



Collectivement Elles

Mois de novembre



LUNDI 13H-16H30		MARDI 8H30-16H30		MERCREDI 8H30-16H30		JEUDI 8H30-20H30		VENDREDI MILIEU DE VIE FERMÉ	
2	13h30: Atelier d'emballage cadeau fait maison	3	9h30 : Conversation française et plus! 13h: Les tricoteuses 13h30: Groupe d'écriture	4	9h: P'tit déjeuner 13h30: Club de lecture en français	5	13h30 : Atelier femmes silhouette, partie 1 18h : Café-rencontre sur les applications de rencontre	6	
9	13h: Sit-in contre les violences faites aux femmes! 13h30: Groupe de soutien	10	9h30 : Conversation française et plus! 9h30 : Séance d'auto-massage 13h: Les tricoteuses 13h: Cuisine solidaire	11	9h: P'tit déjeuner 13h30 : Planif. cuisine collective découverte	12	9h30: Le mandala, une rencontre avec soi 13h30: Rencontre comité zine 18h: Planif. de Touski 18h: Rencontres LGBTQ+	13	
16	13h: Sit-in contre les violences faites aux femmes! 13h30: Atelier sur le deuil	17	9h30 : Conversation française et plus! 13h: Les tricoteuses 13h30: Groupe d'écriture	18	9h: P'tit déjeuner 13h : Cuisine collective découverte	19	9h30: Ayurvéda au féminin 13h30: Tableau de visualisation (Clarenceville) 13h30: Planif. de LOF 17h: Séance d'info, exposition du 8 mars (chez Arto) 17h30: Cuisine de Touski	20	9h30: Réparation et altération à la maison (Mont-Saint-Grégoire)
23	13h: Sit-in contre les violences faites aux femmes! 13h30: Ouverture des inscriptions pour le mois de décembre	24	9h30 : Conversation française et plus! 13h: Les tricoteuses 13h: Cuisine solidaire	25	9h: P'tit déjeuner 13h30: Fabrication d'éponges tawashi	26	13h: Cuisine de LOF 18h: Veillée aux chandelles pour les femmes assassinées 19h : Club de lecture en anglais	27	9h30: Matinée yoga
LES 12 JOURS D'ACTIONS CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES (25 NOV. AU 6 DÉC.)									

Discussion dirigée

Atelier

Comité

Milieu de vie

Cuisine collective

Évènement spécial!

INSCRIPTIONS
450-346-0662



COMPLÉMENT D'INFORMATION



LES 12 JOURS D'ACTIONS... C'EST QUOI?

Chaque année, le Québec passe au travers des «12 jours d'actions contre les violences faites aux femmes». Durant cette période, les employé.e.s du milieu vont à la rencontre de la population afin de la conscientiser sur les enjeux entourant la violence mysogine. Au Collectivement Elles, il nous était important de participer en proposant une série d'activités en l'honneur des femmes assassinées en 2026. C'est pourquoi, **durant 4 lundis, le centre demeurera fermé entre 13h et 13h30** afin de s'installer dehors en cercle et ainsi de commémorer leur mémoire. Nous invitons toutes les membres à y participer avec nous!

COMITÉ ZINE

Le zine, votre recueil collectif, artistique et engagé est de retour en novembre pour la préparation de son 4e volume! Vous désirez y mettre votre grain de sel? **Participez à cette première rencontre cruciale.**

FEMME SIHLOUETTE

Une série de deux ateliers mélangeant art et bien-être et qui permettront aux participantes de **faire du cheminement en lien avec les violences qu'on peut se faire à soi-même et aux autres**. Vous serez amenées à utiliser l'art, la visualisation et le ressenti comme médium d'expression et de libération.

ATELIER : LE DEUIL

Collé sur le cœur, cet atelier **vous permet d'accueillir la perte d'un être cher avec calme et douceur**. C'est également un moment intime où vous pouvez vous confier à un groupe de personnes vivant ou ayant vécu les mêmes épreuves que vous.

CUISINE COLLECTIVE DÉCOUVERTE

Cette nouveauté est **le tremplin idéal pour toute femme désirant tenter l'expérience d'une cuisine collective** et ce, sans engagement. Accompagnée d'une animatrice chevronnée et de recettes pré-choisies, c'est le chemin idéal à prendre avant d'intégrer un groupe de cuisine collective. À savoir que les recettes toucheront à tous les goûts et préférences alimentaires.

SÉANCE D'INFO EXPO DU 8 MARS

Suite au grand succès que nous avons connu l'année dernière, lors de **l'exposition féministe du 8 mars co-organisée avec la Coop créative Arto**, nous sommes très heureuses de vous annoncer que cette collaboration revient! Si vous êtes intéressée à créer puis exposer l'une de vos œuvres, assistez sans hésiter à cette première rencontre.

LES ÉPONGES TAWASHI

Avez-vous déjà entendu parler de faire vos propres éponges et lavettes à partir de vieilles chaussettes? Cela veut dire qu'on vous a déjà parlé des éponges tawashi! Pour ce faire, rien de plus simple : **apportez vos vieilles paires de chaussettes, un marteau et laissez-vous guider par l'animatrice!**