

SECTION MONTÉRÉGIE

Bulletin des activités et services de votre Section

Dans ce numéro :

- Mot de l'équipe
- Nouvelles campagnes
- Conférence
- Les activités
- Informations

Joyeuses Fêtes et nos meilleurs vœux 2021!

Vous recevez ce bulletin par courrier, mais vous aimez mieux l'avoir par courriel ? Vous avez des questions sur notre programmation ou des suggestions à nous faire ? Contactez-nous : info.monteregie@scleroseenplaques.ca



Mot de l'équipe

C'est avec grand plaisir que nous vous faisons parvenir le bulletin des activités et des services de votre section. Nous sommes heureux de vous présenter les nouveautés au niveau des services et des campagnes de financement. Nous profitons également de l'occasion pour vous souhaiter de joyeuses fêtes et une merveilleuse année 2021!

Nouveau!

Mon bonhomme SP

Nous sommes fiers de vous présenter notre nouvelle campagne de financement familiale à faire durant le temps des fêtes. « **Mon bonhomme SP** » est une compétition de confection de bonhomme de neige du 19 décembre au 31 janvier. Le principe est simple : confectionner votre bonhomme, prenez-le en photo et publier le sur votre page Facebook. Pour être éligible à la compétition, vous devez ABSOLUMENT intégrer le #monbonhommesp à votre publication contenant la photo de votre création et suivre notre page Facebook @SCSPMONTEREGIE. Il y aura 2 prix à gagner : un pour l'originalité et un pour la publication avec le plus de j'aime. Pour plus d'informations, allez sur notre page [Facebook.com/scspmonteregie](https://www.facebook.com/scspmonteregie)



Nouveau!

Livraison Recettes en pot

Bonne nouvelle! Les recettes en pot sont maintenant disponibles pour la livraison. Vous êtes à la recherche d'un cadeau d'hôtesse ou vous désirez vous faire plaisir? Commandez dès maintenant



Logis des aulniers

Logis des aulniers a été constitué il y a environ 10 ans et consiste en un projet qui vise à ériger un édifice neuf qui sera construit dans le Centre-ville de Saint-Lambert et constitué de logements adaptés pour les personnes à mobilité réduite et leurs familles. Au printemps, nous avons fait un premier appel afin de supporter le projet, cependant l'organisme fait encore une relance auprès des personnes qui seraient intéressées à y habiter. Pour plus d'informations: www.logisdesaulniers.org ou www.facebook.com/logisdesaulniers

Conférence virtuelle : Tout savoir sur les impôts—23 février 2021

M. Luc Lacombe est un expert en fiscalité chez Raymond Chabot Grant Thornton. Il est un conférencier reconnu en plus de participer à titre d'auteur à différentes formations et présentations. Reconnu pour son professionnalisme, son intégrité et sa simplicité, M. Lacombe sait vulgariser les notions les plus complexes afin de les rendre accessibles.



Inscriptions dès le 15 décembre au scspmonteregie.com/services

Activités physiques

Activités physiques adaptées virtuel avec Francis Gilbert

*** 5 cours par semaine durant 12 semaines ***

Les cours seront disponibles en vidéoconférence Zoom— 5 janvier au 26 mars
Lundis au vendredis 11h05 à 11h50

100\$



Yoga adapté virtuel avec Pascale Leblanc

*** session de 23 semaines ***

Les cours seront disponibles en vidéoconférence Zoom— 12 janvier au 15 juin
Les mardis de 13h30 à 14h30

Gratuit



Activités d'échange



Parlons-en!

Vous avez besoin de discuter, échanger, ou vous chercher des informations? Tous les mardis de 13h à 15h venez discuter en vidéoconférence avec Marie-Eve Provost

Inscriptions requises : marie-eve.provost@scleroseenplaques.ca ou 450-466-5209 #223

5 à 7 virtuel Tous les mercredis, venez discutez autour d'un verre sans avoir à vous déplacer

1- Allez sur le site **Zoom.us**

2- Numéro de la réunion pour vous joindre à nous : **950 9283 0533**

3- code d'accès: **7icxeW**



Vous êtes cordialement conviés à l'assemblée générale annuelle des membres qui se tiendra virtuellement le 25 mars. Merci de confirmer votre présence à marie-eve.provost@scleroseenplaques.ca



Marches SP
POUR UN MONDE SANS SP

Marches SP

Cette année la marche de l'eSPoir fait peau neuve et change de nom pour la Marche SP. Encore une fois cette année, elle se tiendra de façon virtuelle le dimanche 30 mai 2021. Il est possible de s'inscrire dès maintenant et de commencer votre collecte de fonds.

COURSE Course défi eSPoir virtuelle



DEFI ESPOIR

Cette année nous avons décidé de faire la course défi eSPoir de façon virtuelle afin de rendre cette activité accessible à tous et permettre aux coureurs d'y participer. Soyez dès notre le 1^{er} mai en toute sécurité. Des frais d'inscription seront exigés et une collecte de dons volontaires sera proposée.



Vous avez besoin d'un quadriporteur ou d'un triporteur, mais n'en avez pas les moyens? Écolomobile pourrait vous aider. Appelez-nous pour en savoir plus ou consultez le www.ecolomobile.com



Saviez-vous que la SP Montérégie avait une page Instagram? Suivez-nous @spmonteregie

Société canadienne de la SP, Section Montérégie

1705 av. Victoria, bur. C121, Saint-Lambert, Qc. J4R 2T7

450-466-5209

Équipe permanente : Marie-Eve Provost & Kristelle Jolicoeur

www.scspmonteregie.com

www.scleroseenplaques.ca/monteregie

www.facebook.com/scspmonteregie

Info.monteregie@scleroseenplaques.ca