



Programmation Printemps 2025

JOURNÉE PORTES OUVERTES

****Aucune inscription ne sera prise avant l'événement****

Début des inscriptions le 15 avril de 16h à 18h



514-355-4529



accueil@infofemmes.org



9200 rue Sherbrooke Est,
suite 220 Montréal, H1L1E5

S'inscrire à une activité,
c'est s'engager
formellement
à être présente, même
si c'est gratuit.



Pour plus d'informations sur les
différentes activités, consultez notre site
internet



 infofemmes.net
 facebook.com/infofemmes
 instagram.com/infofemmes





VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE ESPACE

Activités gratuites et ouvertes à toute personne
s'identifiant et/ou ayant été socialisée comme femme



➤ Milieu de vie convivial et accueillant ➤ Matériel informatique disponible



Aimeriez-vous rencontrer d'autres femmes et briser votre isolement à travers des ateliers & activités diverses, et lors d'actions collectives?



Avez-vous besoin d'être écoutée et soutenue dans vos démarches?



Est-ce que vous ou une personne de votre entourage se questionne sur ses relations?



Est-ce que vous ou une personne proche est victime de violence conjugale?



Connaissez-vous toutes les ressources et services offerts dans Mercier - Est?



Avez-vous le goût de militer pour améliorer les conditions de vie des femmes?



Opération
cocon

Info-Femmes est également porteur du projet Opération Cocon, la Table de concertation en violence conjugale et intrafamiliale de Mercier-Est.

HORAIRES D'ACCUEIL

LUNDI

→ ACCUEIL TÉLÉPHONIQUE ←

MARDI

9h à 12h : ouvert

13h à 16h : ouvert

MERCREDI

9h à 12h : ouvert

13h à 16h : ouvert

JEUDI

9h à 12h : ouvert

13h à 16h : ouvert

VENDREDI

CENTRE FERMÉ

SAMEDI

Fermé, sauf si activités

DIMANCHE

CENTRE FERMÉ



Toutes les activités auront lieu en présentiel, sauf indication contraire.

Info-Femmes est un milieu de vie qui **encourage les rencontres dans le respect de chacune**. Vous pouvez vous impliquer à différents niveaux dans la vie du centre !

- Par des implications diverses comme **bénévoles** : création de cartes de fête, accueil, événements spéciaux, etc.
- Dans le **conseil d'administration**
- Dans des **comités** : relocalisation, mobilisation et actions collectives, campagne de financement, etc.

Contactez-nous !



Mardi ateliers

Cours d'italien

UN MARDI SUR DEUX DE 18h30 à 20h30



Vous aussi, vous trouvez que la langue italienne est belle, mais n'avez jamais eu l'opportunité de l'apprendre ? Venez suivre des cours avec Leila, professeure d'italien, un mardi sur deux.

Mardi, 22 avril

Mardi, 6 mai

Mardi, 20 mai

Mardi, 3 juin

Rempotage des plantes d'intérieur

Avec l'écoquartier

MARDI 22 AVRIL DE 11h À 12h



Vous aussi, vous voulez avoir le pouce vert ? L'écoquartier et Info-Femmes vous offre une activité éducative en bonne compagnie, pour apprendre à prendre grand soin de vos plantes d'intérieur.

Bombes de semences

Avec l'écoquartier

MARDI 29 AVRIL DE 11h À 12h



Prêtes à fleurir vos jardins, balcons ou tout autre extérieur ? Venez préparer vos propres bombes de semences afin de redonner vie à la verdure près de chez vous!

Sexualité et plaisir

Avec le centre de santé des femmes

MARDI 27 MAI DE 19h À 20h30



CENTRE DE SANTÉ
DES FEMMES
DE MONTRÉAL



Venez assister à une atelier sur le plaisir et la santé sexuelle en collaboration avec le centre de santé des femmes de Montréal, organisme reconnu pour la qualité de ses services et son approche féministe



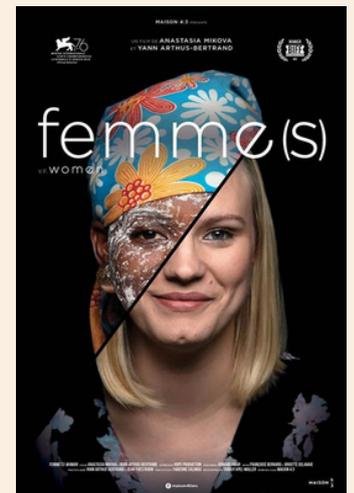
Ciné-discussion

Un mercredi par mois, rejoignez-nous pour un
ciné-discussion féministe !

Mercredi 24 avril de 18h30 à 21h

Femme(s) est un documentaire où plus de **2000** entrevues, dans près de **50** pays, ont été faites pour cerner ce qu'être une femme peut bien vouloir dire.

Venez écouter ce plaidoyer pour l'amélioration de la condition féminine à l'échelle internationale.



Mercredi 4 juin de 18h30 à 21h



“En 1984, une artiste fauchée qui évolue dans le milieu queer montréalais a, soudainement et contre son gré, la charge de sa petite nièce d'origine autochtone, fille de sa défunte sœur adoptive.”

Rosie est un film réalisé par Gail Maurice et aborde des thématiques telles que la famille retrouvée ou encore, les identités queer.

Jeudi Arts

CHAQUE JEUDI SOIR

Personnalisation de
sac "fourre tout"



JEUDI 24 AVRIL DE 18h30 À 21h

Vous avez envie de personnaliser votre propre sac "fourre tout"? Ceci est l'occasion parfaite!

Peinture sur
porcelaine



JEUDI 1ER MAI DE 18h30 À 21h

Laissez votre touche au centre en peignant ses tasses et donner une seconde vie à la vaisselle d'Info-Femmes

Activité de peinture
avec corde



JEUDI 8 MAI DE 19h À 21h

Exprimez votre créativité à travers la peinture en apprenant une nouvelle technique... en utilisant des cordes!

Boucle d'oreilles en
plastique fou



JEUDI 15 MAI DE 18h30 À 21h

Personnalisez des boucles d'oreilles avec une technique qui sort de l'ordinaire!

Signets pour livres:
cyanotype.



JEUDI 22 MAI DE 19h À 21h

Amatrices de lecture? Venez créer votre propre signet!

Rattrapage créatif



JEUDI 29 MAI DE 19h À 21h

Venez terminer vos projets durant ce rattrapage créatif!

Activités spéciales

Salades collectives

MERCREDI 30 AVRIL ET 28 MAI DE 11H30 À 14H



Pour l'arrivée du printemps, venez cuisiner et déguster de bonnes salades, chaque dernier mercredi. Les restes seront distribués pour prolonger le plaisir.

DanceHall

SAMEDI 3 ET 24 MAI DE 10H30 À 12H



Vous avez envie de vous déhancher et vous défouler par la danse ? Gwladys et Info-Femmes vous invitent à prendre part à des cours de dancehall.

Atelier de cuisine

JEUDI 5 JUIN DE 13h30 À 16h



Rejoignez-nous pour cuisiner de merveilleux cookies et gâteaux. Ceux-ci serviront pour notre évènement du 7 juin, le Marcheton - même si on en goûtera sûrement un ou deux avant...

Marcheton

SAMEDI 7 JUIN



Le marcheton est notre évènement annuel qui a pour but de collecter des fonds afin de soutenir notre organisme et développer notre milieu de vie et services, à destination des personnes nous fréquentant. Venez marcher avec nous!

Plus d'informations à venir.

AVRIL/MAI

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

SAMEDI

AVRIL

21

Accueil physique
fermé



22

Rempotage des
plantes d'intérieur

● Cours d'italien



23

Info-ciné



24

Soirée d'arts



26

28

Accueil physique
fermé

29

Bombes de
semences, avec
l'écoquartier



30

Salade collective



MAI

1

Soirée d'arts



3

DanceHall



5

Accueil physique
fermé

6

Cours d'italien



7

8

Soirée d'arts



10

12

Accueil physique
fermé

13

14

15

Soirée d'arts



17

LÉGENDE

● AM

● PM

● SOIRÉE

les heures précises sont dans les pages précédant le calendrier

MAI / JUIN

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

SAMEDI

MAI 19

19

20

FÉRIÉ

20

Cours d'italien



21

22

Soirée d'arts



24

DanceHall



26

Accueil physique
fermé

27

Atelier santé
sexuelle et plaisir

28

Salade collective



29

Soirée d'arts



30

JUIN 2

2

Accueil physique
fermé

3

Cours d'italien



4

Info-ciné



5

Atelier cuisine



7

MARCHETON



9

Accueil physique
fermé

10

11

12

Accueil physique
fermé

Bilan des
participants

14

LÉGENDE

● AM

● PM

● SOIRÉE

les heures précises sont dans les pages précédant le calendrier