

Actions collectives

En cours d'année, nous participerons à diverses activités de **mobilisation** afin d'obtenir un **meilleur financement gouvernemental** pour notre organisme qui fait face à une augmentation importante des demandes.

Nous souhaitons continuer d'offrir **nos services gratuitement** malgré l'augmentation des frais d'exploitation liés au fonctionnement du Centre.

Il est donc possible que la programmation régulière soit modifiée en lien avec ces activités de mobilisation.

Nous vous aviserons dès que les événements et dates seront connus.

Fériés

3 septembre

Fête du travail

8 octobre

Action de Grâces

24 octobre

Journée de reconnaissance des
Travailleuses du communautaire

*Temps des fêtes
du 21 décembre au 7 janvier*

La halte-garderie

La halte-garderie du Centre de femmes accueille des enfants âgés de 6 mois à 5 ans. Elle permet aux enfants de socialiser, de développer leur autonomie dans le respect et le plaisir. La halte-garderie est offerte en priorité aux femmes qui participent aux activités du Centre. Un service de répit de 3h est également offert.

**Important : Réserver votre place,
car celles-ci sont limitées.**

Mission

Offrir aux femmes un lieu d'appartenance dans le but de briser leur isolement et de se solidariser. Soutenir les femmes dans leur démarche d'autonomie. Favoriser une prise de conscience des causes sociales et politiques des problèmes rencontrés individuellement et collectivement. Soutenir les femmes dans leurs démarches de reprise de pouvoir en visant une transformation sociale et politique afin de mettre fin aux injustices et à toutes formes de discrimination.

Pourquoi être membre du Centre de femmes

En étant membre, vous signifiez votre appui à la mission du Centre de femmes, vous serez informées de toutes nos activités et nos luttes sociales. De plus, cela vous donne le droit de vote lors de l'assemblée générale annuelle.

Carte de membre = 5.00\$ (entente possible)

Services

Activités et ateliers de groupe

Actions citoyennes pour l'égalité des femmes et de la justice sociale

Halte-garderie et projet éducatif pour les enfants

Intervention individuelle (relation d'aide),
accompagnement et référence

Tous nos services sont gratuits et confidentiels

Toutes les femmes sont les bienvenues !

*Le Centre de femmes est ouvert du lundi au jeudi
(8h30 à 16h30), informez-vous pour connaître
nos activités offertes en soirée !*



Suivez-nous sur Facebook et notre Site Web



Septembre

5 Épluchette

10-24 Créativité

12-26 Écriture

24 Formation des bénévoles

25 Antidote

27 L'actualité toast-café

Octobre

1-15-22-29 Créativité

10-31 Écriture

1-15 Formation des
bénévoles

3 Présentation film

11-25 Adaptation au
changement

18 L'actualité toast-café

23 Le Centre se fait connaître

Novembre

5-12-19-26 Créativité

7-21 Écriture

7-14-21-29 Stagiaires
T.T.S

8 On parle mais on ne
s'entend pas!

15 jeu temps

22 L'actualité toast-café

28 Présentation film

Décembre

Documentaire Maison
Ariane

3-10-17 Créativité

5 décembre écriture

13 L'actualité toast-café

19 Dîner communautaire

741 Mgr Dubois Saint-Jérôme, QC J7Y 3X2

tél. : 450.432.5642 téléc. 450.432.8673

centrefemmeslesunesetlesautres.org

centresunes@qc.aira.com

Ateliers

Programme adapté aux femmes qui exercent de la violence

Ce programme s'adresse aux femmes qui veulent cesser leurs comportements violents. Les objectifs de ce programme s'articulent autour de trois thèmes : la violence, la socialisation et les conditions de vie. Une entrevue individuelle (prégroupe) est prévue. *Le groupe débutera lorsqu'il y aura suffisamment d'inscriptions.*

Écriture

L'atelier d'écriture est un lieu de partage et de création permettant aux femmes de s'exprimer. Elles peuvent écrire sur leur histoire, sur ce qui les entoure ou sur ce qui se passe au Centre et dans l'actualité. *Les mercredis 13h15* (1 semaine / 2) Dates: 12-26 septembre, 10-31 octobre, 7-21 novembre et 5 décembre

L'actualité toast café

Autour d'un déjeuner, on discute de l'actualité. Les jeudis 9h30. **27 septembre** *Les élections provinciales*, **18 octobre** *Campagne de visibilité de L'R*, **22 novembre** *Les 12 jours d'actions contre la violence faite aux femmes*, **13 décembre** *Femmes autochtones*.

Antidote

Antidote amène les femmes à mieux se connaître, rehausser leur estime de soi et se solidariser avec d'autres femmes, tout en misant sur leur propre pouvoir à se libérer de ce qui empoisonne ou emprisonne leur capacité d'action dans les différents secteurs de leur vie. **10 rencontres les mardis 9h30 à partir du 25 septembre.** *(groupe fermé à partir de la 2e rencontre)*

Ateliers & conférences

Stagiaires

2 stagiaires en Technique de Travail Social (T.T.S) du CÉGEP de Saint-Jérôme viendront animer une série de 4 rencontres. Les thèmes restent à déterminer. *Les mercredis 7, 14, 21 et 28 novembre à 9h30*

Nous accueillerons également une étudiante en sciences infirmières de L'UQO. Informez-vous des activités reliées à ce stage.

JEU : Dans le temps comme dans le temps

Moments marquants, personnalités célèbres et dates importants, à vous de jouer sur la ligne du temps. animé par les travailleuses **15 novembre à 9h30**

Adaptation aux changements

Le changement est un mouvement de vie naturel mais il est parfois bien difficile de s'adapter à certains événements. Dans cet atelier, vous comprendrez davantage le processus du changement et apprendrez à utiliser certains outils pour mieux l'accueillir dans vos vies et contrer vos résistances. **Les jeudis 11 et 25 octobre à 9h30**, animé par Gisèle Proulx.

Relaxation en douceur

Explorer différentes techniques de méditation, respiration et relaxation avec Nicole Tremblay professeur de yoga. **2 rencontres**, informez-vous auprès du Centre pour les dates

On se parle mais on ne s'entend pas !

On parle, mais arrive-t-on à mieux se comprendre ? Nous y discuterons des bases d'une communication authentique qui consistent à être en relation avec l'autre, tout en restant lié à soi. Animé par Sylvie Lavigneur, **8 novembre à 9h30**

Activités

Dîner communautaire

Célébrons le temps des fêtes ensemble, le **19 décembre 9h30** au Centre ! Jeux, tirages et plaisirs assurés. Apportez un plat à partager, si possible.

Formation des bénévoles

Vous souhaitez faire du bénévolat au Centre? Nous avons besoin de vous pour: accueillir les femmes qui se présentent au Centre et répondre aux téléphones. Six heures de formation vous sont offertes les lundis après-midi à partir de **13h15**. **24 septembre, 1er et 15 octobre.**

Documentaire / films

En quête de protection

Ce documentaire fait état des difficultés vécues par les femmes victimes de violence conjugale dans leurs démarches pour quitter les conjoints oppresseurs et assurer leur sécurité et celle de leurs enfants. Animé par la Maison D'Ariane **(date à déterminer en décembre)**

Films en soirée

Apportez votre lunch, si vous souhaitez souper avant le film.

La passion d'Augustine de Léa Pool

Ce film, retrace le moment où la révolution s'est affranchi de l'héritage religieux. **3 octobre 18h30**

La source des femmes À

Dans un village reculé du Maghreb. Leila est témoin de la chute d'une jeune femme enceinte qui fait une fausse couche en revenant de la source. Cet événement la fait réfléchir à la condition des femmes. **28 novembre 18h30**

Atelier de créativité

Cet atelier est animé par des participantes du Centre.

Des femmes dynamiques, créatives et accueillantes qui débordent de potentiel et de richesse... à partager.

Venez découvrir vos talents artistiques avec elles.

Les lundis à 9h30

Pour participer, il est important, par respect pour les animatrices que vous soyez présentes dès le début de l'atelier.

10 sept.	Cadre perlé	12 nov.	Mouvement créatif
24 sept.	Les couleurs de ma vie	19 nov.	Ma tête sans/sens
1er oct.	Breloque ange	26 nov.	Carte 3D
15 oct.	Peinture tasse *apportez votre tasse	3 déc.	Décoration de Noël
22 oct.	Diane Airoldi transformation de vêtements *	10 déc.	Mandalas sur roches
29 oct.	Capteur de rêves	17 déc.	Décorations de Noël
5 nov.	Arbre de vie		

* apporter : matériel, morceaux de vêtement, gants, chapeau

Inscriptions

Activités de septembre et
octobre :
à partir du **27 août**

Activités de novembre et
décembre :
à partir du **22 octobre**

Épluchette de blé d'Inde

5 septembre à 9h30

Bienvenue à toutes !

Atelier de créativité

Cet atelier est animé par des participantes du Centre.

Des femmes dynamiques, créatives et accueillantes qui débordent de potentiel et de richesse... à partager.

Venez découvrir vos talents artistiques avec elles.

Les lundis à 9h30

Pour participer, il est important, par respect pour les animatrices que vous soyez présentes dès le début de l'atelier.

10 sept.	Cadre perlé	12 nov.	Mouvement créatif
24 sept.	Les couleurs de ma vie	19 nov.	Ma tête sans/sens
1er oct.	Breloque ange	26 nov.	Carte 3D
15 oct.	Peinture tasse	3 déc.	Décoration de Noël
22 oct.	Diane Airoldi transformation de vêtements *	10 déc.	Mandalas sur roches
29 oct.	Capteur de rêves	17 déc.	Décorations de Noël
5 nov.	Arbre de vie		

* apporter : matériel, morceaux de vêtement, gants, chapeau

Inscriptions

Activités de septembre et
octobre :
à partir du **27 août**

Activités de novembre et
décembre :
à partir du **22 octobre**

Épluchette de blé d'Inde

5 septembre à 9h30

Bienvenue à toutes !

Atelier de créativité

Cet atelier est animé par des participantes du Centre.

Des femmes dynamiques, créatives et accueillantes qui débordent de potentiel et de richesse... à partager.

Venez découvrir vos talents artistiques avec elles.

Les lundis à 9h30

Pour participer, il est important, par respect pour les animatrices que vous soyez présentes dès le début de l'atelier.

10 sept.	Cadre perlé	12 nov.	Mouvement créatif
24 sept.	Les couleurs de ma vie	19 nov.	Ma tête sans/sens
1er oct.	Breloque ange	26 nov.	Carte 3D
15 oct.	Peinture tasse *apportez votre tasse	3 déc.	Décoration de Noël
22 oct.	Diane Airoldi transformation de vêtements *	10 déc.	Mandalas sur roches
29 oct.	Capteur de rêves	17 déc.	Décorations de Noël
5 nov.	Arbre de vie		

* apporter : matériel, morceaux de vêtement, gants, chapeau

Inscriptions

Activités de septembre et
octobre :
à partir du **27 août**

Activités de novembre et
décembre :
à partir du **22 octobre**

Épluchette de blé d'Inde

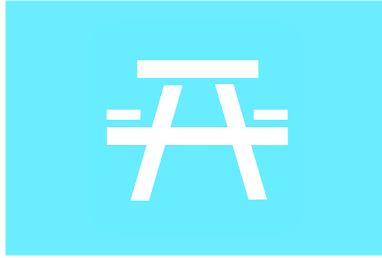
5 septembre à 9h30

Bienvenue à toutes !

Grand Pique-nique politique

**Lundi 17 septembre
de 10h à 15h30**

Au Centre Notre-Dame
655, rue Filion Saint-Jérôme



Création-mobilisation-réflexions

Dans la poursuite de la campagne *Engagez-vous pour le communautaire* et à l'approche des élections provinciales le ROCL vous invitent à une journée régionale

(Pour le transport: départ du Centre de femmes à 9h30)

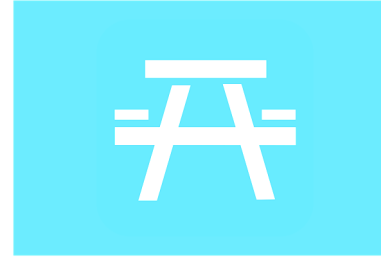
Apportez votre lunch et votre tasse !

[soupe servie par l'AMI-E du quartier]

Grand Pique-nique politique

**Lundi 17 septembre
de 10h à 15h30**

Au Centre Notre-Dame
655, rue Filion Saint-Jérôme



Création-mobilisation-réflexions

Dans la poursuite de la campagne *Engagez-vous pour le communautaire* et à l'approche des élections provinciales le ROCL vous invitent à une journée régionale

(Pour le transport: départ du Centre de femmes à 9h30)

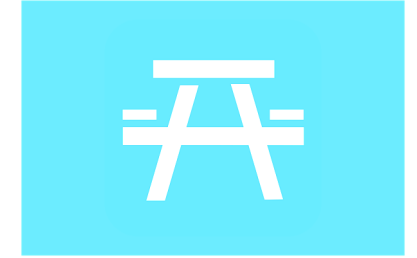
Apportez votre lunch et votre tasse !

[soupe servie par l'AMI-E du quartier]

Grand Pique-nique politique

**Lundi 17 septembre
de 10h à 15h30**

Au Centre Notre-Dame
655, rue Filion Saint-Jérôme



Création-mobilisation-réflexions

Dans la poursuite de la campagne *Engagez-vous pour le communautaire* et à l'approche des élections provinciales le ROCL vous invitent à une journée régionale

(Pour le transport: départ du Centre de femmes à 9h30)

Apportez votre lunch et votre tasse !

[soupe servie par l'AMI-E du quartier]



#PrendreSoinSentraiderAgir

L'R des centres
de femmes
du Québec

Dans le cadre de la campagne #prendresoinsentraideragir, nous invitons la population à un 5 à 7 le 23 octobre prochain, afin de connaître et découvrir le Centre de femmes les Unes et les Autres.

Un léger goûter sera servi, prix de présences et plaisirs seront au RDV ! Bienvenue à toutes et tous !

Informez-vous auprès du Centre !



#PrendreSoinSentraiderAgir

L'R des centres
de femmes
du Québec

Dans le cadre de la campagne #prendresoinsentraideragir, nous invitons la population à un 5 à 7 le 23 octobre prochain, afin de connaître et découvrir le Centre de femmes les Unes et les Autres.

Un léger goûter sera servi, prix de présences et plaisirs seront au RDV ! Bienvenue à toutes et tous !

Informez-vous auprès du Centre !



#PrendreSoinSentraiderAgir

L'R des centres
de femmes
du Québec

Dans le cadre de la campagne #prendresoinsentraideragir, nous invitons la population à un 5 à 7 le 23 octobre prochain, afin de connaître et découvrir le Centre de femmes les Unes et les Autres.

Un léger goûter sera servi, prix de présences et plaisirs seront au RDV ! Bienvenue à toutes et tous !

Informez-vous auprès du Centre !