

Info-Éclair

450 638-1131

Mars 2018

Volume XXXVII-Numéro 1



Les femmes du Centre
ont souligné la Journée
internationale des
femmes!



Jean-Claude Poissant
Député fédéral de la Prairie

66, route 132 Bureau 200

Delson (Québec) J5B 0A1

Tél. : 450.632.3383

Fax : 450.632.2033

Jean-Claude.Poissant@parl.gc.ca



Table des matières

Mot de la présidente du CA	4
Formation Intervention féministe	5
Une nouvelle image pour le Centre de femmes l'Éclaircie !	6
Comité femmes vigilantes	8
Petit mot de nos travailleuses	10
Journée internationale des femmes 2018	12
Avez-vous oublié ?	15
OSEZ le donner	16
Semaine de l'action bénévole 2018	17
Votre halte-garderie	18
L'info d'inform'elle	22
Les organismes communautaires en première ligne	26
Club de lecture	28
Club de marche	29
À votre agenda !	30

Féministe tant qu'il le faudra!

Bravo à toutes les femmes, bénévoles, travailleuses et membres pour votre présence, votre participation et votre implication dynamique au Centre.

On remarque une présence solide et sécurisante de bénévoles expérimentées, assistées de nouveaux visages qui s'impliquent avec leur créativité et de nouvelles idées très constructives.

Bravo à nos travailleuses qui s'efforcent de garder le cap sur la mission qui est de promouvoir l'accès à l'autonomie et aux rapports égalitaires. Elles travaillent autant dans des interventions individuelles que collectives, mais toujours avec une approche féministe, respectueuse du pouvoir que chacune a sur elle-même.

N'hésitez pas à vous impliquer dans votre Centre, il a toujours besoin de vous. Parlez-en à votre organisatrice communautaire, elle saura vous guider selon vos compétences.

Jocelyne Miller

Présidente du conseil
d'administration



Formation Intervention féministe Centres de femmes de la Montérégie

Suite à cette formation organisée par L'R des centres de femmes du Québec, qui s'est déroulée les 21 et 22 février 2018, nous avons pu mettre en relief nos objectifs généraux et spécifiques en tant que centre de femmes. Comme vous le savez probablement déjà, le centre prône grandement l'approche féministe.

Voici donc nos objectifs :

Objectifs généraux :

- 1-Autonomisation (Empowerment)
- 2-Faire une critique sociale

Objectifs spécifiques :

- 1-Ne plus se sentir les seules responsables
- 2-Apprendre à croire en soi-même
- 3-Oser exprimer ses besoins et ses désirs
- 4-Prendre des décisions de façon autonome
- 5-Définir sa sexualité comme femme
- 6-Faire des changements individuels et sociaux



Une nouvelle image pour le Centre de femmes l'Éclaircie !

En transformation depuis bientôt quatre ans, le Centre de femmes avait besoin d'actualiser son image et ses outils de communication. À l'automne 2016, un comité est donc mis sur pied afin de réunir membres, membres du CA et travailleuses pour créer un nouveau logo ainsi qu'un nouveau dépliant.

Après un travail de longue haleine, où questionnement, discussion et création se sont succédés, c'est avec beaucoup de fierté que le Centre de femmes dévoile sa nouvelle image. Le comité visibilité est fin prêt à présenter le fruit de ses labeurs : un logo plus dynamique et actuel et un dépliant qui reflète la diversité des services et actions du Centre.

Le visuel du logo montre un grand C dont la couleur passe graduellement du brun foncé à un vert tendre. Le brun s'apparente à la terre alors que le vert représente la vie en nature. Ce changement de couleur réfère à une transformation, passant d'un état sombre allant vers une éclaircie.

L'arbre au visage féminin représente une femme qui s'enracine dans sa vie, dans sa communauté, dans son organisme.

La posture de la femme permet de voir un « F » pour femme et un E pour éclaircie.

Les pieds en forme de racines démontrent que pour s'épanouir la femme emprunte une multitude de chemins qui lui permettent de grandir.

Le tronc de l'arbre propose que la femme grandie, qu'elle fait des apprentissages.

Les racines aux mains démontrent qu'il existe une multitude de pistes de solution que la femme expérimente pour atteindre son but.

Les cheveux dans le vent suggèrent le mouvement, l'action.

La liane de feuilles représente l'environnement, la communauté, la diversité.



Le comité visibilité avait aussi pour mandat de refaire le dépliant de présentation du Centre. Pour la création de cet outil de communication, les membres du comité ont travaillé avec la mission du Centre et la Base d'unité politique de L'R des centres de femmes du Québec, regroupement national dont le Centre est membre depuis de nombreuses années.

Les travailleuses sont fières de présenter une programmation diversifiée pour la saison du printemps 2018. Force est de constater que de nouvelles orientations ont guidé l'équipe dans le choix des activités proposées aux femmes : Marches exploratoires et création d'un comité traitant de la sécurité des femmes, ateliers d'écriture visant la médiation culturelle, théâtre engagé, activités ponctuelles pour les mamans, causerie sur des sujets d'actualités, etc.

Comité Femmes Vigilantes

Cette année, le Centre s'est joint au Comité Femmes Vigilantes de la grande région de Châteauguay. Ce comité d'action unit les forces de 5 représentantes dynamiques, provenant d'organismes venant en aide aux femmes. Ensemble, les militantes féministes dénoncent la violence faite aux femmes et organisent des activités de sensibilisation et des actions de lutte contre le sexisme et les inégalités.

Le comité agit au niveau local, social et politique. Aussi, il organise l'activité régionale de la journée internationale des femmes, en plus d'en faire la première partie. Le Centre a d'ailleurs vécu sa première expérience de scène lors de cette soirée haute en émotions sur le thème : féministe tant qu'il le faudra ! De jeunes femmes de l'école secondaire Louis-Philippe Paré se sont jointes à cette première partie. Ces dernières se sont exprimées à travers les arts (visuels, danse, chant, musique, monologue, etc.) sur leurs réalités de jeunes femmes. Ce fut sans aucun doute la surprise de la soirée !

Depuis, le Comité souhaite s'ouvrir davantage à la relève et aux merveilles qui s'y cachent ! En finissant, le Comité invite les femmes à rester vigilantes aux publicités sexistes, aux avancements (ou reculs) en condition féminine ou à tout autre événement digne de mention dans la lutte féministe et à les rapporter à leur centre de femmes. Ce dernier s'assurera de transmettre les informations au Comité Femmes Vigilantes !

Vous pouvez suivre le Comité sur Facebook à <https://www.facebook.com/comitefemmesvigilantes/>

Membres :

La maison d'Hébergement La Resource

Centre de femmes La Marg'Elle

Centre de femmes Re-Nou-Vie

Centre de femmes L'Éclaircie

CLSC Châteauguay

Actions :

Création et distribution de napperons de sensibilisation à la violence faite aux femmes (incluant les noms des femmes tuées dans l'année) dans les restaurants du territoire Châteauguay et Kateri.

Dénonciation des publicités sexistes régionales (télévisuelles, radiophoniques, affichages, panneaux, internet, etc.)

Dénonciation des meurtres de femmes auprès du gouvernement

Mention des prix orange (bons coups) et des prix citron (mauvais coups) pour l'avancement des femmes.



Petit mot de nos travailleuses

Bonjour à toutes,

Je suis sûre que vous m'avez déjà vue à l'accueil ou que vous m'avez croisée ailleurs dans le Centre, ou à la halte-garderie, pour celles qui se demandent qui je suis, je vais me présenter.

Je m'appelle Oana et je suis d'origine roumaine, je suis une personne optimiste, modeste et très sensible. Depuis mon enfance, j'ai toujours aimé découvrir le monde. Cet intérêt pour les voyages et la découverte de nouveaux endroits se sont confirmés lors de mes études en géographie.

À la fin de ces dernières, j'ai décidé de prendre mon courage à deux mains et de partir aux États-Unis pour travailler quelques années auprès des enfants. Cette expérience m'a permis développer mon empathie envers les autres ainsi que ma sensibilité envers ce que les gens qui m'entourent peuvent vivre.

Ensuite j'ai rencontré l'amour et j'ai immigré au Canada, pour bâtir ma vie il y a maintenant six ans. Je suis maintenant mère d'une petite fille de deux ans qui m'a fait réaliser pleinement l'importance de la présence humaine pour les enfants.

Continuant à m'impliquer auprès des enfants en milieu communautaire, j'ai découvert le Centre de femmes l'Éclaircie où j'ai la chance de faire partir d'une équipe très valorisante et accueillante qui m'a permis d'apprendre davantage sur le féminisme et surtout sur moi-même.

Les femmes que j'y ai rencontrées sont très authentiques et généreuses et j'apprécie beaucoup leurs nombreuses qualités. Je suis très heureuse d'être parmi vous.

Mes expériences de vie ont fait de moi une femme indépendante, ouverte aux autres et avec un bon sens de l'adaptation.

Merci et au plaisir,
Oana Hărășan (travailleuse contractuelle)



Bonjour,

Nous sommes Rosalie et Alexia, deux élèves en techniques d'intervention en délinquance du Collège de Maisonneuve. Dans le cadre de notre cours de réseau communautaire, nous devons faire 15 heures de bénévolat dans le territoire de la MRC Roussillon. Nous avons toutes les deux choisi sur le Centre de Femmes l'Éclaircie.

Les travailleuses du centre ainsi que les femmes nous ont accueillies à bras ouverts et cela a fait toute une différence. Le centre est un endroit où chaque femme peut trouver sa place et nous avons pu voir l'importance d'un tel endroit. Les activités offertes aux femmes sont nombreuses. Chacune d'entre elles peut y trouver sa place.

Nous avons aussi pu voir le mouvement féministe d'un tout nouvel angle et connaître les enjeux des femmes de notre société actuelle. Nos 15 heures au Centre nous ont ouvert les yeux sur une réalité qui nous était peu connue.

Merci de votre accueil et au plaisir de vous recroiser !

Alexia et Rosalie (bénévoles étudiantes)

8 mars – Journée internationale des femmes

Pour souligner cette journée importante, le Centre organisait un souper-conférence humoristique le 10 mars dernier. Plus de 35 femmes, membres et non-membres, nous ont accompagnées lors de cette soirée fort réussie où nous avons eu le plaisir d'entendre l'humoriste Chantal Fleury nous parler de son parcours de carrière qui prit un virage à 180 degrés.

L'endroit choisi, ainsi que le menu offert ont été très appréciés des participantes. Avant la conférence, les travailleuses du Centre ont pris la parole pour offrir quelques réflexions en lien avec cette commémoration. Qu'est-ce que la journée internationale des femmes ? Qu'est-ce que cette journée représente en 2018 ? Nous avons aussi pris le temps de reconnaître les réalisations des femmes au Canada en 2017-2018.

On doit reconnaître qu'un long chemin a été parcouru par les femmes depuis les premiers mouvements des femmes il y a plus d'un siècle, mais on ne peut pas nier qu'il nous reste encore du chemin à parcourir afin d'atteindre l'égalité entre les femmes et les hommes.

C'est pour cela, et bien plus, que nous sommes :

« Féministes tant qu'il le faudra ! »

Le Comité du 8 mars





Fratello

RESTAURANT

PROMOS

DIMANCHE BAMBINO



Les enfants mangent **GRATUITEMENT***
~ breuvage, repas, dessert ~

** En restaurant seulement, un enfant de 12 ans et moins par adulte, à l'achat d'un repas par adulte dès 17h*

MARDI ANTIPASTI



Formule antipasti à **25 \$*** par personne
~ menu découverte en format antipasti ~

** Dès 17h en restaurant seulement*

MERCREDI & JEUDI VINO



Bouteilles de vin à **50 %*** de rabais

** Dès 17h à l'achat d'un repas,
à l'exception des soirées avec événements*

71, Montée des Bouleaux, bureau 300, **SAINT-CONSTANT** QC, J5A 1B4

fratellorestaurant.ca [restaurant.fratello](https://www.facebook.com/restaurant.fratello) 450 845-1048

Avez-vous oublié ?

À votre dernière visite au Centre, avez-vous pris un moment pour découvrir les documents de notre merveilleux centre de documentation ? Les volumes peuvent être consultés sur place ou empruntés par les membres.

Voici les thématiques qui le composent :

- Proches Aidants
- Art, histoire, culture au féminin
- Deuil
- Développement personnel
- Environnement, développement durable
- Famille
- Féminisme, relations de pouvoir, politique
- Information juridique
- Intégration des nouveaux arrivants
- Isolement
- Ordres professionnels, organismes communautaires et aide gouvernementale
- Sexualité
- Pauvreté, itinérance au féminin
- Santé mentale
- Santé physique
- Développement collectif et social
- Violence
- Travail, formation professionnelle et éducation

N'oubliez pas de consulter le centre de documentation pour un bon moment de lecture.

Johanne Wagner

Des nouveaux volumes se sont ajoutés dernièrement!

Osez le donner

Cette année, le Centre de femmes l'Éclaircie participe pour une nouvelle fois à « Osez le donner », la campagne de financement annuelle créée au profit de la Fondation du cancer du sein du Québec, en partenariat avec La Vie en Rose, Rouge FM et Certex.

Pour chaque soutien-gorge amassé, La Vie en Rose remet 1\$ à la Fondation pour la lutte contre le cancer du sein jusqu'à concurrence de 200 000\$. L'an dernier, la grande collecte annuelle a permis de ramasser plus de 320 000 soutiens-gorge. Depuis 2008 c'est près de 1 552 609 \$ qui ont été remis à la Fondation du cancer du sein du Québec par l'opération « Osez le donner ».

L'argent récolté permet de financer le projet **Accès Recherche** en collaboration avec McPeak Sirois. Ce projet vise à rendre accessibles des protocoles de recherche clinique en cancer du sein à un plus grand nombre de patient(e)s dans les régions du Québec.

Considérant que le cancer du sein est la forme de cancer la plus répandue chez les femmes au Canada et qu'il constitue la 2^e principale cause de décès par cancer chez les femmes atteintes de cancer, il est important en tant que centre de femmes que nous puissions nous mobiliser et soutenir la Fondation.



Alors, venez déposer vos soutiens-gorge dans les boîtes qui seront installées au Centre jusqu'au 6 mai prochain. Cette année, nous nous fixons comme objectif de récolter 350 \$ en soutiens-gorge et dons, venez nous aider à l'atteindre, voire même à le dépasser !



Semaine de l'action bénévole 2018

Le thème de la semaine de l'action bénévole 2018 qui se déroulera du 15 au 21 avril 2018 est : « **je bénévole, tu bénévoles, conjugurons notre bénévolat !** » À travers ce thème, la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), « souhaite mettre de l'avant l'importance de s'unir plus que jamais dans une ère où l'individualisme est prédominant. L'utilisation du verbe bénévoler n'est pas intégrée dans le dictionnaire de la langue Française cependant, son utilisation permet de refléter de nouvelles façons de s'impliquer et de lui offrir une image contemporaine dans une société en pleine mutation » (Fimba Tankoano, Directeur général de la FCABQ).

Au Centre, nous voulons souligner tout le travail accompli par nos bénévoles, ces femmes qui nous offrent leur temps et leur aide sans attendre rien en retour. Nous les avons donc sondées pour savoir quel genre d'activité leur ferait plaisir. Après avoir compilé les réponses reçues, nous sommes en train d'organiser une belle sortie culturelle avec elles d'ici la fin du mois d'avril.

Il est important pour nous de leur offrir ce geste de reconnaissance, car sans elle nous ne pourrions pas réaliser la moitié de ce que le Centre s'est donné comme mandat.

Merci encore une fois à toutes ces femmes extraordinaires !

Un croque-livres à la Halte-garderie

Nous avons fait la personnalisation de notre croque-livres avec la participation des enfants et l'aide de Oana et Johanne. Il a été décoré avec les couleurs de l'arc-en-ciel, nous inspirant du nom de notre halte-garderie.

Un peu partout sur le croque-livre nous avons apposé les mains des enfants pour symboliser le fait qu'ils se servent de leurs mains pour tenir un livre. Sur le devant, on retrouve aussi les logos du Centre et de la halte-garderie et sur le dessus, un livre est mis en évidence avec la phrase : « Lis-moi une histoire ».

Vous serez invités à venir voir le résultat final à l'extérieur de l'entrée de la halte-garderie dans les semaines à venir.

Karine et Guylaine,

Responsable et aide-animatrice de la Halte-garderie



Mais qu'est-ce que les croque-livres?

S'inspirant de l'approche « Prend un livre ou donne un livre », l'initiative des Croque-livres est un réseau de boîtes de partage de livres destinés aux jeunes âgés de 0 à 12 ans du Québec. Lancée en septembre 2014, l'initiative vise à rassembler et à engager les communautés autour du plaisir de la lecture.



Adoptés et pris en charge par des organismes, des institutions, des entreprises ou encore des individus, les Croque-livres sont des points de chute qui offrent aux enfants et à leur famille un libre accès à des livres partagés.



Kevin Freire

kfreire@okpneusstecatherine.com

1000, rue Centrale, Ste-Catherine, Qc J5C 1A2

Tél.: (450) 632-5830 • Fax: (450) 632-8520

Places disponibles à la halte-garderie!

La halte-garderie accueille des enfants âgés de 0 à 5 ans dans le but de donner du répit aux parents qui en ressentent le besoin. Toutes les familles seront accueillies chaleureusement par les animatrices. De plus, les familles à faible revenu peuvent bénéficier du programme SIPPE afin de couvrir les frais de garde. Des places sont présentement disponibles, alors n'hésitez pas à parler de la halte-garderie à votre entourage. Une famille pourrait vous en remercier.

Chaque mois, un thème différent est proposé aux enfants et aux familles. Celui-ci permet aux animatrices de planifier une programmation diversifiée leur permettant de réaliser des bricolages, d'apprendre des chansons, de lire des histoires et de prévoir des activités libres et dirigées en lien avec ce thème.

Les animatrices travaillent avec le programme éducatif *Je grandis en Halte-garderie*. Les objectifs de ce programme permettent aux enfants de développer leurs habilités cognitives et socio-affectives, leurs habilités de langage et de motricité fine et globale.

Les heures d'ouverture de la halte-garderie sont du mardi au vendredi de 8h30 à 16h15. Pour réserver une place appelez au 450-638-1131.

Bonjour,

Depuis septembre 2017, j'ai le privilège de travailler à la halte-garderie L'arc-en-ciel du Centre de femmes l'Éclaircie. Je côtoie les petits amours du mardi au vendredi avec Karine. Vous m'avez sûrement déjà rencontrée, mon nom est Guylaine!



Yvette Charron
Pharmacienne-propriétaire

Pharmacie Yvette Charron
5300, boul. Saint-Laurent, suite 150
Sainte-Catherine Québec J5C 1A8
Tél. : 450 635-1234 Fax : 450 635-7675

affiliée à :



*Vous ne recevez pas nos Info-lettre hebdomadaire?
Si vous voulez être informée des activités qui se
déroulent à votre Centre de femmes semaine après
semaine, envoyez-moi votre adresse courriel à
organisatricecommunautaire@eclaircie.org*

*Nous vous tiendrons informée! Consultez aussi notre
page Facebook Centre de femmes l'Éclaircie et
n'hésitez pas à liker et partager les articles
d'actualités, pétitions et activités publiées afin de
faire rayonner votre Centre!*

Changement de nom

Par Clodie Corriveau-Granger, étudiante en droit

Monia vient d'arriver au Québec. Elle réalise que son nom de famille est difficile à prononcer pour les Québécois qui lui demandent de le répéter systématiquement plusieurs fois. Certains vont même jusqu'à lui demander de l'écrire pour être sûr d'avoir bien compris. Elle comprend que pour elle, l'intégration dans son nouvel environnement ne va pas être facile que ce soit pour socialiser ou pour trouver du travail. Aussi se demande-t-elle si elle serait autorisée à changer son nom pour le rendre plus accessible.

Dans des conditions exceptionnelles, des individus peuvent être autorisés à changer leur nom. Voici un survol des règles applicables en la matière.

Quel est le critère à respecter pour obtenir le changement de nom?

Le changement de nom n'est accordé qu'à certaines conditions. En effet, l'établissement d'un motif sérieux s'avère nécessaire. Voici quelques situations pouvant être considérées comme constituant un motif sérieux :

Un nom d'origine étrangère difficile à prononcer ou à écrire;

Un nom qui prête au ridicule ou qui est frappé d'infamie;

Le nom porté quotidiennement depuis au moins 5 ans est différent de celui inscrit à l'acte de naissance;

Des souffrances psychologiques ou un préjudice sérieux occasionné par l'utilisation du nom;

L'intention d'ajouter au nom de famille d'un enfant de moins de 18 ans le nom de famille de son père ou de sa mère.

Qui peut faire une demande?

Il est possible de présenter une demande de changement de nom si vous êtes âgé de 14 ans ou plus, de citoyenneté canadienne et domicilié au Québec depuis au moins un an. Il est également possible de demander un changement de nom pour son enfant mineur.

Quelle est la procédure à suivre pour effectuer un changement de nom?

Dépendamment des motifs invoqués dans la demande, cette dernière doit être déposée soit devant le tribunal, soit au Directeur de l'état civil. Le tribunal est compétent pour autoriser le changement de nom d'un enfant en cas de déchéance de l'autorité parentale, d'abandon du père ou de la mère ou de changement dans la demande de filiation (lors de l'adoption par exemple). La décision sera alors prise dans l'intérêt de l'enfant. Quant au Directeur de l'état civil, il intervient dans tous les cas de demande de changement de nom ne relevant pas de la compétence du tribunal.

La personne qui désire présenter une demande de changement de nom au Directeur de l'état civil doit faire connaître cette intention publiquement, et ce, pour permettre aux personnes intéressées d'en prendre connaissance. Un avis sur le site internet du Directeur de l'état civil doit être publié. Le Directeur publiera l'avis gratuitement pendant 15 jours.

Quels sont les effets légaux d'un changement de nom?

Les droits et obligations de la personne n'étant pas modifiés, l'individu concerné doit respecter les contrats qu'il avait signés sous son ancien nom. Également, lorsque le changement de nom prend effet, il est de sa responsabilité de faire modifier le nom inscrit à son dossier dans les organismes et ministères. Il devra alors présenter un certificat de changement de nom ainsi qu'un nouveau certificat de naissance. Notons qu'il est cependant possible de remplir un formulaire de demande simplifiée de transmission des renseignements relatifs à un changement de nom, qui permettra au Directeur de l'état civil d'aviser lui-même certains ministères et organismes du changement.

L'information contenue dans le présent article est d'ordre général. Elle ne prétend pas répondre à tous les cas de figure. Pour de plus amples renseignements concernant le droit familial, téléphonez à la ligne d'information juridique d'Inform'elle 450 443-8221 ou au 1 877 443-8221 (sans frais) ou consultez une personne exerçant la profession d'avocat ou de notaire



PIÈCES D'AUTO

Johanne Thériault
Propriétaire

PIÈCES D'AUTO STE-CATHERINE INC.
5622, rue St-Laurent
Ste-Catherine, QC J5C 1B1

Tél. : 450 638-0711
Télec. : 450 638-3773
jtheriault@napacanada.com



Les organismes communautaires en première ligne

La détérioration des services publics et des programmes sociaux fait particulièrement mal aux personnes les plus vulnérables de notre société. Pour plusieurs d'entre elles, les organismes d'action communautaire autonome sont le dernier maillon du filet social auquel elles ont concrètement accès. C'est souvent dans ces groupes que les personnes marginalisées peuvent trouver non seulement aide et réconfort, mais également un lieu d'appartenance et d'expression citoyenne. Par leur travail de défense des droits et d'éducation populaire, ces organismes travaillent avec les jeunes, les personnes âgées, les femmes, les personnes ayant des limitations fonctionnelles, les personnes assistées sociales, les personnes racisées, etc. Leur but est d'aider les personnes à améliorer leurs conditions de vie et à combattre les discriminations qui s'exercent contre eux et elles. Sur le plan démocratique, ces organismes permettent de faire entendre la voix d'une partie de la population que l'on a tendance à exclure du débat public. Bref, tout comme les services publics et les programmes sociaux, pour avoir un filet social solide, l'action communautaire autonome est un moteur de justice sociale indispensable.

Or, les mesures d'austérité ont plusieurs impacts sur les organismes communautaires. D'abord, depuis plusieurs années, les groupes sont en manque criant de financement. À titre d'exemple, le financement de certains secteurs, tel que la défense collective des droits, n'a jamais été indexé. Par ailleurs, en raison des compressions dans les services publics, on constate une augmentation du nombre de personnes qui se tournent vers les organismes. Ainsi, de plus en

plus d'organismes sont forcés de fermer leurs portes, de façon temporaire ou définitive : ils n'ont plus les moyens de réaliser leur mission adéquatement ! Enfin, devant faire plus avec les mêmes ressources, les travailleurs et travailleuses s'épuisent.

Texte tiré du dépliant « Viser la justice sociale, récupérer notre trésor collectif, » de La coalition main rouge (2017)

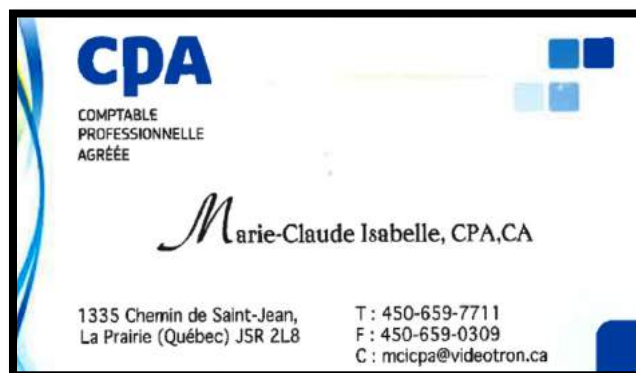
Semaine d'actions des centres de femmes

« Je me souviens, nous votons pour la justice sociale ! »

Dans un contexte où le gouvernement va sûrement distribuer quelques bonbons pour réduire, le temps de la campagne, les effets néfastes de l'austérité, la semaine d'action permettra de ne pas oublier, de se remémorer.

La semaine nationale peut aussi être l'occasion de se demander "pour quoi ai-je envie de voter?". Nous portons le message que nous voulons voter pour la justice sociale, qu'est-ce que cela veut dire dans un programme d'un parti politique ?

C'est aussi l'occasion de dire aux futur-es candidat-es nos revendications, en lien avec les documents de la coalition main rouge (*Viser la justice sociale*).



Le Club de lecture

La 4e rencontre des membres du Club de lecture s'est déroulée sous le thème « la santé physique des femmes ». Les femmes ont constaté que tous les auteurs prônaient d'être en premier lieu à « l'écoute de son propre corps », chacun des auteurs voulait nous garder dans un équilibre de vie et une harmonie globale. Et ce en nous proposant des moyens alternatifs pour y arriver ou les maintenir, tels que :

- marcher régulièrement;
- faire du yoga;
- faire de la méditation;
- faire l'apprentissage de la relaxation;
- pratiquer les massages.

En résumé, les différentes lectures se regroupaient en nous mentionnant l'importance de :

- bouger à son rythme et régulièrement pour y constater les biens faits;
- prendre l'air;
- se reposer suffisamment; et
- manger mieux et s'hydrater

En somme, prendre soin de nous les femmes.

Johanne Wagner

Si les thèmes des prochaines rencontres du Club de lecture vous intéressent, ou, vous souhaitez tout simplement vous joindre à nous, sachez que le CLUB de Lecture n'est pas un groupe fermé.

Au plaisir de vous y voir !



Le Club de marche se poursuit!

N'hésitez pas à vous joindre à nous chaque vendredi matin, à 10 h, beau temps, mauvais temps.

Il n'y a pas d'inscription requise, soyez ponctuelle, les femmes débutent la marche à 10 h pile!

Le kilométrage collectif continue d'être calculé afin de voir la distance parcourue en groupe.



La Course des 7 de Sainte-Catherine

Le Centre a décidé de répéter l'expérience de l'année dernière, nous allons donc nous inscrire en tant que groupe pour l'épreuve marche 7 km qui aura lieu le dimanche 10 juin 2018.

Si cela vous intéresse, on vous invite à nous répondre, dès que possible, via courriel ou à nous contacter par téléphone pour nous fournir les renseignements requis à l'inscription.

Au plaisir de marcher avec vous !

Veillez noter que le tarif par participante varie selon les dates d'inscription.

À votre agenda!

Avril

3 avril Déjeuner collectif : Œuf exceptionnel

6 avril Première réunion du comité marches exploratoires

18 avril Conférence : Fugueuse : mythes et réalité

19 avril Atelier : Fabrication de crème solaire DIY (fait maison)

24 avril Actualité au féminin

25 avril Atelier de théâtre – Les femmeuses (1/8)

26 avril Femmes et poésie (1/6)

Mai

1 mai Déjeuner collectif : Œuf exceptionnel

1 mai Café causerie : Exprimer sainement sa colère

2 mai Atelier de théâtre – Les femmeuses (2/8)

3 mai La diversité dans nos assiettes

3 mai Femmes et poésie (2/6)

9 mai Atelier de théâtre – Les femmeuses (3/8)

10 mai Femmes et poésie (3/6)

10 mai Jardin intergénération

15 mai Antidote en action (1/5)

16 mai Atelier de théâtre – Les femmeuses (4/8)
17 mai Café causerie : Le moment présent avec nos enfants et bébés
17 mai Femmes et poésie (4/6)
22 mai Antidote en action (2/5)
23 mai Atelier de théâtre – Les femmeuses (5/8)
24 mai Femmes et poésie (5/6)
29 mai Antidote en action (3/5)
30 mai Atelier de théâtre – Les femmeuses (6/8)
31 mai Femmes et poésie (6/6)

Juin

5 juin Déjeuner collectif : Œuf exceptionnel
5 juin Antidote en action (4/5)
7 juin Atelier de théâtre – Les femmeuses (7/8)
10 juin Course des 7
12 juin Antidote en action (5/5)
14 juin Atelier de théâtre – Les femmeuses (8/8)
14 juin Souper collectif au Vieux Canal
19 juin Café causerie : L'acceptation de soi
21 juin Actualité au féminin



Coordination : Adriana Pomareda

Rédaction : Clodie Corriveau-Granger, Rosalie Delage, Karine Fontaine, Oana Hărășan, Nathalie Latreille, Jocelyne Miller, Alexia Noël, Audrey Nolin, Adriana Pomareda, Wendy Rivard, Guylaine Soucy, Johanne Wagner.

Traitement de texte et mise en page : Adriana Pomareda et Josée Roy.

Révision des textes : Adriana Pomareda et Josée Roy.

Assemblage : Clémentine Boisvert, Marie- Paule De Guise, Oana Hărășan, Audrey Nolin, Adriana Pomareda, Josée Roy.

Merci à toutes celles qui ont contribué de près ou de loin à cet Info-Éclair.

L'adresse électronique de l'Éclaircie est :
info@claircie.org

Pour toute question concernant l'info-éclair :
organisatricecommunautaire@claircie.org

Site Internet: www.centredefemmesclaircie.com
Téléphone: (450) 638-1131