

HAUTE-YAMASKA

À GRANBY

COURS DE YOGA ADAPTÉ

Avec Jessica Meunier
Les mardis, du 4 avril au 2 mai
de 14h30 à 15h30

Au SEPHYR
(Sclérose en plaques haute-Yamaska-Richelieu)
24, rue saint-Joseph, salle «Les Zénitudes»

Prix du cours : 55\$

CONFÉRENCES

Au Centre culturel France-Arbour
279, rue Principale

*Local 104

Avec Me Virginie Maloney, L.L.B. M.Sc.

Prix d'entrée :

5\$ (membre) - 10\$ (non membre) par conférence

CONFÉRENCE# 1: «Les droits des patients face au médecin et au système»

Vendredi, le 7 avril de 13h30 à 15h30

CONFÉRENCE # 2«La demande d'invalidité auprès des assurances et à la RRQ »

Vendredi, le 21 avril de 13h30 à 15h30

*local 100

Avec Véronique Mattlin, sophrologue

CONFÉRENCE-ATELIER : «SOPHROLOGIE»

Vendredi, le 16 juin de 13h30 à 15h30

Prix d'entrée :

5\$ (membre) - 10\$ (non membre)

GROUPE D'ENTRAIDE

Répondante: Danielle Fournier

Co-répondante : Hélène Beaudoin

Les 1^{er} et le 3^{ème} mercredi du mois
de 13h30 à 16h00

Au Centre communautaire Saint-Benoît, 170, rue
Saint-Antoine Nord, local 208

Prix d'entrée : Gratuit

LES MASKOUTAINS

À SAINT-HYACINTHE

Au Centre de bénévolat de Saint-Hyacinthe
2270, avenue Mailhot

ATELIERS D'ART-THÉRAPIE

«Les images qui soignent»

Avec Lise Robillard, M.A., AATQ, IASD

Les jeudis, 6, 13, 20, 27 avril et 4 mai
de 13h00 à 15h30

Prix des ateliers :

65 \$ (membre) - 70\$ (non membre)

GROUPE D'ENTRAIDE

Répondante : Fabienne Pineault

Co-répondante : Christine Cayouette

Les 2^{ème} et 4^{ème} vendredi du mois
de 13h30 à 15h30

Prix d'entrée: Gratuit

Le service Oasis-fibro est un service d'écoute gratuit et confidentiel qui peut se faire soit par téléphone ou sur place dans nos locaux du mardi au jeudi de 9h00 à 16h00. **Oasis fibro** se veut un service, un lieu convivial et accueillant pour toute personne concernée de près ou de loin par la fibromyalgie. **Vous y trouverez une oreille attentive.**



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2016-2017

Le 8 juin 2017 de 10h à 12h
Au Centre de bénévolat de Saint-Hyacinthe,
2270, avenue Mailhot,
Saint-Hyacinthe.



INVITATION À LA 24^{ème} JOURNÉE MONDIALE DE LA FIBROMYALGIE



À LONGUEUIL

Au Foyer st-Antoine
150, rue Grant, salle St-Élisabeth
vendredi 12 mai 2017
de 10 h à 16h00

DÉROULEMENT DE LA JOURNÉE

10h00 :

Accueil des participants

10h30 :

Présentation de l'AFRM

11h00 :

CONFÉRENCE «LA GESTION DE LA DOULEUR»

avec Marie-Andrée Lahaie,
PhD, psychologue



12h30 :

Dîner communautaire

14h00 :

CONFÉRENCE «RALENTIR POUR MIEUX RÉUSSIR»

avec David Bernard,
conférencier, animateur,
auteur, globe-trotteur.

Apprendre à ralentir pour
mieux se dépasser et
accéder à nos forces
intérieures pour
transcender la peur et
prendre des décisions avec
l'aide de notre plus
précieux organe... le cœur!



Prix d'entrée :

30\$ (membre) - 40\$ (non membre)



CALENDRIER

DES ACTIVITÉS



Printemps 2017

ASSOCIATION DE LA FIBROMYALGIE
RÉGION MONTÉRÉGIE

570, boulevard Roland-Therrien
suite 205

Longueuil (Québec) J4H 3V9
450 928-1261 / 1 888 9281261



info@fibromyalgiemonteregie.ca
www.fibromyalgiemonteregie.ca

AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL

À LONGUEUIL

À l' Association de la fibromyalgie R-M
570, boul. Roland -Therrien, salle de conférence

LES CONFÉRENCES

Avec Me Virginie Maloney, L.L.B. M.Sc.

CONFÉRENCE# 1 : «L'IVAC, la CSST et la SAAQ, quelles sont les différences? Comment avoir gain de cause devant ces trois organismes»

Mercredi, le 10 mai
de 13h30 à 15h30

Prix d'entrée : 5\$ (membre) - 10\$ (non membre)

CONFÉRENCE # 2 : «La demande d'invalidité au-près de l'assurance»

Mercredi, le 24 mai
de 13h30 à 15h30

Prix d'entrée : 5\$ (membre) - 10\$ (non membre)

CONFÉRENCE AVEC DÉGUSTATION

« Régime hypotoxique et alimentation vivante »
Avec Gabrielle Samson, coach en alimentation vivante et hypotoxique

Mercredi, le 17 mai de 13h30 à 16h

Prix d'entrée : 25\$ (membre) - 30\$ (non membre)

LES ATELIERS

LES ATELIERS D'ART-THÉRAPIE

Avec Madeleine St-Jean, M.A., psychothérapeute
Les jeudis, 4,11,18,25 mai et 1^{er} juin
de 13h30 à 16h00

Prix des ateliers : 65\$

LES ATELIERS DE LA MÉMOIRE VIVANTE

Avec Guillemette Isnard
Les jeudis, 6,13,20 et 27 avril

de 13h30 à 16h00

Prix des ateliers : 65\$

LES COURS

COURS DE FELDENKRAIS

Avec Nicole Aubry
Les mercredis, du 5 avril au 7 juin
de 11h00 à 12h00
Au Chalet Bellerive
845, rue Maple
Prix du cours : 90\$

COURS DE YOGA ADAPTÉ

Avec Nathalie Pelletier
Les mardis, du 4 avril au 6 juin
de 14h00 à 15h00
Au local NathaYoga
570, boul. Roland-Therrien, suite 220
Prix du cours : 55\$

À ST-LAMBERT

COURS D'AQUAFORME

Avec Hélène Robert
Les lundis, du 3 avril au 19 juin
3 GROUPES :
#1 : 13h à 14h; # 2 :14h à 15h; # 3 : 15h à 16h
Aux Jardins intérieurs de Saint-Lambert
1705, avenue victoria
Prix du cours : 130\$

GROUPE D'ENTRAIDE

Répondante : Josée Thériège
Co-répondant : Michael Anctil

Un jeudi sur deux de 13h30 à 15h30

Prix d'entrée: Gratuit



HAUT-RICHELIEU

À SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

Au Centre Origine Yoga
51, rue des Échevins

COURS DE YOGA ADAPTÉ

Avec Cyndi Laverrière
Les vendredis , du 7 avril au 9 juin
de 11h30 à 12h30
Prix du cours : 75\$

VALLÉE-DU-RICHELIEU

À MCMASTERVILLE

Au Marché IGA Pépin
20, boulevard Sir-Wilfrid-Laurier

GROUPE D'ENTRAIDE

Répondante : Cécile Bergeron
Co-répondante : Carole Lamoureux

Un lundi sur deux, de 13h30 à 15h30

Prix d'entrée : Gratuit

BROME MISSISQUOI

À COWANSVILLE

À la Bibliothèque de Cowansville
608, rue du Sud, salle Pauline-Martel

GROUPE D'ENTRAIDE

Répondante : Andrée Cantin

Le 2^{ème} mardi du mois
de 13h30 à 15h00

Prix d'entrée : Gratuit

ROUSSILLON

À CANDIAC

Au Centre de bénévolat de la Rive - Sud
8, chemin Saint-François-Xavier

CONFÉRENCE-ATELIER

«LA SOPHROLOGIE»
Avec Sylvie Girouard

Mardi, le 4 avril de 13h30 à 15h30
Prix d'entrée : 5\$ (membre) - 10\$ (non membre)

COURS DE QI GONG-YOGA ADAPTÉ

À SAINT-CATHERINE

Au Centre Yoga Monde
5136, route 132
Les lundis, 3,10, 17, 24 avril et le 1er mai
de 13h00 à 14h00
Prix du cours : 65\$

GROUPE D'ENTRAIDE

À CANDIAC

Au Centre de bénévolat de la Rive - Sud
8, chemin Saint-François-Xavier

Le 1^{er} mardi du mois de 13h30 à 15h30

À DELSON

Au Restaurant Como Pizzeria
3, rue Principale Sud

Le 3ème mardi du mois de 12h00 à 14h00

Répondante : Francine Avéna
Co-répondante : Ghislaine Giroux

Prix d'entrée : Gratuit

