

CAFÉ LE RENDEZ-VOUS

50, boul. Montclair, Gatineau (QC) J8Y 2E7

Téléphone : 819 771-7272

Courriel : cafelerendezvous@maisonrealite.org




















Juin 2019

HEURES D'OUVERTURE

Lundi, mardi, merc. et vend. : 11 h à 16 h

Jeudi : 11 h à 19 h

Samedi et dimanche : FERMÉ

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
3 13h30 Café-Rencontre : <u>À la découverte de l'Italie</u> 	4 13h30 Atelier d'arts : <u>Peinture style Galaxie</u> 	5 13h30 Groupe <i>Elle et Lui</i> 	6 13h30 Jeu des 20 questions  17h Souper Bénéfice (Coût:5\$)	7 13h Galerie Montcalm : <u>Contrepoint, Suzanne Toubert</u> 
10 13h30 Atelier : <u>Les bobos de l'été</u> 	11 13h30 Atelier d'arts : <u>Mandalas</u> 	12 Places limitées/Inscriptions 13h30 Conférence : <u>Testament et mandat</u> <u>d'inaptitude</u> CLINIQUE DE DROIT NOTARIAL DE L'OUTAOUAIS <small>Un service de renseignement juridique gratuit.</small>	13 13h30 Tournoi de dards  17h Souper communautaire	14 13h30 Club de marche : <u>Vieux-Hull</u> 
17 13h30 Préparation de petites bouchées  17h30 AGA de Maison Réalité (Détails au verso)	18 13h30 Conseil de vie sociale 	19 13h30 Atelier : <u>La gestion des émotions</u> 	20 *Le Café FERME à 16h* 13h30 Jeux de la St-Jean  16h Pique-nique au Parc Larocque (Coût du lunch: 3\$) Inscriptions requises	21 13h30 Activités spontanées 
24 FERMÉ 	25 13h30 Atelier d'arts : <u>Fusain</u> 	26 13h30 Cuisine collective : Sukiyaki  Places limitées/Inscriptions	27 13h30 Jeu OKO  17h Souper communautaire	28 13h30 Film et Popcorn 

1^{er} juillet
FERMÉ




CHANGEMENTS DE TARIFS

Veuillez noter que le coût de la **carte de membre** est maintenant de **4\$** par mois.
 La carte donne droit à **3 cafés** (ou thé/chocolat chaud) **gratuits** par jour et des **rabais** sur les items en vente.
 Les **dîners** sont dorénavant au coût de **2,50\$** pour les membres et de **3\$** pour les non-membres.
TOUS LES DÉTAILS AU CAFÉ!!!



MESSAGES IMPORTANTS

INSCRIPTIONS :

Une **demande de services** doit être remplie et envoyée à la coordonnatrice. Le formulaire est disponible au : www.maisonrealite.org



COMITÉ RECHERCHE

Les membres du comité sont responsables de **produire le calendrier d'activités**.

Donnez-leur vos idées!



CONSEIL DE VIE SOCIALE

Ne manquez pas, en primeur, le **dévoilement du calendrier d'activités** pour le mois suivant et **réservez votre place aux activités**.



TRANSPORT ADAPTÉ

Pour le **retour à la maison**, réservez votre transport **au plus tard à 15h45** au Café le Rendez-vous ou à **18h30 les jeudis**.



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Date : Lundi, 17 juin 2019

Heure : 18h (léger goûter servi à 17h30)

Endroit : Café le Rendez-vous, 50 Montclair

Confirmez votre présence au plus tard

vendredi, le **7 juin** par téléphone au :

(819) 776-1214 p.228



INFORMATIONS SUR LES ACTIVITÉS

La programmation peut changer sans préavis. Pour informations : (819) 771-7272

LES ATELIERS DE JUIN

ATELIERS D'ARTS (Mardis 4, 11 et 25 juin)

Développez votre **créativité** par divers médiums!



CAFÉ-RENCONTRE: ITALIE (Lun, 3 juin)

Découvrez ce **pays** riche en histoire.



GRUPE ELLE ET LUI (Mercredi, 5 juin)



Discussion hommes/femmes sur un **thème** proposé.

ATELIER : BOBOS DE L'ÉTÉ (Lundi, 10 juin)

Le retour du **soleil** est agréable, mais attention aux coups de **chaleur**, piqûres d'**insectes** et autres **bobos!**



CONFÉRENCE (Mercredi, 12 juin)

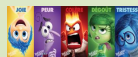
Assistez à la **conférence** de la clinique de droit notarial de l'Outaouais pour avoir de l'**information** au sujet des **testaments** et **mandats d'inaptitude**.

CLINIQUE DE DROIT
NOTARIAL DE L'OUTAOUAIS
Un service de renseignements juridique gratuit.

Places limitées/Inscriptions requises

ATELIER : GESTION DES ÉMOTIONS (Mercredi, 19 juin)

Reconnaitre ses **émotions** est un premier pas pour apprendre à **bien les gérer**.



CUISINE COLLECTIVE (Mercredi, 26 juin)

Le **sukiyaki** est un plat **japonais** à base de **viande**, de **légumes sautés** et d'une **sauce teriyaki** maison. Cuisinez **gratuitement 2 portions** à rapporter.



Places limitées/Inscriptions requises

LES SOUPERS DE JUIN

SOUPER BÉNÉFICE (Jeudi, 6 juin)

Encouragez le comité **Projet spécial!**

Au menu (Coût : 5\$) :

Spaghetti, pain à l'ail et breuvage

Desserts en vente à 0,50\$



PIQUE-NIQUE AU PARC (Jeudi, 20 juin)

Fermeture du Café à 16h

Marche jusqu'au parc Larocque (env. 10 minutes) pour **pique-nique** et **activités**.

Transport adapté : prévoir votre **retour** au Café (50 Montclair) pour **18h30**.

Coût du lunch : 3\$ /Inscriptions requises

SOUPERS COMMUNAUTAIRES AU CAFÉ

(Jeudis, 13 et 27 juin)

Coût : **4\$ ou 3,50\$** pour les membres.

Inscriptions en personne avant 16h



LES SORTIES DE JUIN

*****IMPORTANT*****

Pour toutes les sorties, prévoir :

- votre **pass** ou un **billet d'autobus**
- les **sous** nécessaires pour le **coût de l'activité**
- les **sous** pour vos **dépenses personnelles**

Ce mois-ci :

- Galerie Montcalm
- Club de marche dans le vieux Hull



Départ du Café à 13h et retour à 15h30