



# 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](mailto:spl@centredesfemmesdemtl.org)

 [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

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



**Centre  
des femmes  
de Montréal**

**Cours et  
ateliers  
Automne  
2019**

Service de première ligne

## Cours d'informatique

### Faire une présentation Powerpoint 2010 (10\$)

MARDIS DE 13H00 À 14H30

12 NOVEMBRE - 10 DÉCEMBRE

Apprenez à faire une présentation sur Powerpoint

### Initiation informatique et Internet (15\$) débutant

» MARDIS DE 14H00 À 15H30

JUSQU'AU 5 NOVEMBRE

» JEUDIS DE 14H00 À 15H30

14 NOVEMBRE - 12 DÉCEMBRE

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

### Utilisation des téléphones intelligents(15\$)

VENDREDIS, DE 13H00 À 14H30

1 NOVEMBRE - 6 DÉCEMBRE

Apprenez à vous servir de votre téléphone Android ou Iphone

### Microsoft Excel 2010 (90\$)

JEUDIS, DE 15H30 À 17H30

3 OCTOBRE - 7 NOVEMBRE

Apprenez les bases du logiciel de calcul et tableaux.

## L'éphémère

### Atelier - conférence (2\$)

FACEBOOK 14 NOVEMBRE 13H-16H

LINKEDIN 15 NOVEMBRE 13H-16H

## Loisirs - Détente

### Yoga

MARDIS DE 17H30 À 18H30

1ER OCTOBRE - 10 DÉCEMBRE

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



### Cuisines collectives (5\$)

MARDI 12 NOVEMBRE

9H00-12H00

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

## discussions - rencontres



### La cigognerie (gratuit)

MERCREDIS, AUX DEUX SEMAINES, 10H - 12H.

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



### Café-rencontre (gratuit)

7 NOVEMBRE À 12H: SYSTÈME DE SANTÉ AU QUÉBEC

21 NOVEMBRE À 12H: DIVERSITÉ CULTURELLE

Pour favoriser l'intégration des femmes immigrantes. Un goûter est offert.

Subventionné par:



## Langues

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

MARDIS ET JEUDIS, DE 18H À 21H

1ER OCTOBRE - 14 NOVEMBRE

### Conversation anglaise (gratuit)

MARDIS DE 18H30 À 20H30

19 NOVEMBRE - 5 DÉCEMBRE

### Conversation française (gratuit)

MARDIS, DE 18H À 20H

24 SEPTEMBRE - 3 DÉCEMBRE

## Francisation



6 JANVIER AU 18 MARS 2020

Inscription sur rendez-vous

Offert à temps partiel sur 11 semaines: 132h

NIVEAU 112-2: LUNDI À MERCREDI 13H -17H

MARDI À JEUDI 9H - 13H

NIVEAU 312-1: LUNDI À MERCREDI 9H -13H

### 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.