























5999 rue Drake
Montréal (Québec)
H4E 4G8
Tél : 514 761-1280
www.maison-entraide.org

Octobre 2019 Programmation en cours! (514) 761-1280

Lun	Mar	Mer	Jeu	Ven	Sam	Dim
	<p>1 13h30-15h30 P'tit marché G5</p>  <p>Cuisine Écono 13-16h</p>	<p>2 9h30-11h30 P'tit marché G6</p>  <p>Atelier Jardin 13h30-16h</p>	<p>3 Soirée de Projection 18h-20h</p> 	<p>4 9h-12h Activité de bénévolat: Réception des commandes</p>	<p>5</p>	<p>6</p>
<p>7 9h-13h L'activité du garde-manger</p>  <p>Touski 9h-13h</p> <p>Anniversaire des bénévoles nées ce mois</p>  	<p>8 13h30-15h30 P'tit marché G7</p>  <p>14h-16h Marché Mobile Montmagny 6345 rue jogues</p>	<p>9 9h30-11h30 P'tit marché G8</p>  <p>14h-16h Marché Mobile St-Jean de Matha rue Allard (Métro Monk)</p>	<p>10 16h-18h Marché Mobile Espace Citoyen 5900 Drake (Métro Jolicoeur)</p> 	<p>11 9h-12h Activité de bénévolat: Réception des commandes</p>  <p>16h-18h Marché mobile GALT 1980 rue Galt local 101</p>	<p>12 9h30-11h30 P'tit marché G9</p>	<p>13</p>
<p>14 Férieré</p>	<p>15 13h30-15h30 P'tit marché G1</p>  <p>9h-13h L'activité du garde-manger</p> <p>Touski 9h-13h</p> 	<p>16 9h30-11h30 P'tit marché G2</p> <p>Journée Mondiale de l'alimentation</p>		<p>18 9h-12h Activité de bénévolat: Réception des commandes</p>	<p>19</p>	<p>20</p>
<p>21 9h-13h L'activité du garde-manger</p>  <p>Touski 9h-13h</p> 	<p>22 13h30-15h30 P'tit marché G3</p>  <p>14h-16h Marché Mobile Angrignon 3055 boul. des Trinitaires</p>	<p>23 9h30-11h30 P'tit marché G4</p>  <p>14h-16h Marché Mobile St-Jean de Matha 2700 rue Allard (Métro Monk)</p>	<p>24 16h-18h Marché Mobile Espace Citoyen 5900 Drake (Métro Jolicoeur)</p> 	<p>25 9h-12h Activité de bénévolat: Réception des commandes</p>  <p>16h-18h Marché mobile GALT 1980 rue Galt</p>	<p>26</p>	<p>27</p>
<p>28 9h-13h L'activité du garde-manger</p>  <p>Touski 9h-13h</p> 	<p>29 13h30-15h30 P'tit marché G5</p>	<p>30 9h30-11h30 P'tit marché G6</p>	<p>31 Halloween</p>			

ACTIVITÉS



Marché Mobile

Vente de fruits et légumes frais, et autres aliments à petit prix

Ouvert à tous.tes (pas d'inscription nécessaire)

Ninoska: animatrice@maison-entraide.org, 514-761-1280, poste 22



Atelier de Nutrition

Atelier théorique et pratique sur des concepts de base en nutrition. Pour développer une saine alimentation

Inscription: gratuite/atelier avec carte de membre valide.



Cuisines écono

Cuisiner en groupe et repartez avec 15 portions et les recettes.

Inscription : contribution volontaire/atelier avec carte de membre valide.



Garde-manger

Portionner, et placer les denrées alimentaires et dîner communautaire.

Activité de bénévolat



Cuisine Touski

Une cuisine de transformation afin de cuisiner «tout-ce-qui-reste» et dîner communautaire.

Activité de bénévolat

P'tit Marché

Épicerie à prix réduits et produits gratuit

Inscription: gratuite (personne/ famille à faible revenu et habitant dans le H4E)



Soirée de projection

Venez nous aider à entretenir le jardin de la ME.

Ouvert à tous.tes (pas d'inscription nécessaire)

Annie: info@maison-entraide.org, 514-761-1280, poste 23



Fête du mois des bénévoles

Venez célébrer votre anniversaire avec nous, durant le premier lundi du mois, au cours du dîner communautaire.

Ouvert à tous les bénévoles (pas d'inscription nécessaire)