

# Voix de femmes

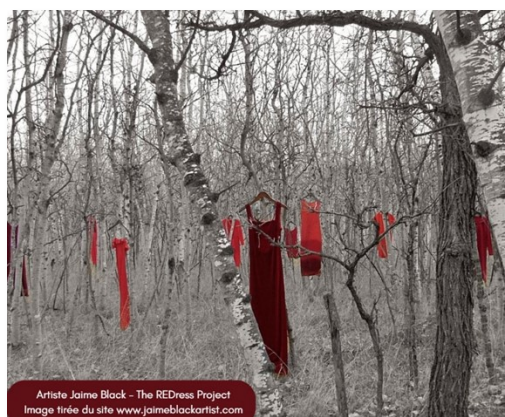
du Haut-Richelieu

## Journée de la robe rouge : on vous attend!

Le 5 mai est désigné comme la journée nationale de sensibilisation à la perte des *femmes et des filles, ainsi que des personnes bispirituelles autochtones disparues et assassinées* (FFADA2S), aussi connu comme le jour de la robe rouge. La couleur rouge a une double signification, car elle symbolise la vitalité et rappelle la violence. De plus, cette couleur a la capacité d'accrocher l'œil grâce à sa vigueur. L'artiste métisse Jaime Black, qui est à l'origine de cette journée de sensibilisation, indique qu'elle a aussi choisi le rouge puisqu'il s'agit de la seule couleur perceptible par les esprits selon les traditions autochtones. Les robes rouges ont donc le pouvoir d'appeler et de rétablir le contact avec les disparues.



La journée de la robe rouge tire ses origines du projet artistique *REDress* de Jaime Black. En 2011, l'artiste avait suspendu des centaines de robes rouges sur le campus de l'Université de Winnipeg. Ce projet visait à sensibiliser et à prendre action contre les violences sexistes, racistes et colonialistes dont les femmes, les filles et les personnes bispirituelles autochtones sont victimes au Canada. Il s'agissait aussi d'une occasion pour les communautés autochtones et les personnes alliées de rendre hommage aux milliers de FFADA2S, tout en sensibilisant la population canadienne aux enjeux des disparitions et de la disproportion des crimes violents commis à l'égard des femmes, des enfants et des personnes bispirituelles autochtones au Canada.



La date du 5 mai n'a pas été choisie au hasard. Elle fait référence à la date d'anniversaire de Lisa Marie Young, de la communauté de Tla-o-qui-aht, qui est disparue en 2002 à Nanaimo, en Colombie-Britannique. À ce jour, cette jeune femme n'a toujours pas été retrouvée, tout comme les quelques 4000 autres FFADA2S disparues ou assassinées au Canada depuis les années 80.

Cette année, le Centre a décidé de prendre action afin de démontrer sa solidarité et de s'affirmer comme allié auprès des communautés autochtones. Nous tiendrons un rassemblement pour commémorer et rendre hommage à toutes les femmes, les enfants et les personnes bispirituelles autochtones présentes et disparues.

Rejoignez-nous le vendredi 5 mai dès 14 h  
au parc Christophe-Colomb,  
situé au coin des rues Loyola et Champlain.

### Dans ce numéro :

<i>Triste anniversaire</i>	2
<i>Portrait de femmes</i>	3-4
<i>Votre Centre en action</i>	5
<i>Place aux membres</i>	5-6
<i>Quoi de neuf? Recette</i>	7
<i>Club horticole Retour sur une activité</i>	8
<i>40e anniversaire du Centre</i>	9

### Dix ans depuis le Rana Plaza et encore beaucoup de travail à faire



Il y a 10 ans cette année, l'usine Rana Plaza au Bangladesh s'effondra, tuant au moins 1 130 personnes et en blessant plus de 2 500 autres. De ce nombre, la grande majorité était des femmes. En effet, au moment de la catastrophe, on estime le nombre d'ouvrières et d'ouvriers dans le textile dans le monde à plus de 4 millions, dont plus de 80 % de femmes.

Le Rana Plaza était un carrefour central de la fabrication de vêtements à l'échelle internationale, notamment des marques de grands distributeurs comme H&M, Zara, Joe Fresh, etc. La veille du drame, les autorités avaient donné l'ordre d'évacuer l'édifice qui présentait des risques d'effondrement causés par des fissures. Le propriétaire de l'édifice et patron des ateliers de confection refusa aux employé·e·s des secteurs du textile d'évacuer, mais les employé·e·s du secteur bancaire et les petits commerçants locataires des étages inférieurs ont quant à eux été évacué·e·s dès l'avis émis par les autorités. Cet événement a notamment relancé le débat sur la sécurité et les conditions de travail des ouvrières et des ouvriers du textile dans les pays en voie de développement, ainsi que sur notre responsabilité en tant qu'occidentaux et l'importance de comprendre les impacts réels des choix industriels sur les droits et libertés des travailleuses et des travailleurs.

Depuis ce jour, les membres de la Marche mondiale des Femmes organisent une journée de solidarité internationale contre le pouvoir et l'impunité des entreprises transnationales, ainsi que leurs impacts négatifs sur les conditions de vie des femmes, la justice sociale et la justice climatique.

Cette année encore, le 24 avril, de 12 h à 13 h, les groupes féministes à travers le monde sont appelés à se mobiliser pour répandre les valeurs de la Charte mondiale des femmes pour l'humanité : **égalité, liberté, solidarité, justice et paix.**

Quelles sont les mobilisations organisées dans la région?  
Aimeriez-vous que le Centre rejoigne un rassemblement?  
Venez en discuter le jeudi 13 avril dès 9 h 30 avec Joëlle Thérien lors d'un atelier interactif!



Photo : [www.dw.com/en/murder-charges-for-2013-bangladesh-rana-plaza-building-collapse/a-18489309](http://www.dw.com/en/murder-charges-for-2013-bangladesh-rana-plaza-building-collapse/a-18489309)



Photo : [www.ledevoir.com/politique/canada/560267/effondrement-du-rana-plaza-la-justice-devra-etre-rendue-au-bangladesh](http://www.ledevoir.com/politique/canada/560267/effondrement-du-rana-plaza-la-justice-devra-etre-rendue-au-bangladesh)





## DÉCOUVERTES, DEVINETTE ET RECETTE

Féministe engagée, parfois enragée, elle a à cœur la condition des femmes. Œuvrant dans le domaine communautaire depuis de nombreuses années, les femmes sont toujours au centre de ses préoccupations. Amoureuse de la vie et artiste dans l'âme, partager un moment avec elle est une source d'inspiration et de motivation. La vedette de notre portrait de femmes du mois, l'avez-vous devinée ?

Carolle Mathieu, directrice en préretraite de notre Centre de femmes.

Depuis sept ans parmi nous, elle a réalisé ses nombreux objectifs : nouveau local, équipe solide, amélioration des conditions de travail, milieu de vie et mobilisation accrue. Elle avait déjà tracé sa voie les 22 années précédentes auprès du Centre de femmes de Verdun. Carolle ne chôme pas, elle siège également au conseil d'administration de [L'R des centres de femmes du Québec](#) (représentant la Montérégie) et est présidente de la [Table de concertation des groupes de femmes de la Montérégie \(TCGFM\)](#). Dans ses projets de future retraite, elle poursuivra son implication concernant la maltraitance des aîné-e-s et son bénévolat auprès de la [fondation Béati](#), à titre de membre du conseil d'administration.

Elle adore marcher et mis à part son récent pèlerinage spirituel sur le chemin de Compostelle (dont elle en a conservé les chaussures), voici des marches militantes auxquelles elle a participé qui l'ont marquée : la *Marche mondiale des femmes*, en 2000, à New York où déambulaient des femmes de 161 pays (une autre paire de chaussures en souvenir, hihi) ainsi que la *Marche du pain et des roses*, en 1995. Nous ne serions pas surprises de la croiser lors de la prochaine *Marche mondiale des femmes*.

Marcher, manifester, supporter, tout pour la condition des femmes, cette féministe jadis radicale s'est adoucie pour poursuivre son combat avec plus de tact, d'ouverture et de compréhension. Elle a marché aux côtés de femmes célèbres, tout aussi engagées qu'elle, telles que : Rigoberta Menchú, récipiendaire du prix Nobel de la paix en 1992, Françoise David et Manon Massé. Elle a jadis fait les manchettes et est même allée jusqu'à la désobéissance civile. Elle a parfois eu chaud, mais s'en est toujours bien sortie.



Quoique son militantisme ait permis de faire avancer la condition des femmes, les avancées n'ont pas été à la hauteur de ses espérances et les reculs récents l'inquiètent. Mais, selon elle, la force des femmes qui ne lâchent pas, même dans l'adversité, ainsi que leur courage et leur ténacité, seront des moteurs pour poursuivre les combats.

Des combats, Carolle en a mené également à l'étranger, entre autres en Amérique latine et en Afrique.

Son récent combat à l'étranger fut toutefois principalement face à elle-même, sur le chemin de Compostelle, où elle a marché seule pour en revenir grandie. Elle est passée par différentes étapes, dont mal au corps et mal à sa vie, pour une magnifique transformation spirituelle. Les regrets qu'elle entretenait avant Compostelle se sont transformés en leçons qu'elle apprécie aujourd'hui.

Carolle aime la marche, bien sûr, mais aussi la peinture, les sorties entre amies, la méditation, la lecture, le théâtre et le cinéma.

Elle part en paix avec le sentiment du travail accompli. De ses multiples interventions auprès des femmes, elle en sort enrichie et se souviendra toujours qu'il est possible de se tenir debout, de demander de l'aide et ainsi avoir une vie meilleure.

Elle souligne le courage des femmes qui est le premier pas vers la libération, la guérison et le changement. Elle nous remercie toutes de lui avoir fait confiance.

Militante elle le restera, engagée et déterminée, c'est Carolle Mathieu pour toujours.

(suite à la page suivante)

## Portrait de femmes (la suite)



### PARTAGE

**Ses films marquants** : *La vita è bella (La vie est belle)*, *Le violon rouge*, *Crazy*, *Il pleuvait des oiseaux*, *Simone : le voyage du siècle*

**Son dernier livre lu** : *Trois*, **le livre qu'elle considère qu'il faut lire avant de mourir** : *La femme qui fuit*.

**Ses citations préférées** :

"Personne n'est trop petit pour avoir un impact et changer le monde." –*Greta Thunberg*.

"Les erreurs ne se regrettent pas, elles s'assument. La peur ne se fuit pas, elle se surmonte. L'amour ne se crie pas, il se prouve." –*Simone Veil*.

"Exister c'est oser se jeter dans le monde." –*Simone de Beauvoir*.

### EN RAFALE

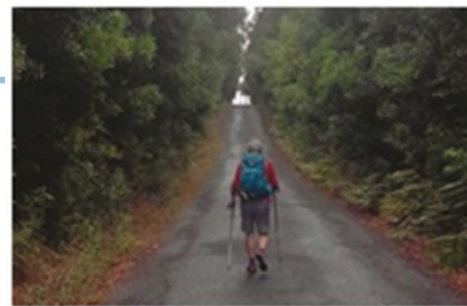
**Sa première sortie de grande fille** : le parc Belmont, dont elle garde un heureux souvenir.

**Son ouverture sur le monde** : provoquée par l'Expo 67.

**Ce qu'elle voudrait qu'on se souvienne d'elle** : sa force tranquille.

**Les modèles féminins qui l'inspirent, mis à part quelques féministes** : particulièrement sa mère et sa fille.

**Son premier voyage en France après le cégep, à l'âge 18 ans** : il refera surface dans son projet de voyage post-retraite, car elle se jure d'y retourner.



### QUIZZ

Voici trois affirmations contenant deux vérités et un mensonge, saurez-vous deviner le mensonge !

A: "Je fais du tir à l'arc."

B: "J'ai fait du pouce pour me rendre au festival Woodstock."

C: "J'ai chanté à tue-tête « À Paris au mois d'août » sur les Champs-Élysées." (réponse à la dernière page)



### SA RECETTE VEDETTE

D'hier à aujourd'hui, dans la cuisine de Carole : son premier plat cuisiné est devenu son classique de grand-mère sous l'appellation « Les nouilles à Mamie », qui sont en forte demande. (recette en page 7)

Nous lui souhaitons une belle retraite et retenons ce qu'elle nous laisse en héritage, soit ses précieux conseils pour l'avenir du Centre et des femmes : être dans l'écoute, là où tout commence; être dans l'ouverture; être bien informée pour poser les bonnes actions; ne pas avoir peur d'agir; puis laisser surgir son indignation, moteur de motivation.

Militante bientôt retraitée, elle croit aux jeunes féministes qui mèneront les luttes importantes pour leur génération.

*Carole Dubois et Sylvie Provost*



## Bonne nouvelle

### Réception, bibliothèque et matériel d'artisanat nous attendent dès l'entrée de notre Centre

Surprise! La bibliothèque a été déplacée dans la salle d'accueil du Centre. Que voilà un nouvel espace de vie pour y dénicher une lecture et même s'y adonner pour quelques recherches. En outre, une armoire remplie de matériel d'artisanat s'offre à nous pour créer ou inspirer une œuvre d'art autour de la table ronde. Laissez transparaître cet espace d'expression de soi pour ce qu'il est, accueil, inspiration et créativité.

Un Centre pour nous, par nous, entre nous!

*Marie-André Lecompte*



## Place aux membres

### Euphorie du printemps

Les artères des érables se vident de leur sève. Les toits des maisons se dénudent de leur manteau blanc. Sous la chaleur du soleil, des larmes tombent des gouttières. Dans le vallon, un ru joue une symphonie en louvoyant au travers des monceaux de glace. Dans le ciel une envolée d'oiseaux étreignent un premier ramage. Les tulipes, les crocus et les perce-neige tentent de s'extirper de la terre à demi gelée.

Bientôt, le printemps apparaîtra dans toute sa splendeur.

Joyeuses Pâques !

*Hélène Bruneau*



## Aidez-nous à bonifier VOTRE journal !

Le *Voix de femmes*, c'est le bulletin d'information de TOUTES les membres du Centre de femmes du Haut-Richelieu! Voici deux moyens d'y contribuer :

- \* En tout temps, vous pouvez envoyer un texte d'un maximum de 400 mots (par courriel à [amobilisation@cfhr.ca](mailto:amobilisation@cfhr.ca) ou en version manuscrite).
- \* Joindre le comité afin de nous partager vos idées. Le jeudi 4 mai prochain, notre réunion sera ouverte aux observatrices! C'est un rendez-vous à 9 h 30 dans la grande salle.

Pour en savoir plus, consulter la politique éditoriale du journal disponible à nos locaux et sur notre site Internet.

*Joëlle Thérien, agente de communication et de mobilisation*



## IMPÔTS ET ESCROCS

Chaque année, lors de la période des impôts, nombreuses arnaques circulent et les arnaqueurs débordent d'imagination pour arriver à leurs fins.

Alors, ne vous dévalorisez pas si vous avez mordu à l'hameçon, ils sont tellement habiles.

Pour ne pas être piégées justement, quoi de mieux qu'être informées !

Sachez qu'ils ont différents modes de communication :

Message texte (cellulaire et tablette)

Messenger

Courriel

Téléphone (Attention ! L'afficheur pourrait même indiquer le nom de l'agence du revenu)

Dans tous les cas, ils affirment être de l'agence, soit Revenu Canada ou Revenu Québec.

Pour vous berner, ils peuvent reproduire avec précision les visuels utilisés par les agences du revenu.

Dans certains cas, il peut y avoir un formulaire à remplir, ne faites rien, ne l'ouvrez même pas.

Parfois, on vous demandera même de fournir votre numéro de carte de crédit ou de débit.

Il est souvent impératif de répondre rapidement.

De nombreuses tactiques sont utilisées et le but est de vous soutirer de l'information pour ultimement frauder.

Voici quelques-unes des tactiques utilisées :

\* Remboursement du crédit de taxe

\* Erreur dans votre dossier/compte

\* Mise à jour de votre dossier/compte

\* Le calcul de votre impôt a été révisé et vous avez droit à un remboursement ou devez payer un montant

\* Etc.



Dans tous les cas, que faire ou ne pas faire ?

\* **Ne cliquez sur aucun lien**

\* **N'ouvrez aucun fichier joint**

\* **Ne répondez pas à leur message ou courriel**

\* **Ne fournissez aucun renseignement**

\* **Raccrochez le téléphone**



Au besoin, contactez vous-même l'agence du revenu en question, mais surtout pas selon les coordonnées transmises par eux, prenez le temps de chercher les coordonnées sur le site internet de l'agence concernée.

Si vous êtes admissible à un remboursement, il vous sera automatiquement versé par dépôt direct ou envoyé par la poste. L'agence ne communiquera pas avec vous.

Pour tout paiement exigible, la demande se fait par courrier postal.

Les agences du revenu n'utilisent jamais des messages textes, ni des messages instantanés, ni des courriels, ni des appels téléphoniques pour discuter de vos impôts, de vos remboursements ou de votre dossier.

Soit on vous envoie un courrier postal clairement identifié ou si vous fonctionnez par dossier électronique pour lequel vous avez reçu un avis par courriel, allez consulter votre compte par vos propres moyens plutôt qu'en cliquant sur un lien fourni. Vous vous éviterez des problèmes potentiels.

Soyez toujours vigilantes, pas seulement durant la période des impôts.

*Carole Dubois*

## Retour de Rebecca



Pour celles qui ne me connaissent pas, je me nomme Rebecca et je suis intervenante au Centre de femmes depuis juin 2019. Je suis de retour de mon congé de travail parental. Je suis très contente d'être revenue pour voir des visages connus et des nouveaux. Nous pourrions nous rencontrer lors des nombreuses activités qu'offre le Centre et lors de mes animations de cafés-rencontres au Centre et à Mont-Saint-Grégoire. Nous pourrions aussi nous croiser lors des cuisines collectives. C'est avec grand plaisir que je discuterai avec vous! Habituellement, je travaille les lundis, mercredis et jeudis. Je vous laisse avec une photo de moi et de ma fille Aldéa qui est présentement âgée de 14 mois.

*Rebecca Deschênes*



## Recette

### Les nouilles à Mamie de Carole Mathieu

Suivez bien attentivement chaque étape, n'en changez rien et n'ajoutez rien.

Recette facile et rapide sans trop de vaisselle à laver.

Sur la cuisinière, faites bouillir six tasses d'eau. Ajoutez les pâtes et cuire de sept à huit minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres, en remuant de temps à autre.

Égouttez et remettez dans la casserole.

Ajoutez une cuillerée à soupe de margarine non hydrogénée, un tiers de tasse de lait écrémé et le mélange pour sauce au fromage.

Bien mélanger le tout.

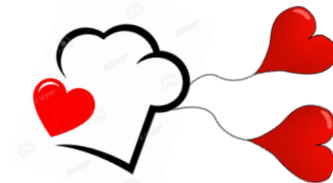
Oups ! Achetez une boîte de *Kraft Dinner* et l'ouvrir avant de procéder.

Cette recette a un grand succès auprès de ses petits-enfants tout comme auprès de ses enfants, ce qui lui permet de satisfaire rapidement la marmaille, composée de deux enfants (une fille et un garçon) et de six petits-enfants (trois filles et trois garçons).

Bon appétit !

Merci Carole pour ce partage.

*Carole Dubois et Sylvie Provost*



# Club horticole

## BOITE DE SEMENCES, ÇA COMMENCE !

Les journées rallongent et certaines d'entre elles nous offrent, ici et là, des airs printaniers.

Ça sent les semences, ça sent la renaissance de la nature, ça sent le jardin. Bientôt venu le temps des semis et de la préparation du jardin.

Nous, les femmes du club horticole, avons échangé nos trucs, astuces, expérimentations et découvertes pour mieux se préparer dès le beau temps revenu. Nous avons également travaillé fort à faire de beaux sachets de semences pour garnir notre boîte de partage. Elle est presque prête. Nous la garnirons un peu plus au gré du temps et vous aussi pouvez y contribuer en venant y déposer vos semences en surplus. Notre superbe boîte de partage de semences est à votre disposition. Vous pouvez venir y prendre ou déposer les semences de votre choix.

Au plaisir de vous y croiser !

*Carole Dubois* pour le



**P.S.** Lorsque vous venez déposer vos surplus de semences, prenez soin de nous indiquer le nom et les indications, de cette façon nous pourrions en faire autant sur les sachets de dons que nous ferons.

## Retour sur une activité du Centre

### Immigration et communication : faciliter l'intégration

Depuis septembre 2021, le Centre de femmes organise des soirées conférences qui abordent divers enjeux en lien avec la diversité culturelle. Dernièrement, Nadine Rivard, consultante à l'organisme L'Ancre qui vient en aide aux personnes immigrantes, est venue à deux reprises pour présenter un portrait de notre région. Elle a également transmis quelques conseils concrets pour favoriser l'intégration des personnes immigrantes. J'ai eu l'idée de les partager avec vous :

\*Parlez lentement en utilisant des mots simples et des phrases courtes si vous prenez conscience que la personne à qui vous vous adressez a des connaissances limitées de la langue française. Il est également possible d'utiliser des gestes pour illustrer vos propos.

\*Renseignez-vous sur des thématiques comme les idées préconçues afin de devenir de meilleures alliées. Il est aussi possible de se documenter sur la situation des immigrant·e·s à travers les arts. Nadine Rivard a donné l'exemple du roman *Là où je me terre* de Caroline Dawson.

Si le contexte vous semble approprié, vous pourriez proposer un coup de main à une nouvelle arrivante qui fait face à une situation nouvelle. Par exemple, l'hiver prochain, vous pourriez offrir votre aide à une immigrante qui pratique un sport d'hiver pour la première fois.

\*En déposant des objets au Centre de partage Johannais, vos dons pourraient se retrouver dans un « kit de départ » pour nouvelle arrivante (articles hivernaux, vêtements, vaisselle, etc.) ! En effet, L'Ancre collabore avec le Centre de partage pour soutenir matériellement des nouveaux arrivant·e·s.

Si vous êtes intéressées par les enjeux liées à l'immigration, inscrivez-vous aux rencontres mensuelles *Femmes d'ici et d'ailleurs* : un rendez-vous chaleureux pour échanger entre femmes autour d'une thématique en lien avec la diversité culturelle. Une belle opportunité d'acquérir de nouvelles connaissances!

*Joëlle Thérien, agente de communication et de mobilisation*







## CONNAISSEZ-VOUS PIERRETTE ?

Probablement pas ! Tout comme moi, avant de la rencontrer lors de la soirée d'ouverture des célébrations du 40<sup>e</sup> du Centre.

Elle nous a raconté les débuts du Centre, elle qui fait partie des fondatrices.

C'est par ses implications bénévoles auprès des jeunes, en loisir, que l'impulsion de son engagement auprès de la communauté a pris place.

Elle rêvait de créer un groupe pour que les femmes puissent être reconnaissantes envers elles-mêmes et envers leur travail, très souvent invisible.

C'est par une étude sur les femmes, via le projet *Éclosion* que tout a commencé en 1982-83 avec un financement du Québec, *Projet Chantier-Québec*. Ce travail a donné naissance au *Centre d'information et de documentation des femmes du Haut-Richelieu (C.I.D.)*, incorporé en juin 1983.

Le *C.I.D.* a commencé ses activités à l'aide de bénévoles, qui furent la force du Centre qui ne recevait pas de subvention récurrente.

En février 1984, le Centre obtient une subvention du Canada, *Canada-Travail*, permettant l'embauche de trois personnes.

Le *C.I.D.* prend son envol avec pour objectif de mieux informer les femmes, et ce, sur divers sujets, dont : la famille, la femme et le marché du travail, la santé, la violence et autres. Des rencontres étaient aussi organisées et les sujets étaient variés : la vie économique des femmes, l'alimentation dans la vie quotidienne, la ménopause, la prostitution, etc.

Par ailleurs, le Centre a publié un cahier sur la violence au cours de ce qui s'appelait *La semaine du crime*.

En 1987, la réalisation d'une recherche sur les besoins des femmes concernant les services de santé dans le milieu (recherche utilisée par le *CLSC*) débouche sur la réalisation d'une série de sept vidéos sur le thème « Détente et médecines douces ». J'adore !

En 1989, une subvention récurrente du *Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)* permet au Centre d'offrir des services cinq jours par semaine.

Les ateliers de croissance et développement personnel débutent en 1990 grâce à une subvention du *Ministère de l'Éducation (MEQ)* dans le cadre du programme de soutien à l'éducation populaire autonome.

Le *C.I.D.* est reconnu comme organisme de bienfaisance enregistré à compter de 2000, puis est devenu le *Centre de femmes (CFHR)* en 2004.

Je termine en vous partageant la citation que Pierrette a écrite sur le tableau, lors de cette soirée :

« Sois reconnaissant de ce que tu as, tu en auras plus. Si tu te concentres sur ce que tu n'as pas, tu n'en auras jamais assez » - *Oprah Winfrey*.

Pierrette, grâce à ton courage et ta détermination, ton rêve a été réalisé et nous en récoltons les fruits.

Je te remercie et je suis bien heureuse d'avoir fait ta connaissance.

Sans toi et d'autres femmes courageuses, je ne serais pas en train d'écrire ces lignes dans ce *Voix de femmes*.

Bravo et merci !

*Carole Dubois*



## Centre de femmes du Haut-Richelieu

390, rue Georges-Phaneuf  
Saint-Jean-sur-Richelieu  
Québec, J3B 1K2

450 346-0662  
registrariat@cfhr.ca  
www.cfhr.ca

*Fondé en 1983, le Centre de femmes du Haut-Richelieu est un centre d'éducation populaire en condition féminine et à but non lucratif dont la mission est d'améliorer les conditions de vie des femmes en vue de leur permettre une participation égalitaire dans toutes les sphères de la société.*



## Comité éditorial *Voix de femmes*

Martine Beaudry, membre  
Catherine Dextras, membre  
Carole Dubois, membre  
Marie-Andrée Lecompte, membre  
Sylvie Provost, membre  
Joëlle Thérien, travailleuse

## Merci à nos rédactrices!

**Prochaine date de  
tombée : 2 mai**

Réponse au quizz de la page 4 : B

## Activités en folie avant la fermeture estivale

Avant de partir en vacances, les travailleuses vous invitent à participer à une ou plusieurs activités spéciales. Prenez note que l'inscription et la carte de membre sont facultatives et que nous aviserons uniquement les femmes inscrites en cas d'annulation. N'hésitez pas à venir en compagnie d'une amie, d'une voisine ou de toute autre femme de votre entourage afin de lui faire découvrir le Centre!

### **Mardi 27 juin à 9 h 30 : marche et limonade\***

Rendez-vous devant nos locaux pour marcher et savourer une bonne limonade maison.

### **Mercredi 28 juin de 11 h 30 à 14 h : pique-nique annuel\***

Apportez votre lunch et votre chaise pour notre rendez-vous estival au parc Jean-Paul-Beaulieu situé à côté des Halles Saint-Jean.

### **Judi 29 juin de 15 h à 20 h : viens t'amuser et apporte ton souper!**

Venez souper avec les travailleuses et profiter des divertissements mis à votre disposition. Vous pouvez apporter vos jeux de société.

### **Vendredi 30 juin de 9 h à 10 h 30 : exercices de détente**

Apportez un tapis de yoga ou une serviette et habillez-vous confortablement pour profiter d'une séance d'exercices adaptés à toutes.

**\* Les activités identifiées avec l'astérisque (\*) seront remises à la semaine suivante en cas de mauvais temps.** Le cas échéant, uniquement les femmes inscrites seront contactées par téléphone.

**Fête nationale du Québec  
et Fête du Canada**

Le Centre sera fermé

**les lundis**

**26 juin et 3 juillet**

pour la reprise des congés fériés.

