

Inscriptions aux activités à partir de lundi 24 mars, 8h30. En cas d'impossibilité de participation à une activité où vous êtes inscrite, il est très important de nous aviser. Surtout lorsqu'il y a de la nourriture de prévu, car cela représente des coûts supplémentaires pour nous. Merci de votre compréhension!



GROUPE D'ACHATS



- Accès au bon de commande : jeudi 15 mai
- Retour du bon de commande : lundi 26 mai
- Distribution : jeudi 12 juin, de 10h à midi et de 15h30 à 17h

La distribution se fait dans l'ancien local de Gitane Textiles des ateliers Plein Soleil. S'il y a tout changement de lieu, vous en serez informé.

MILIEU DE VIE HORAIRE RÉGULIER

LUNDI : 13H30 À 16H
JEUDI : 9H30 À 11H30

MILIEU DE VIE "TOAST-CAFÉ"

Le dernier JEUDI du mois, de 9h30 à 11h30. 24 AVRIL, 29 MAI ET 26 JUIN



NOUVEAUTÉ
**LES SOIRÉES
"CAFÉS-CRÉATIF"**



Le premier MARDI du mois, de 18h30 à 20h. 6 MAI ET 3 JUIN

BILLETS DU TAC



En raison de la fin de l'enveloppe budgétaire de l'Alliance, nous offrons dorénavant des billets du TAC (transport adapté collectif) uniquement dans les cas de participation à nos activités et pour des rendez-vous médicaux à Mont-Joli ou Rimouski.

NOTRE MISSION

- Favoriser l'autonomie sociale, financière et affective des femmes
- Défendre leurs droits
- Travailler à l'amélioration des conditions de vie de toutes les femmes

Toutes nos activités et services visent l'atteinte de ces objectifs et sont gratuits.

Notre organisme est financé par le Ministère de la santé et services sociaux

Le Centre femmes de La Mitis est membre de la Table de concertation des groupes de femmes du Bas-St-Laurent.



Bienvenue aux femmes à mobilité réduite

Un monte-escalier et un fauteuil roulant sont à votre disposition.



Programmation Printemps 2025

 **Avril à Juin** 

Accueil et référence

Écoute et support

Accompagnement

Rencontres individuelles

Ateliers de formation

Groupe de soutien

418-775-4090

1520 Boul. Jacques-Cartier c.p.62
Mont-Joli (Québec) G5H 3K8

www.centrefemmesdelamitis.ca




Centre femmes Mitis

AVRIL


MINI-GROUPE AVEC L'ARTISTE DE LA PAROLE STÉPHANIE PELLETIER

Atelier d'échanges et de réflexions avec l'autrice sur les personnages féminins vivant des métamorphoses dans les contes et les mythes. Présence obligatoire aux quatre rencontres.

 **Les mardis 8, 15, 22 avril et 6 mai.**
13h30 à 16h

COMITÉ MILITANCE

Tu te sens découragé.e, impuissant.e devant toutes ces violences et ce monde en profond changement ? Tu te demandes comment tu peux t'impliquer dans ta communauté ? Viens à notre première rencontre!


 **Jeudi 10 avril**
17h à 19h

MAI

ATELIERS CULINAIRES


Viens apprendre à cuisiner de nouveaux plats et des nouvelles techniques culinaires.

Thème : Astuces pour cuisiner en solo!

 **Différentes plages horaires en avant-midi, après-midi et en soirée**

DÎNER DES BÉNÉVOLES


Pour souligner l'implication essentielle de nos précieuses bénévoles, un dîner sera offert.

 **Mercredi 7 mai**
11h30 à 14h

MINI-GROUPE

"MIROIR-MIROIR"


Venez réfléchir ensemble à comment créer une image corporelle saine et positive. Présence obligatoire aux quatre rencontres.

 **Mardis 27 mai, 3 et 10 juin et mercredi 25 juin.**
13h30 à 16h

JUIN

ATELIER SUR LES FRAUDES AMOUREUSES EN LIGNE

Venez vous outiller pour les prévenir dans cet atelier proposé par deux travailleuses de la sécurité publique.

 **Mercredi 4 juin**
13h30 à 16h

PIQUE-NIQUE ET BALADE AU PARC DU RUISSEAU LEBRUN

Venez pique-niquer au Parc et vous balader dans les sentiers avec nous! Apportez votre lunch, nous fournirons breuvages et desserts. Remis au lendemain en cas de pluie.

 **Mardi 24 juin**
11h30 à 14h


FERMETURE DU CENTRE


Lundi 1er avril : Journée d'équipe
Lundi 21 avril : Lundi de Pâques
Mardi 29 avril : Journée de grève
Lundi 19 mai : Fête des Patriotes
Mardi 17 juin : Journée de formation

INFORMATIONS IMPORTANTES

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Venez prendre part à la vie démocratique de votre centre femmes ! Venez découvrir notre rapport d'activités de la dernière année, ainsi que nos orientations et priorités de l'année à venir. Ce sera aussi l'occasion de renouveler votre carte de membre.

 **Mercredi 18 juin**
13h30 à 16h30

 **Salle Père-André-Boutin (salle des 50 ans et plus)**



GRÈVE SOCIALE

Encore une fois cette année, le Centre femmes vous invite à vous mobiliser pour la Grève Sociale. Plusieurs activités spéciales à venir. Surveillez nos réseaux sociaux et nos milieux de vie !

 **Du lundi 28 avril au samedi 3 mai**