

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES

YOGA-DANSE

(Contribution volontaire)

Échauffement par des postures de Yoga, méditation et exercices de danse pour favoriser le bien-être et le mouvement. Apportez votre tapis!

Les mardis, de 15h à 16h15

Du 4 juillet au 8 août.

PARLE-PARLE MARCHÉ-MARCHÉ

(Gratuit)

Marche santé pour pratiquer le français ou l'anglais, pour socialiser, pour découvrir la ville! Beau temps, mauvais temps! Départ au Centre des femmes. Bienvenue aux enfants!

Horaire et détails à venir.

MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE MONTRÉAL

(Gratuit)

Visite dans les expositions permanentes suivie d'un atelier créatif d'une heure.

Les Jeudis, de 13h à 16h

Le 13 Juillet: Un parcours pour la paix

Le 31 août: Le pouvoir de l'image

CLUB DE TRICOT

(Gratuit)

Apportez vos aiguilles et votre laine pour tricoter avec d'autres femmes!

Les vendredis, de 13h à 15h.

ATELIERS DE LANGUES

ATELIER D'ÉCRITURE CRÉATIVE

(Gratuit)

Découvrez le plaisir d'écrire tout en stimulant votre imagination, et reprenez confiance en votre expression écrite.

Les mardis, de 14h à 16h

Du 15 au 29 août

CONVERSATION ANGLAISE

(Gratuit)

Venez pratiquer vos connaissances en anglais en conversant avec un petit groupe. Niveaux multiples.

Du 6 au 22 juin: les mardis et jeudis, de 18h à 20h

Du 21 août au 8 septembre: horaire à venir (de jour)

CONVERSATION FRANÇAISE

(Gratuit)

Venez pratiquer vos connaissances en français en conversant avec un petit groupe. Niveaux multiples.

Horaire à venir.

ATELIERS D'ESPAGNOL

(Gratuit)

Pratique orale et exercices écrits pour reviser vos notions d'espagnol.

Niveaux débutant et intermédiaire

Horaire à venir.

SORTIES FAMILIALES

SORTIES FAMILIALES

(Faible coût)

Durant les mois de juillet et août, des sorties pour les mamans et leur famille sont à prévoir! Profitez de l'été et d'activités extérieures à Montréal.

Les mercredis (reporté au jeudi en cas de pluie)

Horaire et détails à venir.

INFORMATION ET INSCRIPTION

INSCRIPTION NÉCESSAIRE

En personne ou par téléphone au:

**3585, rue Saint-Urbain
Montréal (Qc), H2X 2N6
(514) 842-4780**

education@centredesfemmesdemtl.org
www.centredesfemmesdemtl.org

Politique de paiement et remboursement

Nous acceptons l'argent comptant seulement.

Le Centre des femmes de Montréal se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre d'inscriptions est insuffisant et remboursera le montant en totalité. Sur toute demande de remboursement, par désistement, des frais d'administration de 10% en plus du coût des cours déjà suivis seront retenus. Aucun remboursement après le deuxième cours.

COURS D'ANGLAIS

(90\$)

Niveaux débutant ou intermédiaire.
Horaire et détails à venir.

CONVERSATION FRANÇAISE / ANGLAISE

(Gratuit)

Niveaux multiples.
Horaire et détails à venir.

COURS DE LA SUITE OFFICE

POWERPOINT 2016 (45\$, 9h de cours)

WORD 2016 (90\$, 18h de cours)

EXCEL 2016 (90\$, 18h de cours)

Horaire et détails à venir.

INITIATION À L'ORDINATEUR

Venez découvrir les bases de l'utilisation de l'ordinateur: ouvrir un compte courriel, joindre un fichier à un message, gérer son compte Facebook, améliorer ses recherches Internet, et plus!

Horaire et détails à venir.

FRANCISATION*

(Pour femmes immigrantes)

Du 25 septembre au 13 décembre 2017,
Offert à temps partiel (12h par semaine)

FIA 112-1: débutant

Du lundi au mercredi, de 9h à 13h

FIA 212-2: intermédiaire, 2^e partie

Du lundi au mercredi, de 13h à 17h

INSCRIPTIONS DÈS JUILLET

*GRATUIT ET SUBVENTIONNÉ PAR:

Immigration,
Diversité
et Inclusion

Québec 

Écoute, information et référence.

Activités de soutien aux nouvelles arrivantes.

Information légale sur rendez-vous.

Cuisine collective.

Aide alimentaire et vestimentaire.

Service d'aide aux nouvelles et futures mères.

Programme d'intervention mère - enfant (0-5 ans).

Programme pour les femmes autochtones.

Groupe d'entraide pour les femmes
ayant vécu l'inceste.

Accompagnement à la cour de femmes
ayant vécu de la violence conjugale.

Assermentation de documents.

Bénévolat.



COURS ET ATELIERS

ÉTÉ 2017



EMPLOYABILITÉ 514-842-6652
Service d'aide à la recherche d'emploi

www.centredesfemmesdmtl.org

3585 RUE SAINT-URBAIN
MONTRÉAL (QC), H2X 2N6
(514) 842 4780