

Infolettre *Rond Point*

Bulletin mensuel de la CDC Rond Point

Février 2019 Volume 1



Bonjour à tous,

Le mois de février, marque le retour parmi nous de Sylvie Filiou à titre de directrice de la CDC Rond Point.

Un immense merci à tous les participants et participantes d'être venu au déjeuner-causerie du mois de janvier. Merci également à Mme Geneviève Carrier de ENVIRO ÉDUC ACTION d'avoir pris le temps de discuter avec les gens présent à propos de gestion écoresponsable de nos organismes.

Prenez note que le prochain déjeuner-causerie aura lieu le 21 février 2019 au restaurant O'Max situé au 845 chemin de Masson à Gatineau. Le déjeuner sera l'occasion de discuter avec l'équipe d'attachés politique de Mathieu Lacombe, Député de Papineau, Ministre de la Famille et Ministre responsable de l'Outaouais, en vue de sa venue au ROM 2019. Vous êtes invités à venir leur présenter vos grands enjeux afin de bien préparer le ministre à une discussion constructive lors de la rencontre des organismes membres qui aura lieu le 19 Mars prochain à la Salle municipale de L'Ange Gardien.

Merci et bon mois à tous!

Sommaire

Services :

- Carrefour jeunesse-emploi Papineau, soutien à l'employabilité
- Option Femmes Emploi, bilan de compétences
- La mie de l'entraide, nouveau dépliant
- Centre Alpha Papineau, soutien en alphabétisations et la formation aux adultes
- La mie chez vous, soutien en formation, réinsertion et insertion professionnelle
- S.O.S Contact Al-To inc., services confidentiels pour personne en difficulté

Ateliers, conférences et rencontres:

- CDC Ront Point, Déjeuner-Causerie de Février
- CDC Rond Point, Formation sur l'éthique et la gouvernance dans les organismes communautaires
- APVDC, Calendrier de Février
- AQETA, atelier d'information sur le TDAH
- CAGA, Cuisine-partage : Pour les hommes
- CAGA, Cuisine-partage: Pour les femmes
- CAGA, Cuisine-partage: Découvertes culinaires
- Centre Alpha Papineau, Lecture de conte (Val-des-Bois)
- Centre Alpha Papineau, Lecture de conte (bibliothèque Manise-Morin)

Offres d'emplois

- Centre Actu-Elle



Choix de carrière



Retour aux études



Recherche d'emploi



Éducation financière



Persévérance scolaire



Projets et expérience



Prédémarrage d'entreprise

CARREFOUR
jeunesse-emploi
PAPINEAU
Depuis 1996

cjepapineau.qc.ca

 /cjepapineau

Gatineau (secteur Buckingham)
112, rue Maclaren Est
cjepapineau@cjepapineau.qc.ca
819 986-5248

Saint-André-Avellin
106, rue Principale
cjepaps@cjepapineau.qc.ca
819 983-4135

Action
Emploi
Papineau inc.
Depuis 1986

S'adresse aux 16 ans et plus

**Tu tournes en rond? Peu importe ta situation,
le CJEP est là pour te guider!**

CARREFOUR
jeunesse-emploi
PAPINEAU
Depuis 1996

Québec 



OPTION FEMMES EMPLOI



BILAN DE COMPÉTENCES

Un programme pour les femmes cherchant un emploi, désirant faire une réorientation de carrière ou réintégrer le marché du travail.

- ▶ Cerner un projet professionnel
- ▶ Passer un test psychométrique
- ▶ S'approprier les méthodes et stratégies de recherche en emploi
 - Curriculum Vitae et lettre de présentation
 - Techniques d'entrevue
- ▶ Sensibiliser et explorer des choix professionnels dans les emplois traditionnellement masculins

365, boul. Gréber, bureau 203
Gatineau (Québec) J8T 5R3

4 JOURS / SEMAINE
4 SEMAINES



INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT !

ofe@femmesemploi.qc.ca
optionfemmesemploi.qc.ca
819 246-1725

Avec la contribution financière de :



Aide et entraide
alimentaire



La Mie de l'entraide

Banque alimentaire

129, rue Joseph
Gatineau (secteur Buckingham)
819-281-3231

lamiedelentraide@videotron.ca



La mie de l'entraide



La Mie de l'entraide

est un organisme communautaire
visant à aider temporairement
les personnes dans le besoin qui
résident sur notre territoire.

Secteurs desservis :

Buckingham
Masson-Angers
L'Ange-Gardien
Mayo, Mulgrave-et-Derry
et Lochaber-Partie-Ouest

On est ici



DÉPANNAGES ALIMENTAIRES

- Trois dépannages par année
- Un dépannage de la réussite par mois pour les étudiants (preuve à l'appui)
- Boîte à lunch (enfants)
- Livraison disponible pour les personnes éloignées

Certains documents seront demandés pour toutes les personnes vivant à la même adresse.

Si le besoin est plus grand, un rendez-vous avec une personne responsable est requis.



Partenaires



Centraide
Outaouais
Nous tous, ici



MOISSON
OUTAOUAIS
LA BANQUE ALIMENTAIRE RÉGIONALE



Desjardins
Caisse du Cœur-des-vallées

Coopérer pour créer l'avenir

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec



La Mie de l'entraide Heures d'ouverture

Bureau

Du lundi au vendredi
8h00 à 16h00

Fermé de midi à 13h00 tous les jours

Dépannage

Lundi 13h15 à 15h00

Mardi au vendredi

9h00 à 15h00

Fermé de midi à 13h00 tous les jours

* Notez que les heures d'ouverture
peuvent être modifiées sans préavis.

Sur rendez-vous seulement (par
téléphone, Facebook ou sur place).
Vous devez nous contacter à
l'avance.



Frigo anti-gaspillage

Dépannage libre-service

Jardin communautaire



Dons

Si vous appuyez notre
mission, des dons de denrées
et d'argent seraient appréciés.

Apprendre **à lire, à écrire et à compter,** **c'est POSSIBLE**



Au centre Alpha Papineau

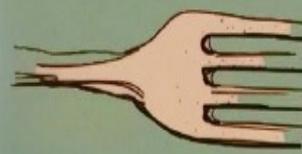
Nous offrons de la **formation de base** en **français** et en **mathématique** aux personnes de 16 ans et plus

- **Tu veux terminer ton école primaire**
- Tu veux faire un semi spécialisé
- **Tu veux participer aux lectures de conte avec ton enfant (de 0 à 5 ans)**
- Aide préparatoire aux tests TDG et TENS
- **C'est possible au 819 986-7506**

Il n'y a pas d'âge pour apprendre!

www.centrealphapapineau.org

Formation, Réinsertion et Insertion Professionnelle

 LA MIE
chez vous

Service de restauration
&
Traiteur communautaire



Au fait! À la Mie chez vous, on y fait quoi exactement?

Formation, Réinsertion et Insertion professionnelle.

La Mie chez vous est un organisme communautaire qui s'inscrit dans le cadre de l'économie sociale. Cet organisme permet une réinsertion ou une insertion professionnelle via la formation pratique de la cuisine à des personnes en situation de grande vulnérabilité et de précarité.

Les personnes travaillent pour des écoles, résidences pour aînés et en plus l'organisme offre un service de traiteur. En plus de faire la cuisine, les personnes sont valorisées par leurs compétences acquises lors de leur expérience en cuisine et peuvent recevoir une Certification en qualité de cuisiniers-ère avec le partenariat d'Emploi-Québec.

Faire travailler les personnes à la Mie chez vous, c'est permettre une réinsertion voir une insertion durable d'une personne qui était en situation de précarité.

Notre organisme croit beaucoup à l'entraide, à la mutualisation des efforts, à l'esprit communautaire. Depuis sa création en qualité d'organisme communautaire autonome, le 21 juin 2017, la Mie chez vous a permis déjà à plusieurs personnes de retrouver un emploi. Leur réinsertion et insertion professionnelle fait notre fierté.

Si vous cherchez un repas pas cher dans un restaurant communautaire, vous pouvez venir au 94, rue Saint-Denis à Saint-Denis (Salle à manger des Habitations Sanscartiers). Le repas comprend une entrée, un plat de résistance et un dessert, thé ou café inclus.

**M-ADO
Jeunes**



**SOS
CONTACT**



M-Ado Jeunes
Maisons des jeunes du secteur Est de Gatineau

S.O.S. Contact Al-To
Être responsable, c'est être conscient des risques.

S.O.S. Contact Al-To inc. est un organisme communautaire desservant le territoire de la Basse Lièvre

Nous offrons des services confidentiels aux personnes vivant une difficulté personnelle ou familiale liée à la dépendance.

- * Service d'accueil téléphonique confidentiel
- * Rencontre individuelle (jeune et adulte)
- * Un intervenant jeunesse circule dans les parcs, les rues et les différentes maisons des jeunes et vise à éduquer les adolescents aux différentes réalités auxquelles ils sont confrontés.
- * Ateliers et conférences sur la légalisation du cannabis



PRÉOCCUPÉ par votre consommation de drogue/d'alcool ou celle de votre ado?

3 jeunes sur 4 auront essayé la drogue à l'âge de 18 ans.
Environ 5 % en développeront une dépendance.

CONSULTATIONS CONFIDENTIELLES ET GRATUITES - 819 281-2570



S.O.S. Contact Al-To est un organisme communautaire jeunesse/famille de prévention et d'éducation en dépendance. Nous visons la **responsabilisation par la réduction des risques** et nous rappelons que seule la non-consommation permet de les éviter.

**SOS
CONTACT**

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais

Québec





**Déjeuner-Causerie avec
l'équipe de**

**MATHIEU
LACOMBE**

**Député de Papineau
Ministre de la Famille et
Ministre responsable de
l'Outaouais**

**RESTAURANT O'MAX
JEUDI LE 21 FÉVRIER @ 8H00**

RSVP: CDCRONDPOINT@VIDEOTRON.CA

Éthique et gouvernance dans les organisations communautaires



DANIEL LAPOINTE

À titre de consultant et de formateur, Daniel Lapointe compte parmi ses clients le Collège des administrateurs de sociétés, le Centre Saint-Pierre, l'Institut des administrateurs de sociétés (section Québec), le Y des femmes de Montréal, Concertation Montréal, et plusieurs d'autres. Il possède près de 30 ans d'expérience au sein du secteur sans but lucratif.

Daniel Lapointe est l'auteur du livre *La gestion philanthropique*, guide pratique pour la collecte de fonds, publié aux Presses de l'Université du Québec en 2013. Il est également le co-auteur, avec Jean-Paul Gagné, du livre *Améliorez la gouvernance de votre OSBL*, un guide pratique, publié chez Les Éditions Transcontinental en 2016.

Daniel Lapointe détient un MBA de HEC Montréal et une maîtrise en science politique de l'Université du Québec à Montréal. Il est membre de la Société canadienne des directeurs d'association, de l'Association des professionnels en gestion philanthropique et de l'Association of Fundraising Professionals. Il a également été membre du comité consultatif d'Imagine Canada, l'organisme dont le mandat consiste à promouvoir la contribution des OSBL à la société canadienne.

De nos jours, les OSBL avant-gardistes adoptent des politiques et des processus visant à favoriser un comportement éthique et une saine gouvernance. Les attentes du public sont plus élevées que jamais à cet égard

Objectifs

- Comprendre les notions élémentaires de saine gouvernance et leur impact sur la performance organisationnelle.
- Connaître les politiques couramment adoptées par les OSBL avant-gardistes pour favoriser la création d'un cadre éthique.
- Se familiariser avec les principaux enjeux de gouvernance dans les OSBL d'aujourd'hui.

Thèmes abordés

- Gestion des conflits d'intérêts
- Politique pour favoriser la dénonciation d'actes inappropriés
- Code d'éthique,
- Confidentialité et transparence.
- Relations entre le conseil d'administration et les membres de l'équipe
- Rôles respectifs du président du conseil et du directeur général
- Comités et politiques du conseil d'administration
- Prises de position sur des enjeux politiques

Renseignements

À qui s'adresse l'atelier : aux gestionnaires et membres du C.A.

Date : 18 Mars 2019

Durée : de 9 h à 16 h

Lieu : 57, chemin de Montréal Est, Gatineau (Québec) J8M 1K3

Inscription

Coût : 50 \$ par participant

Date limite d'inscription : 1er Mars 2019

Pour vous inscrire : www.cdcrondpoint.ca/inscription.html



CORPORATION DE
DÉVELOPPEMENT
COMMUNAUTAIRE
ROND POINT



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
					1	2
3	4	5 <ul style="list-style-type: none"> • Qi gong 10-11 • Biomécanique du cou 13-14 	6 <ul style="list-style-type: none"> • Relaxation 11-12 • Ateliers créatifs 13-15 • Cours de guitare 13-15 	7 <ul style="list-style-type: none"> • Yoga 10-11 • Peinture 13:15-15:15 	8 <ul style="list-style-type: none"> • Déjeuner 10:30 	9
10	11	12 <ul style="list-style-type: none"> • Qi gong 10-11 • Biomécanique du cou 13-14 • Groupe d'entraide 19-21 	13 <ul style="list-style-type: none"> • Atelier de chocolat 9-12 • Relaxation 11-12 • Ateliers créatifs 13-15 • Cours de guitare 13-15 	14 <ul style="list-style-type: none"> • Yoga 10-11 • Peinture 13:15-15:15 	15	16
17	18	19 <ul style="list-style-type: none"> • Gestion fibromyalgie...9:30-11:30 • Qi gong 10-11 • Biomécanique du cou 13-14 	20 <ul style="list-style-type: none"> • Relaxation 11-12 • Ateliers créatifs 13-15 • Cours de guitare 13-15 	21 <ul style="list-style-type: none"> • Yoga 10-11 • Peinture 13:15-15:15 • Conférence Agence du revenu Canada 14-16 	22	23
24	25	26 <ul style="list-style-type: none"> • Gestion fibromyalgie...9:30-11:30 • Qi gong 10-11 • Groupe d'entraide 19-21 	27 <ul style="list-style-type: none"> • Relaxation 11-12 • Ateliers créatifs 13-15 • Musique libre 13-15 	28 <ul style="list-style-type: none"> • Yoga 10-11 • Peinture 13:15-15:15 		

❁ Possibilité de paiement en 2 ou 3 versements ❁

Date	Heure	Activité	Description	Lieu	Cout	Offert par :
Du lundi au vendredi Samedi et dimanche sur demande	10 h 00 à 20 h 00	Masso thérapie	Service de massothérapie et aromathérapie avec M. Bernard Plouffe - massothérapeute	Local 211	40 \$ / membres 70 \$ / non membres Argent comptant—Intérac—Visa—Mastercard	APVDC ET EO Pour rendez-vous, réserver auprès du massothérapeute: 819-665-9117
5-12-19-26	10 h 00 à 11 h 00	Qi gong	Le Qi gong est un ensemble de mouvements continus et circulaires avec M. Marc Séguin	40-50 Boul. Sacré-Cœur	70 \$ / 10 cours (Payable avant le début des cours) Impromptu: 10\$	APVDC ET EO Pour inscription: 819-246-4932
5-12-19	13 h 00 à 14 h 00	Atelier « Biomécanique du cou et sa gestion au quotidien »	Atelier éducatif visant à mieux comprendre les douleurs cervicales et d'établir plusieurs stratégies afin de mieux les gérer. Avec Vincent Paré (CERSO)	Local 205	75 \$ / 5 séances (Payable avant le début des cours)	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
6-13-20-27	11 h 00 à 12 h 00	Relaxation	Séance de relaxation avec Mme Lynda Pilon	Local 113	Gratuit	EO Pour inscription: 819-595-3331
6-13-20	13 h 00 à 15 h 00	Cours de guitare	Cours de base de guitare. Venez vous amuser avec nous. Apportez votre guitare. Possibilité d'emprunt sur demande. Avec Bernard Plouffe	Local 01	Gratuit (places limitées) Maximum 8 participants	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
6-13-20-27	13 h 00 à 15 h 00	Ateliers créatifs Projets du mois: • 6 fév. - Travail à l'encre de Chine • 13 fév. - Transfère d'image sur chandelle • 20 fév. - Sac cadeau • 27 fév. - Scrapbooking	Venez développer votre créativité dans la convivialité. Accessible à tous. Chaque mois, un thème différent sera choisi, et vous repartez avec votre projet lorsque celui-ci est terminé. Animatrice : Lynda Pilon	Local 205	Gratuit	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
7-14-21-28	10 h 00 à 11 h 15	Yoga	Ensemble d'exercices lents pour relaxer son esprit tout en agissant sur l'harmonie du corps. Avec Véronique Dion	115, Boul. Sacré-Cœur (église)	80\$ / 10 cours (Payable avant le début des cours) Impromptu: 12\$	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
7-14-21-28	13 h 15 à 15 h 15	Peinture	Projet créatif permettant de travailler vos objectifs personnels.	Local 205	Gratuit (places limitées) Maximum 10 participants	APVDC ET EO Pour inscription: 819-246-4932
8	10 h 30	Déjeuner Causerie	Joignez vous à nous pour dégustez un bon repas en bonne compagnie	Au restaurant La Creppa 106, boul. Gréber, Gatineau	Votre facture	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
12-26	19 h 00 à 21 h 00	Groupe d'entraide	Groupe animé par Madame Johanne Jussaume	Local 114	Gratuit	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
13	9 h 00 à 12 h 00	Atelier confection de chocolat	Venez fabriquer vos propres chocolats afin de les offrir à un être cher ou pour un cadeau à soi-même.	Local 01	10 \$ / 1 ensemble 15 \$ / 2 ensembles	EO Pour inscription: 819-595-3331
19-26	9 h 30 à 11 h 30	Atelier «Gestion de la douleur reliée à la fibromyalgie»	Intervention auprès de personnes devant vivre avec la fibromyalgie. Avec M. Sylvain Lefebvre (Un minimum de 8 participants est requis pour que le cours est lieu)	Local 205	70 \$ / 6 rencontres (Payable avant le début des cours)	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
21	14 h 00 à 16 h 00	Conférence: Agence du revenu Canada	Conférence d'information sur les mesures fiscales quant à la production d'une déclaration de revenus, l'admissibilité aux prestations et crédits pour les personnes à faible revenu, de nouveaux arrivants, des personnes âgées, des étudiants et des personnes handicapées.	Local 114	Gratuit	APVDC Pour inscription: 819-246-4932
27	13 h 00 à 15 h 00	Musique libre (Jam)	Vous jouez d'un instrument, joignez vous à nous pour un après-midi tout en musique. Animateur: Bernard Plouffe	Local 01	Gratuit	APVDC Pour inscription: 819-246-4932

Conférence, activités et ateliers

ATELIER: GESTION DE LA DOULEUR RELIÉE À LA FIBROMYALGIE

Animateur: Sylvain Lefebvre

Date: 19 février au 26 mars 2019

Heure: 9 h 30 à 11 h 30

Lieu: 205-115 boul. Sacré-Cœur, Gatineau

Cout: 70 \$ / 6 rencontres (*Payable avant le début des cours*)

(Un minimum de 8 participants est requis pour que le cours est lieu)

ATELIER DE CONFECTION DE CHOCOLAT

Animateur: Matthieu Parisien

Date: 13 février 2019

Heure: 9 h 00 à 12 h 00

Lieu: 01-115 boul. Sacré-Cœur, Gatineau

Cout: 10 \$ / 1 ensemble ou 15 \$ / 2 ensembles

CONFÉRENCE : AGENCE DU REVENU CANADA

Conférence d'information sur les mesures fiscales quant à la production d'une déclaration de revenus, l'admissibilité aux prestations et crédits pour les personnes à faible revenu, de nouveaux arrivants, des personnes âgées, des étudiants et des personnes handicapées.

Animateur: Janet Avery

Date: 21 février 2019

Heure: 14 h 00 à 16 h 00

Lieu: 114-115 boul. Sacré-Cœur, Gatineau

Cout: Gratuit

À venir

Ateliers de gestion de douleur

«La douleur lombaire et sa gestion au quotidien»

Ateliers de croissance personnelle

«Je m'accueille, je m'aime, je suis»
«Gestion de l'anxiété» (mars)

Conférences

«Conférence sur l'alimentation»

Activités sociales

«Brunch à la Cabane à sucre Ti-Mousse»

Collecte de fonds

«25^e anniversaire de l'APVDC»
«Soirée Casino»

**Ça vous intéresse, veuillez réserver votre place dès maintenant
au [819-246-4932](tel:819-246-4932) ou à info@apvdc.ca**

Ententes de services

MASSOTHÉRAPIE & AROMATHÉRAPIE

Ce service est offert par M. Bernard Plouffe – Massothérapeute

La massothérapie est une technique naturelle qui a pour but de soulager le stress, les tensions et les douleurs musculaires. Selon les maux, le massothérapeute va utiliser différentes techniques de massage.

L'aromathérapie est une méthode utilisant les huiles essentielles des plantes pour soigner divers maux. Les huiles essentielles ont une action thérapeutique pour les toux, les maux de tête, l'insomnie et les troubles digestifs.

Date : du lundi au vendredi de 10 h 00 à 20 h 00, samedi et dimanche sur demande

Lieu : local 211

Cout : Membre APVDC / EO : 40 \$ et non membre 70 \$, argent comptant –Interac–Visa –Mastercard

Pour prendre rendez-vous : 819-665-9117

LE CODE DE L'ARC-EN-CIEL

Monique Marion et Denise Lauzon offrent à nos membres une heure de massage d'une valeur de 80 \$ au prix de 60 \$ en tout temps, l'option 30 minutes s'applique au prix de 30 \$, cette offre s'applique au membre de l'APVDC sur présentation de votre carte membre.

Pour prendre rendez-vous : Monique Marion au 819-210-0544 et Denise Lauzon au 819-643-3663 ou par courriel à info@therainbowcode.ca, denlaze@hotmail.com ou en personne au 395, rue Main, bureau 204, Gatineau, Québec J8P 5K6. Stationnement gratuit à l'arrière et accessible aux personnes à mobilité réduite. www.therainbowcode.ca

SERVICE DE THÉRAPIE INDIVIDUELLE

Monsieur Fontaine priorisera les membres de l'APVDC. Le service de thérapie individuelle est offert au cout de cinquante dollars (50\$) de l'heure. Prenez rendez-vous avec monsieur Fontaine au 819-930-2061 ou par courriel à fontainc22@gmail.com

Les paiements se font directement à monsieur Fontaine.

SERVICE DE CHIROPRACTIE

La chiropractie est une pratique sécuritaire et non douloureuse. Dr Éric Périard vous offre une consultation gratuite ainsi qu'un rabais de 25 % sur les prix réguliers de 32 \$ la visite.

Lieu : 91, rue Laval (Vieux-Hull). Pour prendre rendez-vous : 819-771-8700

CERSO

Des rabais allant entre 15 à 25 % sont offerts aux membres de l'APVDC pour différent service professionnel comme la Naturopathie, kinésiologie, massothérapie, kinésithérapie et d'ortho thérapie.

CERSO, Clinique d'évaluation et de réadaptation spécialisée de L'Outaouais, clinique interdisciplinaire ayant comme service de la kinésiologie (exercices), de la physiothérapie et de l'ergothérapie.

Situé au 2-361, boulevard Maloney Ouest, Gatineau (Québec) J8P 7E9

Pour prendre rendez-vous : Vincent Paré au 819-893-6099.

Aucun remboursement pour les annulations aux activités ;

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Le cas échéant: un crédit de valeur égale ou moindre vous sera accordé à un atelier ou une activité de votre choix au programme de L'APVDC, et ce, avant la date limite du : **31 mars 2019**

Attention :

Tout crédit non utilisé après la date butoir sera annulé et servira en tant que don à l'organisme.

La Direction



Ateliers d'information Pour parents d'enfants vivant avec un TDAH

ATELIERS	SECTEUR HULL	SECTEUR GATINEAU
Atelier 1	22 janvier 2019	26 mars 2019
Atelier 2	29 janvier 2019	2 mars 2019
Atelier 3	5 février 2019	9 mars 2019
Atelier 4	12 février 2019	16 mars 2019

Atelier 1 : Le TDAH : Pourquoi la médication	<ul style="list-style-type: none"> • Être familiarisé à l'hypothèse neurobiologique du TDAH et à la notion des fonctions exécutives. • Être familiarisé à l'importance et à l'efficacité de l'intervention multimodale. • Être familiarisé avec la nature du TDAH, ses manifestations, ses problèmes associés et ses impacts. • Être familiarisé au mode d'action des différents médicaments ainsi qu'aux effets secondaires.
Atelier 2 : La relation/l'encadrement partie 1	<ul style="list-style-type: none"> • Être sensibilisé à différentes dimensions du développement de l'enfant. • Être sensibilisé à l'importance d'une relation affective de qualité avec l'enfant vivant avec un TDAH.
Atelier 3 : La relation/l'encadrement partie 2	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre connaissance des différents outils afin de faciliter l'encadrement à la maison. • Selon ses capacités, sélectionne et choisit de mettre en pratique des outils recommandés.
Atelier 4 : Collaboration école, famille et communauté	<ul style="list-style-type: none"> • Être sensibilisé à l'importance de la collaboration entre les parents et les différents milieux de vie de l'enfant. • Prendre connaissance de différents outils pour mieux intervenir lors de la période des devoirs et des leçons. • Être sensibilisé aux services aux élèves vivant avec un TDAH.

PRIX :
11 \$/personne

POUR VOUS INSCRIRE :

Tél. : 819 777-3126

Courriel : info.aqetaoutaouais@videotron.ca

Site internet : www.aqetaoutaouais.com (Il est possible de payer sur le site. Par contre, il est important de taper toute l'adresse web, sinon le site n'apparaît pas).

Note : Pour toutes nos activités, nous vous réservons une place. Toutefois, la confirmation est assurée uniquement lors de la réception de votre paiement.

1983-2018... 35 ans, ça se fête!



Cuisine-partage

Pour les hommes



Pour apprendre à cuisiner, rencontrer des gens et partager ses connaissances culinaires.

Plaisir assuré !

Quand : **Un à deux lundis par mois de 9 h à 13 h 30**

Où : **Cuisine de l'église St-Stephen's**

45, chemin Donaldson, Gatineau - secteur Buckingham

Contribution : **10 \$** / participation – diner inclus

À fournir : un tablier de cuisine et 2 à 3 contenants pour apporter vos portions restantes à la maison.

INFORMATION ET INSCRIPTION

auprès de Julie Mercier, coordonnatrice des activités au
819 281-4343 poste 102 ou coordoactivitescaga@videotron.ca

Un gros merci à nos partenaires :

Église St-Stephens
de Buckingham



Organisme appuyé par
Centraide
Outaouais

Subvention QADA
Famille

Québec



Cuisine-partage

Pour les femmes



Pour apprendre à cuisiner, rencontrer des gens et partager ses connaissances culinaires.

Plaisir assuré !

Quand : **Un à deux mardis par mois de 9 h à 13 h 30**

Où : **Cuisine de l'église St-Stephen's**

45, chemin Donaldson, Gatineau - secteur Buckingham

Contribution : **10 \$** / participation – diner inclus

À fournir : un tablier de cuisine et 2 à 3 contenants pour apporter vos portions restantes à la maison.

INFORMATION ET INSCRIPTION EN TOUT TEMPS

auprès de Julie Mercier, coordonnatrice des activités au
819 281-4343 poste 102 ou coordoactivitescaga@videotron.ca

Un gros merci à nos partenaires :

Église St-Stephens
de Buckingham



Organisme appuyé par
Centraide
Outaouais

Subvention QADA
Famille

Québec 

Cuisine-partage

Découvertes culinaires

**Pour découvrir et apprendre à cuisiner de nouveaux
aliments, rencontrer des gens et partager ses
connaissances culinaires.**

Plaisir assuré !



Quand : **Un à deux mercredi par mois de 9 h à 13 h 30**

Où : **Cuisine de l'église St-Stephen's**

45, chemin Donaldson, Gatineau - secteur Buckingham

Animatrice : Barbara Elliot, assistée de Bérénice Boucher

Contribution : **10 \$** / pers. (mixte, hommes et femmes) – diner inclus

*À fournir : un tablier de cuisine et 2 à 3 contenants pour apporter
vos portions restantes à la maison.*

Information et inscription :

Julie Mercier, coordonnatrice des activités au

819 281-4343 poste 102 ou coordoactivitescaga@videotron.ca

Un gros merci à nos partenaires :

*Église St-Stephens
de Buckingham*



Organisme appuyé par
**Centraide
Outaouais**

**Programme QADA
Famille**

Québec

LECTURE DE CONTE À VAL-DES-BOIS

Pour les parents et les enfants de 0 à 5 ans

5 octobre 2018	8 février 2019
19 octobre 2018	22 février 2019
2 novembre 2018	8 mars 2019
16 novembre 2018	22 mars 2019
30 novembre 2018	5 avril 2019
14 décembre 2018	19 avril 2019
CONCÉ DES FÊTES	3 mai 2019
11 janvier 2019	17 mai 2019
25 janvier 2019	31 mai 2019

De 9 h à 10 h

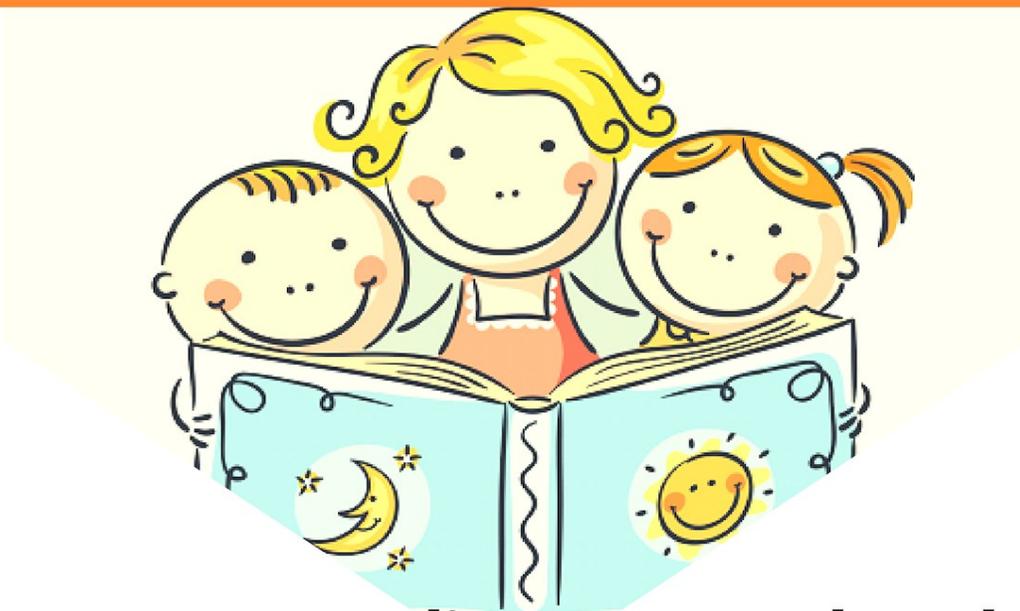
Gratuit!!

Salle communautaire au 121 Ch, du
Pont de Bois, Val-Des-Bois

Lecture de conte

à la bibliothèque Manise-Morin

pour les parents et les enfants de 0 à 5 ans



**Le conte aura lieu toutes les deux
semaines de 9 h à 10 h**

~~Mercredi 24 octobre~~
~~Mercredi 7 novembre~~
~~Mercredi 21 novembre~~
~~Mercredi 5 décembre~~
~~Mercredi 19 décembre~~
~~Mercredi 16 janvier~~
~~mercredi 30 janvier~~
Mercredi 13 février

Mercredi 27 février
Mercredi 13 mars
Mercredi 27 mars
Mercredi 10 avril
Mercredi 24 avril
Mercredi 8 mai
Mercredi 22 mai
Mercredi 5 juin

36 Chemin de Montréal E, Gatineau, QC J8M 1E9
Des questions? Appelez Sabrina au 819 986-7506



Le CENTRE ACTU-ELLE est à la recherche d'une DIRECTRICE GÉNÉRALE (poste temporaire de 6 mois)

Le Centre Actu-Elle offre des services aux femmes de tous les âges et de tous les milieux pour favoriser leur épanouissement personnel et les aider à prendre leur place dans leur communauté et au sein de la société.

Nous sommes à la recherche d'une personne dynamique et proactive, pour assurer la planification, la coordination et le contrôle des activités de l'organisme. Sous la direction du conseil d'administration, la Directrice doit assurer la gestion des ressources humaines, matérielles et financières de l'organisme. Elle représente le Centre Actu-Elle tant au niveau local que régional et développe des liens étroits avec les différents partenaires.

Principaux défis

- Coordonner et superviser l'ensemble des services de l'organisme;
- Préparer et animer les réunions d'équipe et voir au bon climat de l'équipe de travail, mobiliser celle-ci dans l'atteinte des objectifs;
- Orienter et superviser le travail des employées et les évaluer annuellement, favoriser le développement et le perfectionnement des employés, veiller à l'application et au respect de la politique de travail;
- Élaborer les demandes de subventions, rechercher de nouvelles sources de financement, déposer les rapports exigés et administrer les fonds de l'organisme de façon rigoureuse;
- Assister le C.A. dans son rôle et ses responsabilités, rédiger des politiques aux fins d'adoption par le CA, voir à la mise en application des décisions et des politiques approuvées par le conseil d'administration;
- Effectuer une planification et un suivi budgétaire efficaces, produire des rapports réguliers sur les revenus et les dépenses de l'organisme;
- Représenter l'organisme auprès des instances locales, régionales et provinciales, participer aux différents comités et tables de concertation, établir des ententes de collaboration avec des groupes communautaires, des organismes de financement, des représentants politiques et d'autres organismes;
- Veiller au rayonnement de l'organisme dans la communauté, élaborer et mettre en œuvre des stratégies et des plans de communication permettant de promouvoir les activités du Centre.

Exigences du poste

- Diplôme universitaire soit en administration, en sciences humaines ou tout autre domaine pertinent; une combinaison pertinente d'expérience et étude pourra être considérée.
- Expérience dans la gestion d'un organisme, la gestion RH (min. 3 ans); connaissance de l'intervention féministe;
- Leadership démontré et aptitude à mettre en application une gestion efficace et rigoureuse;
- Gestion efficace du temps et des priorités, bonnes capacités multitâches;
- Connaissance du fonctionnement d'un conseil d'administration;
- Capacité à gérer des conflits, à travailler sous pression;
- Sens de l'organisation, autonomie.

Conditions

- Poste de 32 heures par semaine (poste temporaire de 6 mois avec possibilité de prolongation);
- Le taux horaire se situe entre 22,99\$ et 27,96\$ (selon l'expérience dans de postes similaires), en fonction de l'échelle de la politique salariale en vigueur.

Faire parvenir votre curriculum vitae et votre lettre de présentation avant le 15 février 16h
par courriel à Madame Ghyslaine Carrière : directionactuelle@videotron.ca

Entrée en fonction dès que possible.

Nous ne communiquerons qu'avec les personnes dont la candidature sera retenue.