




# 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

 [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 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



**Centre  
des femmes  
de Montréal**

**Cours et  
ateliers  
automne  
2020**

## COURS INFORMATIQUE

### LES BASES DE WORD (35\$ POUR 6 COURS )

#### EN CLASSE

Les jeudis du 24 septembre au 29 octobre  
de 18h00 à 19h30

### UTILISATION DU TELEPHONE INTELLIGENT

#### (20\$ POUR 5 COURS ) EN CLASSE

Les mardis du 06 octobre au 03 novembre  
de 17h00 à 18h30

### INITIATION À L'ORDINATEUR EN CLASSE

EN FRANÇAIS : Les mercredis 7 et 14 octobre de  
10h00 à 12h00

EN ANGLAIS : Les lundis du 5 octobre au 26 octobre  
de 13h00 à 15h00

## ATELIERS

### ATELIER D'ÉCRITURE LIBRE

Les jeudis soirs, dès le 8 octobre

### ATELIER DE SOUL COLLAGE (35\$)

Les jeudis soirs, dès le 8 octobre

### APPRENDRE À REALISER DES PROJETS SIMPLES EN COUTURE (\$)

Dès début octobre—horaire à venir

## ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

### HATHA YOGA MATINAL POUR LES MAMANS\*

\*AVEC PARTICIPATION AU PROGRAMME MÈRE-ENFANT

#### GARDERIE OFFERTE SUR PLACE

Les lundis de 9h00 à 10h00

Du 28 septembre au 07 décembre

### CONVERSATION FRANÇAISE POUR LES MAMANS\*

\*AVEC PARTICIPATION AU PROGRAMME MÈRE-ENFANT

#### GARDERIE OFFERTE SUR PLACE

Les mercredis de 10h00 à 11h30

Du 30 septembre au 09 décembre

### GÉRER SES FINANCES PERSONNELLES (GRATUIT)

#### SÉRIE DE 4 ATELIERS SUR PLACE

Comment bâtir son crédit et appliquer pour un prêt

Les mardis du 06 octobre au 27 octobre

De 18h00 à 19h00

### CAFÉ-RENCONTRE

#### SUR PLACE

Les jeudis chaque deux semaines de 13h00 à 15h00

17 Septembre : Intégration et adaptation au Québec

1<sup>er</sup> Octobre : Loi sur la sécurité du revenu

15 Octobre : Condition de vie des femmes

29 Octobre : Système de santé au Québec

12 Novembre : Tolérance et diversité culturelle

26 Novembre : Éducation sexuelle des enfants

## LANGUES ET FRANCISATION

### COURS D'ANGLAIS DEBUTANT EN CLASSE (50\$)

Les vendredis du 25 septembre au 27 novembre  
9h00 à 12h00

### CONVERSATION FRANÇAISE EN CLASSE (GRATUIT)

Les jeudis de 18h00 à 20h00

Dès le 24 septembre

### CONVERSATION FRANÇAISE VIA ZOOM (GRATUIT)

Les lundis de 17h00 à 19h00

Dès le 28 septembre

### CONVERSATION ANGLAISE EN CLASSE (GRATUIT)

Les mardis de 17h00 à 18h30

Dès le 06 octobre

### FRANCISATION SUR INSCRIPTION

Session hiver 2020 sur inscription dès novembre

### INSCRIPTIONS

En personne ou par téléphone  
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.

Avec la participation financière de :

Québec 