

# CALENDRIER MAI 2024 | MAY 2024 CALENDAR

DIMANCHE   SUNDAY	LUNDI   MONDAY	MARDI   TUESDAY	MERCREDI   WEDNESDAY	JEUDI   THURSDAY	VENREDI   FRIDAY	SAMEDI   SATURDAY
 <p>Les programmes et services du The programs and services of</p> <p><b>1445</b> <b>Lambert-Closse</b></p>	<p>Les inscriptions pour les <b>activités</b> seront prises par <b>Felicia</b> : 514-937-2341 <b>poste 0</b>, du lundi au vendredi, 9h00 à 14h00.</p> <p>Les rendez-vous pour les <b>services médicaux</b> seront pris par <b>Odilia</b> : 514-937-2341 <b>poste 260</b>, du lundi au vendredi, 9h00 à 16h00.</p>	<p>Sign ups to <b>activités</b> will be taken by <b>Felicia</b> at 514-937-2341 <b>ext. 0</b>, Monday to Friday, 9 AM - 2 PM.</p> <p><b>Medical</b> appointments will be taken by <b>Odilia</b> at 514-937-2341 <b>ext. 260</b>, Monday to Friday, 9 AM - 4 PM.</p>	<p><b>1</b> 9h00-15h00 Infirmière soins des pieds Annick   Foot Care Nurse Annick 9h30-12h00 ou 13h00-15h30 Le projet des mitaines   Mittens project 10h00-16h00 Clinique d'impôts avec Anne   Tax clinic with Anne</p>	<p><b>2</b> 9h45-11h35 Vestiaire (pour les femmes en logement fixe)   Vestiaire (for women with fixed housing) (1430 Chomedey) 13h30-15h30 Cercle de couture avec Elissa   Sewing circle with Elissa</p>	<p><b>3</b> 10h00-16h30 Clinique d'impôts avec Anne   Tax clinic with Anne 10h30-11h30 Étirements en douceur avec Catriona   Gentle stretching with Catriona 12h30-16h30 UPIP : Activité culturelle pour femmes autochtones   Indigenous cultural activity</p>	<p><b>4</b></p>
<p><b>5</b> Veuillez noter que les inscriptions aux activités seront traitées en priorité par ordre alphabétique, pour le <b>premier jour</b> des inscriptions. Pour le mois de mai, les noms de famille <b>M et N</b> seront prioritaires.</p>	<p><b>6</b> 11h00-11h45 Cours de danse et relaxation avec Anastasia   Dance class and relaxation with Anastasia</p>	<p><b>7</b> 9h00-12h00 Projet Peter McGill   Peter McGill Project 10h10-15h00 Infirmières de McGill   McGill Nurses 10h30-11h30 Café et conversation avec Silvia   Coffee and conversation with Silvia 13h30-15h00 Yahtzee avec Elissa   Yahtzee with Elissa</p>	<p><b>8</b> 9h00-15h00 Infirmière soins des pieds Annick   Foot Care Nurse Annick 9h30-12h00 ou 13h00-15h30 Le projet des mitaines   Mittens project</p>	<p><b>9</b> 9h45-11h35 Vestiaire (pour les femmes en logement fixe)   Vestiaire (for women with fixed housing) (1430 Chomedey) 13h30-15h30 Cercle de couture avec Elissa   Sewing circle with Elissa</p>	<p><b>10</b> 10h30-11h30 Étirements en douceur avec Catriona   Gentle stretching with Catriona 12h30-16h30 UPIP : Activité culturelle pour femmes autochtones   Indigenous cultural activity</p>	<p><b>11</b></p> 
<p><b>12</b> Please note that activity signups will be prioritized by alphabetical order, for the <b>first day</b> of signup. For the month of May, last names starting with <b>M et N</b> will be prioritized.</p>	<p><b>13</b> 10h00-15h00 Physiothérapeute Amy   Physiotherapist Amy (1430 Chomedey) 10h10-15h00 Infirmières de McGill   McGill Nurses 11h00-11h45 Cours de danse et relaxation avec Anastasia   Dance class and relaxation with Anastasia 13h30-15h30 Cuisine communautaire Inuit   Inuit collective kitchen (1430 Chomedey)</p>	<p><b>14</b> 9h00-12h00 Projet Peter McGill   Peter McGill Project 10h00-12h00 &amp; 13h00-16h00 Distribution de cartes-cadeaux d'épicerie (pré-enregistrées)   Grocery gift card distribution (pre-registered) 10h10-15h00 Infirmières de McGill   McGill Nurses 10h30-12h30 Médecin en médecine interne   Internal Medicine Doctor 12h00-15h00 Sortie au restaurant avec Elissa   Restaurant outing with Elissa</p>	<p><b>15</b> 9h00-15h00 Infirmière soins des pieds Annick   Foot Care Nurse Annick 10h00 – 15h00 Massothérapie avec Courtney   Massage Therapy with Courtney (1430 Chomedey) 9h30-12h00 ou 13h00-15h30 Le projet des mitaines   Mittens project 10h00-12h00 &amp; 13h00-16h00 Distribution de cartes-cadeaux d'épicerie (pré-enregistrées)   Grocery gift card distribution (pre-registered)</p>	<p><b>16</b> 9h45-11h35 Vestiaire (pour les femmes en logement fixe)   Vestiaire (for women with fixed housing) (1430 Chomedey)</p>	<p><b>17</b> 10h30-11h30 Étirements en douceur avec Catriona   Gentle stretching with Catriona 12h30-16h30 UPIP : Activité culturelle pour femmes autochtones   Indigenous cultural activity</p>	<p><b>18</b></p>
	<p><b>19</b></p> <p><b>20</b> FERMÉ   CLOSED</p>	<p><b>21</b> 9h00-12h00 Projet Peter McGill   Peter McGill Project 10h10-15h00 Infirmières de McGill   McGill Nurses 10h30-11h30 Café et conversation avec Silvia   Coffee and conversation with Silvia 13h30-16h00 Sortie au cinéma avec Elissa   Movie at the theater with Elissa</p>	<p><b>22</b> 9h00-15h00 Infirmière soins des pieds Annick   Foot Care Nurse Annick 9h30-12h00 ou 13h00-15h30 Le projet des mitaines   Mittens project 11h00-16h00 Clinique dentaire avec Hein   Dental clinic with Hein</p>	<p><b>23</b> 9h45-11h35 Vestiaire (pour les femmes en logement fixe)   Vestiaire (for women with fixed housing) (1430 Chomedey) 10h30-12h30 Fabrication de bijoux avec Lina   Jewelry making with Lina 13h30-15h30 Cercle de couture avec Elissa   Sewing circle with Elissa</p>	<p><b>24</b> 9h30-12h00 Coupes de cheveux (sur rendez-vous)   Haircuts (by appointment) (1430 Chomedey) 10h30-11h30 Étirements en douceur avec Catriona   Gentle stretching with Catriona 12h30-16h30 UPIP : Activité culturelle pour femmes autochtones   Indigenous cultural activity</p>	<p><b>25</b> *Il n'y a <b>pas de limite</b> au nombre d'inscriptions aux cours de danse, du couture, art ou de bijoux.</p> <p>*There is <b>no limit</b> to the number of signups to dance, sewing circle, art, or jewelry activities.</p>
	<p><b>26</b></p> <p><b>27</b> 10h10-15h00 Infirmières de McGill   McGill Nurses 11h00-11h45 Cours de danse et relaxation avec Anastasia   Dance class and relaxation with Anastasia 13h30-15h30 Cuisine communautaire Inuit   Inuit collective kitchen (1430 Chomedey)</p>	<p><b>28</b> 9h00-12h00 Projet Peter McGill   Peter McGill Project 10h10-15h00 Infirmières de McGill   McGill Nurses 10h30-11h30 Café et conversation avec Silvia   Coffee and conversation with Silvia 13h30-16h30 Sortie au Mini Putt avec Elissa   Outing to Mini Putt with Elissa</p>	<p><b>29</b> 9h00-15h00 Infirmière soins des pieds Annick   Foot Care Nurse Annick 9h30-12h00 ou 13h00-15h30 Le projet des mitaines   Mittens project</p> 	<p><b>30</b> 9h45-11h35 Vestiaire (pour les femmes en logement fixe)   Vestiaire (for women with fixed housing) (1430 Chomedey) 13h30-15h30 Cercle de couture avec Elissa   Sewing circle with Elissa</p>	<p><b>31</b> 10h30-11h30 Étirements en douceur avec Catriona   Gentle stretching with Catriona 12h30-16h30 UPIP : Activité culturelle pour femmes autochtones   Indigenous cultural activity</p>	<p>*Veuillez noter que les sorties au restaurant et le vestiaire seront limités à <b>une fois tous les deux mois</b>.</p> <p>*Please note that <b>restaurant outings and vestiaire services will be limited to once every two months</b>.</p>

## Description d'activités et détails importants

\*\* Veuillez noter que toutes les inscriptions aux **activités** seront prises par **Felicia** chez 1430 Chomedey, ou par téléphone : **514-937-2341, poste 0. Lundi au vendredi, 9h00 à 14h00.**

Les rendez-vous pour les **services médicaux** seront pris par **Odilia** : **514-937-2341, poste 260. Lundi au vendredi, 9h00 à 16h00.**

**1, 3 mai** – Clinique d'impôts avec Anne. 10h00-16h00

**1, 8, 15, 22, 29 mai** – Infirmière soins des pieds Annick. Sur rendez-vous. 9h00-15h00

**1, 8, 15, 22, 29 mai** – Le projet des mitaines (pour les femmes préenregistrées). 9h30-12h00 avec Jane ou 13h00-15h30 avec Tina.

**2, 9, 23, 30 mai** – Cercle de couture avec Elissa. Tricot, crochet dans une belle communauté, avec des collations. Tous les niveaux sont bienvenus. 13h30-15h30

**2, 9, 16, 23, 30 mai** – Vestiaire pour femmes en logement fixe (sur rendez-vous). 9h45-11h35 **(1430 Chomedey)**

**3, 10, 17, 24, 31 mai** – Étirements en douceur avec Catriona. 10h30-11h30

**3, 10, 17, 24, 31 mai** – UPIP : Activité culturelle pour femmes autochtones. 12h30-16h30

**6, 13, 27 mai** – Cours de danse et de relaxation avec Anastasia. 11h00-11h45

**7, 14, 21, 28 mai** – Projet Peter McGill avec Elissa. 9h00-12h00

**7, 13, 14, 21, 27, 28 mai** – Les Infirmières de McGill. 10h10-15h00

**7, 14, 21, 28 mai** – Café et discussion avec Silvia. Venez comme vous êtes, pour vous détendre et partager avec de nouveaux amies et d'anciennes, avec une tasse de café. 10h00-11h30

**7 mai** – Yahtzee avec Elissa. Jouez pour les prix. 13h30-15h00

**13 mai** – Physiothérapeute Amy (sur rendez-vous). 10h00-15h00 **(1430 Chomedey)**

**13, 27 mai** – Cuisine communautaire Inuit. 13h30-15h30 **(1430 Chomedey)**

**14 mai** – Sortie au restaurant avec Elissa. 12h00-15h00

**14, 15 mai** – Distribution mensuelle de cartes-cadeaux d'épicerie pour les femmes préenregistrées. 10h00-12h00 & 13h00-16h30

**14 mai** – Médecin en médecine interne. 10h30-12h30

**14 mai** – Sortie au restaurant avec Elissa. 12h00-15h00

**15 mai** – Massothérapie avec Courtney. Les journées de guérison communautaire proposent des séances individuelles de massothérapie ou de thérapie cranio-sacrée tenant compte des traumatismes, afin d'offrir un moment de soutien pour revenir en soi (sur rendez-vous). 10h00-15h00

**21 mai** – Sortie au cinéma avec Elissa. 13h30-16h00

**22 mai** – Clinique dentaire avec Hein. 11h00-16h00

**23 mai** – Fabrication de bijoux avec Lina. 10h30-12h30

**24 mai** – Coupes de cheveux. \*Veuillez-vous laver les cheveux avant d'arriver\*. Sur rendez-vous. 9h30-12h00 **(1430 Chomedey)**

**28 mai** – Sortie au café et Mini Putt avec Elissa. 13h00-16h30

*\*\*Veuillez noter que les sorties au restaurant et le vestiaire seront limités à **une fois tous les deux mois.***

*\*\*Il n'y a pas de limite au nombre d'inscriptions aux cours de danse, du couture, d'art ou de bijoux.*

## Activity descriptions and important details

\*\* Please note that signups for **activities** will be taken by **Felicia** at 1430 Chomedey, or by telephone at **514-937-2341, ext. 0. Monday - Friday, 9 AM - 2 PM.**

**Medical appointments** will be taken by **Odilia** at **514-937-2341, ext. 260. Monday to Friday, 9 AM - 4 PM.**

**May 1, 3** – Tax clinic with Anne. 10h00-16h00

**May 1, 8, 15, 22, 29** – Footcare with nurse Annick. By appointment. 9h00-15h00

**May 1, 8, 15, 22, 29** – The Mittens Project (for pre-registered women). 9h30-12h00 avec Jane ou 13h00-15h30 avec Tina.

**May 2, 9, 23, 30** – Sewing Circle with Elissa. Knitting, crochet and sewing in a welcoming setting, with snacks. All skill levels welcome. 13h30-15h30

**May 2, 9, 16, 23, 30** – Vestiaire for housed women (by appointment). 9h45-11h35 **(1430 Chomedey)**

**May 3, 10, 17, 24, 31** – Gentle stretching with Catriona. 10h30-11h30

**May 3, 10, 17, 24, 31** – UPIP: Indigenous cultural activity. 12h30-16h30

**May 6, 13, 27** – UPIP: Indigenous cultural activity.

**May 7, 14, 21, 28** – Peter McGill Project with Elissa. 9h00-12h00

**May 7, 13, 14, 21, 27, 28** – McGill nurses. 10h10-15h00

**May 7, 14, 21, 28** – Coffee and conversation with Silvia. Come as you are to relax and share with new friends and old, over a cup of coffee. 10h00-11h30

**May 7** – Yahtzee with Elissa: playing for prizes! 13h30-15h00

**May 13** – Physiotherapist Amy (by appointment). 10h00-15h00 **(1430 Chomedey)**

**May 14** – Sortie au restaurant avec Elissa. 12h00-15h00

**May 14, 15** – Monthly grocery gift card distribution for pre-registered women. 10h00- 12h00 & 13h00-16h30

**May 14** – Internal medicine doctor. 10h30-12h30

**May 14** – Lunch at a restaurant with Elissa. 12h00-15h00

**May 15** – Massage therapy with Courtney. Community Healing Days offer one-on-one trauma aware massage therapy or craniosacral therapy sessions to provide a supportive moment to come back to yourself. By appointment. 10h00-15h00

**May 21** – Outing to a movie theatre with Elissa. 13h30-16h00

**May 22** – Dental clinic with Hein. 11h00-16h00

**May 23** – Jewelry making with Lina. 10h30-12h30

**May 24** – Haircuts by stylists from Two Horses salon. \*Please wash your hair before arrival\*. By appointment. 9h30-12h00 **(1430 Chomedey)**

**May 28** – Outing to a cafe and Mini Putt with Elissa. 13h00-16h30

*\*\*Please note that restaurant outings and vestiaire will be limited to **once every two months.***

*\*\*There is **no limit** to the number of signups to dance, sewing circle, art or jewelry activities.*