



# Programmation Automne 2019

## Horaires de l'accueil

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8 h 30 à 12 h	Fermé	Ouvert	Ouvert	Ouvert	Ouvert
13 h à 16 h 30	Ouvert	Ouvert	Ouvert	Ouvert	Fermé
17 h 30 à 20 h 30	Fermé	Fermé	Fermé	Ouvert	Fermé



Le Centre de femmes du Haut-Richelieu est un centre d'éducation populaire en condition féminine 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.

Le Centre de femmes du Haut-Richelieu a été incorporé en 1983, à titre d'organisme de bienfaisance à but non lucratif. Il œuvre principalement auprès des femmes des quatorze municipalités de la MRC du Haut-Richelieu.

## **LE CENTRE DE FEMMES DU HAUT-RICHELIEU, C'EST AUSSI**

- Un lieu de solidarité rurale-urbaine pour toutes les femmes de la MRC du Haut-Richelieu.
- Des événements publics, des rencontres, des ateliers de formation et des conférences de proximité qui permettent à chacune de conquérir sa pleine autonomie et d'exercer son leadership.
- Un service individualisé d'accueil, d'écoute active, d'information juridique et de référence.

## **AVANTAGES D'ÊTRE MEMBRE**

L'adhésion annuelle vous procure les avantages suivants :

- Accès sans frais à plusieurs services et activités
- Tarifs préférentiels sur plusieurs ateliers payants
- Trois gratuits annuelles à la clinique d'information juridique
- Recevoir en primeur l'information sur les activités du Centre
- Convocation et droit de vote à l'assemblée générale annuelle
- Contribuer au développement de votre Centre de femmes
- Participation aux comités du Centre

## PROGRAMMATION AUTOMNE 2019

Le Centre de femmes du Haut-Richelieu offre une programmation sur mesure dans les municipalités rurales, en plus de sa programmation régulière à Saint-Jean-sur-Richelieu. Vous trouverez dans les pages qui suivent l'horaire et les lieux des activités offertes près de chez vous.

### POUR INFORMATION ET INSCRIPTION

390, rue Georges-Phaneuf  
Saint-Jean-sur-Richelieu (Québec) J3B 1K2  
Stationnement gratuit  
Téléphone : 450 346-0662  
Télécopieur : 450 346-9195  
Courriel : [registrariat@cfhr.ca](mailto:registrariat@cfhr.ca)

Site web: [www.cfhr.ca](http://www.cfhr.ca)



Suivez-nous sur Facebook!

<https://fr-ca.facebook.com/centredefemmes.hautrichelieu>

*Le coût d'une activité ne doit jamais être un obstacle à votre participation .  
Contactez-nous afin que nous puissions en parler.*

### POLITIQUE D'INSCRIPTION ET DE REMBOURSEMENT

Une inscription est exigée pour chacune des activités, qu'elle soit gratuite ou payante, afin de nous permettre de vous offrir des ateliers dynamiques dans des espaces adéquats et confortables. **Il est important de nous aviser de votre absence sans quoi, pour certaines activités, votre nom sera inscrit sur une liste d'attente.** Le Centre de femmes du Haut-Richelieu se donne le droit d'annuler toute activité pour laquelle le nombre d'inscriptions est inférieur au nombre requis. De plus, le Centre se réserve le droit de modifier ou d'annuler en tout temps une activité. Afin de ne pas être déçue, vous devez respecter la date limite d'inscription. En ce qui concerne les activités payantes, votre inscription sera considérée comme valide uniquement au moment de la réception du paiement. Le Centre n'émettra aucun remboursement après la date limite d'inscription. Les remboursements de 10 \$ et moins seront faits comptant, tandis que ceux de plus de 10 \$ seront effectués par chèque. En cas d'annulation d'une activité par le Centre, les frais d'inscription seront automatiquement remboursés.

***Les activités sont réservées aux femmes, à l'exception de celles identifiées comme ouverte à tous.***

## *Milieu de vie*

Le Centre de femmes est aussi un milieu de vie ouvert à toutes les femmes. Si vous avez envie de jaser, que ce soit entre vous ou avec nous, sachez que vous n'avez pas besoin de rendez-vous. Vous pouvez venir prendre un café, utiliser le Wi-Fi ou encore lire un livre. Une travailleuse est sur place et peut passer du temps avec vous. N'hésitez pas, c'est **VOTRE** Centre.

Il est possible d'emprunter gratuitement un livre de notre **bibliothèque** qui comprend des ouvrages féministes, des romans et des livres de recettes. On y trouve également les éditions antérieures du Voix de femmes.

En tout temps, durant nos heures d'ouverture, il est possible d'utiliser un de nos **ordinateurs** pour répondre à vos courriels, faire des recherches ou du traitement de texte. Il est également possible d'imprimer des documents (contribution volontaire suggérée).

## *Comité éditorial Voix de femmes*

Les membres du comité réfléchissent ensemble aux sujets et aux thématiques à aborder dans ce bulletin d'information. Le comité éditorial s'adresse à toute membre qui aurait pour objectif de développer ses habiletés à l'organisation et la rédaction du Voix de femmes.

**Date :** Jeudis 26 septembre, 24 octobre, 21 novembre et 19 décembre

**Heure :** 14 h à 15 h 30

### *Café-causerie sur le Voix de femmes*

*Jeudi 29 août de 13 h 30 à 15 h 30*

Est-ce que les articles vous interpellent? Qu'est-ce que vous aimeriez voir dans votre bulletin d'information? Les membres du comité vous invitent à venir discuter du contenu et de la forme de votre journal. Nous avons hâte d'en parler avec vous!

# Services

## ÉCOUTE

Le Centre de femmes du Haut-Richelieu offre un service d'écoute individuelle. Il est possible de prendre un rendez-vous avec une intervenante pour une rencontre d'une heure où vous recevrez écoute, aide, soutien et références.

Que ce soit pour un deuil, une décision difficile, un vécu de violence, une dépression, une dépendance, un problème de santé psychologique ou des difficultés familiales, financières ou autres, une intervenante est disponible pour vous aider.

## CLINIQUE D'INFORMATION JURIDIQUE

Nos avocates bénévoles vous invitent à prendre rendez-vous à notre clinique d'information juridique afin d'obtenir des renseignements sur des sujets tels que le droit familial, le droit successoral, les mandats d'incapacité, les testaments, l'immigration, le droit civil du logement et le droit du travail.

**Date :** Le premier jeudi du mois, à compter du 5 septembre

**Lieu :** Centre de femmes du Haut-Richelieu

**Coût :** Gratuit pour les membres

20 \$ pour les non-membres



## *Programme d'implication citoyenne*

Le Centre de femmes du Haut-Richelieu vous offre l'occasion de mettre à profit votre expérience et vos compétences bénévolement pour aider les plus vulnérables et pour dynamiser votre milieu de vie.

### **APTITUDES RECHERCHÉES :**

Confidentialité, écoute, ouverture d'esprit et bonne compréhension des problèmes vécus par les femmes.

Les bénévoles doivent adhérer à notre approche féministe qui vise le respect des différences, l'égalité, la solidarité et la justice sociale.

### **EXEMPLES DE TÂCHES BÉNÉVOLES :**

- Bénévole à l'accueil (disponibilité de 3,5 h/semaine)
- Bureautique : gestion des inscriptions, entrée de données, lecture d'épreuves, mise en page de documents, etc.
- Aide pour l'organisation d'événements spéciaux
- Préparation et service de buffet lors des événements
- Travaux de maintenance et d'entretien
- Mise à jour du répertoire des livres de la bibliothèque
- Distribution de dépliants et d'affiches (frais de déplacement remboursés)
- Représentation lors d'activités
- Prise de photos et vidéos
- Animation de conférence et d'atelier
- Publipostage
- Participation aux comités :
  - ⇒ Programmation
  - ⇒ Voix de femmes
  - ⇒ Mobilisation

**Mercredi 4 septembre  
de 13 h 30 à 15 h 30**

*Séance d'information sur les  
possibilités de bénévolat au  
Centre. Bienvenue à toutes!*

**Vous souhaitez contribuer de vos talents pour améliorer votre communauté?  
Venez en discuter avec Monique Petit, responsable de la vie associative.**



L'équipe du Centre de femmes sera présente pour répondre à vos questions concernant la programmation automne 2019. Aussi, Suzanne Boisvert, artiste en résidence au centre de femmes Marie Debout, sera disponible pour vous parler de l'approche de réflexion par l'art que nous souhaitons développer à notre Centre.

# Groupes auto-gérés

## ÉTIREMENTS

Une série d'étirements tout en douceur avec Johann Fréchette.

**Date :** Les mardis, du 17 septembre au 17 décembre\*

**Heure:** 10 h à 11 h

**Lieu :** Centre de femmes du Haut-Richelieu

**Coût :** Gratuit pour les membres



## GROUPE D'ÉCRITURE LIBRE

Sous forme d'exercices variés, ce groupe auto-géré se réunit pour jouer avec les mots et socialiser en compagnie de Yolande Tétreault.

**Date :** Les mardis, du 10 septembre au 17 décembre\*

**Heure :** 13 h 30 à 15 h 30

**Lieu :** Centre de femmes du Haut-Richelieu

**Coût :** Gratuit pour les membres



\* Il n'y aura pas de séance le 1<sup>er</sup> octobre afin de permettre aux membres de participer à la Journée nationale des Centres de femmes.

## CLUB DE MARCHÉ

Vous êtes invitées à venir marcher sur la bande du canal avec Sylvie Provost.

*En cas d'intempérie, l'activité est annulée.*

**Date :** Les mercredis, jusqu'au 30 octobre

**Heure:** 13 h à 14 h

**Lieu :** Stationnement du cinéma Capitol

**Coût :** Gratuit pour les membres





# Activités récurrentes

## PETITS DÉJEUNERS

Le Centre de femmes du Haut-Richelieu invite ses membres à venir déjeuner. C'est un moment privilégié pour échanger avec les autres sans aucun thème prédéterminé. Une animatrice sera sur place afin d'échanger avec vous.

**Date** : Les mercredis, du 4 septembre au 11 décembre

**Heure** : 9 h à 11 h 30

**Coût** : Gratuit pour les membres

**Date limite d'inscription** : Il n'est pas nécessaire de s'inscrire.

## LES APRÈS-MIDI CINÉ-CAUSERIE

Vous aimez regarder des films et prendre du temps pour en discuter? Les vendredis cinéma sont faits pour toutes celles qui aiment le cinéma, partager leurs opinions et, bien sûr, manger du popcorn!

**Date** : 20 septembre, 18 octobre, 15 novembre et 13 décembre

**Heure** : 13 h 30 à 16 h

**Coût** : Gratuit pour les membres

**Date limite d'inscription** : Le vendredi de la semaine précédente

*Le procès de  
Léa*

20 septembre

*La passion  
d'Augustine*

18 octobre

*Danish girl*

Version française

15 novembre

*Polytechnique*

13 décembre

## *Ateliers ponctuels*

Choisissez votre coup de cœur entre ces deux ateliers! Si vous souhaitez vous inscrire à plus d'un atelier, votre nom sera inscrit sur une liste d'attente pour permettre à toutes de participer à l'atelier de leur choix.

### VERS L'AUTONOMIE AFFECTIVE

Par le biais du dessin, découvrez ce qu'est la dépendance affective et comment elle nous affecte. Apprenez à rester centrée pour reprendre le pouvoir sur votre vie. Animatrice : Nicole Alix.

**Date** : Les mercredis, du 11 septembre au 30 octobre

**Heure** : 13 h 30 à 16 h 30

**Minimum** : 8 personnes

**Maximum** : 12 personnes

**Coût** : gratuit pour les membres                      5 \$ pour les non-membres

**Date limite d'inscription** : Une semaine avant la première rencontre\*

*\*Priorité aux femmes qui n'ont pas suivis cet atelier à l'hiver.*

### ÉCOUTE ACTIVE ET GESTION DE CONFLIT

Écouter, se faire comprendre et respecter, échanger avec notre famille, nos amis.es, au travail, dire non sans culpabiliser, cesser de s'obstiner, s'affirmer sans blesser, faire des demandes ou avoir de l'autorité sans crier, est-ce possible? Vos expériences et vos anecdotes serviront de base à cet atelier dans lequel nous améliorerons ENSEMBLE notre façon de communiquer. Outre la théorie, nous ferons des exercices pratiques de communication non-violente, des mises en situation et des résolutions de conflits qui transformeront nos relations au quotidien. Animatrice : Linda Basque.

**Date** : Les lundis 28 octobre, 11 et 25 novembre et 9 décembre

**Heure** : 13 h 30 à 16 h 30

**Maximum** : 14 personnes

**Coût** : gratuit pour les membres                      5 \$ pour les non-membres

**Date limite d'inscription** : Une semaine avant la première rencontre

# Conférences

## CONFÉRENCE COMMISSION DES DROITS DE LA PERSONNE ET DES DROITS DE LA JEUNESSE

Quels sont les droits et libertés garantis par la Charte? Connaissez-vous les 14 motifs interdits de discrimination? Est-ce que la discrimination involontaire indirecte et systémique est aussi interdite? Que signifie exactement le droit à l'égalité? Et qu'est-ce au juste que l'accommodement raisonnable? Autant de questions qui seront abordées en tout simplicité. Animatrice : Marie-Iris Légaré, Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse.

**Date :** Le lundi 21 octobre

**Heure :** 13 h 30 à 16 h 30

**Minimum :** 15 personnes

**Coût :** gratuit pour les membres

5 \$ pour les non-membres

**Date limite d'inscription :** Une semaine avant la rencontre

## MIEUX COMPRENDRE L'ALIÉNATION PARENTALE

Développé par un psychiatre dans les années 1980, le concept d'aliénation parentale est largement utilisé dans les domaines du droit et de la protection de l'enfance. Nous parlerons de ses origines et de son utilisation dans le domaine judiciaire. Animation : Joëlle Thérien, travailleuse du Centre et Geneviève Ruel, avocate.

**Date :** Le mercredi 13 novembre

**Heure :** 13 h 30 à 15 h 30

**Coût :** gratuit pour les membres

5 \$ pour les non-membres

**Date limite d'inscription :** Une semaine avant la rencontre

# Soirées conférences

Désormais, le Centre est ouvert les jeudis entre 17 h 30 et 20 h 30. Il est donc possible de rencontrer une intervenante et de profiter de tous les autres services. Sauf indication contraire, ces activités sont gratuites pour les membres et le coût est de 5 \$ par activité pour les non-membres. Inscription obligatoire.

- 5 septembre **Comment faire sa généalogie (gratuit et ouvert à tous)**  
18 h 30 à 20 h 30 Par Jacynthe Welch, participante du jardin communautaire.
- 19 septembre **Comprendre la transsexualité avec Jeunes adultes gai-e-s (JAG)**  
18 h à 20 h 30 Deux femmes transsexuelles témoigneront de leur parcours et répondront à vos questions sur la transsexualité.
- 26 septembre **Mythes et réalités des droits des conjointes de fait**  
19 h à 21 h Même lorsqu'elles ont des enfants, les conjointes de fait sont loin d'avoir la même protection que les femmes mariées.  
Par Virginie Thibault, avocate
- 3 octobre **Être une Grande Sœur : tout commence par une présence...**  
19 h à 21 h Par Grands Frères Grandes Sœurs de la Montérégie
- 10 octobre **Écoféminisme (inspiré par Suzanne Boisvert, La Marie Debout)**  
18 h à 20 h Pour découvrir l'histoire de femmes inspirantes qui, partout dans le monde, ont milité pour défendre la nature.
- 17 octobre **Raconte-moi l'histoire... (collaboration avec La Marie Debout)**  
17 h à 19 h À travers le récit de vie d'une invitée surprise, découvrez des pages de notre histoire collective.
- 24 octobre **Démystifier l'aquaponie (ouvert à tous)**  
18 h 30 à 20 h 30 Geneviève Belhumeur, notre spécialiste jardin, expliquera ce système qui unit la culture et l'élevage de poissons.
- 7 novembre **L'assurance-emploi, où, quand et comment?**  
19 h à 21 h Survol de la loi et gestes à éviter pour ne pas être pénalisée.  
Animation : Comité chômage du Haut-Richelieu et du Suroit
- 21 novembre **Mythes et réalités sur le cannabis**  
18 h 30 à 20 h 30 Depuis la légalisation, vous vous posez des questions et vous aimeriez en savoir plus sur ses effets et précautions à prendre. Venez en parler avec Rebecca Deschênes.

# Événements spéciaux

## GRÈVE GÉNÉRALE POUR LA PLANÈTE

Les femmes sont invitées à rejoindre ce mouvement de mobilisation planétaire en faveur de la protection de l'environnement. Inscrivez-vous afin d'être tenue au courant des détails entourant notre participation.

**Date :** Le vendredi 27 septembre

**Heure :** à confirmer

## COMITÉ DE RÉFLEXION SUR LE TRAVAIL INVISIBLE

En prévision de la Journée nationale des Centres de femmes, les membres sont invités à participer à ce groupe ouvert qui a pour objectif de réfléchir collectivement aux différentes facettes et enjeux en relation avec le travail non rémunéré qui est essentiel au bon fonctionnement de la société.

**Date :** Mardi 27 août et lundi 16 septembre

**Heure :** 13 h 30 à 15 h 30

## JOURNÉE NATIONALE DES CENTRES DE FEMMES

Le travail invisible et la charge mentale, ça nous colle à la peau. Libérons-nous. Une journée de réflexion pour approfondir le travail de vos consœurs et collectiviser nos expériences. Une soupe sera servi pour le dîner.

**Date :** Le mardi 1<sup>er</sup> octobre de 10 h à 15 h 30

**Date limite d'inscription :** Le mardi 24 septembre

## JOURNÉE DE COMMÉMORATION CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

Pour commémorer les 30 ans de la tuerie de Polytechnique et clore les 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes, participez en grand nombre au café-rencontre de Mont-Saint-Grégoire qui aura lieu le 6 décembre et assistez à la projection du film *Polytechnique* qui aura lieu le 13 décembre au Centre.



# Cafés-rencontres

Des rencontres régulières pour le plaisir d'échanger entre femmes sur des sujets qui nous préoccupent. C'est aussi un temps précieux pour briser l'isolement, créer de nouvelles amitiés et trouver ensemble des solutions aux problèmes qui nous concernent toutes. Vous avez l'intention de participer à tous nos cafés-rencontres? Inscrivez-vous sur la liste systématique et n'appellez que pour nous informer de vos absences. Les programmations de Saint-Jean-sur-Richelieu et Mont-Saint-Grégoire, sont ouvertes à toutes nos membres, peu importe votre municipalité de résidence. Profitez-en!

Gratuit pour les membres, 5 \$ pour les non-membres.

**Inscription obligatoire la semaine précédant le café-rencontre.**

## SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

**CENTRE DE FEMMES DU HAUT-RICHELIEU (390, RUE GEORGES-PHANEUF)**

⇒ Un lundi sur deux de **13 h 30 à 15 h 30**

- 9 septembre *50 choses à faire seule*
- 23 septembre *Affronter nos peurs*
- 7 octobre *Méditer, en toute simplicité*
- 21 octobre *Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse*
- 4 novembre *Le bonheur, de mille et une façons*
- 18 novembre *Faire face aux imprévus*
- 2 décembre *Vers zéro déchet*
- 16 décembre *Cette année, Noël sera pour moi*



## MONT-SAINT-GRÉGOIRE

### CENTRE COMMUNAUTAIRE (45, RANG DE LA MONTAGNE)

⇒ Premier vendredi du mois de 9 h 30 à 11 h 30

- 6 septembre *Être sa meilleure amie, comment dire non?*
- 4 octobre *Les élections, comment choisir?*
- 1<sup>er</sup> novembre *Vieillir en beauté et en santé*
- 6 décembre *Chicanes ou violence, c'est quoi la différence?*
- Animation : Maison Hina, maison d'hébergement

Il est possible de rencontrer une intervenante à Mont-Saint-Grégoire avant la tenue du café-rencontre. Il est important de téléphoner au 450 346-0662 pour réserver votre place.

## *Dîner partage de Noël*

Organisé par un comité de bénévoles, cet événement festif est l'occasion de réunir les membres autour d'un bon repas. Les participantes sont invitées à apporter un plat ou un breuvage à partager de même qu'un livre usagé emballé (qui est encore en bon état) pour l'échange de cadeau.

**Date :** Le mercredi 18 décembre de 10 h à 15 h

**Date limite d'inscription :** 11 décembre



# Sécurité alimentaire

OUVERT À TOUS

## CUISINE COLLECTIVE

*Les cuisines collectives du Centre de femmes du Haut-Richelieu sont rendues possibles grâce à la contribution financière de Centraide du Grand Montréal et de la Table de concertation en sécurité alimentaire du Haut-Richelieu.*

Pour partager la tâche de préparer les repas, diversifier votre alimentation et développer vos habiletés culinaires, vous pouvez démarrer un groupe de cuisine collective. Cuisinez en groupe de 3 à 6 personnes dans un local tout équipé et rappez à la maison les plats préparés. Vive l'entraide, le partage des connaissances et les économies de temps et d'argent!

Le Centre de femmes du Haut-Richelieu offre du soutien pour le démarrage et l'animation de nouveaux groupes dans toutes les municipalités de la MRC du Haut-Richelieu.

Vous pouvez également vous joindre à un groupe déjà existant. Des groupes sont actifs dans les municipalités suivantes : Henryville, Mont-Saint-Grégoire, Saint-Alexandre, Saint-Blaise et Saint-Jean-sur-Richelieu.



Pour de l'information ou pour signaler votre intérêt, communiquez avec nous!

Téléphone : 450 346-0662

Courriel : [cuisine2@cfhr.ca](mailto:cuisine2@cfhr.ca)

**D'autres ateliers de cuisine s'ajouteront à notre programmation!**

Surveillez notre site Internet et notre page Facebook pour les détails.



## ATELIERS PONCTUELS DE CUISINE

Venez cuisiner en groupe, que vous soyez seule ou en famille. Profitez de cette expérience culinaire rassembleuse pour découvrir des nouvelles recettes santé et des nouveaux trucs. Chaque participante doit porter des souliers fermés, un tablier ainsi qu'un couvre-chef (foulard, casquette, filet à cheveux, etc.) Vous pouvez apporter des contenants pour rapporter à la maison les mets préparés.

### ATELIER LES CONSERVES

Découvrez les techniques de conservation afin de pouvoir profiter des récoltes de l'automne toute l'année. L'emploi sécuritaire de l'autoclave sera aussi abordé.

**Date :** Le jeudi 12 septembre

**Coût :** 5 \$ pour les membres                      10 \$ pour les non-membres

**Heure :** 9 h à 12 h

**Lieu :** Centre communautaire

795, rue des Loisirs, Saint-Blaise-sur-Richelieu

**Minimum :** 4 personnes                      **Maximum :** 12 personnes

**Date limite d'inscription :** Le jeudi 5 septembre\*

\* Il est également possible de s'inscrire directement à la municipalité durant les heures d'ouverture des bureaux administratifs.

### CUISINE ALGÉRIENNE

Expérimentez la cuisine algérienne tout en découvrant cette culture.

**Date :** Le samedi 5 octobre

**Coût :** 5 \$ pour les membres                      10 \$ pour les non-membres

**Heure :** 9 h à 12 h

**Lieu :** Centre de femmes du Haut-Richelieu

**Minimum :** 4 personnes                      **Maximum :** 12 personnes

**Date limite d'inscription :** Le vendredi 27 septembre

## *Mobilisation citoyenne*

L'amélioration des conditions de vie des femmes vous tient à cœur? Saviez-vous que de petits gestes concrets contribuent à changer les choses? Votre Centre de femmes collabore avec d'autres organismes à la mise en œuvre d'actions pour changer le monde... Un pas à la fois! Pour connaître les activités à venir, inscrivez-vous à notre liste d'envoi afin qu'une bénévole vous informe des activités à venir.

### **MARCHE CONTRE LA VIOLENCE SEXUELLE FAITE AUX FEMMES**

CIVAS L'expression libre du Haut-Richelieu vous invite à participer à cette marche de sensibilisation sur le thème de l'espoir.

**Date :** Le vendredi 20 septembre

**Heure :** départ à 18 h 30

**Lieu de départ :** Palais de Justice de Saint-Jean-sur-Richelieu  
(109, rue Saint-Charles)

### **MARCHE CENTRAIDE AUX 1000 PARAPLUIES**

Beau temps, mauvais temps, sortez votre parapluie! Nous marcherons dans le centre-ville de Montréal afin de manifester notre engagement dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale. Possibilité de covoiturage à partir du Centre. Pour en bénéficier, il est important de s'inscrire avant le 25 septembre.

**Date :** Le mercredi 2 octobre

**Heure de la marche :** 12 h à 13 h

**Lieu de départ:** Place du Canada (coin Peel et René-Lévesque)



Pour en savoir plus sur nos projets,  
communiquer avec l'agente de  
mobilisation : 450 346-0662 ou

[amobilisation@cfhr.ca](mailto:amobilisation@cfhr.ca)



# Notes

---

---


---

---

---

---

---




*Le respect, l'entraide, l'éthique et la solidarité sont au cœur de toutes nos actions. Il est important pour nous d'accueillir les femmes sans jugement afin qu'elles se sentent bien lorsqu'elles assistent à nos activités.*



# Nos partenaires financiers



*Centre intégré  
de santé et de  
services sociaux de  
la Montérégie-Centre*

Québec 



Commission scolaire  
des Hautes-Rivières

*Travail, Emploi  
et Solidarité sociale*

Québec 

Service  
Canada 



Condition féminine  
Canada

Status of Women  
Canada

