



Calendrier des activités et formations - Hiver 2023

30

Janvier
13 h-16 h

La gestion de conflits : un art plutôt qu'une science

Offert par le Centre d'action bénévole de Québec, en présence à Moisson Québec

La formation permet aux participants de prendre un recul face aux enjeux interpellés par cette thématique, de repartir avec des outils concrets et des stratégies gagnantes qu'ils peuvent adapter à leur situation sur le terrain. Elle est participative. Un premier objectif est d'aborder avec confiance la gestion de ces situations parfois sensibles. Un deuxième objectif est de permettre aux participants d'être prêt à mettre en place un plan de gestion de conflits pour régler une situation dans son organisme.

À noter que l'atelier aura lieu si au moins 10 personnes sont inscrites. Limite de deux personnes par organisme. Inscription obligatoire avant le 23 janvier.

[INSCRIPTION](#)

21

Février
10 h-11 h

Formation Bilan-Faim

Formation en mode hybride (en ligne et en présence à Moisson Québec)

Chaque année, vous devez recueillir des statistiques dans le Bilan Faim. Vous vous demandez comment y répondre? Quelles sections vous concernent ou comment bien refléter la réalité de votre organisme? Venez poser vos questions et échanger vos trucs. Au final, cette formation vous permettra peut-être de sauver beaucoup de temps!

10 personnes en présence maximum.

[INSCRIPTION](#)

23

Février
13 h 30 - 14 h 30

Trucs pour économiser en épicerie

Offert par Cynthia Gravel, technicienne en diététique au CIUSSS-CN en mode hybride (en ligne et en présence à Moisson Québec)

L'alimentation est l'une des plus grandes dépenses des foyers, d'où l'importance de faire attention aux aliments que nous choisissons et à leur prix. Cette formation vous donnera des outils pour aider les gens qui fréquentent vos organismes à maximiser leur panier d'épicerie. Elle a plus précisément pour objectifs de vous aider à:

- Connaître les étapes de la planification des repas
- Reconnaître les vrais spéciaux dans les circulaires et à l'épicerie
- Connaître les caractéristiques des différentes épiceries
- Déjouer le marketing alimentaire
- Faire des choix économiques dans chacun des groupes d'aliments

Prêts? A vos paniers!

[INSCRIPTION](#)

1

Mars
9 h 30-11 h 30

Visite de Moisson Québec

À Moisson Québec, 2909, avenue Kepler

Une belle occasion de mieux connaître votre banque alimentaire alternative : provenance des denrées, système de partage équitable, fonctionnement du centre de distribution, soutien offert aux organismes, etc. Nous terminerons notre rencontre par une visite du centre de distribution.

[INSCRIPTION](#)

25

Avril
13 h 15 - 14 h 45