

Nous joindre

4273, rue Drolet
Montréal (Québec) H2W 2L7

514 350-8881

accueil@aepp.ca

Heures d'ouverture

Lundi au vendredi de 9 h à 17 h

Les places sont limitées et
l'inscription est obligatoire

Des campagnes
de sensibilisation et de
mobilisation et les dernières
nouvelles de votre organisme
vous attendent !



TROIS FAÇONS DE NE RIEN MANQUER

1

TÉLÉPHONEZ AU 514 350-8881

2

INSCRIVEZ-VOUS À L'INFOLETTRE
SUR AEP.PC/CONTACT

3

SUIVEZ-NOUS SUR AEP.PMTL



Nos partenaires financiers

Éducation
et Enseignement
supérieur
Québec



De fils en aiguilles

Atelier de couture

Apprentissage des techniques de base en couture et réalisation de projets écologiques. Animé par Johane et Thérèse, des couturières bénévoles.

Les mercredis de 13 h 30 à 15 h 30

Série 1 : du 5 octobre au 2 novembre
Série 2 : du 9 novembre au 7 décembre
Spécial de Noël : 14 décembre

Atelier de réparation de vêtements

On apprend à réparer ses vêtements ou ses accessoires et de se sensibiliser sur la réduction du gaspillage vestimentaire. Animé par Johane et Julie, des couturières bénévoles.

Les jeudis de 13 h 30 à 15 h 30
13 et 27 octobre, 10 et 24 novembre

Tricot social

Activité animée par Maria Luisa pour vous exercer à l'art du tricot. L'atelier permet de s'initier et de se perfectionner dans une ambiance d'entraide et de partage.

Les jeudis de 14 h à 16 h
Du 1^{er} septembre au 15 décembre (16 semaines)

INFORMATION | chargedeprojet@aepp.ca
INSCRIPTION | ELAINE | 514 350-8881 # 206

Arts et culture

Atelier de céramique

Initiation aux techniques de base du façonnage de l'argile. Ensemble, on apprend à fabriquer et décorer des pièces en céramique tout en discutant des enjeux qui vous touchent.

Les lundis de 13 h 30 à 16 h
Du 17 octobre au 5 décembre (8 semaines)

Espace créatif

Activité permettant aux participant.es de mettre en commun leur savoir-faire artistique afin de créer des œuvres collectives.

Les jeudis de 10h à 12h
Du 6 octobre au 8 décembre (10 semaines)

Atelier de collage créatif

Une fois par mois, Claudette vous donne rendez-vous pour un atelier de création où le collage est à l'honneur. Une activité artistique relaxante, ouverte à toutes et à tous.

2^e mercredi du mois de 13 h 30 à 15 h 30
Les 12 octobre, 9 novembre, 14 décembre

Atelier de écriture

Rencontre et initiation à l'écriture artistique. Une série de 4 ateliers proposée par Paul, afin de rendre l'écriture plus accessible.

Les mercredis de 10 h à 12 h
Les 2, 9, 16 et 30 novembre 2022 (4 semaines)

Céramique : projet collectif

Apprentissage, discussion et création d'une œuvre collective en céramique. De la conception à la réalisation, on contribue à changer les choses.

Les mardis de 13 h 30 à 15 h 30
Du 11 octobre au 13 décembre 2022 (10 semaines)

INFORMATION | chargedeprojet@aepp.ca
INSCRIPTION | ELAINE | 514 350-8881 # 206



PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS

AUTOMNE 2022

TOUTES LES ACTIVITÉS
SONT GRATUITES!

Notre mission

La mission de l'organisme est d'être un lieu d'apprentissage et d'implications personnels et collectifs qui regroupe les personnes adultes et les familles vivant dans l'arrondissement Plateau Mont-Royal et ses environs.

Il leur offre un moyen d'agir sur elles-mêmes et sur leur milieu.

On organise et fournit des activités d'éducation populaire en tenant compte particulièrement des personnes socialement et économiquement défavorisées, de toutes origines;

On organise des activités visant la prévention et la prise en charge de problèmes de sociaux et de santé;

On offre les moyens, les outils, le support et l'encadrement nécessaires pour que les personnes et les groupes acquièrent des connaissances et développent des habiletés;

On est un lieu ouvert pour les personnes désirant mettre leurs expériences ou leurs connaissances au service de la communauté;

On favorise le regroupement de personnes qui désirent agir sur leurs conditions de vie;

On favorise l'implication du plus grand nombre de personnes dans le fonctionnement et la vie de l'organisme.

Cuisine

Atelier de cuisine de 13 h 30 à 15 h

Les conserves (ketchup au fruits) 12 octobre

On apprend les techniques de bases pour mettre en conserve en faisant du ketchup aux fruits.

Les courges 26 octobre

Octobre, c'est le temps des courges, on en profite pour en découvrir différentes sortes, de leur goût et comment les cuisiner!

La lactofermentation 9 novembre

Atelier sur la technique de conservation de la lactofermentation, on en profite pour expérimenter quelques recettes.

Le Kombucha et le kéfir 23 novembre

Atelier sur les techniques de fermentation à la base de ces breuvages qui coûtent chers, mais qui sont faciles à faire!

Pâté aux lentilles 7 décembre

Le temps des fêtes approche, pour se préparer on apprend à faire un pâté à base de lentilles corail, moins cher, moins gras, mais tout aussi savoureux!

Resto d'un jour de 13 h 30 à 15 h

Série de 5 ateliers durant lesquels les participants élaboreront collectivement un menu complet, de l'idée à l'assiette. La série d'atelier se termine par une simulation de restaurant durant laquelle les participants serviront le fruit de leurs efforts à une liste d'invités!

Groupe 1 : 7, 21 et 28 octobre, 4 et 11 novembre

Groupe 2 : 18 et 25 novembre, 2, 9 et 16 décembre (spécial menu de Noël)

INFORMATION | chargedeprojet3@aepp.ca
INSCRIPTION | EMMANUEL | 514 350-8881 # 200

Agriculture et écologie

Agriculture urbaine

- Entretien, récoltes et fermeture de notre jardin collectif, bilan de la saison 2022
- Soutien à des résident.e.s du quartier dans l'aménagement d'un nouveau jardin collectif.
- Ateliers en intérieur: conditionnement des semences et herbes récoltées cet été, micro pousses et germinations, bouturage...

Tous les lundis et mercredis jusqu'à la fin octobre

Tous les mercredis à compter de début novembre

Écologie

Mieux comprendre les enjeux des changements climatiques. Vulgarisation des informations contenues dans les rapports scientifiques du GIEC.

La fresque du climat

Les vendredis de 13 h à 16 h

Les 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre

Série de 6 ateliers

Les lundis de 13 h à 15 h

Du 7 novembre au 17 décembre

INFORMATION | mobilisation@aepp.ca
INSCRIPTION | JULIE | 514 350-8881 # 203

Autonomie alimentaire

Les paniers du quartier

Paniers de légumes disponibles à moindre coûts pour les gens du quartier. Pour les ménages à faible revenu qui sont intéressés, une subvention de 50% du panier est disponible en faisant simplement la demande à l'inscription. Les paniers sont à payer surplace (ou avant) en argent.

Les mercredis aux deux semaines
à compter du 21 septembre

Cueillette entre 15 h 30 et 17 h 30

Informatique

Atelier informatique

Une série de 7 ateliers couvrant les bases de l'informatique. Plusieurs thématiques sont vues ; les courriel, réseaux sociaux, sécurité en ligne etc. Pour débutants !

Les mardis de 9 h 30 à 12 h 30
À compter du 20 septembre (7 semaines)

Accompagnement libre

Cette séance libre offre l'accès à un animateur informatique afin de répondre à vos questions techniques.

Les mardis de 13 h 30 à 16 h 30
À compter du 20 septembre

Espace ordinateur

Quatre postes de travail avec Internet sont disponibles gratuitement **sur réservation**.

Lundi au vendredi, sauf les mardis matins
De 9 h 30 à 16 h 30

INFORMATION | chargedeprojet2@aepp.ca
INSCRIPTION | SAMUEL | 514 350-8881 # 205

Distribution alimentaire

Distribution alimentaire participative pour les résidents du plateau. Pour avoir accès à ce service il faut s'inscrire dans un des groupes de la distribution.

Aux deux semaines
Cueillette entre 16 h et 17 h 30

INFORMATION | chargedeprojet3@aepp.ca
INSCRIPTION | EMMANUEL | 514 350-8881 # 200