



# NOVEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

SÉRÉNITÉ FINANCIÈRE, ESPRIT LÉGER



- Consultez votre conseiller(ère) financier(ère) pour évaluer les options de cotisation ou d'épargne
- Organisez un souper-partage entre amis pour économiser tout en créant des moments chaleureux.
- Comparez les prix avant de faire un achat.
- Vendez des objets que vous n'utilisez plus.
- Faites une liste de souhaits avant d'acheter.
- Explorez la possibilité d'acheter de seconde main.
- Établissez des objectifs d'épargne concrets et atteignables pour rester motivé.

## MIDI BIEN-ÊTRE

**Renforcer son super pouvoir d'affirmation de soi!**  
**Communiquer positivement : Est-ce toujours un jeu d'enfant?**

De 12 h 15 à 13 h - Durée de 45 minutes

4 novembre - 1250, rue Lestrat, salle 3 (R128)

