



Calendrier d'Activités 2015-2016

Septembre 2015

D	L	M	M	J	V	S
		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
27	28	29	30			

Octobre 2015

D	L	M	M	J	V	S
				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	27	28	29	30	31

Novembre 2015

D	L	M	M	J	V	S
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	27	28
29	30					

Décembre 2015

D	L	M	M	J	V	S
		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
27	28	29	30	31		

Janvier 2016

D	L	M	M	J	V	S
					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	27	28	29	30
31						

Février 2016

D	L	M	M	J	V	S
		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
27	28	29				

Mars 2016

D	L	M	M	J	V	S
		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
27	28	29	30	31		

Avril 2016

D	L	M	M	J	V	S
					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	27	28	29	30

Mai 2016

D	L	M	M	J	V	S
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	27	28
29	30	31				

Juin 2016

D	L	M	M	J	V	S
			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	27	28	29	30		

Juillet 2016

D	L	M	M	J	V	S
					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	27	28	29	30
31						

Août 2016

D	L	M	M	J	V	S
		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
27	28	29	30	31		

Nos Ateliers de Groupe



<p><i>Cuisine collective</i></p> <p>Horaire : Mercredi 9h00 à 12h00</p>	<p>Groupe ouvert dans lequel les femmes sont amenées à faire une activité physique légère (ex : marche), pour ensuite cuisiner de bons petits plats. Les objectifs sont de :</p> <ul style="list-style-type: none">- briser l'isolement et faire de nouvelles rencontres- développer leurs habiletés culinaires- sensibiliser aux saines habitudes de vie- échanger sur le vécu des femmes et ce, dans le plaisir et la bonne humeur
<p><i>Café-Rencontre</i></p> <p>Horaire : Mercredi 13h00 à 15h30</p>	<p>Groupe ouvert dans lequel les femmes peuvent échanger et discuter de leur vécu en toute confidentialité et ce, à travers différentes activités. Il a pour objectifs de :</p> <ul style="list-style-type: none">- briser l'isolement et faire de nouvelles rencontres- développer leurs habiletés manuelles par le biais d'activités- échanger sur le vécu des femmes et ce, dans le plaisir et la bonne humeur
<p><i>Amorce</i></p> <p>Horaire : Mardi 18h00 à 21h00</p>	<p>Atelier en groupe fermé visant à aider les femmes à démystifier et à mieux comprendre la violence conjugale/amoureuse, ainsi que ses conséquences sur elles et sur leurs enfants.</p> <p>Plusieurs thèmes sont abordés, tels que : les différentes formes de violence, la manipulation et le contrôle, les conséquences de la violence conjugale.</p> <p>Il inclut des ateliers pour les mères sur les conséquences de la violence conjugale sur les enfants.</p>
<p><i>Reprise de pouvoir</i></p> <p>Horaire : Mardi 18h00 à 21h00</p>	<p>Atelier en groupe fermé visant à aider les femmes à mieux comprendre leur socialisation en tant que femme en entreprenant individuellement et collectivement une démarche de reprise de pouvoir.</p> <p>C'est à l'aide d'exemples tirés de leur propre vécu que les participantes expérimenteront le passage du cercle de l'impuissance au cercle du pouvoir.</p>
<p><i>Cours d'autodéfense</i></p> <p>3 et 4 octobre</p>	<p>Ce cours est basé sur une approche mettant l'accent sur le renforcement de la confiance en soi. Les participantes pourront acquérir des techniques concrètes d'autodéfense pour faire face au harcèlement verbal, à la violence psychologique et physique.</p> <p>Ce cours est spécialement adapté pour les femmes et se base sur leur réalité quotidienne.</p> <p>En collaboration avec Le CRAN des femmes.</p>

*** L'horaire peut être modifié en fonction des besoins du groupe.

Nos Sensibilisations



<p><i>12 Jours d'action contre la violence faite aux femmes</i></p> <p>25 novembre au 6 décembre</p>	<p>La Passe-R-Elle est présente chaque année, le dernier vendredi du mois de novembre (27 novembre 2015), à la Plaza Paquette de Mont-Laurier, pour remettre des rubans blancs et sensibiliser la population à la violence faite aux femmes.</p>
<p><i>Marche Mondiale des Femmes 2015</i></p> <p>17 octobre</p>	<p>Un autobus partira de Mont-Laurier pour nous rendre à Trois-Rivières pour la Marche Mondiale des Femmes 2015. Le thème de cette année : « Libérons nos corps, notre Terre et nos territoires ! ».</p>
<p><i>Journée internationale des femmes</i></p> <p>(8 mars)</p>	<p>La Passe-R-Elle organise à chaque année un évènement pour souligner la journée internationale des femmes.</p>

*** Des sensibilisations sur la violence conjugale et ses conséquences sur les femmes et les enfants sont également conçues, adaptées et offertes sur demande.

Pour plus
d'informations...

Communiquez avec nous :

Téléphone : 819-623-1523
Télécopieur : 819-623-6747

