



Centre de ressources communautaires de la Basse-Ville

Lowertown Community Resource Centre

Tous nos programmes sont gratuits

Heures d'ouverture:

L-M-M-V :
8 h 30-16 h 30
Jeudis : 8 h 30-19 h

40 Cobourg, Ottawa K1N 8Z6
Courriel : reception@crcbv.ca
Twitter: twitter.com/crcbv

Autobus : 6, 7, 17, 19



01	02	03	04	05
Zumba pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h-14h	Yoga pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h – 14h SFCO 9h – 16 h	Action-Logement 9h – 16h	Débat des candidats 18h30-21h Centre communautaire Côte-de-Sable Comité des résidents de la B-V 18h30 CRCBV -40 Cobourg	Date limite pour commander la Boîte verte
Le Centre est fermé Pour l'Action de grâce 	Yoga pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h – 14h SFCO 9h – 16 h	Action-Logement 9h – 16h	Aquasanté Piscine de la B-V 13h – 14h	Action-Logement 9h – 16h
Zumba pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h-14h	Yoga pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h – 14h SFCO 9 h – 16 h	Action-Logement 9h – 16h Boîte de bonne bouffe livraison	Aquasanté Piscine de la B-V 13h – 14h	Action-Logement 9h – 16h
Zumba pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h-14h	Yoga pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h – 14h SFCO 9 h – 16h	Action-Logement 9h – 16h	Action-Logement 9h – 16h Aquasanté Piscine de la B-V 13h – 14h Cuisine collective 16h30-18h	Action-Logement 9h – 16h
Zumba pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h-14h	Yoga pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h – 14h SFCO 9 h – 16h	Action-Logement 9h – 16h	<div style="background-color: #002060; color: white; padding: 20px; text-align: center;"> <h1>Centre-40 Cobourg</h1> <h1>Octobre 2018</h1> </div>	
Zumba pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h-14h	Yoga pour adultes Pavillon Jules-Morin 13h – 14h SFCO 9 h – 16h	Action-Logement 9h – 16h		

Voir l'autre côté de la page pour plus de détails

Calendrier du Centre - 40 Cobourg


Octobre 2018

Veuillez noter que le Centre sera fermé le lundi 8 octobre 2018 pour l'Action de grâce

SERVICES D'ACCUEIL

Fournit renseignements, défense et aiguillage vers des services au sein du Centre et vers les organismes externes. Services de counseling en cas de crise ou à court terme aussi fournis pour les personnes et les familles. (B)

Avis important : L'horaire des services d'accueil a changé.

 **Boîte de bonne bouffe de la Basse-Ville (B)** : Une fois par mois, ce programme vous permet d'acheter des fruits et légumes frais à faible coût (boîtes de 10 \$, 15 \$, 20 \$, ou 25 \$ pour aliments biologiques, et 5 \$ pour le sac de fruits). La date limite de paiement est le **vendredi 5 octobre 2018** et la livraison est le **mercredi 17 octobre 2018**. Vous pouvez passer prendre votre commande entre **9 h et 12 h et entre 13 h et 15 h 30**.

PROGRAMME MULTICULTUREL

Facilite l'intégration des personnes de diverses origines ethniques nouvelles au Canada grâce à des services et des activités comme le counseling, le sans-rendez-vous et les groupes d'exercices. (B) **Shoon 613-789-3930 x309**



La cuisine collective multiculturelle est offerte au **CRCBV** chaque dernier jeudi du mois, de **16 h 30 à 18 h**. Prochaine cuisine : **25 octobre 2018 – INSCRIPTION NÉCESSAIRE**



Cours d'aquasanté (femmes seulement) (B) : Les jeudis, de **13 h à 14 h**, à la piscine de la Basse-Ville.



Cours de Yoga pour adultes (B) : Les mardis, de **13 h à 14 h**, au parc Jules-Morin.



Cours de Zumba pour adultes (A) : Les lundis, de **13 h à 14 h**, au parc Jules-Morin.

DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

Soutient les groupes et organismes communautaires, l'engagement envers l'action sociale et le recensement des besoins de la communauté pour l'élaboration de futurs projets. (B) **Alain 613-789-3930 x314**



Débat des candidats Quartier 12 : Le débat aura lieu le **jeudi 4 octobre 2018, de 18 h 30 à 21 h**, au **Centre communautaire Côte-de-Sable (250, rue Somerset Est)**.

BASSE-VILLE, NOTRE CHEZ-NOUS

Un projet en partenariat avec les résidents de la Basse-Ville et les organismes communautaires qui a pour but de prévenir le crime au sein de la communauté. L'objectif est d'engager activement la communauté à cerner les problèmes de sécurité du quartier, ainsi que de trouver des solutions. (B) **Aysha 613-789-3930 x324**

Comité de résidents de la Basse-Ville Est (B) : L'objectif principal de ce comité est de renforcer le sentiment de fierté et d'appartenance avec la Basse-Ville. Sa mission est d'engager activement les membres de la communauté à cerner les préoccupations communes et trouver des solutions pour bâtir une communauté sécuritaire et saine.

La prochaine réunion au lieu le jeudi 4 octobre, à 18 h 30, à la Société John Howard (550, rue Old St-Patrick).

Pour plus d'informations : **Sandra Pilote au 613-789-3930 x375**.



ACTION-LOGEMENT

Organisme qui aide, soutient et défend les personnes et les familles défavorisées afin qu'elles trouvent un logement sécuritaire, adéquat et abordable. (B). Une intervenante d'Action Logement se rend au CRCBV chaque semaine, soit **les mercredis, jeudis et vendredis**. Des problèmes tels que les urgences en matière de logement, les expulsions, la discrimination, l'entretien et les réparations, et les loyers illégaux peuvent être abordés avec un travailleur spécialiste du logement. Pour prendre rendez-vous, communiquez avec **Yarlie au 613-789-3930 x306**.



SERVICE FAMILIAL CATHOLIQUE D'OTTAWA (SFCO)

Fournit des conseils aux individus, aux familles et aux couples, en cas de conflits familiaux, de violence et d'abus sexuels. (B) L'employé de cet organisme est au Centre les **mardis de 9 h à 16 h**. **Anne-Marie : 613-789-3930 x318**

Nouvel horaire des services d'accueil

Lundi : 9 h à 11 h 30, 13 h à 15 h 30

Mardi : 9 h à 11 h 30

Mercredi : 13 h à 15 h 30

Thursday : 9 h à 11 h 30, 13 h à 15 h 30

Vendredi : 9 h à 11 h 30, 13 h à 15 h 30

Karine 613-789-3930 x310

Sarah 613-789-3930 x311

Counseling familial et jeunesse

Nos intervenantes fournissent un soutien et des conseils, individuellement ou en groupe, aux enfants de la Basse-Ville et à leur famille (B).

613-789-3930

Programme des bénévoles

Un projet qui vise à développer un nouveau réseau de bénévoles pouvant contribuer activement aux activités du Centre. (B) Ce programme jumelle les attentes des bénévoles avec les besoins du Centre. Si vous souhaitez faire du bénévolat, venez remplir un formulaire de demande.

Catherine 613-789-3930 x307

Tous les programmes du CRCBV sont gratuits

Nos services sont souvent disponibles dans les deux langues officielles. Les services offerts dans les deux langues sont désignés par la lettre (B); les services disponibles en anglais seulement sont désignés par la lettre (A); les services en français seulement sont désignés par la lettre (F). Le Centre de ressources communautaires de la Basse-Ville est désigné par le sigle CRCBV. Des services d'interprétation sont disponibles dans d'autres langues.

MERCI À NOS DONATEURS

