

# PROGRAMMATION AUTOMNE 2025

Inscriptions en ligne ou par  
téléphone à partir du 25 août

## Heures d'ouverture

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

754 Mtée Ste-Julie,  
Sainte-Julie, QC J3E 1W9  
(450) 649-0658

entreailes@entreailes.org  
www.entreailes.org

 Centre de femmes Entre Ailes  
 Centredefemmesentreailes

## VOTRE ÉQUIPE

Anne-Sophie, responsable des bénévoles  
Christine, responsable de la programmation  
Isabelle, responsable des communications  
Myriam, adjointe administrative  
Sylvie, directrice générale

# Services

OUVERTS À TOUTES !

## SOUTIEN INDIVIDUEL

Une intervenante est disponible durant les heures d'ouverture pour vous rencontrer si vous avez besoin de soutien, d'informations ou de références, et ce, même si des activités sont en cours. Il est possible de rencontrer une travailleuse au Centre, par téléphone, en vidéoconférence ou en marche-écoute. Du soutien informatique est également offert sur demande.

## MILIEU DE VIE

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. En tout temps, vous trouverez de quoi déjeuner : servez-vous!

## GR. D'ENTRAIDE - Mieux vivre ma séparation

Ce groupe s'adresse aux femmes séparées, à celles qui sont en processus de séparation et à celles qui se questionnent sur leur relation. Durant ces cinq rencontres, nous aborderons les étapes de la rupture, les deuils, les différents enjeux et les changements liés à la séparation. Une rencontre est prévue avec Inform'elle - une référence en droit familial.

**Mercredis 15 et 29 oct. / 12 et 26 nov. / 10 déc.,  
18 h 30**

## Célébration des Fêtes - Réservée aux membres

Vous êtes invitées comme chaque année à venir célébrer la période des Fêtes avec l'équipe et les autres membres du Centre. Chaleur humaine et ambiance festive seront assurément au rendez-vous, et vous?

**Mercredi 17 décembre, 11 h**

Les 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes se tiendront du 25 nov. au 6 déc. Surveillez nos réseaux sociaux pour en savoir plus sur les mobilisations et activités en lien avec ce moment de solidarité féministe!



# Actions collectives

Un enjeu de société qui touche les femmes vous interpelle? Vous aimeriez poser un geste pour plus de justice sociale? Surveillez nos communications pour être à l'affût des actions auxquelles le Centre participe!



## NUIT DES SANS-ABRI 2025

Vendredi 17 octobre, dès 18 h sur le parvis de l'église à Sainte-Julie

# Implications

## BÉNÉVOLAT

Contribuez à la réalisation de la mission du Centre en vous impliquant dans un comité, projet, activité ou petite tâche! Faites part de votre intérêt pour explorer ensemble les possibilités.

## TRICOTEUSES ENGAGÉES

Mettez vos aiguilles et votre talent au service des autres par des projets qui redonnent à la communauté! Vous êtes aussi les bienvenues pour travailler sur vos projets personnels ou simplement pour venir bavarder dans une atmosphère conviviale.

**Mercredis du 17 septembre au 3 décembre, 13 h 30**

## COMMUNIQUE'AILES

Notre journal par et pour les femmes sera de retour, sous une nouvelle forme. Joignez le comité éditorial qui révisé les textes pour contribuer à son déploiement!

**Mardi 21 oct. et  
lundi 24 nov., 13 h 30**

Vous aimez écrire ou souhaitez faire réfléchir les lectrices? Toutes peuvent contribuer aux textes du Communiqu'Ailes!

## COMITÉ TOUJOURS CITOYENNES!

Le comité a pour mandat de réfléchir et mettre en œuvre des actions citoyennes visant à améliorer les conditions de vie des femmes qui choisissent de vieillir sur le territoire. Pour les prochains mois, on collaborera à une démarche visant à documenter les besoins des femmes « aînées » d'ici et on entamera un projet pour mettre en lumière les femmes qui ont contribué à bâtir notre région!

**Lundis 22 sept. / 6 et 20 oct. / 3 et 17 nov. / 1<sup>er</sup> déc.,  
13 h 30**

# Nos pas, nos voix : solidarité sans frontière

En cohérence avec la Marche mondiale des femmes 2025! 🌍👩🏽

D'un continent à l'autre, nous pouvons tendre l'oreille et unir nos voix pour revendiquer un monde juste et sans violence, pour toutes les filles et les femmes du monde. À l'automne 2025, nous sommes en marche avec toutes celles qui tentent de créer des sociétés plus justes et plus solidaires !

## Portes ouvertes, suivi d'un 5 à 7 festif !

Venez rencontrer l'équipe et les membres du Centre de femmes Entre Ailes. Au programme : renouvellement d'adhésion et inscription pour la programmation d'automne jusqu'à 17 h, suivi d'un 5 à 7 avec activité créative autour de la Marche mondiale des femmes 2025 et, bien entendu, rires et échanges vivifiants!

**Mercredi 10 septembre, 15 h à 19 h**

## Pauvreté des femmes : comprendre les racines, bâtir la solidarité

L'appauvrissement des femmes vous préoccupe ? Explorons les questions touchant la pauvreté et le droit à vivre dans la dignité et, pourquoi pas, la solidarité comme piste de solution !

**Lundi 29 septembre, 13 h 30**

## Actualité internationale - La Palestine

Venez mieux comprendre les origines du génocide en cours dans la bande de Gaza et en Cisjordanie, ainsi que ses ramifications. Nous en apprendrons également sur la contribution des femmes palestiniennes à la résistance dans la vie quotidienne sous occupation militaire.

Avec Anne Latendresse, professeure, département de géographie, UQÀM

**Lundi 10 novembre à 13 h 30**

À noter : 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 à l'aise de nous en parler!

## Encore en marche pour transformer le monde : Marche mondiale des femmes 2025 à Québec !

Entre Ailes mobilise la région pour se rendre en autobus pour la MMF 2025 le **samedi 18 octobre 2025**. Nous marcherons pour une société basée sur les valeurs féministes qui place l'économie au service du vivant.

### Transport en autobus voyageur :

- Départ de Sainte-Julie à 8 h
- Départ de Québec à 16 h
- Un dîner préparé par des bénévoles sera fourni
- Type de transport : autobus spacieux avec toilettes
- Coût : contribution volontaire

### Soutenir la cause de plusieurs façons !

Vous ne pouvez pas vous rendre à Québec pour marcher, mais vous souhaitez contribuer au mouvement? Voici une opportunité!

**Corvée de couture** - Nous donnerons une deuxième vie à du tissu en fabriquant des brassards à l'effigie du Centre. Ils pourront être réutilisés pour toujours!

**Mercredis 17 septembre et 1<sup>er</sup> octobre, 9 h 30**

**Activité intergénérationnelle de mobilisation pour la MMF** - La Marche mondiale des femmes arrive à grands pas, préparons-nous ensemble! Cette marche se veut rassembleuse; petites et grandes, militantes chevronnées et novices! Fabrication de matériel pour la marche et de riches échanges.

**Jeudi 9 octobre, 17 h**

**Préparation des dîners** - Venez cuisiner les repas qui seront offerts en boîtes à lunch pour les marcheur-euse-s du 18 octobre! Deux matinées de cuisine sont prévues.

**15 et 16 octobre, 9 h 30**

Pour tout savoir sur la MMF à Entre Ailes :

[www.entreailes.ca/MMF2025](http://www.entreailes.ca/MMF2025)

## DÉJEUN'AILES

Ah! Les petits-déjeuners où on échange en toute simplicité : on aime ça!

**Tour du monde** - Mercredi 24 septembre, 9 h 30

**Élections municipales** - Mercredi 22 oct., 9 h 30

**Astuces antigaspi et écolo** - Merc. 26 nov., 9 h 30

Coût : contribution volontaire

## FAIRE VERT - espace 18-35 ans

Tu as le goût de changer tes habitudes, mais tu ne sais pas par où commencer? Viens expérimenter des solutions concrètes pour réduire ton empreinte environnementale! Participe à une série d'ateliers pour t'initier, approfondir et expérimenter la fabrication de produits écolos dans le plaisir!

**Dim. 5 oct. et 2 nov., 10 h : ateliers pratiques**

**Dim. 7 déc., 10 h : atelier Femmes et écologie**

## ART DU BIEN-ÊTRE

À travers des activités créatives simples et accessibles, cette série de six ateliers proposera un espace de partage et de réconfort. Guidées par Laetitia Toussaint, formée en art-thérapie, les participantes apprendront à laisser émerger leurs émotions à travers des couleurs et des textures, tout en se libérant des attentes de performance.

**Lundis 29 sept. / 6 et 27 oct. / 10 et 24 nov. / 8 déc., 9 h 30**

Coût : 25 \$ membres, 35 \$ non-membres

## CERCLE DE LECTURE « Mon année martienne »

De Joliette aux laboratoires de la NASA, découvrons le parcours professionnel et personnel inspirant de Farah Alibay. Fille d'immigrants et femme dans un domaine encore très masculin, elle raconte son chemin parsemé d'embûches, de réussites et de doutes. Un récit sur la passion, l'entraide et la persévérance.

**Mercredis 5 et 19 novembre, 9 h 30**

Coût du livre : 15 \$ pour les membres, 20 \$ pour les non-membres