

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 145 -> 30 avril 2014

Projet d'Accès à la culture pour les familles RÉALISÉ!

Le 28 mars dernier, différentes familles du CSSS, des Grands Amis et de la Maison des familles de la Matapédia ont été invitées à une activité culturelle à la Cabane à sucre.

Grâce au projet d'Accès à la culture pour les familles vulnérables de la Conférence régionale des éluEs, ce sont **140 enfants et leurs parents** qui ont pu partager un repas convivial et se sucrer le bec en famille! Ils ont aussi découvert les installations, participé à un quiz et profité du beau temps! Merci à La sucrerie Gagné pour l'accueil!



Rencontres de cette semaine



30 avril

GT Stimulation langagière

1^{er} mai

CAMEF

3 mai

Formation STELLA

6 avril

Groupe de réseautage Dépendances



Semaine des familles dans la Vallée!



Voici les dates des activités GRATUITES dans votre municipalité :

AMQUI

samedi 10 mai et dimanche 11 mai

CAUSAPSCAL
samedi 10 mai

SAYABEC
mercredi 14 mai

SAINTE-IRÈNE
samedi 17 mai

VAL-BRILLANT
samedi 17 mai

Durant la
Semaine Québécoise
des familles,
du
10 au 18 mai,
La Matapédia
pense famille!

Pour tous les détails des activités, visitez :

cosmass.qc.ca/matapedia

ou la page de COSMOSS Matapédia



facebook

J'aime

Prendre soin de sa santé mentale est aussi important que manger sainement ou faire de l'exercice! À l'ère où on entend quotidiennement « je n'ai plus le temps, quelque chose m'échappe », **Rayon de Partage vous invite à « Prendre une pause parce que ça du bon ! »** dans le cadre de la *Semaine Nationale de la santé mentale* du 5 au 11 mai.



Lundi 5 mai et Mardi 6 mai

Exposition de peinture sur bois et sur toile

Oeuvres réalisées par les participants des ateliers de peinture.

À la Friperie de la Rivière, 57, rue du Pont, Amqui de 9h30 à 17h30

Portes ouvertes

Café, jus, muffins gratuits. Venez prendre une pause avec nous !

À Rayon de Partage, de 9h à 12h et 13h à 16h30

GRATUIT

Mercredi 7 mai

Atelier «Viens prendre une pause...»

Pour te ressourcer , te retrouver, faire le plein d'énergie et réduire le stress. Pour changer de rythme, respirer et vivre le moment présent. Pour entendre l'être humain en toi, rire et t'amuser...

À 13h30 (**Inscription avant le mardi 6 mai**)

Animation par Lise et Micheline, au sous-sol de l'organisme

Gratuit

Vendredi 9 mai

Dîner spaghetti

Incluant breuvage et dessert, prix de présence et plaisir garanti!

À Rayon de Partage, dès 12h au coût de 5 \$.

Nombre de place limitées, billets disponibles dès maintenant.

Pour toute information :
418-629-5197

Rendez-vous des familles
sur notre page Facebook



WWW.COSMOSS.QC.CA

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

