

NOUVELLE ANNÉE

La nouvelle année arrive toujours comme une promesse. Cette promesse dépend des espaces que l'on investit, des relations que l'on a construites et que l'on souhaite entretenir, ainsi que de celles que l'on imagine encore. Elle repose aussi, même si on ne le voit pas toujours, sur les décisions que nous prenons comme société.

Je nous souhaite de cultiver, autant sur le plan intime que collectif, ces promesses qui nous permettent de vivre ensemble, avec la curiosité de découvrir l'autre, celui qui m'est étranger, différent, et profondément humain.

Les bureaux de Projet inclusion seront fermés du 20 décembre 2025 au 4 janvier 2026 inclusivement.

Nous vous souhaitons à toutes et tous de bonnes fêtes de fin d'année.



Dessin réalisé par un participant de Projet inclusion lors d'un atelier d'art

Projet inclusion vise la prévention et la diminution des problèmes de santé mentale de la communauté, par la création d'espaces d'interaction inclusifs. Grâce à nos implications à plusieurs niveaux, nous collaborons à la mise en place de changements systémiques pour créer une société plus inclusive.

Assemblée générale extraordinaire et brunch

Participe à un brunch convivial du Nouvel An et viens échanger sur le prochain projet créatif ! Une brève assemblée générale extraordinaire permettra d'officialiser le nouveau nom de l'organisme

Mardi 13 janvier de 11h à 13h30

Gratuit | Inscription requise | Centre Lapalme

Exposition «vers une ville inclusive»

(Re)découvre la ville à travers les mots de celles et ceux qui la vivent. Prenons un moment pour accueillir cette diversité et nous laisser inspirer par d'autres façons d'habiter la ville.

Jeudi 15 janvier de 16h à 19h

Gratuit | Sans inscription | Chalet du parc Pélican

Nouvelle intervenante

Nous accueillons Zoé, la nouvelle intervenante en soutien. Elle sera présente au Libre Espace mais aussi à La Pélicantine.

Nouvel horaire épicerie

À partir de janvier, l'Épicerie solidaire de Rosemont sera ouvert de 14h à 19h.

Épicerie solidaire de Rosemont

Un espace pour faire son épicerie à petit prix, tout en offrant la possibilité de prendre une pause, jaser autour d'une boisson, participer à des ateliers culinaires et rencontrer des gens du quartier.

* Inscription requise

Épicerie

Jeudi 15 janvier

14h à 19h
Gaspillage alimentaire : trucs et astuces

* Inscription requise

Cuisine des invendus

Lundi 19 janvier

9h à 14h

* Inscription requise

Réunion des bénévoles

De retour en février

Popote et papote

Jeudi 22 janvier
9h30 à 14h
Entrée : potage du moment
Plat : vol au vent au poulet

6178 19e avenue, Montréal
H1X 2L6 (coin Bellechasse)

 [epiceriesolidairederosemont](https://www.facebook.com/epiceriesolidairederosemont)

S'inscrire

Contactez Lauréane
epiceriesolidairederosemont@gmail.com
438 883-9143

La Pélicantine

Un espace pour partager un lunch, discuter, et découvrir les ressources du quartier Rosemont.

* Sans inscription

Jeudis et vendredis

12h30 et 13h30
(Fermé du 20 décembre 2025 au 4 janvier 2026. Reprise le jeudi 8 janvier de 12h30 à 13h30)

2590 rue Masson, Montréal
H1Y 1V9
(dans le chalet du Parc Pélican)

Libre Espace

Un lieu accueillant pour se poser, lire, échanger et prendre une collation gratuitement.

Un espace pour trouver de l'écoute, de l'info et un accompagnement vers des ressources adaptées, selon ses besoins.

* Sans inscription

Lundis et mardis

10h à 14h

Samedis et dimanches

13h à 17h

(Fermé du 20 décembre 2025 au 2 janvier 2026. Reprise le samedi 3 janvier dès 13h)

5415, 5e Avenue, Montréal
H1Y 2S8 (coin Masson)

 [LibreEspaceRosemont](https://www.facebook.com/LibreEspaceRosemont)

Inscrис-toi sans tarder aux activités — Ouverture des inscriptions le mercredi 7 janvier dès 10h
 Contacte Natacha, projets@pceim.ca — (514) 255-1054 poste 223

Espace *création* *Inscription requise

Lieux de rencontre créative qui permettent d'explorer différentes formes artistiques. Les idées de projets artistiques sont les bienvenues !

Atelier | Gratuit

* Inscription requise

Atelier d'art - Boîte en bois à personnaliser

Lundi 19 janvier

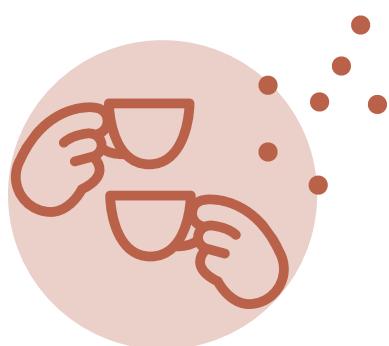
13h30 à 15h30
 Centre Lapalme, 5350 Lafond

Tu as envie de rencontrer des personnes créatives ? Participe à un atelier d'art et décore une petite boîte en bois tout en discutant avec les autres. Le matériel, une collation et un breuvage sont offerts. Prévois un sac pour repartir avec ta création.



Espace *discussion*

Ouvert à toute personne qui souhaite partager et discuter autour d'un thème.



*Sans inscription

Café des voisins | Gratuit
 * Sans inscription

L'amitié et l'amour

Mercredi 7 janvier

13h30 à 15h30
 5147 Beaubien E (coin 40e)

Quelles sont les différentes formes de relations dans nos vies?

*Inscription requise

Café-rencontre | Gratuit
 * Inscription requise

La place de l'art dans notre quotidien

Mardi 20 janvier

13h30 à 15h30
 Centre Lapalme (5350 Lafond)

Quelle est notre définition du mot 'art'? Parlons de ce qui nourrit notre créativité et nous inspire.

Inscription

Contacte Natacha
 projets@pceim.ca
 (514) 255-1054 poste 223

Questions

Contacte Mauve, qui se fera une joie d'y répondre.
 inclusion@pceim.ca
 (514) 255-1054 poste 221

Café des voisins | Gratuit
 * Sans inscription

Comment briser l'isolement ?

Mercredi 14 janvier

13h30 à 15h30
 5147 Beaubien E (coin 40e)

Discutons de l'isolement et de ce qu'on peut faire ensemble pour tendre à le briser.

Café des voisins | Gratuit
 * Sans inscription

Les changements climatiques

Mercredi 21 janvier

13h30 à 15h30
 5147 Beaubien E (coin 40e)

Parlons d'initiatives collectives en défense de l'environnement.

Café des voisins | Gratuit
 * Sans inscription

Les loisirs

Mercredi 28 janvier

13h30 à 15h30
 5147 Beaubien E (coin 40e)

Quelles sont les activités gratuites ou à petit coût autour de nous?

Espace *socio-culturel* *Inscription requise

Des activités et des sorties socio-culturelles proposées afin de rendre les espaces culturels plus accessibles et inclusifs. Ouvert à tous !

Sortie | Gratuit

* Inscription requise

Brunch du nouvel an et assemblée générale extraordinaire

Mardi 13 janvier

11h à 13h30
 Centre Lapalme, 5350 Lafond

Souligne l'arrivée de la nouvelle année avec Projet Inclusion en participant à un brunch convivial ! Nous débuterons par une brève assemblée générale extraordinaire afin d'officialiser le nouveau nom de l'organisme. Ce sera aussi l'occasion de discuter du prochain projet artistique collectif tout en dégustant un bon repas en agréable compagnie.

Bienvenue à toutes et à tous !

Sortie | frais : 5\$

* Inscription requise

Quilles

Lundi 26 janvier

13h30 à 15h30
 Point de rencontre :
 Quilles Moderne, 3115 Bd de l'Assomption

Rencontre de nouvelles personnes ou retrouve des visages connus avec Projet Inclusion pour une activité de quilles. Les souliers et la partie sont compris dans le tarif. Pour un breuvage ou une collation au restaurant sur place, prévois un montant supplémentaire.

Inscription

Contacte Natacha
 projets@pceim.ca
 (514) 255-1054 poste 223



Espace *implication* *Inscription requise

Tu souhaites t'impliquer dans ton quartier et partager tes idées ?

Comité des membres

Lundi 12 janvier

13h30 à 15h
 Centre Lapalme, 5350 Lafond

Le comité des membres se réunit chaque mois pour choisir et organiser une activité pour la programmation du mois suivant. Tu peux aussi t'impliquer dans l'organisation et l'animation d'activités variées.



Soutien brunch nouvel an

Mardi 13 janvier

10h30 à 14h (selon l'implication)
 Centre Lapalme, 5350 Lafond

Nous avons besoin de quelques personnes pour nous soutenir lors du brunch du Nouvel An et de l'assemblée générale extraordinaire. Tu souhaites t'impliquer pour l'accueil, la cuisine, le service ou le rangement ? Communique avec nous pour offrir ton aide.

Soutien exposition «Vers une ville inclusive»

Jeudi 15 janvier

15h30 à 20h (selon l'implication)
 Chalet du parc Pélican, 2590 rue Masson

Nous avons besoin de quelques personnes pour nous soutenir lors de l'exposition. Tu souhaites t'impliquer pour aider à l'accueil, le service ou le rangement ? Communique avec nous pour offrir ton aide.

N'hésite pas à nous appeler pour participer !