

Mon petit



cosmoss
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 166 → 25 février 2015

Semaine de relâche en famille!

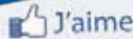
Rencontres
des prochaines
semaines

- 25 février : Comité Psychomotricité du CAMEF
- 26 février : CLC
- 28 février au 8 mars : Semaine de relâche en famille
- 1^{er} mars : Maximum pour l'inscription au Défi Santé 5/30
- 5 mars : GT Évaluation
- 8 mars : Journée internationale des femmes
- 12 mars : Comité Opération septembre et CRC/CLC Rimouski
- 13 mars : GT Santé mentale et Dépendances

La programmation complète est disponible sur la page Facebook COSMOSS Matapédia et sur le site www.cosmoss.qc.ca/calendrier



facebook



Défi Santé
5/30 Équilibre



DEVENEZ
CHAMPION
DE VOTRE SANTÉ

Pour connaître tous les détails et les activités gratuites disponibles, rendez-vous sur la page Facebook :

DÉFIEZ LA VALLÉE!

Inscription gratuite au defilavallee@icloud.com ou sur la page Facebook de Défi La Vallée!

Nouvelle initiative matapédienne!

Défi Santé mars 2015 - Matapédia

Dans le cadre du Défi Santé 5/30 Équilibre, plusieurs partenaires ont répondu favorablement à l'invitation de rendre leurs activités disponibles GRATUITEMENT à toutes personnes inscrites au Défi Santé 5/30.

Vous avez jusqu'au 1^{er} mars pour vous inscrire : www.defisante.ca

Il est important de présenter sa confirmation d'inscription au Défi Santé 5/30 pour avoir droit à la gratuité!

Nous aussi on veut notre BILAN DE L'ANNÉE 2014

6^e Partie



Vous trouverez dans les prochains bulletins un retour sur l'année 2014. Ce bilan présentera, à tour de rôle, **les sept orientations** au plan d'action COSMOSS et les actions réalisées au courant de l'année!

Pour en savoir plus : cosmoss.qc.ca/matapedia

6.

Favoriser une intégration sociale et professionnelle durable

- Lors de la **Journée internationale de la Paix**, le 21 septembre, plusieurs partenaires offrent des activités, comme par exemple à l'école St-Rosaire : la traditionnelle marche de la paix pour tous les élèves de la maternelle à la 6^e année qui se déroule dans le Parc municipal.
- Le **Plan de cheminement vers l'autonomie des 16-24 ans** est disponible. Malheureusement les partenaires demandent à l'instance régionale un soutien au local pour une bonne mise en place et une technique d'utilisation. À suivre 2015!



Journée internationale des femmes « Libérons nos corps et nos territoires »

À l'occasion de la Journée internationale des femmes, toutes les Matapédiennes sont invitées à assister à un après-midi d'activités uniques et gratuites, **le 8 mars de 13h30 à 16h**, à la salle de spectacle de la Microbrasserie la Captive d'Amqui. Pour l'occasion, la présidente d'honneur, Marie-Andrée Mathieu, accompagnée de ses deux filles, se prêtera à une transformation beauté pour illustrer la thématique : Libérons nos corps et nos territoires.

En plus de la transformation, vous profiterez de témoignages de femmes, de musique avec Pierrette Rioux, d'humour avec Francine Belzile, de breuvage, de grignotines et d'autres surprises.

C'est donc l'occasion de fêter et de participer avec nous à l'amélioration des conditions de vie des femmes de notre région. Venez en grand nombre réfléchir sur le mouvement des femmes en vous amusant.



Le comité organisateur

Veillez prendre note que votre bulletin hebdomadaire Mon petit Partenaire prendra lui aussi «relâche» pour les deux prochaines semaines : retour le 18 mars!

Rendez-vous des familles
sur notre page Facebook
COSMOSS Matapédia



COSMOSS.QC.CA

Par votre agence COSMOSS : Myriam Landry, milandry@csmm.qc.ca