



Centre
des femmes
de Montréal

Women's Centre
of Montréal



CAMPAGNE DE NOËL

Le Centre des femmes de Montréal reste fidèle à son engagement envers les femmes du Grand Montréal et leurs enfants. Parce que le temps des Fêtes est une période difficile et stressante pour les femmes et leur famille vivant une situation financière précaire, le Centre organise sa collecte annuelle. Notre objectif est d'offrir au moins 800 paniers. Les paniers contiendront une variété de denrées pour préparer les repas des Fêtes et des jouets pour les enfants. Nous souhaitons également offrir un petit présent à chacune des femmes afin de souligner leur courage et leur détermination à prendre leur vie en main.

Aider les femmes à s'aider elles-mêmes !

Depuis sa création en 1973, le Centre des femmes de Montréal est aussi resté fidèle à sa mission qui est d'aider les femmes de toutes origines à améliorer leurs conditions de vie et celles de leur famille, à acquérir leur autonomie et à mener une vie productive et enrichissante, que ce soit à travers la réalisation professionnelle ou le développement personnel et familial. Malheureusement, l'exclusion sociale et la pauvreté sévissent toujours au sein de notre communauté d'où l'importance de soutenir les femmes et leurs enfants aux prises avec des difficultés en lien avec la monoparentalité, la pauvreté, l'isolement ou la violence.

- Riz / Ríce
- Légumineuses en vrac (lentilles, fèves de Lima, pois chiches, haricots, fèves Pinto et autres légumineuses) / Legumes in bulk (lentils, Lima beans, chickpeas, pinto beans, others leguminous)
- Légumineuses en conserve (lentilles, fèves de Lima, pois chiches, haricots, fèves Pinto, autres) / Canned legumes (lentils, Lima beans, chickpeas, pinto beans, others)
- Céréales à cuisson (orge, millet, sarrasin, avoine, boulgour, coucous, quinoa, autres) / Cook-type cereals (barley, millet, buckweat, oat, bulgur, coucous, quinoa, others)
- Pâtes alimentaires et sauces pour pâtes / Pasta and sauces for pasta
- Légumes en conserve (tomates, maïs, olives, champignons, artichauts, asperges, autres) / Canned vegetables (tomatoes, corn, olives, mushrooms, artichokes, asparagus, others)
- Fruits en conserve (pêches, poires, pommes, cerises, ananas, autres) / Canned fruits (peaches, pears, apples, cherries, pineapples, others)
- Céréales à déjeuner (crème de blé, de riz, gruau, etc.) / Breakfast cereal (cream of wheat, of rice, oatmeal, others)
- Confitures, compotes, gelées, tartinaides, autres / Jams, compotes, jelly, spreads, others)
- Miel, sucre, cassonade, etc. / Honey, sugar, brown sugar and others
- Jus de fruits, jus de légumes / Fruit and vegetable juices
- Lait en conserve (Carnation), lait en poudre / Canned milk (Carnation), powdered milk
- Boissons de soya, de riz, amandes et autres / Soy, rice, almonds and other beverages
- Farine à pâtisserie, à pain / Bread and pastry flour
- Mélanges à gâteaux, à muffins, à crêpes / Cake, muffin, pancake mix
- Noix (amandes, cachou, de Grenoble, du Brésil, pistaches, autres) / Nuts (almonds, Grenoble and Brasil nuts, pistachios, others)
- Fruits séchés (dattes, figues, raisins, abricots, pruneaux, canneberges, autres) / Dried fruits (dates, figs, raisins, apricots, prunes, cranberries, others)
- Thon, saumon, jambon et autres viandes en conserve / Canned meat, tuna, salmon, ham, others
- Soupes, potages, bouillons, sauces en conserve ou en sachets / Soups, stews, broths, (canned or in sachets)
- Thé, café, tisane / Tea, coffee, herbal tea
- Biscuits secs (sucrés) / Dry sweetened cookies
- Biscuits salés (craquelins, biscottes, autres) / Salted biscuits (crackers, rusks, others)
- Huiles à cuisson (olive, tournesol, noix, autres); tamarí, vinaigrettes, autres / Cooking oils (olive, sunflower, nuts and others, tamarí, vinaigrettes, and other dressings)
- Sel de table, épices, fines herbes / Table salt, spices, fine herbs
- Desserts de fruits, friandises, chocolat, autres / Fruits desserts, sweets, chocolate, others
- Un cadeau pour une femme / A gift for a women
- Un jouet pour un enfant / A toy for a child

CHRISTMAS CAMPAIGN

The Women's Centre of Montréal is loyal to its commitment toward the women and children of the Greater Montréal area. The Holiday Season is often a challenging and stressful period for so many women and their families, particularly those facing overwhelming financial difficulties. Our goal is to distribute at least 800 Christmas baskets. In those baskets, we intend to provide a variety of food items to garnish the Holiday table and of course, to include toys for the children. As a token of our admiration for the women, we wish to offer a small gift to each one of them. It is our way of acknowledging their efforts and praising their courage and determination in taking charge their own situation to ultimately improve their quality of life.

Helping women helping themselves!

Since 1973, our mission has been to help women improve their living conditions and those of their families, achieve their autonomy; be it through their professional, personal or family development. Regrettably, social exclusion and poverty continue to prevail within our community, hence the importance of supporting women and their children, as they struggle with such difficulties as single parenthood, poverty, isolation or violence.

