

ACTIVITÉS PONCTUELLES

Nouveautés au Centre-femmes!

Le Centre-femmes de Rimouski à de nouvelles méthodes de fonctionnement.

Premièrement, si tu es malade, rhume, grippe ou autre maladie contagieuse, reste à la maison. La santé de tes pairs ne sera que préservée!



Cette programmation n'est valide que pour la période du 15 septembre au 15 octobre 2020 inclusivement.

Le port du masque est obligatoire au centre, donc lors de tes visites, tu dois porter le tien. Si tu n'en a pas, nous pourrons te fournir un couvre-visage.



Le milieu de vie sera ouvert à partir du 15 septembre. Toutefois, l'horaire sera modifié.

Les plages horaires du milieu de vie disponibles seront celle de mardi en après-midi et jeudi après-midi de 13h00 à 16h00.

Un nombre maximum de 5 membres pourront participer au milieu de vie par période d'ouverture.



Tu souhaites être présente au milieu de vie? Prends rendez-vous et respecte, dans la mesure du possible, ton engagement de présence. Ainsi, tu respecteras les autres aussi!

Les rendez-vous se prendront au début de la semaine et ce, à chaque semaine. Il n'y aura aucune réservation à long terme et la confidentialité sur les autres membres inscrites sera maintenue!

Ces consignes seront appliquées strictement dû aux risques liés à la COVID-19
Merci de votre compréhension!

SEPTEMBRE

MARDI 15 13H00
Ouverture du milieu de vie
Premier *Comment ça va?* de l'automne!

Toujours sur rendez-vous, le centre t'offre l'occasion de discuter et d'échanger tout simplement dans un environnement sécuritaire et sans jugement. Inscris-toi, on t'attend!
Avec l'équipe

Comment ça va ?
de septembre : mardis 15, 22
et 29 septembre. Jeudis 17 et
24 septembre 2020
(Dates sujettes à changement)

OCTOBRE

JEUDI 1 13H00
Premier *Comment ça va?* d'octobre !

Tu as besoin d'être entourée de tes consœurs, de discuter avec elles, de prendre des nouvelles des travailleuses? Inscris-toi, on a hâte de te voir!
Avec l'équipe

Comment ça va ?
d'octobre : 1, 8 et 15 octobre
2020.
(Dates sujettes à changement)

BLOCS D'ATELIERS

ANTIDOTE

Antidote 1 : Une quête d'identité et une reprise de pouvoir sur votre vie (non disponible à l'automne)

Antidote intensif : non disponible cet automne

Antidote 2 : Une quête d'amour, vers une autonomie affective (Prérequis : Antidote 1)

La commode ronde :

Comment vivre le deuil (non disponible à l'automne)

Les participantes du dernier Antidote seront contactées pour terminer leur parcours.

CUISINES COLLECTIVES

En raison de la situation actuelle, le centre ne peut pas offrir le service des cuisines collectives pour cet automne. Nous communiquerons avec vous si d'autres moyens sont possibles.

Même si les cuisines collectives prennent une pause pour cet automne, la liste de participantes demeure intacte.

Tu peux toujours t'inscrire, lorsqu'il nous sera possible d'offrir le service, sois assurée que nous te contacterons.

RENCONTRES INDIVIDUELLES

Nous vous offrons aussi le service d'intervention individuelle. Plusieurs possibilités s'offrent à toi, par téléphone, en présence ou en vidéo conférence, nous sommes là pour t'accompagner, t'écouter et t'offrir du support. Tu prends rendez-vous avec l'une de nous, sens-toi à l'aise. Si tu as des questions, tu peux consulter notre page Facebook, notre site internet ou appelle nous! Nous sommes là pour toi!

AUTRES INFORMATIONS...

BÉNÉVOLAT AU CENTRE

Cet automne, les bénévoles prennent une pause en raison de la situation actuelle de COVID-19. Toutefois, le Centre-femmes ne vous oublie pas et tient à vous remercier chaleureusement, vous qui œuvrez à faire rayonner la mission et les valeurs du centre. Merci encore pour votre implication dévouée et respectueuse. Nous apprécions énormément vos compétences et votre potentiel!

CARTE DE MEMBRE

5\$ membre active

10\$ membre sympathisante

50\$ groupe de soutien.

*Notez que, pour participer aux activités et aux groupes du Centre-femmes, vous devez être membre.

EN ÉTANT MEMBRE AU CENTRE, VOUS AVEZ ACCÈS A:

Écoute téléphonique; Réseau d'entraide; Consultation individuelle; Activités; Milieu de vie; Défense des droits; Information juridique; Ordinateur/internet; Références

INSCRIPTIONS AUX ACTIVITÉS

Les inscriptions pour les activités de la programmation sont obligatoires et se font à chaque début de semaine avant la date prévue pour l'atelier. Si vous devez annuler votre inscription, il serait grandement apprécié que vous nous avisiez à l'avance.

FERMETURE DU CENTRE

En cas de tempête :

Le Centre-femmes sera fermé si les écoles de la commission scolaire des Phares ferment également.

Fermetures prévues :

Il est prévu que le Centre-femmes soit fermé lors des journées suivantes : 12 octobre (jour férié)

Le milieu de vie du Centre-femmes est ouvert les mardis et jeudis de 13h00 à 16h00 sur rendez-vous seulement

**Le centre fermera ses portes pour Noël mercredi le 16 Décembre.
Retour des travailleuses le 6 janvier 2021.
Ouverture du milieu de vie indéterminé.
Rencontre individuelle sur rendez-vous seulement à partir du 11 janvier 2021**

MISSION

- Offrir un lieu de rencontre afin de favoriser l'autonomie sociale, financière et affective des femmes;
- Améliorer les conditions de vie des femmes;
- Défendre les droits des femmes par des actions collectives;
- Soutenir l'implication des femmes dans la collectivité.

**16, rue de l'Évêché ouest
Case postale 36
Rimouski
(Québec) G5L 7B7**

**Tél.: 418 723-0333
Télécopieur: 418 723-1889**

Courriel: coordination@centrefemmesrimouski.org

Site web : www.centrefemmesrimouski.org

*Le Centre-femmes de Rimouski est membre de l'RC
des Centres de femmes du Québec*



L' R D E S
C E N T R E S D E
F E M M E S
D U Q U É B E C

site internet : www.rccentres.qc.ca



**Centre-FEMMES
de Rimouski**

**Heures d'ouverture:
Du milieu de vie :
Mardi : 13h00 à 16h00
Jeudi : 13h00 à 16h00
Sur rendez-vous seulement**

**Heures d'ouverture
pour rencontre individuelle
Lundi : 9h à 12h et 13h à 16h
Mardi : 13h à 16h
Mercredi : 9h à 12h et 13h à 16h
Jeudi : 13h00 à 16h00
Vendredi 9h à 12h
Sur rendez-vous seulement**

**Programmation
15 septembre au 15 octobre 2020**

*Organisme subventionné, entre autres, par le
Centre intégré de santé et de services sociaux du BSL*