

Notre mission

La mission du Centre des femmes de Montréal est d'offrir des services à caractère professionnel et éducatif, de même que des services de conseil et d'orientation pour aider les femmes à s'aider elles-mêmes. Organisme sans but lucratif, le Centre informe également le public des préoccupations des femmes et joue un rôle de moteur dans l'amélioration des conditions de vie des femmes.

 + (514) 842-4780

 spl@centredesfemmesdemtl.org

 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 Facebook à:
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 et vestimentaire
- Service d'aide aux nouvelles et futures mères
- Programme d'intervention mère-enfant (0-5 ans)
- Programme pour femmes autochtones
- Groupes de soutien pour les femmes ayant vécu des agressions sexuelles durant l'enfance
- Accompagnement à la cour pour les femmes ayant vécu de la violence conjugale
- Assermentation de documents
- Bénévolat

Service d'employabilité

 + (514) 842-6652

 www.centredesfemmesdemtl.org



**Centre
des femmes
de Montréal**

Cours et ateliers Automne 2019

Service de première ligne

ATELIERS DE GROUPE

YOGA

LES MARDIS DE 17H30 À 18H30
DU 1ER OCTOBRE AU 10 DÉCEMBRE

2\$ le cours ou 15\$ la session de 11 cours

COURS D'INFORMATIQUE

Initiation informatique et internet (15\$)

LES MARDIS DE 14H00 À 15H30
DU 1ER OCTOBRE AU 5 NOVEMBRE

Initiation à l'utilisation de l'ordinateur et navigation sur internet.

Utilisation des téléphones intelligents(15\$)

LES VENDREDIS, DE 13H00 À 14H30
DU 1 NOVEMBRE AU 6 DÉCEMBRE

Apprenez à vous servir de votre téléphone Android ou Iphone

Microsoft excel 2010 (90\$)

LES JEUDIS, DE 15H30 À 17H30
DU 3 OCTOBRE AU 7 NOVEMBRE

Apprenez les bases du logiciel de calcul et tableaux.

Microsoft word 2010 (90\$)

LES MERCREDIS DE 13H À 16H
DU 30 OCTOBRE AU 4 DÉCEMBRE

Apprenez les bases du logiciel de traitement de texte et mise en page.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES



La cigognerie (gratuit)

LES MERCREDIS, AUX DEUX SEMAINES,
10H À 12H.

Rencontres pour mères avec des enfants de moins de 3 ans.



Cuisines collectives (5\$)

MARDIS: 15 OCTOBRE ET 12 NOVEMBRE
9H00 À 12H00

Venez cuisiner en groupe des petits plats variés d'ici et d'ailleurs. Économique, nutritif et pour toute la famille!

Contactez-nous pour vous inscrire.



Soupe du mois (contribution volontaire)

DATES À VENIR

Une fois par mois, dégustez une soupe préparée par l'équipe de bénévoles.



Café-rencontre(gratuit)

12 SEPTEMBRE: INTÉGRATION ET ADAPTATION
26 SEPTEMBRE: LOI SUR LA SÉCURITÉ DU REVENU
10 OCTOBRE: CONDITION DE VIE DES FEMMES
24 OCTOBRE: ÉDUCATION SEXUELLE DES ENFANTS
7 NOVEMBRE: SYSTÈME DE SANTÉ AU QUÉBEC
21 NOVEMBRE: DIVERSITÉ CULTURELLE

Pour favoriser l'intégration des femmes immigrantes. Les jeudis, aux deux semaines, à 12h00: Un goûter est offert.

Subventionné par:



LANGUES ET FRANCISATION

Cours d'anglais (90\$ pour 42h)

LES MARDIS ET JEUDIS, DE 18H À 21H
DU 1ER OCTOBRE AU 14 NOVEMBRE

Niveaux à déterminer

Coversation anglaise (gratuit)

LES MARDIS ET JEUDIS, DE 18H À 20H
DU 19 NOVEMBRE AU 5 DÉCEMBRE

Niveaux multiples

Conversation française (gratuit)

LES MARDIS, DE 18H À 20H
DU 24 SEPTEMBRE AU 3 DÉCEMBRE

Ateliers de conversation pour pratiquer le français.

Francisation (femmes immigrantes)

6 JANVIER AU 18 MARS 2020

INSCRIPTION SUR RENDEZ-VOUS

OFFERT À TEMPS PARTIEL SUR 11 SEMAINES: 132H

Niveaux à confirmer

Lundi au mercredi 9h00 à 13h00 / 13h00 à 17h00

Subventionné par :



INSCRIPTIONS

EN PERSONNE OU PAR TÉLÉPHONE AU

(514) 842-4780

ARGENT COMPTANT SEULEMENT

Le Centre des femmes de Montréal se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions est insuffisant et remboursera le montant en totalité. Sur toute demande de remboursement, par désistement, des frais d'administration de 10% en plus du coût des cours déjà suivis seront retenus. Aucun remboursement après le deuxième cours.