunes
Matapédiens de 12 à 35 ans.

Pour les détails :

www.tremplintravail.com
ou 418 629-2572.

Voici la
programmation
de vos

Journées des familles d'hiver!

AMQUI

Dimanche 1^{er} décembre

Organisée par le Service des loisirs d'Amqui
et la Maison des jeunes.

À l'aréna :

13h à 14h15 **Patinage familial libre**

À la piscine :

13h30 à 14h30 **Bain familial**

Au Centre Récréatif :

13h30 à 15h15 **Bricolage de Noël** avec Lili
et Cricki les abeilles, **structure gonflable**, **jeux libres**
et **maquillage**

13h45 **Conte de Noël**

14h **Collation santé** et
Bingo cadeau inter-
générationnel et **Père Noël**

15h **Prix de présence**

VAL-BRILLANT

Samedi 7 décembre

Organisée par la Municipalité de Val-Brillant.

À la Cédrière :

10h30 **Conte de Noël, bricolage de Noël** avec Cricki l'abeille
et **maquillage**.

11h30 **Dîner santé** « Fabriquez vos
sandwiches wrap » : gratuit
pour les jeunes, les adultes
doivent apporter leur lunch

13h **Jeux extérieurs**

14h30 **Spectacle de Noël** : Venez
rencontrer le pirate Jack Sparrow
et participer à ses aventures!

15h15 **Arrivée du Père Noël**

CAUSAPSCAL

Dimanche 8 décembre

Organisée par le Service des loisirs de Causapscal, le centre Écllosion, l'école St-Rosaire et la Maison des jeunes.

**Au Centre Sportif
(salle en haut de l'aréna) :**

13h **Jeu « Une minute pour gagner de Noël »** animé par la Maison
des jeunes, **maquillage** et
Bricolage de Noël avec Lili et
Cricki les abeilles

14h30 **Collation** : chocolat chaud,
fruits, petits gâteaux

15h **Spectacle de Clopin Lanouille
et Monsieur Nono** : le Cirque
catastrophe de Noël

16h **Arrivée du Père Noël** et
Tirage des **prix de présence**

SAYABEC

Dimanche 8 décembre

Organisée par le Service des loisirs de Sayabec.

Au Centre communautaire :

10h **Spectacle de Clopin Lanouille
et Monsieur Nono** : le Cirque
catastrophe de Noël, suivi d'auto-
graphes et de prises de photos

Au Centre sportif David-Pelletier :

13h30 **Disco familiale sur glace** avec
DJ, **chocolat chaud** et **prix de
présence**

Toutes ces belles activités sont
GRATUITES!

Pour ne rien manquer, rendez-vous sur la page Facebook
COSMOSS Matapédia ou le site www.cosmass.qc.ca/matapedia



J'aime

MERCI!

MERCI!



MRC de la Matapédia

Annie Chabot Langlois,
17 ans,
d'Amqui



Opération Persévérance a été lancée à l'hiver 2010 et compte maintenant plus de 80 « Employeurs Engagés », c'est-à-dire des entreprises qui emploient des étudiants à temps partiel, favorisant la conciliation Études-Travail. Pour remercier ces « Employeurs Engagés », des étudiants leurs rendent hommage!

Je joue au hockey depuis plus de 10 ans et je fréquente le CMEC afin de réaliser mon rêve d'être ambulancière.

Je travaille au restaurant McDonald's depuis maintenant 1 an et je tiens à les remercier, car ils me permettent de concilier Études-Travail. Mon employeur est très flexible sur mon horaire, car il l'ajuste tant au niveau de mes études mais aussi au niveau du hockey. Merci Restaurant McDonald's »

Aide-moi
à entrer à l'école!

Activités = 1 heure
physiques par jour



Utilisez les mots suivants
le plus possible :

Breve. Je suis fier de toi. Félicitations.
Continue. Tu es persévérant, etc.

La relaxation
avant les dodos

C'est beaucoup plus
relaxant que la télévision,
l'ordinateur et les jeux vidéo
avant de dormir.
Tu ne trouves pas?



En plus,
on passe un
beau moment
à toutes les
assemble!

Bien s'habiller
à chaque saison



Au cours des prochains jours, toutes les familles ayant un enfant fréquentant la maternelle recevront ce petit feuillet d'informations sous forme de bande dessinée.

Cet outil contient des conseils sur la routine, les saines habitudes de vie, etc., qui conviennent à un enfant de maternelle. Ils pourront le fixer à leur frigo à l'aide de l'aimant qu'ils ont reçu à la fin juin. Cet outil est le 2^e d'une série de 4. Le premier a été distribué en septembre et les autres suivront aux cours de l'année scolaire.

Cette action s'inscrit dans la
suite de la démarche **Aide-moi
à entrer à l'école!**



Rendez-vous des familles
sur notre page Facebook



WWW.COSMOSS.QC.CA

Par votre agente COSMOSS : Myriam Landry, mlandry@csmm.qc.ca