



Série de conférences

16 ans et plus



La charge mentale, vous connaissez?

MAUDE GOYER, auteure et conférencière

Méconnue, la charge mentale touche particulièrement les femmes. Elle est intangible, incontournable, constante, invisible et... épuisante. Existe-t-il des solutions pour s'en libérer? Maude Goyer propose une conférence avec exemples, anecdotes et solutions concrètes.

Le mercredi 30 septembre, à 19 h

SECTEUR DE SAINT-JANVIER



Revenir à l'essentiel avec le numérique

STÉPHANIE DIONNE, coach professionnelle certifiée

en programmation neuro-linguistique (PNL) à « La Famille De Ma Vie » et à l'« École branchée »

Dans cette conférence, vous trouverez des pistes d'actions concrètes afin de rendre l'utilisation du numérique dans votre famille saine et harmonieuse. Elle portera principalement sur les enjeux derrière les réseaux sociaux, l'importance de la bienveillance face au danger du numérique et les règles de vie liées à l'usage du numérique.

Le mercredi 7 octobre, à 19 h

SECTEUR DE SAINT-JANVIER



La vie vaut la peine d'être vécue

LOUISE DESCHÂTELETS, comédienne et conférencière

La vie n'est jamais un long fleuve tranquille. Certains passages à vide peuvent donner l'impression que l'horizon est obturé à jamais. La retraite ou le vieillissement peuvent constituer une étape de la vie effarante alors que mille et une possibilités peuvent contrecarrer ces appréhensions. Dans cette conférence, Louise DesChâtelets s'entretient sur les étapes de sa vie qui lui ont permis de changer sa perspective sur le monde. Comment vieillir ne lui a jamais fait peur.

Le mercredi 14 octobre, à 19 h

SECTEUR DE SAINT-JANVIER



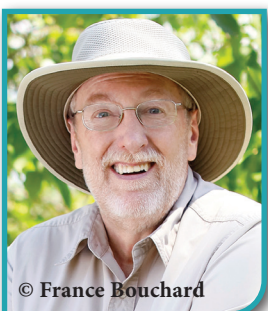
Un beau détour

MATHIEU GRATTON, conférencier et humoriste

Dans cette conférence, Mathieu Gratton nous raconte le chemin inattendu qui s'est imposé à lui. Un détour rempli d'insécurité, mais aussi de bonheur. Il vous ouvre son cœur et vous dresse son parcours de père sans censure.

Le mercredi 21 octobre, à 19 h

SECTEUR DE SAINT-JANVIER



Les plantes d'intérieur

LARRY HODGSON ALIAS « LE JARDINIER PARESSEUX », auteur et conférencier

Les plantes qui meublent nos maisons les embellissent avec leur beau feuillage et leurs belles fleurs tout en purifiant l'air, améliorant ainsi la santé des résidents. Mais tous ne réussissent pas à maintenir leurs plantes en bon état. Grâce à cette conférence accompagnée de diapositives couleurs, le jardinier paresseux vous fera découvrir tous les trucs permettant d'avoir de jolies plantes d'intérieur, et ce, presque sans efforts!

Le mercredi 4 novembre, à 19 h

SECTEUR DE SAINT-JANVIER



Fraude web : à un clic de la catastrophe!

FRANÇOIS CHARRON, chroniqueur web et conférencier

La fraude sur le web est un fléau et la conférence de François Charron vous aidera à prévenir la fraude et le vol d'identité. Dans cette conférence remplie d'humour, l'expert web François Charron donne un véritable petit cours sur l'évolution des fraudes depuis le début du web jusqu'à aujourd'hui. L'objectif est que tous les participants sachent détecter la fraude et ne mettent plus à risque leurs données personnelles.

Le mercredi 25 novembre, à 19 h

SECTEUR DE SAINT-JANVIER



Rencontre avec un écrivain

16 ans et plus



© Philippe-Olivier Contant

Martin Michaud

auteur

Martin Michaud est reconnu par la critique comme « le maître du thriller québécois » avec des titres comme *Sous la surface*, *S.A.S.H.A.*, *Quand j'étais Théodore Seaborn* et la série *Victor Lessard*. Depuis 2017, il scénarise pour la télévision la série *Victor Lessard*, qui connaît un grand succès.

Le mercredi 11 novembre, à 19 h
SECTEUR DE SAINT-JANVIER



NOUVEAU



JEUX VIDÉO

à emprunter

Nintendo Wii

PlayStation 4

Xbox One

Public cible : enfants et adolescents

Politiques de prêt :

- 1 prêt maximum par dossier
- 28 jours de prêt
- Maximum de 2 réservations
- Aucun renouvellement

Secteur de SAINT-JANVIER

SALLE DE TRAVAIL



Matériel disponible :

- télévision
- Câble VGA/HDMI
- Prise électrique
- Prise USB

Peut accueillir jusqu'à 4 personnes

**Secteur de
SAINTE-SCHOLASTIQUE**

**Réservation à partir du
1^{er} jour du mois**

**La personne responsable de la réservation
doit être abonné à la bibliothèque.**

**RÉSERVATION OBLIGATOIRE
sur place ou par téléphone (450 475-2057)**

16 ans et plus



Mirabellois recherchés

Quand la photographie rencontre l'écriture

KARYNE PLOUFFE,
auteure et photographe

Photographe et auteure, Karyne Plouffe vous présente son premier livre *Inspiration au masculin*, qui résume le parcours atypique en photos et en mots de 38 hommes ayant, tout comme elle, osé vivre de leur passion.

Le mercredi 18 novembre, à 19 h
SECTEUR DE SAINT-JANVIER





BIBLIOTHÈQUE
DE MIRABEL

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Début des inscriptions: mercredi 2 septembre, à 10 h



À LA BIBLIOTHÈQUE, ON JOUE!



Jeux de société
pour jouer en famille sur place.



Jeux libres
les samedis et dimanches.



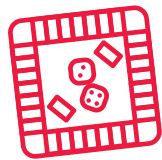
Tablettes
Applications ludiques et éducatives sur place.



Jeux vidéo
Collection de jeux vidéo disponibles pour emprunt.



Jeux spécialisés et salle sensorielle pour les besoins particuliers



Grandes soirées de jeux
Soirées thématiques pour toute la famille!



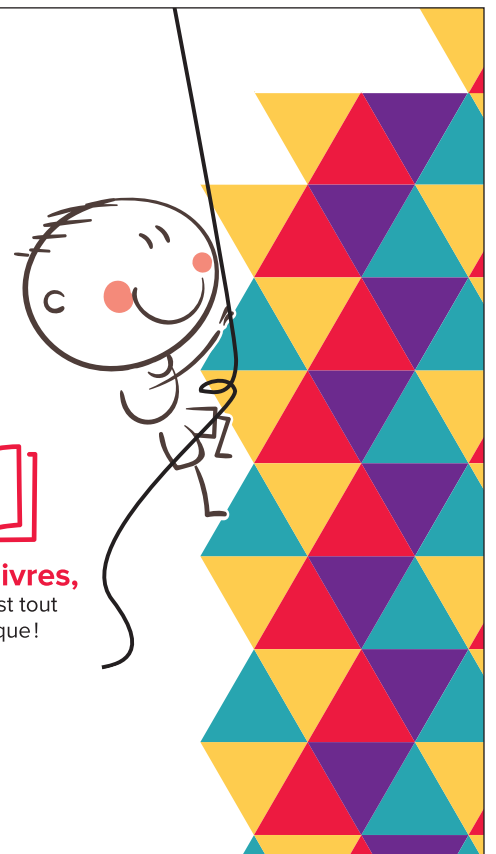
Trousses didactiques
Jeux d'aide à l'apprentissage. Lecture et écriture.



Animations
Ateliers, jeux, spectacles, club d'été, etc.



... et des livres,
puisque c'est tout aussi ludique!



Communiquez avec nous pour connaître les disponibilités spécifiques à chaque bibliothèque.
450 475-2011 | biblio@mirabel.ca | mirabel.ca/biblio

TOC TRISOMIE
TSA TOP TDA/H
TOURETTE TED
TROUBLE DU LANGAGE
DYSPRAXIE



Service pour enfants à besoins particuliers

Pour enfants âgés de 16 ans et moins

Tous les samedis
de 9 h à 10 h

À la **bibliothèque**
du secteur de **Saint-Janvier**

NOUVEL HORAIRE

Secteur du
DOMAINE-VERT NORD

MERCREDI
10 h à 13 h
et
16 h à 20 h





POUR L'APPRENTISSAGE DE LA LECTURE
avec des livres traitant de sujets variés

RÉSERVEZ-LES EN LIGNE
OU DEMANDEZ-LES AU COMPTOIR DU PRÊT



Pour les 6 à 12 ans

1 LIVRE
+
DES FICHES
DIDACTIQUES



Disponibles dans les 7 bibliothèques

1 JEU
DIDACTIQUE



Disponibles secteur de Saint-Janvier



1 BOÎTE
À EMPRUNTER
1 THÈME
PARTICULIER

Sélection de livres sur le même thème
Albums et documentaires jeunesse
Livres pour le parent (inclus dans certaines boîtes)

RÉSERVEZ-LES EN LIGNE
OU TROUVEZ-LES DANS LA SECTION JEUNESSE
(secteurs de Saint-Canut et Saint-Janvier)

Plusieurs thèmes disponibles

Déménagement

Dentiste

Deuil

Émotions

Naissance
Grossesse

Peur du noir

Politesse
Bonnes manières

Pot
Propreté

Rentrée scolaire



Pour enfants à besoins particuliers

DYS

TDA/H

TSA

COMMENT S'INSCRIRE

- **Par Internet:** mirabel.ca/biblio
- **Par téléphone:**
Pendant les heures d'ouverture des bibliothèques.
Prière de ne pas laisser de message sur le répondeur.
- **Sur place**

HORAIRES ET COORDONNÉES

Pour connaître l'horaire des bibliothèques, consultez le portail.

www.mirabel.ca/biblio