

TRAIT D'UNION

FÉVRIER 2024



Concours de la Saint-Valentin!

Trouvez tous les coeurs qui ont été cachés dans la publication
et remplissez le coupon de tirage disponible à l'accueil pour
courir la chance de gagner un prix mystère.

Tirage le 14 février, 15h00.

SOMMAIRE

ARTICLES

- 01 NOUVELLES BRÈVES
- 02 COMMUNICATIONS
- 04 CONCOURS DE FÉVRIER
- 05 CHALET D'HIVER
- 06 ACTIVITÉS CARNAVALESQUES
- 08 MUSÉE DE LA CIVILISATION
- 09 APRÈS-MIDI DANSANT

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

- 11 SEMAINE DU 28 JANVIER AU 3 FÉVRIER
- 12 SEMAINE DU 4 AU 10 FÉVRIER
- 13 SEMAINE DU 11 AU 17 FÉVRIER
- 14 SEMAINE DU 18 AU 24 FÉVRIER
- 15 SEMAINE DU 25 FÉVRIER AU 2 MARS



DÉTAILS DES ACTIVITÉS

- 16 SOCIALES
- 17 MIEUX-ÊTRE
- 18 ART ET ARTISANAT
- 19 CARNAVAL DE QUÉBEC
- 20 SORTIE ET PLEIN-AIR
- 21 DANSE ET SPECTACLE
- 22 DIVERTISSEMENTS



CONNEXION EN CHALET

Sortie hivernale dans la belle région de Charlevoix /p.05



RETOUR DU BALLON-BALAI

Enfilez vos bottes et venez jouer /p.09



L'ÉQUIPE S'AGRANDIT

Trois nouvelles personnes à l'animation /p.10

NOUVELLES BRÈVES

1 HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE - LUNDI AU VENDREDI

Ouverture des portes:

9:00 à 12:00 (fermé le jeudi matin)
13:30 à 17:00

Ouverture de la ligne téléphonique:

13:00 à 16:00 (lundi au vendredi)



Festivités du Carnaval de Québec /p.6-7

2 LES ACTIVITÉS SUR INSCRIPTION

Nous tenons à vous rappeler que, lorsque vous vous inscrivez à une activité « sur inscription », votre place n'est pas garantie. Quand il y a un plus grand nombre de gens qui s'inscrivent que la limite de participants, nous procédons à un tirage pour choisir qui pourra participer à l'activité. Seules les personnes choisies sont contactées. Ce n'est que lorsqu'on vous appelle pour confirmer votre présence que vous savez que vous pouvez vous rendre à l'activité.

3 COORDONNÉES DE L'ORGANISME

960, avenue Dessane
Québec, G1S 3J9

Tel: (418) 683-3677

www.croixblanche.ca

accueil@croixblanche.ca

4 MOISSON QUÉBEC

Tous les mardis de 13h30 à 15h30, les membres de la Croix Blanche peuvent avoir accès à des denrées alimentaires au Centre des loisirs Saint-Sacrement situé sur le Boulevard de l'Entente.

Fonctionnement :

Il est important de s'inscrire pour chaque mardi, en appelant le Centre des loisirs Saint-Sacrement : mentionnez que vous êtes membre de la Croix Blanche. Une fois inscrit au mardi de votre choix, rendez-vous directement au Centre des loisirs, entre 13h30 et 15h30, pour y récupérer vos denrées.

Informations sur le Centre des loisirs Saint-Sacrement

Numéro de téléphone: 418-681-7800

Adresse : 1360 Boulevard de l'Entente

Accessible en autobus avec les trajets: 807, 79 (800, 801 avec 10 min de marche)



Centre Social
de la
CROIX BLANCHE

Nouveaux symboles

Vous avez peut-être déjà aperçu le symbole de la main avec un cœur au centre dans le Trait d'union du mois d'août. Ce symbole sera inséré aux côtés des ateliers ou des événements pour lesquels nous aimerions avoir de l'aide. Vous êtes intéressés? Dites-le à l'animateur responsable.



Une forme qui rappelle un panneau d'arrêt et un crayon: qu'est ce que cela peut bien vouloir dire? Facile à retenir! Ce nouveau symbole est pour vous rappeler de vous arrêter 2 minutes et de vous inscrire à l'activité si vous êtes intéressés, car les places de cette activité sont limitées.



Ce logo est très évocateur. Nous avons tous déjà vu le petit bonhomme en chaise roulante à quelque part, identifiant un espace de stationnement, une porte ou quelque chose comme cela. Au CSCB, notre petit bonhomme est heureux d'avoir accès à des activités adaptées aux personnes vivant avec une problématique de mobilité.



Simple et efficace, ce petit symbole de dollar vous rappellera que l'activité à laquelle il est attaché est payante et, donc, soumise au nouveau règlement sur les activités payantes de l'organisme.



NOUVEAU! Lorsque vous voyez ce petit symbole aux côtés d'une des activités qui vous intéressent, c'est que nous avons besoin que vous vous inscrivez, afin que nous puissions ajuster l'activité au nombre de personnes qui seront présentes.





Notre provision collective

Moisson Québec est l'unique banque alimentaire de la grande région de Québec et sa mission est d'agir sur l'insécurité alimentaire pour améliorer la qualité de vie des personnes vivant des conditions socioéconomiques difficiles.

Tous les mardis de 13h30 à 15h30, **les membres de la Croix Blanche** peuvent avoir accès à des denrées alimentaires au Centre des loisirs Saint-Sacrement situé sur le Boulevard de l'Entente.

Fonctionnement :

Il est important de s'inscrire pour chaque mardi, en appelant le Centre des loisirs Saint-Sacrement : mentionnez que vous êtes membre de la Croix Blanche. Une fois inscrit au mardi de votre choix, rendez-vous directement au Centre des loisirs, entre 13h30 et 15h30, pour y récupérer vos denrées.

Informations sur le Centre des loisirs Saint-Sacrement

Numéro de téléphone: 418-681-7800

Adresse : 1360 Boulevard de l'Entente

Accessible en autobus avec les trajets: 807, 79 (800, 801 avec 10 min de marche)

Pour tout besoin alimentaire de dépannage immédiat, **les membres de la Croix Blanche** ont aussi accès à du dépannage alimentaire à l'organisme. Renseignez-vous auprès de la personne à l'accueil ou à tout autre intervenant.



CHASSE AUX COEURS

Du 24 janvier au 14 février, partez à la chasse aux coeurs qui sont cachés dans les pages de notre programmation mensuelle. Vous pensez tous les avoir trouvés? Remplissez le coupons de participation disponible à l'accueil et courez la chance de remporter un panier cadeau rempli de chocolats et d'autres gourmandises. Ouvrez bien l'œil: sur cette page, il y en a déjà 4!

Que la chasse commence!



GO MÉXION

EN CHALET

22- 23 & 24 MARS



20\$



Rencontre
CSCB



Rendez-vous
13h00



Retour au CSCB
24 mars - 16h00

La Croix-Blanche t'invite à passer une fin de semaine ressourçante dans un magnifique chalet en plein cœur des montagnes, près du monastère des Petits Frères de la Croix, dans Charlevoix. Feux de foyer, jeux de société, cuisine, promenade et visite du monastère feront partie des activités proposées durant le séjour. Viens faire le plein d'air frais, de détente et d'amitié dans ce lieux enchanteur!



IMPORTANT

- Seulement 8 places disponibles
- Sur inscription
- Fin des inscriptions le 22 février à 15h00
- Tirage et appels le 22 février 15h00
- Les membres pigés auront jusqu'au jeudi 29 février 16h00 pour payer le 20\$ d'inscription. Passé ce délai, la place sera remise à un autre membre.



CARNAVAL DE QUÉBEC

25 JANVIER AU 11 FÉVRIER 2024

+ Balade dans le petit Champlain

 Rencontre
 10 rue des Traversiers
 Autobus: 1 et 11

 Rendez-vous
 12h30

 Début
 13h00

 Heure de fin
 16h00

Couvre-toi: il va faire froid! Viens avec nous pour une balade dans le petit Champlain et profiter de l'ambiance du carnaval de Québec! Tu découvriras la troupe de cirque **Flip Fabrique** qui animera les carnavaliers grâce à 4 stations installées dans le quartier. Sous le thème de la récolte du sirop d'érable, ils feront des prouesses spectaculaires, du jonglage, en étant accompagnés par un musicien traditionnel. Cela s'annonce bien fun!



10
février

+ Défilé du Carnaval de Québec 2024

 Rencontre
 Chocolat Favoris Cartier
 85 Blvd René Lévesque

 Rendez-vous
 17h30

 Début
 18h00

 Fin
 20h00

Quelle est la meilleure façon de clore le temps du Carnaval? Aller assister à la parade du Carnaval, bien sûr! Samedi, le 10 février en soirée, enfiler votre habit d'hiver le plus chaud et apportez votre grande trompette, car vous aurez la chance de voir défiler *Bonhomme* et ses chariots dans les rues de Québec! On se donne rendez-vous en face du Chocolats Favoris sur le coin de l'avenue Cartier et le boulevard René-Lévesque pour une soirée magique! Vous aurez l'opportunité de vous acheter un bon chocolat chaud à 18h, puis rejoindre le défilé pour voir la parade qui commence à 19h.

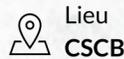
IMPORTANT

- Places illimitées.
- Veuillez vous inscrire afin que nous ayons une idée du nombre de personnes.
- Vous devez être capable de vous déplacer par vous-même sur la neige et les trottoirs.
- Veuillez apporter votre argent personnel.



Souper et sculptures

8 FÉVRIER 2024



Lieu
CSCB



Rendez-vous
16h00



Début
16h30



Fin
19h00

Le 8 février prochain dès 16h30, vous êtes invités à venir nous rejoindre à l'organisme pour un souper en groupe. Au menu: spaghetti gratiné, pain à l'ail et un bon dessert du moment.

Après souper, vers 18h00, nous nous rendrons à pied à l'école Oraliste, non loin de l'organisme, qui accueille une activité de sculptures sur glace du Carnaval de Québec. Habillez-vous chaudement et n'oubliez pas vos mitaines!



IMPORTANT

- 12 places disponibles
- Sur inscription
- Une pîge sera faite 1 semaine avant l'évènement
- Vous devez être capable de vous déplacer par vous-même sur la neige et les trottoirs.



MUSÉE DE LA CIVILISATION



Quand
15/02/2024



Lieu
Musée de la civilisation
85 rue Dhalousie



Rendez-vous
13h30



Début
14h00



Fin
16h00

On vous invite à venir voir **Sur paroles: Le son du rap queb**, une exposition sur le rap québécois. Avec un casque d'écoute, nous suivons un parcours sonore immersif qui retrace la culture hip hop au Québec. Libre à vous de visiter le reste du musée après l'exposition, jusqu'à sa fermeture à 17h00. Nous demandons d'être autonome pour vos déplacements dans le musée, puisque nous n'offrons pas de service d'accompagnement individuel. Rendez-vous devant la porte du Musée.



<https://mcq.org/decouvrir/expositions/sur-paroles/>

IMPORTANT

- 16 places disponibles
- Inscriptions jusqu'au vendredi 9 février 15h00
- Tirage vendredi 9 février 15h00
- Publique adulte et averti

BALLON-BALAI

29 JANVIER, 5-12-19 ET 26 FÉVRIER



Lieu
Parc des
Saints-Martyrs



Rendez-vous
18h15



Début
18h30



Fin
20h00



Coût
3\$/saison

Enfin...! Nous vous annonçons le grand retour de notre sport hivernal, le ballon-balai au parc des Saints-Martyrs. Venez rejoindre Valérie à la patinoire du parc. Vous formerez vos équipes et jouerez une partie en deux périodes. Habillez-vous chaudement, enflez vos bottes et venez profiter des plaisirs de l'hiver.

IMPORTANT

- Ouvert à tous
- Une salle chauffée est accessible au besoin
- L'organisme fournit l'équipement

APRÈS-MIDI DANSANT

Spécial Saint-Valentin



Lieu
CSCB



Rendez-vous
13h30



Début
14h00

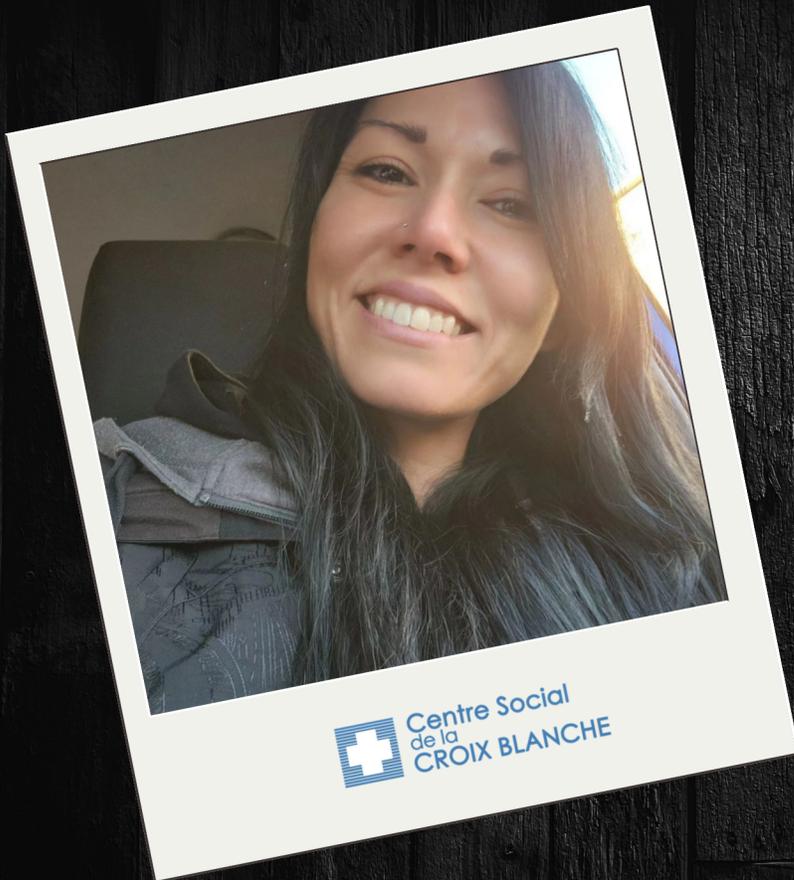


Fin
16h30

Venez danser à la Croix Blanche à l'occasion de la St-Valentin. Lumières disco, musique entraînante et du bon monde! Quoi de mieux pour s'amuser et danser tout l'après-midi en cette période d'amour partagé! Enflez vos plus confortables vêtements aux couleurs de la Saint-Valentin et venez rejoindre Laura et Valérie pour une danse endiablée.

IMPORTANT

- Ouvert à tous
- Apportez votre sourire
- Préparez-vous à vous amuser



Valérie

Coucou, moi c'est Valérie! On me décrit souvent comme un rayon de soleil. Je suis une personne dynamique et enjouée, qui adore rire et vivre l'instant présent.

Je suis une amoureuse de la vie et du vivant, tant pour les êtres-humains, que les animaux et la nature. J'ai fait mes études en psychologie et j'ai travaillé dans plusieurs domaines en relation d'aide, ainsi qu'en animation. J'ai bien hâte de vous rencontrer et de passer de beaux moments avec vous.

DEUX NOUVELLES STAGIAIRES SE JOINDRONT À NOUS



Léa

Sophie



GARDEZ UN Oeil SUR LE TRAIT D'UNION DE MARS!

CALENDRIER FÉVRIER

SEMAINE DU 28 JANVIER AU 3 FÉVRIER 2024



Source: lotoquebec.com

Vendredi 2

Après-midi

13h30 à 16h00

Activités libres

Cindy & Valérie

Samedi 3

Après-midi

13h00 à 16h00

**Balade dans le
Petit Champlain**

Cindy

Dimanche 28

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Atelier de peinture
Marc

Mardi 30

Après-midi

13h30 à 16h00

**Activités libres
et artisanat**

Cindy & Marie-Hélène

Mercredi 31

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Baume et bougies
Marie-Hélène

Soir

- 19h00 à 21h00
Atelier d'écriture
Laura

Lundi 29

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Projet artistique
Marc

Soir

- 18h30 à 20h00
Ballon-balai
Valérie

Jeudi 1

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Remplis ton frigo
Cindy

« Ce n'est qu'en
hiver que l'on voit
que le pin et le
cyprès sont
toujours verts . »

CALENDRIER FÉVRIER

SEMAINE DU 4 AU 10 FÉVRIER 2024



Dimanche 4

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Atelier de peinture
Marc

Lundi 5

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Projet artistique
Marc

Soir

- 18h30 à 20h00
Ballon-balai
Valérie

Mardi 6

Après-midi

- 13h30 à 16h00
Activités libres et artisanat
Cindy & Marie-Hélène

Mercredi 7

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Méditation et Gym douce
Marie-Hélène

Soir

- 19h00 à 21h00
Pratique des amateurs
Laura

Jeudi 8

Fin d'après-midi / Soir

- 16h30 à 19h00
Souper et sculptures
Cindy

Vendredi 9

Après-midi

- 13h30 à 16h00
Activités libres
Cindy & Valérie

Samedi 10

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Quilles libres
Cindy

Soir

- 18h00 à 20h00
Défilé du Carnaval
Cindy & Laura

CALENDRIER FÉVRIER

SEMAINE DU 11 AU 17 FÉVRIER 2024



Portez du rose, du rouge et du blanc!

Dimanche 11

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Atelier de peinture
Marc

Lundi 12

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Projet artistique
Marc

Soir

- 18h30 à 20h00
Ballon-balai
Valérie

Mardi 13

Après-midi

- 13h30 à 16h00
Activités libres et artisanat Spécial St-Valentin
Cindy et Marie-Hélène

Mercredi 14

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Pratique des amateurs
Marie-Hélène

Soir

- 19h00 à 21h00
Atelier d'écriture Spécial St-Valentin
Laura

Jeudi 15

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Sortie au Musée de la Civilisation
Cindy

Vendredi 16

Après-midi

- 13h30 à 16h00
Activités libres
Cindy & Valérie

Samedi 17

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Quilles libres
Cindy

- 14h00 à 16h30
Après-midi dansant
Laura & Valérie



« Là où on s'aime, il ne fait jamais nuit. »

● AVEC INSCRIPTION

CALENDRIER FÉVRIER

SEMAINE DU 18 AU 24 FÉVRIER 2024



Dimanche 18

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Atelier de peinture
Marc

Lundi 19

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Projet artistique
Marc

Soir

- 18h30 à 20h00
Ballon-balai
Valérie

Mardi 20

Après-midi

- 13h30 à 16h00
**Activités libres
et artisanat**
Cindy et Marie-Hélène

Mercredi 21

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Pratique des amateurs
Marie-Hélène

Soir

- 19h00 à 21h00
Pratique des amateurs
Laura

Jeudi 22

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Remplis ton frigo
Cindy

Vendredi 23

Après-midi

- 13h30 à 16h00
Activités libres
Cindy & Valérie

Samedi 24

Soir

- 19h00 à 21h30
**Party du mois
carnavalesque**
Toute l'équipe

« La neige. C'est
de la lumière dont
la terre est
couverte. »

-Roger Mondoloni

CALENDRIER FÉVRIER

SEMAINE DU 25 FÉVRIER AU 2 MARS 2024



Vendredi 1

Après-midi

13h30 à 16h00
Activités libres
Cindy & Valérie

Mardi 27

Après-midi

13h30 à 16h00
Activités libres et artisanat
Cindy et Marie-Hélène

Samedi 2

Après-midi

14h00 à 16h00
Quilles libres
Cindy

Dimanche 25

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Atelier de peinture
Marc

Mercredi 28

Après-midi

14h00 à 16h00
Pratique des amateurs
Marie-Hélène

Soir

- 19h00 à 21h00
Atelier d'écriture
Laura

Lundi 26

Après-midi

- 14h00 à 16h00
Projet artistique
Marc

Soir

18h30 à 20h00
Ballon-balai
Valérie

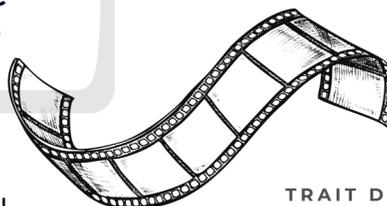
Jeudi 29

Après-midi

- 14h00 à 16h30
On voyage en cuisine
Cindy

« Au milieu de
l'hiver, j'ai
découvert en moi
un invincible été. »

-Albert Camus



Remplis ton frigo



Jeudis 1 et 22 février 2024

En compagnie de Cindy, vous cuisinerez en groupe des recettes faciles à reproduire chez soi! Il est important d'apporter vos plats vides, parce que vous repartirez de cette activité avec des repas à manger à la maison! De quoi remplir votre frigo pour les jours à venir! La pîge aura lieu le mercredi de la semaine précédant chaque atelier.



Rendez-vous
Croix Blanche



Ouverture des portes
13h30



Heure de l'activité
14h00 à 16h00



Nb. de places
8

2\$

On Voyage... en cuisine!



Jeudi 29 février 2024

Chaque atelier vous présentera la culture culinaire d'un pays différent. Après une courte présentation du pays à l'honneur, vous aurez la chance d'apprendre des techniques de cuisine et de préparer un bon petit plat typique de ce pays. La pîge aura lieu le mercredi de la semaine précédant chaque atelier.



Rendez-vous
Croix Blanche



Ouverture des portes
13h30



Heure de l'activité
14h00 à 16h30



Nb. de places
8

2\$

Activités libres et artisanat (sans inscription)



Mardis 30 janvier et 6, 13, 20, 27 février 2024
Vendredis 2, 9, 16, 23 février et 1 mars 2024

Portez du rouge, du rose et du blanc le 13 février pour un **Spécial St-Valentin!** Venez profiter d'un bon moment pour jaser, boire un café ou jouer à des jeux de société! Du matériel d'art est également à votre disposition si vous avez des élans créatifs. Tous les mardis, Marie-Hélène vous prépare une activité d'artisanat! Tous les premiers vendredis du mois, les membres fabriqueront les cartes pour les fêtes du mois.



Rendez-vous
Croix Blanche



Ouverture des portes
13h30



Heure de l'activité
13h30 à 16h00



Nb. de places
Illimité



Coût
Gratuit

Quilles libres



Samedis 10, 17 février et 2 mars 2024

Venez jouer aux quilles libres! Que tu sois débutant ou habitué, c'est la place pour toi le samedi après-midi. Les équipes sont faites la journée même, avec l'aide de Cindy. Il est important de s'inscrire à chaque samedi que tu désires y être!



Rendez-vous
Centre Jean-
Guy Drolet



Ouverture des portes
13h30



Heure de l'activité
14h00 à 16h00



Nb. de places
Illimité

5\$

Méditation et Gym douce (sans inscription)



Mercredi le 7 février 2024

Venez vous détendre à la Croix-Blanche en pratiquant des exercices simples et doux et des méditation guidées par la voix réconfortante de Marie-Hélène!



Rendez-vous
Croix Blanche



Ouverture des portes
13h30



Heure de l'activité
14h00 à 16h00



Nb. de places
Illimité



Coût
Gratuit

Atelier de peinture

 Dimanches 28 janvier et 4, 11, 18, 25 février 2024

Marc vous invite à le rejoindre pour découvrir de nouvelles techniques de création artistique et de nouvelles formes d'expression. Il est important de vous inscrire pour chaque dimanche du mois auquel vous désirez participer. Une pige sera faite quelques jours avant afin d'attribuer les places.

 Rendez-vous **Croix Blanche**  Ouverture des portes **13h30**  Heure de l'activité **14h00 à 16h00**  Nb. de places **15**  Coût **Gratuit**

Projet artistique

 Lundis 29 janvier et 5, 12, 19, 26 février 2024

Vous aimeriez réaliser des projets artistiques nécessitant plus de temps et d'investissement? L'atelier d'art « Projet artistique » est pour vous! Venez apprendre de nouvelles techniques avec notre artiste maison Marc et développer des projets sur quelques séances afin de réaliser de petits chefs-d'oeuvre.

 Rendez-vous **Croix Blanche**  Ouverture des portes **13h30**  Heure de l'activité **14h00 à 16h00**  Nb. de places **12**  Coût **Gratuit**

Baume à lèvres et bougies

 Mercredi 31 janvier 2024

Pour affronter les froids de l'hiver, quoi de mieux que de se concocter un baume à lèvres et des bougies! Marie-Hélène vous a préparé un atelier de fabrication de produits de qualité qui a été très populaire par le passé. Inscris-toi, les places sont limitées!

 Rendez-vous **Croix Blanche**  Ouverture des portes **13h30**  Heure de l'activité **14h00 à 16h00**  Nb. de places **10**  **2\$**

Atelier d'écriture

 Mercredis 31 janvier et 14, 28 février 2024

Les 31 janvier, 14 février et 28 février prochains, venez travailler votre plume aux ateliers d'écriture! Les mercredis soir, vous aurez la chance de « décrocher » du quotidien en laissant aller votre créativité et en rédigeant des poèmes à votre couleur sous des thématiques particulières! Le 14 février, vous aurez droit à un **spécial St-Valentin!** À vos crayons!

 Rendez-vous **Croix Blanche**  Ouverture des portes **18h30**  Heure de l'activité **19h00 à 21h00**  Nb. de places **12**  Coût **Gratuit**

Balade dans le Petit Champlain



Samedi 3 février 2024

Couvre-toi pour une balade dans le petit Champlain et profiter de l'ambiance du carnaval de Québec! Nous assisterons aux prouesses du cirque **Flip Fabrique** qui animera les rues avec musique et jonglerie, sous le thème du sirop d'érable ! Cela s'annonce bien fun! Rendez-vous à l'arrêt de bus devant le traversier Québec-Lévis (parcours 1 et 11). L'activité est ouverte à tous (pas de tirage), mais nous vous demandons de vous inscrire.



Rendez-vous
Arrêt de bus du Traversier
10 rue des Traversiers



Heure de RV
12h30



Heure de l'activité
13h00 à 16h00



Nb. de places
Illimité



Coût
Gratuit



Souper et sculptures



Jeudi 8 février 2023

Cindy vous prépare un souper chaleureux à la Croix Blanche. Après vous être rassasiés, vous irez à l'école Oraliste pour découvrir des sculptures sur glace d'instruments de musique faits par un artiste du Carnaval de Québec.



Rendez-vous
Croix Blanche



Heure de rendez-vous
16h00



Heure de l'activité
16h30 à 19h00



Nb. de places
12



Coût
Gratuit



Défilé du Carnaval



Samedi 10 février 2024

Enfilez votre habit d'hiver le plus chaud et apportez votre grande trompette, car vous aurez la chance de voir défiler **Bonhomme** et ses chariots dans les rues de Québec! On se donne rendez-vous en face du **Chocolats Favoris** sur le coin de l'avenue Cartier et le boulevard René-Lévesque pour une soirée magique! Vous aurez l'opportunité de vous acheter un bon chocolat chaud à 18h, puis rejoindre le défilé pour voir la parade qui commence à 19h.



Rendez-vous
Chocolat Favoris
Av. Cartier
85 Blvd. René-
Lévesque



Heure de rendez-vous
17h30



Heure de l'activité
18h00 à 20h00



Nb. de places
Illimité



Coût
Gratuit



Ballon-balai (sans inscription)



Lundis 29 janvier et 5, 12, 19, 26 février 2024

Enfin...! Nous vous annonçons le grand retour de notre sport hivernal, le ballon-balai au parc des Saints-Martyrs. Venez rejoindre Valérie à la patinoire du parc. Vous formerez vos équipes et jouerez une partie en deux périodes. Habillez-vous chaudement, enfiler vos bottes et venez profiter des plaisirs de l'hiver.



Rendez-vous
Parc des St-
Martyrs



Heure de rendez-vous
18h15



Heure de l'activité
18h30 à 20h00



Nb. de places
Illimité



Coût
3\$/saison

Sortie au Musée de la Civilisation



Jeudi le 15 février 2024

On vous invite à venir voir **Sur paroles: Le son du rap queb**, une exposition sur le rap québécois. Avec un casque d'écoute, nous suivons un parcours sonore immersif qui retrace la culture hip hop au Québec. Libre à vous de visiter le reste du musée après l'exposition, jusqu'à sa fermeture à 17h00. Nous demandons d'être autonome pour vos déplacements dans le musée, puisque nous n'offrons pas de service d'accompagnement individuel. Rendez-vous devant la porte du Musée.



Rendez-vous
Musée de la Civilisation



Heure de rendez-vous
13h30



Heure de l'activité
14h00 à 16h00



Nb. de places
16



Coût
Gratuit

Pratique des amateurs



Mercredis P.M. : 14, 21, 28 février 2024
Mercredis SOIR : 7, 21 février 2024

Le fameux spectacle des amateurs est de retour pour sa nouvelle édition 2024! Viens partager au monde ton talent, quel qu'il soit! Tu aimerais participer, mais tu ne sais pas quel est ton talent? Pas grave! Au fil des semaines, Marie-Hélène et Laura t'aideront à développer tes capacités et à monter un numéro que tu seras fier de présenter!



Rendez-vous
Croix Blanche



Ouverture des portes
P.M. : 13h30
Soir: 18h30



Heure de l'activité
PM.:14h00 à 16h00
Soir: 19h00 à 21h00



Nb. de places
Illimité



Coût
Gratuit

Après-midi dansant - ST-VALENTIN



Samedi 10 février 2024

Venez danser au Centre en bonne compagnie à l'occasion de la St-Valentin! Ici, vous trouverez des gens avec qui partager un bon moment pendant cette période de célébration de l'amour humain. Au menu : de la musique, de bonnes collations et une atmosphère du tonnerre ! Ambiance et plaisir garantis!



Rendez-vous
Croix Blanche



Ouverture des portes
13h30



Heure de l'activité
14h00 à 16h30



Nb. de places
Illimité



Coût
Gratuit

Party du mois : CARNAVAL d'hiver



Samedi 24 février 2024

Le 24 février prochain, l'équipe du CSCB vous attend au Centre communautaire Lucien-Borne pour un party du mois sous le thème du *Carnaval d'hiver*! Attendez-vous à une ambiance hivernale et festive. Nous aurons droit à la visite de notre invité d'honneur : le *bonhomme* Carnaval! Au menu: des collations alléchantes (mais pas de repas), alors prévoyez avoir soupé avant le party.



Rendez-vous
Centre Lucien-
Borne



Ouverture des portes
18h30



Heure de l'activité
19h00 à 21h30



Nb. de places
Illimité



1\$



Alain Bilodeau

Artiste



MOTS CACHES HIVER

V V Y H X L E A B H G L F E V R I E R S
 G N H K C N Ç M Ç Z B P I W C T Z C W K
 L I H U V D G Ç W T X M N Q Ç M E H S N
 Ç Ç S V J N L P M H I V E R T C T A G W
 I F R O I D Y W J G T G C F A W D R C R
 D E A F B W A A I X J V Q L L Y E P D G
 A F M I E Q N V B I W I G N Z O E E Z P
 R H K H S V X P U V R X K Ç Z M C D H L
 C O S E I L D C D E C E M B R E P O B D
 O N X E G U Z V K G Q M I M W Z P O N X
 X Z R F E E M B B L T X B I F L H J M W
 X M S D N A G G O W F T W T H V L H U N
 I R M H U V Ç G V T S L L D U I L Q A W
 F M C Ç O D R K K T T F D L E E Y T J Z
 L U G E D C A I N F R E V X R B G O V R
 Y Z Y R U A E T N A M G S O O S K I Ç I
 Ç A Ç I O A Q F Z S L D Ç N A F A P E Ç
 H W J T D A V G Ç S F O N L Z J Z R X N
 J H I J Z O E A F D Ç E D T U X J A R C
 T F J O R L U G U O T I K N V Q U I E Z

HIVER	ECHARPE	DOUDOUNE	GEL
DECEMBRE	GANDS	NEIGE	SKI
JANVIER	BONNET	FLOCON	LUGE
FEVRIER	BOTTES	FROID	
MARS	MANTEAU	GLACE	



VOS RESSOURCES



Centre social de la Croix Blanche

Heures d'ouverture (bureau) :

9h30 à 12h00 · 13h30 à 17h00 du lundi au vendredi
(sauf le jeudi matin)

Heures d'ouverture (accueil téléphonique) :

10h00 à 12h00 lundi, mardi, mercredi, vendredi
13h00 à 16h00 du lundi au vendredi
(418) 683-3677



Centre de crise de Québec

Un point d'appui vers un mieux-être

Centre de crise de Québec

Ligne téléphonique d'écoute · Hébergement
Ouvert 24/7 · (418) 688-4240



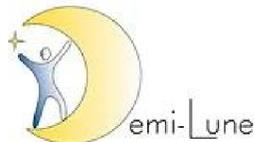
Centre de prévention du suicide de Québec

Ligne d'écoute téléphonique
Ouvert 24/7 · 1 866 277-3553



Lauberivière

Hébergement d'urgence (premier arrivé, premier servi)
485 rue du Pont



Demi-Lune

Milieu de vie et écoute téléphonique
(418) 522-4002



Café rencontre du Centre-Ville

Dépannage alimentaire (déjeuner et dîner)
796 rue St-Joseph Ouest



Accès-Loisir

Activités de loisir à faible coût
(418) 657-4821 · accesloisirsquebec.com



Tel-aide Québec

(418) 686-2433

QUI SOMMES-NOUS ?

PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE ET DE NOTRE MISSION



Jonathan
Directeur général



Gabrielle
Accueil



Valérie
Animatrice



Cindy
Animatrice



Olivia
Directrice
adjointe



Laura
Animatrice



Marie-Hélène
Animatrice



Marc
Animateur

NOTRE MISSION

Notre mission est de briser l'isolement social des adultes ayant une problématique de santé mentale.

Comment ? En offrant des activités accessibles de groupe comme moteur de développement personnel, social et citoyen. Nos actions reposent sur les valeurs d'écoute, d'ouverture, d'entraide, d'équité et de respect dans un environnement favorisant la mixité sociale.

Pour devenir membre, il est nécessaire de prendre rendez-vous, auprès de l'adjointe administrative, pour une rencontre d'accueil !

Nous avons bien hâte de vous rencontrer et de vous faire découvrir nos activités !



Centre Social
de la
CROIX BLANCHE

(418) 683-3677
960, avenue Dessane
Québec, G1S 3J9
www.croixblanche.ca
accueil@croixblanche.ca