

## Services

Ouverts à toutes !

### MILIEU DE VIE ET SOUTIEN INDIVIDUEL

Quand le Centre de femmes est ouvert, le milieu de vie l'est aussi ! Vous pouvez venir seule ou accompagnée, pour vous déposer, prendre un café, échanger ou participer à des « activités surprises » ponctuelles. Nouveau : en tout temps, vous trouverez de quoi déjeuner !

Pendant nos heures de service, que vous ayez besoin de soutien, d'informations ou de références, une intervenante sera sur place pour vous rencontrer. Du soutien informatique peut également être offert. Il est possible de rencontrer une travailleuse au Centre, par téléphone, en vidéoconférence ou en marche-écoute.

### GRUPE D'ENTRAIDE - Vivre ma rupture

Destinées aux femmes qui vivent des difficultés avec leur rupture de couple, ces rencontres vous aideront à *passer à travers* cette transition difficile, vous donnant l'occasion de partager et d'échanger sur différents thèmes.

**8 rencontres, les mercredis, à partir du 24 janv., 18 h 30**

**Congé 6 mars**

## Actions collectives

Un enjeu de société qui touche les femmes cis et trans vous interpelle ? Vous aimeriez poser un geste pour plus de justice sociale ? Venez nous en jaser ! Nous pourrions réfléchir ensemble sur les pistes d'action.

### JOURNÉE INT. DES DROITS DES FEMMES

Le thème 2024 : Ça gronde

Des informations sur la journée du 8 mars sont à venir.

## Implications

### BÉNÉVOLAT

L'engagement bénévole, c'est la force vive d'un Centre de femmes. Contribuez à la réalisation de notre mission, en aidant pour l'emménagement, en vous impliquant dans un comité ou dans tout autre projet. Restez à l'affût, nous ferons appel à vous au courant des prochains mois !

### TRICOTEUSES ENGAGÉES

Mettez vos aiguilles, votre talent et vos connaissances au service des autres ! Les projets de l'hiver seront choisis lors de la première rencontre. Convient tant aux tricoteuses expérimentées qu'aux crocheteuses débutantes : l'important, c'est d'avoir envie de redonner à notre communauté !

**Tous les mercredis dès le 17 janvier, 13 h 30**

### COMITÉS

Les comités sont des espaces d'engagement pour les membres. Venez rencontrer d'autres femmes qui ont envie de s'impliquer dans la vie d'Entre Ailes !

### COMMUNIQUE AILES

Vous aimez écrire, chercher des idées de thèmes pour des articles et échanger avec d'autres femmes sur divers sujets de société ? Participez à ce journal par et pour les membres qui visent à offrir un espace de partage d'informations et d'expression libre.

**Mardis 16 et 30 janv., 13 et 27 fév., 12 et 26 mars, 13 h 30**

### TOUJOURS CITOYENNES !

Ici, on réfléchit et on met en œuvre des actions citoyennes visant à améliorer les conditions de vie des femmes qui choisissent de vieillir sur le territoire. Cet hiver, nous lancerons notamment une action symbolique autour de la solitude des femmes de 55 ans et +.

**Mardis 23 janv., 6 et 20 fév. et 19 mars, 13 h 30**



## PROGRAMMATION HIVER 2024

Inscriptions en ligne ou par  
téléphone à partir du 9 janvier

### Heures d'ouverture

Lundi, mercredi, jeudi  
de 9 h à 12 h et de 13 h 15 à 16 h  
et mardi de 13 h 15 à 16 h

754 Mnt Ste Julie, Sainte-Julie,  
QC J3E 1W9

(450) 649-0658

[entreailes@entreailes.org](mailto:entreailes@entreailes.org)

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



Centre de femmes Entre Ailes

# Activités

## LABORATOIRE ÉCOFÉMINISTE

Bienvenue dans un groupe de femmes s'unissant dans des projets écologiques ! La cible : le Centre de femmes. Nous ferons de notre milieu de vie un espace plus écoresponsable en réalisant des essuie-mains lavables. Et qui sait, d'autres idées pourraient émerger. Une bonne façon de s'impliquer dans son Centre et pour la planète.

**Lundis 19 et 26 février et 18 mars, 13 h 30**

## CUISINES COLLECTIVES - Les tables-liées

Venez cuisiner vos plats végétariens avec d'autres femmes dans une ambiance chaleureuse. Deux à trois repas sont planifiés et organisés ensemble les mercredis grâce aux aliments offerts par Moisson Rive-Sud. Les recettes et les coûts (économiques) sont à déterminer par le groupe. Les lundis, nous cuisinons ensemble !

**7 févr. de 9 h 30 à 11 h 30 - planification**

**12 fév. de 8h45 à 13h - cuisine**

**6 mar. de 9 h 30 à 11 h 30 - planification**

**11 mar. de 8h45 à 13h - cuisine**

## CERCLE DE LECTURE

Ouvert à toutes

Le cercle de lecture est une occasion de questionner des enjeux sociaux et d'explorer en profondeur ce que la lecture nous fait vivre. Venez partager vos opinions, vos impressions et, surtout, votre amour de la lecture !

L'achat du livre, au coût maximum de 15\$, est nécessaire pour cet atelier.

**Jeudis 8 et 29 février et 28 mars, 9 h 30**

## ÊTRE UNE FEMME : NOS EXPÉRIENCES

Ouvert à toutes

Un atelier engageant et dynamique où vous aurez l'opportunité d'échanger avec d'autres femmes qui ont des vécus différents et similaires au vôtre. Les thématiques abordées couvriront l'égalité entre les hommes et les femmes et l'égalité entre nous comme femmes. Au menu : apprentissages, discussions, réflexions et ouverture !

**Jeudi 18 janvier, 17 h 30**

**Un léger repas sera servi !**

## CAFÉS-RENCONTRES

Ouvert à toutes

Autour d'un bon café, venez échanger, réfléchir et partager votre opinion avec d'autres femmes.

**Café-actualités - Lundi 22 janvier, 9 h 30**

**Café-rencontre - Lundi 5 février, 9 h 30**

*Réforme en santé, quels impacts sur les femmes ?*

**Café-actualités - Lundi 18 mars, 9 h 30**

## DÉJEUN'AILES

Ouvert à toutes

Ah ! Les petits-déjeuners où on échange en toute simplicité autour d'un thème : on aime ça !

**Invite une amie\*- Mercredi 31 janvier, 9 h 30**

*\*Il n'y a pas d'obligation de venir accompagnée*

**La solitude, connais-tu ? - Mercredi 28 fév., 9 h 30**

*Avec le comité Toujours citoyennes*

**On se sucre le bec à Entre Ailes - Mercredi 27 mars, 9 h 30**

## ACTIVITÉS SPÉCIALES

Ouvert à toutes

### CULTUR'AILES - Cartes postales poétiques

Stéphanie Fillion est poète, écrivaine et artiste collagiste. Nous faisant naviguer au travers de ses passions, elle nous invite à un atelier de cartes postales poétiques.

**Jeudi 25 janvier, 13 h 30**

### SAINT-VALENTIN

Nous vous invitons pour une matinée fruitée et chocolatée en bonne compagnie ! Soulignons l'amour et l'amitié sous toutes ses formes en partageant le dessert choucho de plusieurs : une fondue au chocolat. Apportez un fruit à partager et nous nous occupons du reste.

**Mercredi 14 février, de 9 h 30 à 11 h**

### SEMAINE DE RELÂCHE - Activité familiale avec les Scientifines

Nous vous proposons de devenir détective scientifique et d'analyser des indices qui permettront de résoudre l'énigme d'une scène de ... ! Un rôle qui plaira à toutes les jeunes !

Les Scientifines a comme mission de promouvoir les sciences, la technologie, l'ingénierie et les mathématiques (STIM) auprès des jeunes filles.

**Jeudi 7 mars, pour les jeunes de 8 à 12 ans, accompagnées d'une adulte**

*Veillez noter que les frais d'activités, lorsqu'il y en a, ne sont pas remboursables.  
Le coût des activités ou de l'adhésion ne doit pas être un frein à la participation. Soyez confortable de nous en faire part !*

