

## Enjeux de consommation

### Assiette fûtée

Cet atelier incite à faire des choix éclairés en alimentation. Au menu : le rôle des nutriments, l'étiquetage sur la valeur nutritionnelle et les trucs pour réduire sa facture d'épicerie.

### Vivre Noël autrement

Est-il possible de vivre Noël autrement ? L'atelier se veut une réflexion sur le temps des Fêtes, il donne des trucs simples et concrets pour faire de Noël autre chose qu'une fête commerciale.

L'ACEF Montérégie-est est un organisme communautaire de défense des droits des consommateurs. Sa mission vise à éduquer, informer et sensibiliser la population en matière de finances personnelles, de consommation responsable et de logement.



## CONTACTEZ-NOUS



### Bureau de Granby

162, rue St-Charles-Sud  
Granby J2G 7A4  
450 375-1443  
1 888 375-1443  
direction@acefme.org

### Bureau de Sorel-Tracy

450 908-0929  
acefsoreltracy@acefme.org

### Bureau de Cowansville

450 305-0440  
acefcowansville@acefme.org

### Bureau de Saint-Hyacinthe

450 252-0808  
acefsaint-hyacinthe@acefme.org



**Centraide**  
Richelieu-Yamaska  
Nous tous, ici



**acef**  
Montérégie-est

## Ateliers et formations



## Finances personnelles

### Je prends mon budget en mains

Faire son budget est une condition de base pour une bonne santé financière. Pour tout savoir sur le budget, les façons d'économiser et d'épargner.

### Le vol d'identité, une menace bien réelle!

Cet atelier s'attarde au vol d'identité. Il démystifie la pratique et indique les informations recherchées par les fraudeurs en plus de donner des conseils sur les façon de s'en prémunir.

### Les assurances, comment s'y retrouver?

Pour mieux comprendre les assurances, les types de contrats, les questions à poser et les précautions à prendre. Trois ateliers sont offerts : l'assurance vie, habitation et auto.

## Crédit et solutions aux dettes

Au programme: les différentes formes de crédit, l'importance du dossier de crédit et les solutions face au surendettement.

## Besoins des aînés

### Mieux s'informer avant de choisir une résidence privée

Cette présentation permet de mieux connaître les démarches et les précautions à prendre avant de choisir une résidence privée.

### La maltraitance financière chez les aînés, faut y voir!

La maltraitance financière est un problème difficile à détecter. Cette conférence aborde les formes plus courantes de maltraitance financière, donne des pistes de solution ainsi que les principales ressources pour se confier ou porter plainte.

## Logement et habitation

### Mon logement, j'y vois

Connaissez-vous vos droits et obligations à titre de locataire ? Sous forme de jeu, l'atelier montre comment faire face aux différentes situations que peuvent vivre les locataires.

### L'accès à la propriété

Comment se prépare-t-on à l'achat d'une maison ? Cet atelier répond aux questions que peut se poser un futur propriétaire.

## À l'intention des intervenants

### Intervenir auprès des personnes en difficulté financière

S'adressant aux intervenants, la formation vise à les rendre plus à l'aise avec les notions financières et les réalités qui en découlent afin de mieux accompagner leurs usagers.