

Babillard



Programmation
Printemps 2022

-
Avril & Mai

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.

Frais de transport

Le Centre femmes de la Mitis a la possibilité de vous offrir des billets pour le transport collectif lorsque vous en avez besoin, que ce soit pour participer à nos activités, pour des rendez-vous médicaux ou pour autre chose. Informez-vous auprès des travailleuses.



COVID-19

Le centre continue de se déconfiner, tout comme le reste de la province! Par contre, on reste vigilantes!

On vous demande de continuer de surveiller votre état de santé et de ne pas vous présenter si vous avez des symptômes grippaux ou autres!

On se protège et on reste solidaires!



Matériel informatique à votre disposition

Saviez-vous que nous avons des tablettes électroniques et un ordinateur à votre disposition ?



Prenez rendez-vous pour venir les utiliser. Vous pouvez vous en servir pour vous informer, vous divertir ou même communiquer avec des gens qui sont loin de vous.



Marches et rencontres individuelles

Petit rappel !

Les marches et les rencontres individuelles avec Geneviève sont toujours offertes les jeudis après-midi ! N'hésitez pas si vous avez besoin de jaser !



Fonds gardiennage *Rappel*

Pour les Mamans qui voudraient participer à nos activités et qui doivent faire garder les petits, sachez qu'il nous est possible de vous rembourser vos frais de gardiennage!

Vous pouvez nous spécifier le tout lors de votre inscription à l'activité.



Gratuité des activités

Veuillez prendre note que l'inscription est obligatoire pour toutes les activités offertes et qu'elles sont toujours gratuites

Bienvenue aux femmes à mobilité réduite



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

Le Centre femmes de La Mitis est membre de l'RD des centres de femmes du Québec et de la Table de concertation des groupes de femmes du Bas-St-Laurent.



RD des centres de femmes du Bas-Saint-Laurent



418-775-4090
1520 boul. Jacques-Cartier
Mont-Joli (Québec) G5H 3K8

www.centrefemmesdelamitis.ca

centre femmes Mitis

Rencontre du Groupe d'achat

Pour celles ayant donné leur nom et aussi pour les femmes intéressées à s'impliquer dans le projet de groupe d'achat, une première rencontre se déroulera en avril. Bienvenue à toutes!

Quand ? Mardi 12 avril, de 17h à 19h

Où ? À la Place publique (juste en face du centre femmes)



Marche en groupe au Parc du ruisseau Lebrun

Venez marcher avec nous au Parc du ruisseau Lebrun ! Avec le redoux qui se pointe le bout du nez, il faut en profiter !

Quand ?

- Mercredi 27 avril, de 13h30 à 15h

- Mardi 31 mai, de 13h30 à 15h

Annulé en cas de mauvais temps



Horaire du milieu de vie



Tous les lundis, de 13h30 à 16h
Et tous les jeudis, de 9h30 à 11h30

Veuillez prendre note que les **lundis 18 avril** (lundi de Pâques) et **23 mai** (journée nationale des Patriotes), le centre sera fermé.



ATELIER DE CUISINE VÉGÉ



Nous vous offrons deux ateliers de cuisine à thématique végétale! Un en avril et un en mai. Au menu : chili végétarien et muffins aux bananes. Veuillez apporter vos plats pour repartir avec vos portions! Atelier gratuit.

QUAND ? MARDI LE 5 AVRIL, DE 9H À MIDI

TISANE BALADO

Un balado, ça mange quoi en hiver ? Venez le découvrir, et en discuter avec nous! Nous pourrions échanger sur nos dernières découvertes autour d'une tisane, d'un bon café et de petites bouchées, en mode "5 à 7"!

QUAND ? MERCREDI 6 AVRIL, DE 17H À 19H

ATELIER DE JARDINAGE



Ça sent le printemps! Et pour l'occasion, nous avons envie de vous offrir un atelier de jardinage, d'où vous pourrez repartir avec des semences pour votre jardin. Venez vous préparer à jouer dans la terre pour la belle saison à venir! Partageons nos semis, boutures, et semences!

QUAND ? MARDI 19 AVRIL, DE 13H30 À 16H



Atelier de cuisine végété

Deuxième atelier culinaire végété. Même thématique et même menu que l'atelier du mois d'avril : chili végétarien et muffins aux bananes. Veuillez apporter vos plats pour repartir avec vos portions! Atelier gratuit.

Quand ? Mercredi 4 mai, de 9h à midi

Atelier de percussions avec Cylia Themens



L'animatrice de cet atelier vous propose de vous familiariser avec les percussions plus précisément, les percussions corporelles et le tambour danse. Riche de ses explorations dans le domaine, Cylia vous guidera dans des activités créatives destinées à ressentir le rythme dans votre corps et à délier celui-ci par la coordination de mouvements et de sons.

Quand ? Mercredi 11 mai, de 13h30 à 15h30

Club de lecture libre



Venez partager vos derniers coups de cœur de lecture de parcours au féminin inspirants avec nous ! Poésie, roman, BD, essai, etc !

Quand ? Mercredi 25 mai, de 13h30 à 16h

Le retour des ciné-féministes!



Pauline Julien, Intime et politique

Durée : 1h17

Réalisatrice : Pascale Ferland

Proposant éventail d'extraits d'entrevue, de spectacles puis des photos, puisées à même un géant et riche fonds d'archives, "Pauline Julien, intime et politique" nous entraîne dans la vie de cette femme résolument libre et engagée, figure emblématique de la chanson et d'une époque charnière de l'histoire du Québec.



Quand ?

Mercredi 13 avril, de 13h30 à 16h

Portrait de la jeune fille en feu

Durée : 2h06

Réalisatrice : Céline Sciamma

1770. Marianne est peintre et doit réaliser le portrait de mariage d'Héloïse, une jeune femme qui vient de quitter le couvent. Héloïse résiste à son destin d'épouse en refusant de poser. Marianne va devoir la peindre en secret. Introduite auprès d'elle en tant que dame de compagnie, elle la regarde.



Quand ?

Mercredi 18 mai, de 16h à 18h30