

A la salle communautaire Valmont

Atelier de communication

Dans cet atelier, les participants explorent des formes de communication au moyen de discussions, de tests et de jeux. Chacun est invité à échanger dans un climat d'entraide.

Atelier de français-création littéraire

Cet atelier vise à développer l'expression de soi et la créativité à travers différentes situations d'écriture. L'atelier vise aussi à améliorer la maîtrise du français (grammaire, orthographe, vocabulaire) et stimuler le plaisir de la lecture. Différents exercices sont proposés.

Atelier de dessin et d'arts plastiques

Cet atelier offre à chacun la possibilité d'exp rimer les techniques de base en arts plastiques. Le formateur accompagne les participants dans la réalisation d'un projet collectif ou personnel par le dessin, la couleur et autres moyens artistiques.

Café-rencontre

Tous les mercredis soir de 19h00 à 22h00, des animateurs vous reçoivent à la *salle communautaire Valmont* pour diverses activités : discussions, soccer de table, jeux de société, soirées cinéma, ateliers-conférences, etc.

Au Centre des loisirs de Saint-Laurent

Soupers communautaires

Les soupers communautaires ont lieu tous les jeudis à compter de 18h00 *au Centre des loisirs de St-Laurent*. Une contribution de 3,00\$ est demand e à nos membres.

Atelier de musique

Les participants, de niveau débutant à avancé, apprennent ou perfectionnent le chant et/ou la pratique d'un instrument de musique. Le formateur est disponible pour répondre aux besoins de chacun dans leur apprentissage.   la période de Noël et à la fin de l'année, le groupe a l'opportunité de partager son savoir-faire en prenant part à la soirée-spectacle offerte par le Centre Soutien-Jeunesse.

Atelier de théâtre

L'improvisation théâtrale permet aux participants de se familiariser avec l'art oratoire, le mime, l'improvisation, les jeux de mots, etc. Elle favorise la découverte de soi à travers l'expression verbale et non verbale.

Pour devenir membre, veuillez
laisser un message
au 514-744-1288 pour prendre
rendez-vous avec Julie et Claude

Il est possible de se joindre aux activités en tout temps. Tous les ateliers sont gratuits.

Pour obtenir l'horaire des activités, veuillez téléphoner au 514-744-1288 et laissez un message

Autres activités

Hockey cosom

Les joutes de hockey cosom ont lieu les vendredis soirs pour la saison automne-hiver. Une petite contribution est exigée pour y participer. L'équipe du centre participe chaque année au tournoi du *Défi Sportif* des athlètes handicapés. L'horaire et les lieux de pratique sont à déterminer.

Activités et services

Selon les suggestions des membres, différents ateliers sont offerts (information, prévention, danse, yoga). Des sorties sont également organisées (cabane à sucre, musée).

Comptoir alimentaire

En partenariat avec Moisson-Montréal, un service de dépannage alimentaire est offert aux membres. Le comptoir Decelles est ouvert les mercredis et jeudis. Vous devez téléphoner au 514-744-1288 pour vérifier l'horaire.

Réadaptation par le travail

En partenariat avec le *Centre Local d'Emploi St-Laurent*, le centre offre la possibilité à dix personnes ayant des problèmes de santé mentale de travailler dans le cadre d'un programme d'insertion sociale favorisant la réadaptation par le travail. Ces personnes pourront développer leurs habiletés dans différents secteurs de travail : secrétariat, cuisine, entretien ménager et animation de loisirs.

Formation à l'autonomie

Grâce au partenariat avec le Centre de services scolaires Marguerite-Bourgeoys, le centre a développé le programme de formation à l'autonomie. Ses ateliers favorisent, chez le participant, la prise de responsabilités et la créativité.

Le Centre Soutien-Jeunesse est un groupe d'entraide d'adultes ayant des problèmes de santé mentale ou des difficultés émotionnelles. Organisme à but non lucratif, sa particularité réside dans la participation de ses membres à tous les niveaux décisionnels. Les services offerts visent à : briser l'isolement social, favoriser les échanges entre pairs, encourager l'expression de soi et l'appropriation d'un sentiment de pouvoir personnel.

Nos trois points de services

La salle communautaire Valmont

1790, rue De Salaberry, Montréal

Accès :

Métro Henri-Bourassa, autobus 69 vers l'ouest.

Métro Côte-Vertu, autobus 171 ou 179 vers le nord

Métro Sauvé, autobus 180

Le Centre des loisirs de St-Laurent

1375, rue Grenet, St-Laurent

Accès :

Métro Côte-Vertu, autobus 64 vers le nord

Métro Sauvé, autobus 121 vers l'ouest jusqu'au métro Côte-Vertu, autobus 64 vers le nord.

Le comptoir alimentaire

1525, rue Decelles, St-Laurent

Accès :

Métro Côte-Vertu, marchez dans la direction boulevard Décarie sud jusqu'à la rue Decelles. Tournez à droite.

Pour nous joindre :

Adresse postale :

1790, rue De Salaberry

Bureau 14

Montréal (Québec)

H3M 1K4

Téléphone : 514-744-1288

Télécopieur : 514-856-1636

centresoutien-jeunesse@hotmail.com

<https://soutienjeunesse.com>

<https://facebook.com/centresoutienjeunesse/>



Groupe
d'entraide
en santé
mentale
pour
adultes

Change ton monde
à partir
de ton centre