

DIMANCHE	LUNDI 8H30 - 16H30	MARDI 8H30 - 20H00	MERCREDI 8H30 - 16H30	JEUDI 8H30 - 20H00	VENDREDI 8H30 - 16H30	SAMEDI
----------	-----------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------	--------------------------	--------

- Volet communautaire La Prairie
- Extérieur de l'Avant-garde
- Espace Libre / Drop-In
- Fermé

4 FERMÉ	5 14h- Collation-discussion: retour du temps des fêtes	6 13h à 15h - Infirmière SIDEP	7 13h30 - Gestion du quotidien	1 FERMÉ	2 FERMÉ	3 FERMÉ
11 FERMÉ	12 DROP-IN	13 Journée planification d'équipe FERMÉ	14 13h30 - Gestion du quotidien	8 18h - Projection: Ma citée évincée	9 13h30 - Atelier préparatoire à la formation du bloc 2	10 FERMÉ
18 FERMÉ	19 10h - Brunch: comment ça va? + planification grève communautaire	20 13h à 15h - Infirmière SIDEP	21 8h15- Déjeuner des membres de la CDC 13h30 à 15h- Conférence Portrait Jeunes et santé mentale : ensemble pensons le changement + Gestion du quotidien	22 18h - Café-discussion: se soutenir et se reconstruire ensemble	23 DROP-IN	24 FERMÉ
25 FERMÉ	26 13h30 - Parler de médication autrement	27 13h à 15h - Infirmière SIDEP 18h30 - Soirée d'information	28 13h30 - Gestion du quotidien	29 DROP-IN	30 DROP-IN	31 FERMÉ

JANVIER 2026

GESTION DU QUOTIDIEN

Au moyen de l'écoute et l'entraide, nous tenterons, tous ensemble, de vous aider et de vous soutenir dans votre réalité. Elle permet aussi de rester informé des dernières et des futures actions de l'organisme, activités, questionnements, consultations, etc. Un moment pour le comment ça va est alloué avant la gestion.

CAFÉ-DISCUSSION: SE SOUTENIR ET SE RECONSTRUIRE ENSEMBLE

Ensemble, nous prendrons le temps d'échanger, de partager nos expériences et d'explorer des façons concrètes de se soutenir face à l'isolement et aux défis du quotidien.

ATELIER: LES RÉSOLUTIONS DU NOUVEL AN: MYTHES OU RÉALITÉS?

Chaque année, nous prenons de nouvelles résolutions, mais est-ce vraiment efficace pour notre bien-être et notre santé mentale ? Venez partager vos expériences, réfléchir à des intentions réalistes et durables, et explorer des alternatives pour créer de vrais changements positifs, sans pression ni culpabilité. Un moment d'échange bienveillant pour démarrer l'année avec clarté et soutien collectif.

Date limite d'inscription: 12 janvier

DÉJEUNER DES MEMBRES DE LA CDC ROUSSILLON

La CDC vous invite à son déjeuner des membres annuel ! Quelle meilleure façon de débuter 2026 qu'autour d'un bon déjeuner en compagnie des membres de la CDC.

Adresse: M Resto-Bar, 3625 Rue Talon, Sainte-Catherine

Heure: À partir de 8h15

Date limite d'inscription: 13 janvier

SOIRÉE D'INFORMATION

L'Avant-garde c'est quoi? Pourquoi en devenir membre? Venez -vous rassembler autour d'un bon café et apprenez-en davantage sur les racines de l'organisme, sa mission, ses valeurs, son but et sa vision et pourquoi devenir un ou une membre!

Date limite d'inscription: 23 janvier

INFIRMIÈRE SIDEPI

Nouveauté : infirmière clinicienne au volet communautaire de l'avant-garde!

Ce qui est disponible :

- Dépistage et prévention des ITSS
- Suivi et traitement des personnes atteintes d'une ITSS
- Counseling sur les pratiques sexuelles sécuritaires et la consommation à moindre risque
- Distribution de matériel (condoms, matériel de consommation, Naloxone intranasal)
- Soutien et références vers d'autres ressources selon les besoins
- Vaccination

Tous les mardis de 13h à 15h.

Pas besoin de rendez-vous!

BRUNCH: COMMENT ÇA VA?

Prenez un moment pour vous poser, partager et faire le point autour d'un brunch convivial. Ce rendez-vous est un espace pour parler de comment ça se passe pour chacun à L'Avant-Garde.

C'est aussi l'occasion de réfléchir ensemble aux points que nous aimerais apporter ou améliorer au sein du groupe tout en dégustant un bon repas!

Date limite d'inscription: 29 décembre 2025

Coût: 2,50\$

FORMATION BLOC 2: APPROCHE ET PERSPECTIVE

Ce bloc permet de plonger au cœur de notre approche et de notre vision critique de la santé mentale et de l'itinérance. Il invite à réfléchir sur la manière dont les réalités humaines sont accueillies, comprises ou catégorisées au Québec, et à revisiter les pratiques d'accompagnement à la lumière de notre perspective citoyenne et collective. Une formation qui propose de voir autrement, pour agir autrement.

Participation obligatoire à l'atelier préparatoire du 9 janvier.

PARLER DE MÉDICATION AUTREMENT

Dans cet atelier, nous discuterons de notre relation à la médication et comment reprendre du pouvoir sur nos choix. Nous aborderons les décisions éclairées, nos droits, les pressions que l'on peut rencontrer et les façons de se soutenir entre nous. Nous mettrons la table à la formation GAM pour les personnes intéressées qui aura lieu en février 2026!

PROJECTION: MA CITÉ ÉVINCÉE

Alors que le Québec traverse une crise du logement sans précédent, «Ma cité évincée» donne la parole à celles et ceux qui vivent les contrecoups de la spéculation immobilière à Montréal, l'une des dernières grandes villes abordables en Amérique du Nord. Mais pour combien de temps encore? Venez en grand nombre visionner ce document qui réflète la réalité d'un trop grand nombre de personnes et qui a lancé la mouvement des carrés bleus.

POUR S'INSCRIRE :

PAR COURRIEL:

info@lavantgarde.ca

PAR TÉLÉPHONE:

450-444-9661 / 450-615-0699

Les activités ont lieu au volet communautaire de La Prairie.

Lorsque ce n'est pas inscrit, la date limite d'inscription est deux jours avant l'activité.