

# 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 intevenante 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

**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](#)

\* Inscription requise

**Cuisine des invendus**

**Lundi 19 janvier**

9h à 14h

\* Inscription requise

**Réunion des bénévoles**

De retour en février

**S'inscrire**

Contacte Lauréane

[epiceriesolidairemont@gmail.com](mailto:epiceriesolidairemont@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

(Fermeture 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](#)

**Inscris-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**

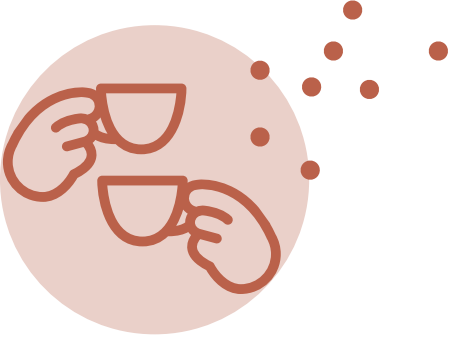
**Lundi 19 janvier**  
13h30 à 15h30  
Centre Lapalme, 5350 Lafond

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 débiterons 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 !