



À mettre à votre agenda 2019!!!

Notre brunch du Nouvel an se tiendra **mercredi le 9 janvier à 11h.**

Vous pouvez vous inscrire dès maintenant au coût de 5,00\$.

Soyez des nôtres pour cette traditionnelle rencontre!



Décembre 2018

Collation rigolote

Un café, un muffin ou un biscuit en échange d'une bonne blague... bon deal, non? Bienvenue!



Lundi 3	Mardi 4	Mercredi 5	Jeudi 6	Vendredi 7
13h Récréatif 13h 30 à 14h30 Chorale	13h Club de marche Parc des chutes	13h Tournoi de poches!	Soutien dans le milieu	13h Anniversaires
Lundi 10	Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14
13h Récréatif 13h30 à 14h30 Chorale	13h Fabrication de Cartes de Noël \$\$\$	13h Bingo du temps des fêtes gratuit	Soutien dans le milieu	11h30 On va à la bouffe pop! 13h Collation rigolote
Lundi 17	Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21
13h Préparation du repas de Noël 13h 30 à 14h30 Chorale	13h Préparation du repas de Noël Entraide et ambiance de Noël garantie!	13h Préparation du repas de Noël Entraide et ambiance de Noël garantie!	17h Souper et veillée de Noël. Venez fêter dans votre nouveau chez-vous!	13h Journal
Lundi 24	Mardi 25	Mercredi 26	Jeudi 27	Vendredi 28
<i>Heureux temps des fêtes! Prenez soin de vous et retrouvez-nous le 7 janvier!</i>				



Chorale de Noël

Tous les lundis de décembre il y aura une pratique de chants de Noël. Vous aimez chanter? Rejoignez Louis-Philippe et la Chorale et présentez vos chansons lors du souper de Noël!

Club de marche les mardis au deux semaines!

Départ du Centre à 13h15 et du CLSC à 13h30. Apportez-vous de l'eau et habillez-vous chaudement. En cas de mauvaise température, téléphonez-nous pour vérifier si l'activité a lieu. Au plaisir de marcher avec vous!

Souper et veillée de Noël 20 décembre, 17h Au Centre (52 Fraserville)

Coût 12,00\$ membre
15,00\$ non membre

Date limite d'inscription: Lundi 17 décembre 16h

Il est aussi possible de venir seulement pour la soirée

Coût: 3,00\$ en prévente ou 4,00\$ à la porte!



Soutien dans le milieu

Qu'est-ce que le soutien dans le milieu? C'est un moment où l'équipe d'intervention se consacre à des ateliers offerts à des groupes extérieurs; à de l'aide ponctuelle auprès de personnes; à de la représentation sur différents comités etc.

Création de cartes de Noël

Venez fabriquer vos cartes de Noël avec votre cœur et vos mains!
Quand? Mardi 11 décembre à 13h00.
Date limite d'inscription: Lundi le 10 décembre. **Coût?:** 1,50\$ pour l'atelier!
Au plaisir de créer ensemble!



52 Fraserville,
Rivière-du-Loup Québec, G5R 2B6
Tél: 862 2333 fax: 862 8309
Courriel: entraide@lhorizon.ca
site web: www.lhorizon.ca
Heures d'ouverture des activités d'entraide:
Lundi au vendredi: 13h à 16h

Notre Mission

Le Centre d'Entraide l'Horizon offre à la population de la MRC de Rivière-du-Loup un milieu de vie permettant à la personne d'améliorer sa qualité de vie émotive.

Notre vision

C'est en se basant sur une approche globale de la personne, respectueuse des principes de la philosophie alternative en santé mentale, reconnaissant l'importance de l'entraide, et dans une atmosphère accueillante et chaleureuse que notre équipe réalisera sa mission. Ainsi nos choix d'intervention chercheront d'abord à permettre à la personne de reprendre du pouvoir sur sa vie.

NOS VALEURS

LE RESPECT

Le respect c'est respecter l'autre, c'est l'accepter dans toutes ses différences et lui reconnaître la capacité à exprimer sa véritable nature. Ceci n'excluant pas le besoin d'aide à l'occasion, ni la nécessité, dans un groupe, de se conformer à certaines manières de faire.

L'ACCUEIL

L'accueil c'est la porte que l'on ouvre à l'autre. C'est un savoir-être qui se traduit par de l'écoute et la qualité de présence afin que la personne se sente à sa place et acceptée. C'est aller à la rencontre de l'autre.

LA VALORISATION

La valorisation c'est mettre en valeur le potentiel de chaque personne et de son expérience. C'est travailler avec les forces des individus pour leur permettre de vivre des réussites. C'est reconnaître que chaque personne peut apporter une contribution précieuse au projet commun à partir de ce qu'il est.

L'APPARTENANCE

L'appartenance c'est choisir de faire partie d'un projet commun car la personne s'y reconnaît puisqu'elle y contribue par sa participation et son implication. C'est par la réappropriation de ses capacités qu'elle est en mesure de prendre part à ce projet.