

# Notre mission

Créé par des femmes et pour des femmes en 1973, le Centre des femmes de Montréal a pour mission d'aider les femmes à s'aider elles-mêmes en leur fournissant des outils pour améliorer leurs conditions de vie et celles de leurs familles et réaliser leur plein potentiel.



**Centre  
des femmes  
de Montréal**

## Service de première ligne

- Écoute, information et référence
- Soutien aux femmes immigrantes
- Information légale sur rendez-vous
- Cuisines collectives
- Aide alimentaire
- Service d'aide aux futures et nouvelles mères
- Cigognerie (activités pour les mères avec halte-garderie)
- Programme pour femmes autochtones
- Groupes de soutien pour les femmes ayant subi des agressions sexuelles durant l'enfance
- Accompagnement à la cour pour les femmes ayant vécu ou vivant de la violence conjugale
- Bénévolat
- Suivis individuels en relation d'aide
- Groupes de thérapies par les arts (art-thérapie, musicothérapie, dramathérapie, danse-mouvement thérapie)

## Cours et ateliers Automne 2023



+ (514) 842-4780



[www.centredesfemmesdemtl.org](http://www.centredesfemmesdemtl.org)



3585 rue Saint-Urbain Montréal  
(QC), H2X 2N6

Métro Saint-Laurent, autobus 55 N  
Métro Sherbrooke, autobus 24 O

Service d'employabilité 



+ (514) 842-6652

Suivez nous sur les réseaux sociaux:



**FRANCISATION - 12H PAR SEMAINE  
(GRATUIT)**

**FRANCISATION SUR INSCRIPTION**

**Session Automne 2023**

**Cours d'une durée de 11 semaines**

Du 2 octobre au 13 décembre 2023

**DÉBUTANT - FIA112-1**

Lundi, mardi et mercredi : 9h à 13h

**FIA112-2**

Lundi, mardi et mercredi : 13h à 17h

**FIA212-1**

Lundi, mardi et mercredi :  
9h à 13h  
&  
13h à 17h

- Programme officiel de Francisation Québec
- Cours reconnus pour la demande de citoyenneté canadienne
- Possibilité d'obtenir une aide financière
- Halte-garderie gratuite (places limitées)

**INSCRIPTIONS EN LIGNE**

[quebec.ca/education/apprendre-le-francais](http://quebec.ca/education/apprendre-le-francais)

**ATELIERS DE CONVERSATION FRANÇAISE**

**TOUS LES JEUDIS DU 12 OCTOBRE AU 7 DÉCEMBRE  
DE 18H À 20H**

**FRANÇAIS NIVEAU 3 REQUIS**

**SUR INSCRIPTION À**  
[education@centredesfemmesdemtl.org](mailto:education@centredesfemmesdemtl.org)

**GROUPES DE SOUTIEN  
(GRATUIT)**

**GROUPE DE SOUTIEN POUR LES FEMMES  
AYANT SUBI DES AGRESSIONS SEXUELLES  
PENDANT L'ENFANCE**

**BRISER LE SILENCE!**

**GROUPE DE SOUTIEN BASÉ SUR LE PARTAGE**

**NIVEAU 1 (AUCUN PRÉREQUIS)**

Les mercredis de 18h00 à 21h00  
du 4 octobre au 13 décembre

**SUR INSCRIPTION À**

[LigneInfoSPL@centredesfemmesdemtl.org](mailto:LigneInfoSPL@centredesfemmesdemtl.org)

**ÉCRIRE POUR SE LIBÉRER!**

**GROUPE DE SOUTIEN PORTANT SUR  
LA CRÉATION LITTÉRAIRE**

**NIVEAU 2 (PRÉREQUIS : NIVEAU 1)**

Les mardis de 18h00 à 21h00  
du 3 octobre au 12 décembre

**SUR INSCRIPTION À**

[coordination@centredesfemmesdemtl.org](mailto:coordination@centredesfemmesdemtl.org)

**CONNECTER À SOI PAR LE MOUVEMENT &  
L'EXPRESSION CORPORELLE!  
GROUPE DE SOUTIEN PORTANT SUR LA DANSE-  
MOUVEMENT THÉRAPIE.**

**NIVEAU 2 (PRÉREQUIS : NIVEAU 1)**

Les mardis de 18h30 à 21h00  
du 26 septembre au 5 décembre

**SUR INSCRIPTION À**

[coordination@centredesfemmesdemtl.org](mailto:coordination@centredesfemmesdemtl.org)

**THÉRAPIE PAR LES ARTS  
POUR BRISER L'ISOLEMENT  
PENDANT UNE PÉRIODE TROUBLE**

**CRÉER ET PARTAGER!**

**NIVEAU 1 (AUCUN PRÉREQUIS)**

Les vendredis de 18h30 à 21h00  
du 6 octobre au 1er décembre

**SUR INSCRIPTION À**

[LigneInfoSPL@centredesfemmesdemtl.org](mailto:LigneInfoSPL@centredesfemmesdemtl.org)

**SE CONNECTER À SOI ET AUX AUTRES PAR  
L'EXPRESSION CORPORELLE ET L'IMPROVISATION!**

**NIVEAU 2 (PRÉREQUIS : NIVEAU 1)**

Les jeudis de 18h30 à 21h00  
du 5 octobre au 14 décembre

**SUR INSCRIPTION À**

[coordination@centredesfemmesdemtl.org](mailto:coordination@centredesfemmesdemtl.org)

**COURS ET ATELIERS**

**COURS D'INFORMATIQUE DÉBUTANT - 60\$**

Les jeudis de 18h00 à 20h00  
du 12 octobre au 7 décembre  
(aucun cours le 26 octobre)

**SUR INSCRIPTION À**  
[education@centredesfemmesdemtl.org](mailto:education@centredesfemmesdemtl.org)

**COURS D'ANGLAIS DÉBUTANT - 100\$**

Les jeudis de 13h00 à 16h00  
du 12 octobre au 14 décembre

**SUR INSCRIPTION À**  
[education@centredesfemmesdemtl.org](mailto:education@centredesfemmesdemtl.org)

**ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES  
(GRATUIT)**

**CAFÉ-RENCONTRE  
(GRATUIT)**

**Tous les jeudis aux deux semaines  
de 13h00 à 16h00**

JEUDI LE 28 SEPTEMBRE : LES RELATIONS INTERGÉNÉRATIONNELLES

JEUDI LE 12 OCTOBRE : LA SANTÉ AU FÉMININ

JEUDI 26 OCTOBRE : PROTECTION DU CONSOMMATEUR

JEUDI 9 NOVEMBRE : TOLÉRANCE ET DIVERSITÉ CULTURELLE

JEUDI 23 NOVEMBRE : SYSTÈME DE SANTÉ AU QUÉBEC

**SUR INSCRIPTION À**  
[mjoubert@centredesfemmesdemtl.org](mailto:mjoubert@centredesfemmesdemtl.org)



**+(514) 842-4780**



**[www.centredesfemmesdemtl.org](http://www.centredesfemmesdemtl.org)**



**3585 rue Saint-Urbain Montréal  
(QC), H2X 2N6**

Métro Saint-Laurent, autobus 55 N  
Métro Sherbrooke, autobus 24 O



Suivez nous sur les réseaux sociaux:  
Centre des femmes de Montréal