

CENTRE DES FEMMES DE ROSEMONT



Écoute

Bibliothèque

Références

Informations

soutien individuel

C
O
U
R
S

PROGRAMMATION 20²³₂₄



Cafés rencontres Soupe

Communication interpersonnelle

Mercredi 27 septembre
De 13h à 15h
Majorie Rosclair

Vous avez le désir de rafraîchir vos connaissances au niveau de la communication interpersonnelle. D'acquérir de nouveaux outils en la manière. La solution est là à votre portée!

Gratuit membre

Mercredi 27 septembre
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de se réchauffer le cœur avec une bonne soupe chaude en bonne compagnie? Soyez au rendez-vous!

Gratuit membre

PORTES OUVERTES

Mercredi 6 septembre
De 11h à 14h

Vous êtes cordialement invitées à vous joindre à nous pour vous inscrire à notre programmation automne 2023.

Épluchette de blé d'inde
Hot dog seront servis
(pour Raymonde)

GRATUIT



Cours et activités

TAICHI

Mardi 26 septembre
De 10h à 11h15
Santé Active - Julie
10 cours

Venez bouger tous les muscles de votre corps et même ceux que vous ne croyiez plus avoir. Techniques très douces convenant à toutes.

15 \$ membre



YOGA

Jeudi 28 septembre
De 10h à 11h15
Santé Active - Céline
10 cours

Venez découvrir les bienfaits du yoga sous toutes ses formes!!

15 \$ membre



Veillez prendre note que des hot dog seront servis pour faire plaisir à Raymonde





Septembre 2023



Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

					1	2
3	4 CONGÉ	5	6 Journée Portes-Ouvertes 11h à 14h 	7 FERMÉ	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26 Taïchi 10h à 11h15	27  Soupe 12h à 13h  La communication interpersonnelle 13h à 15h	28 Yoga 10h à 11h15	29	30

Cafés rencontres

Le crédit et la prévention de l'endettement

Mercredi 11 octobre
De 13h à 15h
ACEF

Cet atelier a pour but de comprendre la mécanique de l'endettement. Reconnaître les avantages et inconvénients des différents types de crédit à la consommation.

Gratuit membre



Santé pulmonaire

Mercredi 18 octobre
De 13h à 15h
Nicole Ouellette
Naturopathe

Dans cet atelier nous parlerons de prévention des maladies respiratoires par les plantes et les exercices de respiration.

Gratuit membre

La sécurité incendie

Mercredi 25 octobre
De 13h à 15h
Service de sécurité incendie de Montréal

Cette formation vise à donner différents conseils sur la sécurité incendie.

Gratuit membre

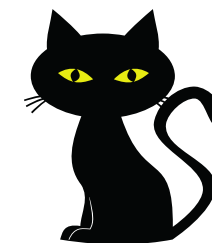


Repas spécial Halloween 40e

Mardi 31 octobre
De 11h à 14h

Venez fêter l'halloween avec nous !! Soyez au rendez-vous !! Prix spécial pour les femmes costumées !!

15 \$ membre



Cours et activités

SORTIE AUX POMMES

Mercredi 4 octobre
De 10h à 16h

Participez à notre fameuse sortie aux pommes qui s'avère tous les ans, une escapade plaisante et drôlement délicieuse.

Site : Chalet du Ruisseau
Départ du Centre à 10h
Transport en Autocar de luxe

25 \$ membre

Réserver et payer avant le 28 septembre

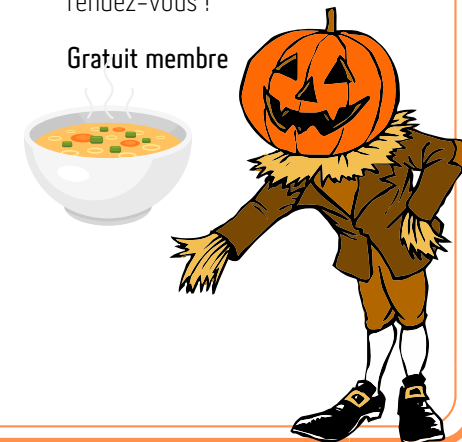


Soupe

Mercredi 25 octobre
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de se réchauffer le cœur avec une bonne soupe chaude en bonne compagnie ? Soyez au rendez-vous !

Gratuit membre



LES RÈGLES D'OR DE LA PENSÉE POSITIVE

Lundi 30 octobre
De 13h à 15h
Johanne Larouche
5 cours

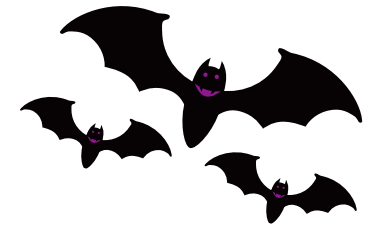
Porter un nouveau regard sur la vie en pratiquant la pensée positive au quotidien.







15 \$ membre



Octobre

2023



Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2	3 Taïchi 10h à 11h15	4  Sortie aux pommes 10h à 16h	5 Yoga 10h à 11h15 FERMÉ	6	7
8	9 CONGÉ	10 Taïchi 10h à 11h15	11  Le crédit, prévention de l'endettement 13h à 15h	12 Yoga 10h à 11h15	13	14
15	16	17 Taïchi 10h à 11h15	18  Santé pulmonaire 13h à 15h	19 Yoga 10h à 11h15	20	21
22	23	24 Taïchi 10h à 11h15	25  Soupe 12h à 13h  Sécurité incendie 13h à 15h	26 Yoga 10h à 11h15	27	28
29	30 Les règles d'or de la pensée positive 13h à 15h	31 Repas spécial Halloween 11h à 14h HALLOWEEN				

Café rencontres

Les passages transitoires
en milieu de vie

Mercredi 1 novembre
De 13h à 15h
Sylvie Gingras

Dans cette conférence nous
verrons les périodes
nécessaires pour faire un
bilan de vie et pour
s'interroger sur ce que nous
désirons pour l'avenir.

Gratuit membre

À confirmer

Mercredi 22 novembre
De 13h à 15h

Gratuit membre

À confirmer

Mercredi 8 novembre
De 13h à 15h

Gratuit membre

Les fraudes par internet

Mercredi 29 novembre
De 13h à 15h
Johanne Larouche

Venez découvrir les
différentes fraudes qui
peuvent arriver par internet.
Démêler le vrai du faux !!

Gratuit membre

Mandat de protection et
directives médicales
anticipées

Mercredi 15 novembre
De 13h à 15h
Me Hélène Guay Avocate

Dans cette conférence, il sera
expliqué la différence entre
mandat de protection et les
directives médicales anticipées
et comment se les procurer.

Gratuit membre

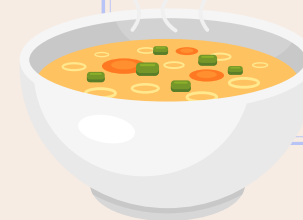


Soupe

Mercredi 29 novembre
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de
se réchauffer le cœur avec
une bonne soupe chaude en
bonne compagnie ? Soyez au
rendez-vous !

Gratuit membre

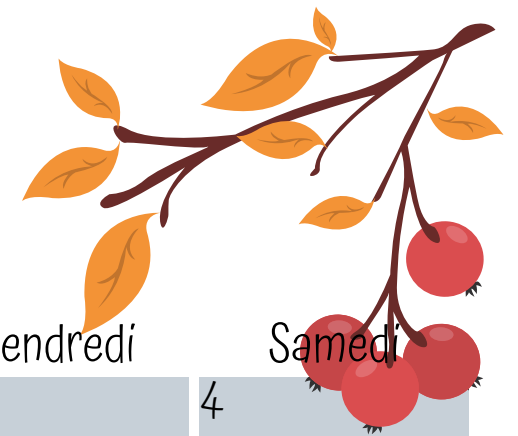




Semaine des
4 jeudis

Novembre

2023



Dimanche

Jeudi







Jeudi

Jeudi

Jeudi

Vendredi

Samedi

			1 Les passages transitoires en milieu de vie 13h à 15h 	2 Yoga 10h à 11h15	3	4
5	6 Les règles d'or de la pensée positive 13h à 15h	7 Taïchi 10h à 11h15	8 À confirmer 13h à 15h 	9 Yoga 10h à 11h15	10	11
12	13 Les règles d'or de la pensée positive 13h à 15h	14 Taïchi 10h à 11h15	15 Mandat de protection et directives médicales anticipées 13h à 15h 	16 Yoga 10h à 11h15	17	18
19	20 Les règles d'or de la pensée positive 13h à 15h	21 Taïchi 10h à 11h15	22 À confirmer 13h à 15h 	23 Yoga 10h à 11h15	24	25
26 	27 Les règles d'or de la pensée positive 13h à 15h	28 Taïchi 10h à 11h15	29 Soupe 12h à 13h Les fraudes par internet 13h à 15h 	30 Yoga 10h à 11h15		



Cours et activités

COMMÉMORATION DE LA TUERIE DE LA POLYTECHNIQUE

Mercredi 6 décembre

Venez commémorer avec nous la tragédie du 6 décembre 1989 lorsque Marc Lépine a laissé derrière lui 14 victimes, toutes des femmes ! La distribution de chandelle se fera à partir du 20 novembre.

FÊTE DE NOËL

Mercredi 6 décembre
De 11h à 15h

Dans un décor enchanteur, le Centre vous convie à cette célébration mémorable pour venir vous amuser et passer un agréable moment en bonne compagnie. Un repas traditionnel et cadeaux seront à l'honneur !

Un repas sera servi

25 \$ membre

Réserver et payer avant
le 30 novembre



Joyeux Noël





Décembre 2023



Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

					1	2
3	4	5 Taïchi 10h à 11h15	6 Commémoration de la tuerie de la Polytechnique Fête de noël 11h à 15h 	7 FERMÉ	8	9
10	11	12	13 Fermeture du Centre	14	15	16
17 <i>Joyeux</i>	18	19	20	21	22	23  Fête Nathalie Fortin C.A. 
24 <i>Noël</i>	25	26	27	28	29	30



Café rencontres

À confirmer

Mercredi 31 janvier
De 13h à 15h

Gratuit membre

Soupe

Mercredi 31 janvier
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de se réchauffer le cœur avec une bonne soupe chaude en bonne compagnie ? Soyez au rendez-vous !

Gratuit membre

Cours et activités

JOURNÉE D'INSCRIPTIONS

Mercredi 10 janvier
De 9h à 12h

Vous êtes cordialement invitées à vous joindre à nous ou à nous téléphoner pour vous inscrire à notre programmation

Gratuit

TAICHI

Mardi 30 janvier
De 10h à 11h15
Santé Active - Julie
10 cours

Venez bouger tous les muscles de votre corps et même ceux que vous ne croyiez plus avoir. Techniques très douces convenant à toutes.

15 \$ membre

Janvier 2024



Dimanche

Lundi







Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

	1	2	3	4	5	6
7	8  Ré-ouverture du centre	9	10  Journée d'inscriptions 9h à 12h Fête Johanne Larouche intervenante 	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30 Taïchi 10h à 11h15	31  Soupe 12h à 13h  À confirmer 13h à 15h			



Cours et activités

Soupe

YOGA

Jeudi 1 février
De 10h à 11h15
Santé Active
10 cours

Venez découvrir les bienfaits du yoga sous toutes ses formes !!

15 \$ membre

FÊTE DE LA ST-VALENTIN

Mercredi 14 février
De 12h30 à 15h

Venez fêter avec nous la fête de l'amour.

5 \$ membre

Café et dessert seront servis suivis par de la danse.

Mercredi 28 février
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de se réchauffer le cœur avec une bonne soupe chaude en bonne compagnie ? Soyez au rendez-vous !

Gratuit membre

Cafés rencontres

Allergies saisonnières

Mercredi 7 février
De 13h à 15h
Nicole Ouellette
Naturopathe

Dans cet atelier vous apprendrez comment intervenir avant la saison en fortifiant le terrain !!

Gratuit membre

Mes rêves sont un miroir

Mercredi 21 février
De 13h à 15h
Sylvie Gingras

Les rêves renferment un message qui révèle un aspect important de votre être et vous permet ainsi de faire des prises de conscience. Venez chercher ces outils essentiels pour une meilleure connaissance de soi.

Gratuit membre

À confirmer

Mercredi 28 février
De 13h à 15h

Gratuit membre





Février

2024



Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

				1 Yoga 10h à 11h15	2 Fête de la marmotte 	3
4	5	6 Taïchi 10h à 11h15	7 Allergies saisonnières 13h à 15h 	8 Yoga 10h à 11h15	9	10
11	12	13 Taïchi 10h à 11h15	14 Fête St-Valentin 12h30 à 15h 	15 Yoga 10h à 11h15	16	17
18	19	20 Taïchi 10h à 11h15	21 Mes rêves sont un miroir 13h à 15h 	22 Yoga 10h à 11h15	23	24
25	26	27 Taïchi 10h à 11h15	28 Soupe 12h à 13h À confirmer 13h à 16h  	29 Yoga 10h à 11h15		

Café rencontres

Suppléments énergétiques

Mercredi 13 mars

De 13h à 15h

Nicole Ouellette

Naturopathe

Dans cet atelier vous en apprendrez d'avantage sur les suppléments énergétiques qui agissent sur le stress et les glandes surrénales.

Gratuit membre

Prendre soin de soi en prenant soin des autres

Mercredi 20 mars

De 13h à 15h

Cet atelier a pour but de vous outiller afin de prévenir ou de diminuer l'épuisement entraîné par l'accumulation de stress et par les situations à risques reliées à votre rôle

Gratuit membre

Cours et activités

JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES

Mercredi 6 mars

De 11h30 à 15h

Chaque année, le Centre est fier de souligner l'engagement des femmes, les luttes menées avec brio, les victoires qui donnent espoir et les défis qui nous guettent. Soyez des nôtres !

Un repas sera servi

15 \$ pour tous

SORTIE AUX SUCRES

Mercredi 27 mars

De 10h à 16h

Omelette, jambon, fèves au lard... Le tout sous un coulis de sirop d'érable onctueux et sucré à souhait !!! Venez en profiter avec nous en grand nombre !

Site : Chalet du Ruisseau
Départ du Centre à 10h
Transport en Autocar de luxe

25 \$ membre

Réserver et payer avant le 22 mars

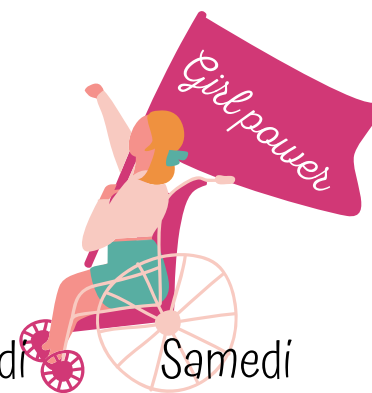
Journée
INTERNATIONALE
DES DROITS DES
Femmes

MARS

8



Mars 2024



Dimanche

Lundi

Mardi

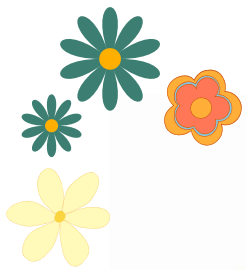
Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

					1	2
3	4	5 Taïchi 10h à 11h15	6 Journée internationale des femmes 11h30 à 15h	7 Yoga 10h à 11h15 FERMÉ	8	9
10	11	12 Taïchi 10h à 11h15	13 Suppléments énergétiques 13h à 15h	14 Fête Josée Martel Directrice Yoga 10h à 11h15	15	16
17 Fête Louise Hebert C.A.	18	19 Taïchi 10h à 11h15	20 Prendre soin de soi en prenant soin des autres 13h à 15h	21 Yoga 10h à 11h15	22	23
24	25 Fête Rita Aubin C.A.	26 Taïchi 10h à 11h15	27 Sortie aux sucres 10h à 16h	28 Yoga 10h à 11h15 FERMÉ	29	30



Cours et activités

JOURNÉE D'INSCRIPTIONS

Mercredi 10 avril
De 9h à 12h

Vous êtes cordialement
invitées à vous joindre à nous
ou à nous téléphoner pour
vous inscrire à notre
programmation

GRATUIT

Soupe

Mercredi 24 avril
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de
se réchauffer le cœur avec
une bonne soupe chaude en
bonne compagnie ? Soyez au
rendez-vous !

Gratuit membre



Café rencontres

Facebook : suis-je
familère ?

Mercredi 24 avril
De 13h à 15h
Johanne Larouche

Cet atelier a pour but d'en
apprendre d'avantage sur les
différents outils sur Facebook
ainsi que de vous familiariser
avec ce Médias Social !!

Gratuit membre



Avril 2024



Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

	1 CONGÉ	2 Taïchi 10h à 11h15	3	4 Yoga 10h à 11h15	5	6
7	8	9	10 ✍️ Journée d'inscriptions 9h à 12h	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20 🎉 Fête Léandra Roche Préposée à l'accueil
21	22	23	24 🍲 Soupe 12h à 13h ☕ Facebook : suis-je familière ? 13h à 15h	25	26	27
28	29	30				

cafés rencontres

Vibre un deuil

Mercredi 1 mai
De 13h à 15h
Sylvie Gingras

Cet atelier a pour but de vous aider à comprendre le processus du deuil et apprendre à respecter chaque étape. Reconnaître aussi un deuil non terminé.

Gratuit membre

À confirmer

Mercredi 22 mai
De 13h à 15h

Gratuit membre

L'astrologie

Mercredi 8 mai
De 13h à 15h
Mona Brault - Astrologue

La connaissance de soi et des autres pour un mieux être, l'astrologie, la recherche de notre essence et de notre sens.

Gratuit membre

Quoi faire cet été ?

Mercredi 29 mai
De 13h à 15h

Cet atelier a pour but de comprendre l'isolement et de trouver des outils pour mieux le vivre.

Gratuit membre

À confirmer

Mercredi 15 mai
De 13h à 15h

Gratuit membre

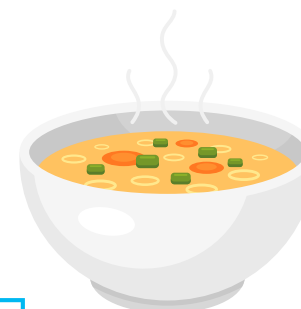


Soupe

Mercredi 29 mai
De 12h à 13h

Quoi de plus agréable que de se réchauffer le cœur avec une bonne soupe chaude en bonne compagnie ? Soyez au rendez-vous !

Gratuit membre





Mai

2024



Dimanche

Lundi









Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

			1  Fête Jocelyne Brunet C.A.  Vivre un deuil 13h à 15h	2	3	4
5	6	7	8  L'astrologie 13h à 15h	9	10	11
12	13	14	15  À confirmer 13h à 15h	16	17	18
19  Fête Aline Quellette C.A.	20 CONGÉ	21	22  À confirmer 13h à 15h	23	24	25
26	27	28	29  Soupe 12h à 13h  Quoi faire cet été ? 13h à 15h	30	31	



Cours et activités

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Mercredi 12 juin
De 9h à 12h

Vous êtes invitées à venir participer à l'assemblée générale du Centre. Nous ferons un retour sur l'année 2023-2024 ainsi que sur les événements qui ont eu lieu.

Un léger goûter sera servi

GRATUIT

PIQUE NIQUE

Mercredi 19 juin
De 11h à 14h

Venez souligner avec nous la fin de la session en venant pique-niquer avec nous dans le parc Lafond.

En cas de pluie le pique-nique se fera au Centre.

GRATUIT



Veuillez prendre note que nous servirons un hot-dog à Raymonde pour lui faire plaisir !!





Juin

2024



Dimanche

Lundi




Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

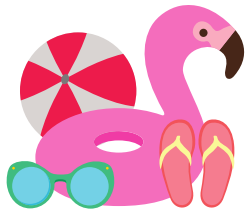
Samedi

						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12  Assemblée Générale 9h à 12h	13 FERMÉ	14	15
16 Fête Simone Robichaud C.A. 	17 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	18 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	19  Pique-Nique 11h à 14h HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	20 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	21	22
23	24 FERMÉ	25 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	26 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	27 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	28	29



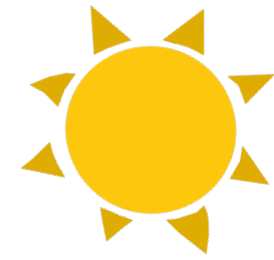
Bonnes vacances !

**NOUS SERONS DE RETOUR
LE 26 AOUT !!**



Juillet

2024



Dimanche

Lundi


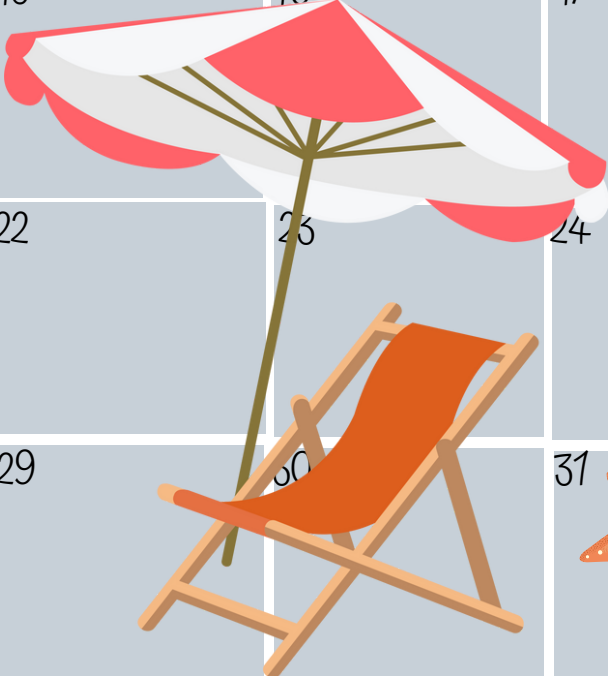


Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

	1 FERMÉ	2 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	3 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	4	5	6
7	8	9 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	10 Fermeture du Centre	11	12	13
14 Fête Diane Levasseur C.A. 	15	16	17	18	19	20
21 	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31 			

CODE DE VIE DES PARTICIPANTES

Être membre d'un centre de femmes implique que nous devons respecter la vie associative. En ce sens, nous devons intégrer ce code de vie afin que toutes puissent apprécier le sentiment d'appartenance qu'elle éprouve en venant au centre. Pour ce faire, il se doit de :

- Accueillir avec un sourire;
- Respecter la confidentialité;
- Respecter chacune des participantes
- Lever la main pour obtenir la parole;
- Respecter ses engagements;
- Ne pas juger;
- Ne pas avoir la critique facile;
- Prendre l'occasion pour s'affirmer;
- Être assidu à nos cours (ateliers);
- S'impliquer;
- Être aidante;
- Être à l'écoute des autres;
- Avoir une communication franche et ouverte;
- Aider à garder l'endroit propre;
- Attendre à la pause pour la collation;
- Aucun comportement violent (verbalement ou physiquement) ne sera toléré sous peine d'expulsion du Centre.



Ce code de vie doit être respecté par toutes et chacune, il est adopté en conseil d'administration le 13 janvier 2011 et ratifié en assemblée générale le 8 juin 2011.

Vacation

Août 2024



Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

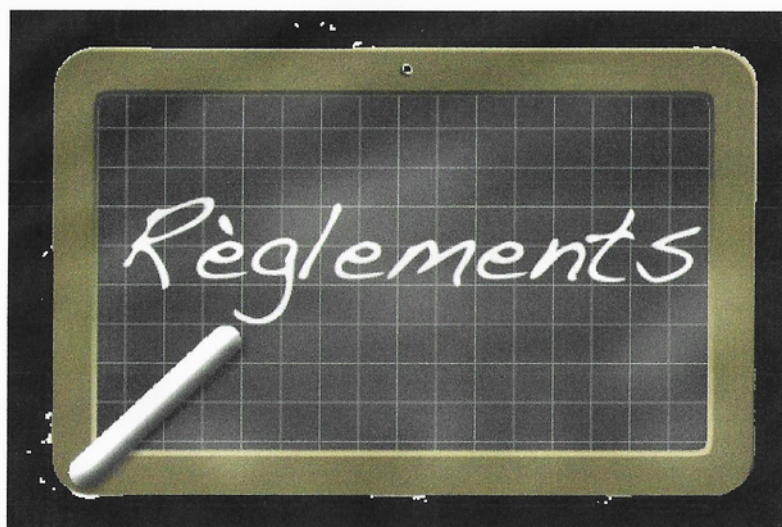
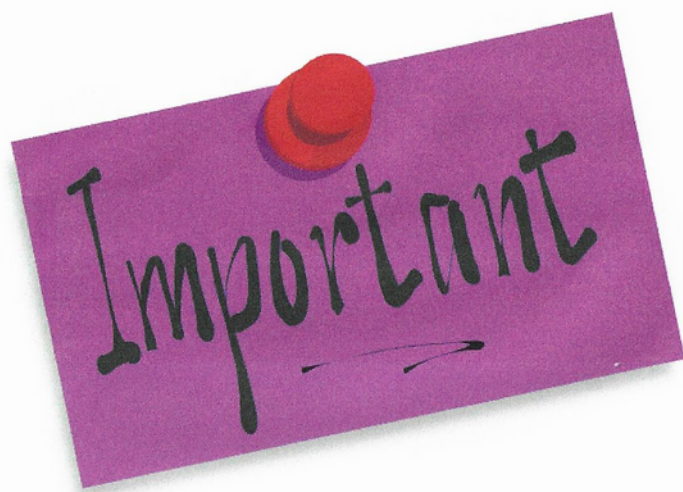
Jeudi

Vendredi

Samedi

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26 OPEN Ré-ouverture du centre HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	27 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	28 HORAIRE D'ÉTÉ 8h à 14h	29 FERMÉ DINNER DES BÉNÉVOLES	30	31





Code de membriété

Le Centre des femmes de Rosemont oeuvre depuis 1983 auprès des femmes rosemontaises et montréalaises afin d'améliorer leurs conditions de vie. En ce sens, notre mission s'articule autour de trois axes : les services, les activités éducatives et l'action collective. En choisissant d'être membre, vous vous engagez dans une aventure stimulante autour de laquelle s'articulent vos droits et responsabilités.

Droits :

- Recevoir la programmation ainsi que le Journal à chacune des saisons d'activités;
- Assister et voter à l'Assemblée générale annuelle;
- Se présenter comme membre du conseil d'administration;
- Avoir accès au local ainsi qu'au centre de documentation, à la bibliothèque et au service informatique offert à la collectivité et ce, durant les heures d'ouverture;
- Obtenir du support, de l'écoute et des références en cas de besoin;
- S'inscrire aux différents ateliers, cours et activités offerts par le Centre et profiter de tarifs équitables;
- Émettre vos commentaires et suggestions.

Responsabilités :

- Soutenir les valeurs d'égalité, de justice, de paix, de solidarité et de liberté que porte le mouvement des femmes;
- Appuyer les actions du Centre qui visent à intervenir sur la condition féminine dans son ensemble;
- Épauler une équipe de travail, qui en votre compagnie, crée un milieu de vie accueillant et à votre couleur;
- Supporter l'approche féministe, et de ce fait, les actions qui y sont reliées;
- Contribuer à créer un milieu de vie où la tolérance, la diversité et l'inclusion sont présents. Par le fait même, agir dans le respect de toutes les femmes, quel que soit leur âge, leur état civil, leur origine ou leur orientation sexuelle;
- Reconnaître l'importance des trois mandats (services, activités éducatives et action collective), tels que stipulés dans la base d'unité politique du regroupement des Centres de femmes, comme le cœur de notre action.

Ce code de membriété doit être respecté par toutes et chacune, il est adopté en Assemblée générale extraordinaire ce 30 août 2006.



NUMÉROS UTILES

NUMÉROS DE TÉLÉPHONES D'URGENCE

S.O.S violence conjugale	514 728-0023
Suicide action Montréal	514 873-9010
Tel-Aide	514 935-1101
Agressions sexuelles (crise)	514 934-4504
Trêve pour elles (calacs)	514 251-0323
C.A. V.A.C. (Centre d'aide aux victimes)	514 277-9860
Drogue, aide et références	514 527-2626
Info-santé	8-1-1
Urgence-psycho sociale	8-1-1
Police, ambulance, pompier	9-1-1
Références du grand Montréal	514 527-1375
Aide juridique de Rosemont	514 521-4904
Commission des affaires sociales	514 598-2476
Aide au sans emploi	514 523-0707
Recouvrement des pensions alimentaires	514 729-9964
Dépannage d'aide alimentaire de St-Esprit	514 725-2833

CENTRES D'ÉCOUTE

Al-Anon	514 866-9803
Ano-Sep (femmes séparées, divorcées)	514 277-9870
Maison des parents (centre d'aide)	514 336-3939
Face à face (centre d'écoute)	514 934-4546
Déprimés anonymes	514 278-2130
Dépendants affectifs anonymes	514 445-4609
Inform'elle	514 443-8221
Suicide action	514 723-4000
Déprimés anonymes	514 278-2130
Deuil secours	514 389-1784

TOXICOMANIE

Alcooliques anonymes	514 376-9230
Dollard Cormier	514 385-0046
Chez Doris (centre de jours pour femmes)	514 937-2341
Drogue Aide et Références (24h)	514 527-2626

HÉBERGEMENT

Maison Grise de Montréal	514 722-0009
Le Chaînon	514 845-0151
Assistance aux femmes de Montréal	514 270-8291
Centre de CRISE	514 351-9592

ALIMENTATION

Popotte roulante	514 374-3470
Bonjour aujourd'hui	514 374-5741
Bouffe-action (cuisine collective)	514 523-2460



5350 rue Lafond, Montréal, Québec H1X 2X2

Téléphone : 514 525-3138

c.femmes.rsmt@videotron.ca

www.centredesfemmesdersmt.org

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au jeudi de 8h00 à 15h30

Coût de la carte de membre 10 \$ annuellement

Toutes les membres doivent adhérer au code de vie des participantes.

POUR SE RENDRE AU CENTRE



LAURIER

Autobus 47

Descendre à la rue Lafond



JOLIETTE

Autobus 67 ou 467

Descendre à la rue Laurier

IMPORTANT

Le Centre est ouvert à toutes les femmes, quel que soit leur âge, leur état civil, leur origine ou leur orientation sexuelle.