



LE CENTRE DES FEMMES DE VERDUN

# Programmation spéciale

❄️ Hiver 2024 ❄️

Le Centre des femmes de Verdun a pour mission de briser l'isolement et de favoriser la reprise de pouvoir sur notre vie

---

**Ouvert à toute personne s'identifiant comme femme et/ou issue de la diversité de genre**



**514-767-0384**

*Pendant la période de transition, il est important de laisser un message pour qu'une personne de l'équipe vous rappelle.*



**@centredesfemmesdeverdun**



**[www.centredesfemmesdeverdun.org](http://www.centredesfemmesdeverdun.org)**



**3488 rue de Verdun, Verdun, Qc, H4G 1K3**

*Notez que le Centre n'est pas encore dans ses nouveaux locaux. Ce n'est que pour les communications. Mais ce sera notre nouvelle adresse!*

# Des nouvelles du Centre

Le Centre a officiellement quitté ses locaux du 284 de l'Église lundi le 15 janvier dernier ! Une autre étape de franchie! Nous nous étions attachées à ces lieux!



L'équipe tient à remercier toutes les bénévoles qui sont venues aider pour les boîtes, le tri et le rangement. Nous remercions aussi Micheline Vermette ainsi que la Ville pour le prêt d'espaces pour l'entreposage et tous les partenaires qui nous offrent leurs locaux ou divers soutiens techniques pour la période de transition (Action Prévention Verdun, le CACV, les Mamies immigrantes, CrossFit 514 et plusieurs autres!).

Les travaux vont bon train dans les nouveaux locaux situés au 3488 rue de Verdun, mais certains imprévus pourraient générer des délais. Nous vous tiendrons donc informé.e.s dès que nous saurons notre date d'emménagement et de réouverture. Nous espérons que cela sera en mars prochain.

Entre temps, l'équipe a concocté une programmation alternative que nous vous présentons ici. Elle est allégée puisque nous concentrons nos énergies sur le financement, la gestion interne et la fin des travaux.

Nous restons disponibles pour des référencement ou toute question par téléphone (il suffit de laisser un message vocal), par courriel ou par Messenger.



# Clubs actifs

Les clubs actifs ont pour objectif de se mettre en mouvement en groupe.

Les mardis, de 13h à 15h

## La marche

On se retrouve devant les locaux d'Action Prévention Verdun (APV) au 4609 rue de Verdun au coin de la 1<sup>ère</sup> avenue à 12h45 pour partir toutes ensemble.

Des breuvages chauds seront offerts à la fin de l'activité.

Beau temps, mauvais temps! C'est l'hiver, n'oubliez pas de vous habiller en conséquence!

6 février

27 février



## Le yoga et la danse

CrossFit 514 nous prête ses locaux (portez bien attention aux adresses car eux aussi vont déménager).

Rendez-vous dès 12h45.

Apportez vos bouteilles d'eau et habillez-vous confortablement. Si vous avez du matériel de yoga (tapis, sangle, blocs), nous vous invitons à l'apporter.

30 janvier : Yoga (1000 rue Hickson, près de Lanouette)

13 février : Danse (1215 rue Hickson, près d'Évangéline)

20 février : Yoga (1215 rue Hickson)



# Cafés jasette

À défaut de pouvoir faire les déjeuners-causerie, l'équipe vous invite à venir discuter informellement autour de muffins et d'un café.

Les mercredis suivants de 10h à 12h :  
7 et 21 février

Au local des Mamies immigrantes  
au 4250 avenue Bannantyne, bureau 102  
Coin Gordon



## Atelier d'éducation populaire

Le Comité d'action des citoyens et citoyennes de Verdun (CACV) nous invite dans ses locaux pour un atelier sur le logement social et ses luttes actuelles dans Verdun.

Le mercredi 14 février de 14h à 16h

Au local du CACV, 3972 rue de Verdun,  
entre de l'Église et Hickson.



# Sortie :

## Lutte à la pauvreté: retour sur nos victoires

Le Groupe de recherche et de formation sur la pauvreté et l'Observatoire des profilages nous invitent au lancement de 4 capsules vidéos sur de grandes luttes historiques contre la pauvreté. On dîne ensemble, on regarde les capsules et après on en discute pour réfléchir à nos prochaines luttes.

Le jeudi 8 février 2024 de 11h30 à 17h (dîner offert !)

**Au Centre St-Pierre (1212 rue Panet, Montréal, Salle 1205)**

Salle accessible aux personnes à mobilité réduite

\*\*Places limitées, sur inscription seulement et réservé aux membres du Centre

## Atelier de soir

**Vu la réussite et la pertinence de l'atelier sur l'intersectionnalité, offert à l'automne 2023, l'équipe a souhaité réoffrir cet atelier, mais de soir, en ligne.**

Cette activité, animée par Marie-Pier Kouassi, a pour but de mieux comprendre ce qu'est l'intersectionnalité et son lien avec le féminisme.

Vous avez peut-être déjà entendu ce mot dans les médias ou au centre sans pour autant saisir tout à fait ce en quoi ça consiste. Vous êtes loin d'être seul.e.s.

Discutons ensemble pour rendre plus concret ce mot théorique!

Le jeudi 15 février de 18h à 20h

### **En ligne.**

Un lien sera partagé sur les réseaux sociaux et peut être envoyé par courriel sur demande.



# Mobilisation

## En soutien à la Palestine

**Alors que les bombardements se poursuivent et s'intensifient dans la bande de Gaza, le gouvernement canadien continue d'appuyer Israël et de se positionner comme complice du génocide dont nous sommes témoins.**

Le Centre a une approche anti-oppressive, ce qui veut dire que nous nous opposons aux systèmes qui créent les injustices sociales et qui institutionnalisent les violences. On parle de sexisme, d'hétérosexisme même, portés par le patriarcat, mais on parle aussi de racisme, de capitalisme, de colonialisme et d'impérialisme.

Le colonialisme et l'impérialisme sont des doctrines visant à légitimer l'occupation, la domination politique et l'exploitation économique de territoires par certains États. C'est ce qui se passe depuis plus de 75 ans en Palestine.

Il va sans dire que le Centre se positionne contre le meurtre de civils et défend le droit à la vie et à l'autodétermination. Nous nous opposons aussi au régime d'apartheid et au génocide que subit le peuple palestinien, principalement composé de femmes et d'enfants.

**Pour se solidariser, nous vous invitons à vous joindre avec nous à une manifestation pour un cessez-le-feu permanent et la libération de la Palestine.**

Samedi le 3 février dès 14h

**Pour plus d'information, contactez l'équipe**



# Activités de partenaires:

## Ateliers de métiers d'arts traditionnels offerts par l'arrondissement



Gratuit/Pour adultes/Places limitées

Pour vous inscrire par téléphone, contactez le  
Quai 5160 au 514 872-4995



Samedi 17 février de 10h à 16h30

Vannerie : création d'un panier

Quai 5160 - Maison de la culture de Verdun

Lien pour s'inscrire : [ici](#)

Samedi 16 mars de 10h à 16h

Embossage à la main, sur papier

Centre communautaire Elgar

Lien pour s'inscrire : [ici](#)

Samedi 6 avril de 10h à 16h

Broderie trad. de piquant de porc-épic

Quai 5160 - Maison de la culture de Verdun

Lien pour s'inscrire : [ici](#)

Samedi 27 avril de 10h à 16h

Initiation au tissage, avec métier à tisser

Centre communautaire Elgar

Lien pour s'inscrire: [ici](#)

## Activité autogérée

### MÉDITATION GUIDÉE



Jeudis 11, 18 et 25 janvier

Jeudi 1er février

Vendredi 9 février

Jeudis 15 et 22 février

11h à 12h30

Bibliothèque Saint-Charles  
1050 d'Hibernia  
3e étage

Méditation sur  
tapis ou chaise

Animation : Françoise Prieur,  
maître Reiki, bénévole au  
Centre des femmes de Verdun



# Calendrier

## FÉVRIER

MARDI	MERCREDI	JEUDI
<b>30</b>  <b>CLUB ACTIF : Yoga</b> 13H-15h Local CrossFit 514	<b>31</b>	<b>1</b>
<b>6</b> <b>CLUB ACTIF : Marche</b> 13H-15h  Rendez-vous au local d'APV	<b>7</b> <b>CAFÉ JASETTE</b> 10H à 12H au local des Mamies immigrantes 	<b>8</b> <b>SORTIE : LANCEMENT</b> <b>Vidéos luttés à la pauvreté</b> 11H à 17H au Centre St-Pierre 
<b>13</b> <b>CLUB ACTIF : Danse</b> 13H-15h Local CrossFit 514 	<b>14</b> <b>ATELIER : Logement</b> 14H-16h au CACV 	<b>15</b> <b>ATELIER : Intersectionnalité</b> 18H à 20H en ligne 
<b>20</b>  <b>CLUB ACTIF : Yoga</b> 13H-15h Local CrossFit 514	<b>21</b> <b>CAFÉ JASETTE</b> 10H à 12H  au local des Mamies immigrantes	<b>20</b>
<b>27</b> <b>CLUB ACTIF : Marche</b> 13H-15h  Rendez-vous au local d'APV	<b>28</b>	<b>29</b>

**SAMEDI**  
**3 Février**  
Manifestation en solidarité avec la Palestine