

Novembre - décembre 2018

La Tribune Lanaudoise

Volume 26, no. 4

Les Sorcières de Marie-Dupuis



Femmes de puissance et de changement

Centre de femmes Marie-Dupuis

241, boulevard Antonio-Barrette, Notre-Dame-des-Prairies QC J6E 1E9

450 752-5005 - accueil@cdfmariedupuis.ca


www.cdfmariedupuis.com





SOMMAIRE

◆ Le Mot de la Coordo	1
◆ Fête de Noël	2
◆ Les ballotines	4
◆ Paniers de Noël	4
◆ Ciné et moi	5
◆ 5@7 politique	6
◆ Les trouvailles du Comité Politique	6
◆ Brunch bénéfice	7
◆ Ateliers-découvertes	8
◆ Cafés-rencontres	10
◆ Calendriers des activités	12
◆ Cours et ateliers	14
◆ Bibliothèque	20
◆ Boîtes d'ici & cie	21
◆ Chronique juridique	21
◆ Consultations juridiques	23
◆ Journées d'inscriptions	24
◆ Adhésion/Carte de membres	25



La Tribune Lanaudoise est publiée 4 fois l'an à raison de 1600 exemplaires. Pour vous abonner, il vous suffit de devenir membre du Centre, au coût de 15 \$ par année. Voir p. 25 pour tous les détails.

RÉDACTION ET CORRECTIONS :
MARIE-CHRISTINE LAROCHE
PAULETTE BEAUDRY
ROXANE PELLETIER

CONCEPTION ET MISE EN PAGE :
ROXANE PELLETIER

PAGES COUVERTURES :
DIANE LEBLANC

IMPRESSION :
KIWI, LE CENTRE D'IMPRESSION

Centre de femmes Marie-Dupuis



Qu'est-ce qu'un Centre de femmes?

Un organisme à but non lucratif créé par les femmes, pour les femmes. Un lieu privilégié, ouvert à toutes, pour se rencontrer, échanger, s'informer, s'entraider, partager, se confier... et grandir ensemble.

Qu'est-ce qu'on y trouve?

Une foule de **services gratuits**, adaptés aux besoins des femmes de la région : accueil, écoute, références, consultations juridiques, centre de documentation, bibliothèque, cafés-rencontres, comités participatifs, action collective et défense des droits des femmes.

De nombreuses **activités** éducatives et/ou de loisirs à un coût minime : conférences, cours, ateliers, dîners communautaires, ciné-causeries, sorties de groupe, événements spéciaux, et plus encore.

Nos heures d'ouvertures

Le bureau est ouvert du lundi au jeudi, de 9 heures à 17 heures. Toutefois, nos activités ont lieu du lundi au vendredi, de jour comme de soir... et parfois même la fin de semaine.

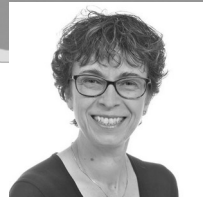
Passez nous voir!

Il n'est pas nécessaire de prendre rendez-vous pour rencontrer notre intervenante et, si le cœur vous en dit, vous pouvez passer en tout temps prendre un café en compagnie de nos bénévoles... qui se feront un plaisir de vous informer sur les services et activités du Centre!



Bienvenue chez VOUS!

Le Mot de la Coordo



Événement de la rentrée et Halloween

Notre événement de la rentrée du 28 août dernier a obtenu un succès éclatant avec la présence de 115 d'entre vous, au Centre des arts et des loisirs Alain Larue. C'est sous une chaleur accablante que les formidables bénévoles ont fait cuire presque 5 poches d'épis de maïs et une quantité impressionnante de hotdogs. Après nous être bien régalingées, nous avons fait l'annonce de notre nouveau thème, « Les sorcières de Marie-Dupuis ». Vous avez adoré celui-ci, avez bien ri de nous voir avec nos impressionnants chapeaux, et certainement que nous parlerons beaucoup de sorcières dans les prochains mois. Par la suite, nous avons eu la chance d'entendre un grand nombre de nos formatrices parler de leurs ateliers à venir.

Pour y faire suite, c'est le 31 octobre que vous êtes invitées à participer au café-rencontre de Renée Lessard. Elle nous fera un survol de l'origine des sorcières par-delà les sortilèges et les mystères qu'elles évoquent et elle nous parlera des oppressions des femmes à travers les époques. Lors de ce café-rencontre, comme nous l'avons fait le 28 août, de nombreux prix de présences ensorcelés vous seront offerts. Vous êtes invitées à vous déguiser, si le cœur vous en dit!

Élections

Au cours du mois de septembre, nous avons organisé 4 dîners communautaires gratuits à saveur électorale, en invitant les candidatEs des quatre principaux partis. Après une présentation de 10 minutes par le ou la candidate, chaque membre du comité politique posait sa question. Ces questions furent les mêmes pour chaque candidatE puis nous passions aux questions de la salle. C'est ainsi que nous étions 43 pour discuter avec François St-Louis de la CAQ, 37 avec Judith Sicard de QS et 65 avec Véronique Hivon du PQ. Malheureusement, la candidate du PLQ ne s'est pas présentée lors du dîner organisé pour elle, et sans nous avoir communiqué son impossibilité de venir au Centre, ce qui nous a grandement déplu. Merci à chaque candidat et candidate qui ont pris le temps de venir nous rencontrer pendant ces moments forts intenses.



Un immense bravo à **Véronique Hivon**, du Parti québécois, qui continuera de nous représenter à l'Assemblée nationale.

Activité organisée par notre comité politique pour le 7 novembre prochain

Notre comité politique vous propose une nouvelle activité, soit des 5@7 qui vous permettront d'échanger autour de différents sujets. Le premier aura lieu le mercredi 7 novembre. **Alain Larue**, maire sortant de la Ville de Notre-Dame-des-Prairies, nous parlera des différents leviers que nous avons en tant que citoyennes et situera l'action et les liens d'une ville envers le provincial et le fédéral. C'est un moment qui promet d'être fort intéressant! Nous vous espérons en grand nombre!

Marie-Christine Laroche

Fête de Noël



Préparation du dîner de Noël

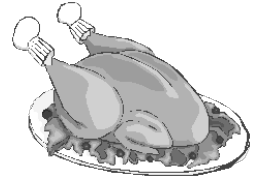
Exceptionnellement, la préparation du repas de Noël se fera en 2 temps, considérant que nous cuisinerons plusieurs mets différents.

Popottons ensemble le dîner de Noël

Dinde, farce, ragoût de boulettes

Date : **Le mardi 4 décembre**

Heures : **De 9 h à 16 h**



Rendez-vous culinaire

Pâtés à la viande, pâtés au millet, canneberges et bouillons

Date : **Le vendredi 14 décembre**

Heures : **De 9 h à 12 h**

Coût : **6 \$**

Participant·es : **Minimum 6 membres - maximum 8**

N.B. : **Chaque participante repartira avec un pâté à la viande ou au millet complet, non cuit, dans un plat aluminium de 8 po x 1 po, non inclus.**

Cuisinière : **Paulette Beaudry**



Fête de Noël (Suite)



Dîner traditionnel de Noël

Comme à chaque année, nous dégusterons un bon repas traditionnel du temps des Fêtes, lors de notre dîner de décembre.

Au menu : bouillon (dinde et légumes), dinde, farce, ragoût de boulettes, pâtés à la viande et pâtés au millet, le tout accompagné de carottes et de canneberges.

- Date* : *Le mercredi 19 décembre*
- Heures* : *À compter de 9 heures pour les bénévoles à la préparation du repas*
À compter de midi pour le repas
- Coût* : *6 \$, payable lors de votre inscription, carte de membre requise.*

La fête se poursuivra en après-midi autour d'un **spectacle amateur**, puisque ce sont vous, les membres, qui animerez notre dernier café-rencontre 2018! Vous rêvez d'interpréter une chanson en public, de jouer d'un instrument, de présenter une danse, de faire un numéro d'humour ou de magie, ou autre? De plus, une animation autour de notre « arbre à souhaits » aura lieu. Inscrivez-vous dès maintenant auprès de Roxane afin de participer à ce spectacle amateur qui mettra de l'entrain dans notre **Party des Fêtes!** Attendez-vous à de belles surprises et, bien entendu, nous ferons tirer de beaux **CADEAUX!**



RENDEZ-VOUS CULINAIRE...



Les Ballotines

Un plat spécial qui fera le bonheur de vos invités : imaginez du poulet dans un emballage cadeau délicieux... Une pure merveille, tant pour les yeux que pour les palais raffinés! Portions à apporter et dégustation à la maison.

Dates	:	Mardi le 18 décembre et jeudi le 20 décembre
Heures	:	Le matin de 8 h 30 à 10 h 30 Le soir de 18 h 30 à 20 h 30
Coût	:	37,50 \$
Participantantes	:	Minimum 8 membres - maximum 10
Animatrice	:	Lise Jollet



PANIER DE NOËL

En ce temps de réjouissance et d'abondance, nous faisons appel, encore cette année, à votre générosité à toutes. Nous vous invitons à contribuer, dans la mesure de vos moyens, à garnir nos paniers de Noël de produits non périssables, afin que les familles de nos membres moins bien nanties puissent, elles aussi, célébrer les Fêtes le cœur plus léger. Nous accepterons vos dons alimentaires et monétaires du **5 novembre au 19 décembre!**

Si vous êtes membres de Marie-Dupuis depuis au moins un an et souhaitez recevoir un de nos paniers familiaux, il vous suffit de contacter Roxane afin de lui soumettre vos besoins. Si jamais il s'avérait que nous recevions plus de six demandes de paniers, nous procéderons à un tirage au sort parmi toutes les participantantes membres qui seront inscrites.

Merci de votre générosité!



CINÉ ET MOI

Ces rendez-vous cinoches en « version améliorée » vous proposent, un mardi par mois, de visionner des films inspirants, riches en émotions, accompagnés d'une collation savoureuse, et suivis d'une discussion thématique passionnante.



La Bolduc



Peu de temps après que Mary Travers ait rencontré Édouard Bolduc, ils se sont mariés et ont commencé à fonder une famille. Quand Édouard perd son emploi à l'usine, Mary accepte de remplacer un violoniste dans une soirée folklorique. La jeune connaît rapidement le succès dans un Québec en plein changement, qui vit ses premiers élans de la lutte pour les droits de la femme. Mary Travers Bolduc se fera appeler dès lors La Bolduc par le public, et sera rapidement confrontée à de grands débats moraux : rester auprès de ses enfants ou partir en tournée et subvenir aux besoins matériels de sa famille.

Date : **Le mardi 20 novembre**
Heures : 13 h 00
Coût : 2 \$ (incluant une collation sympathique)
Animation : Roxane Pelletier

La couleur des sentiments



Dans la petite ville de Jackson, Mississippi, durant les années 60, trois femmes que tout devait opposer vont nouer une incroyable amitié. Elles sont liées par un projet secret qui les met toutes en danger, l'écriture d'un livre qui remet en cause les conventions sociales les plus sensibles de leur époque. De cette alliance improbable va naître une solidarité extraordinaire. À travers leur engagement, chacune va trouver le courage de bouleverser l'ordre établi, et d'affronter tous les habitants de la ville qui refusent le vent du changement...

Date : **Le mardi 11 décembre**
Heures : 13 h 00
Coût : 2 \$ (incluant une collation sympathique)
Animation : Roxane Pelletier

5 @ 7 POLITIQUE

Le Comité politique du Centre de femmes Marie-Dupuis vous propose des soirées 5@7 politique qui vous permettront d'échanger, dans une ambiance conviviale, autour de différents sujets touchant la condition féminine. Au plaisir de vous y voir en grand nombre!

À travers son parcours de 31 ans en politique municipale, Alain Larue parlera avec vous des différents leviers qu'ont les citoyennes dans leur ville et situera l'action et les liens d'une ville envers le provincial et le fédéral. Comment les femmes peuvent-elles prendre la parole dans ce contexte ?

Date	:	Le mercredi 7 novembre
Heures	:	De 17 h à 19h
Coût	:	4 \$, incluant un léger goûter
Participant·es	:	Toutes les membres sont bienvenues

Les « trouvailles » du Comité politique :

Les femmes en politique changent-elles le monde? (Nav 641)

Pascale Navarro défend dans ce livre l'idée selon laquelle le pouvoir féminin n'existe pas en tant que tel mais qu'elles transmettent dans l'exercice de leur pouvoir les valeurs du groupe auquel elles appartiennent.

Disponible dans notre bibliothèque!





BRUNCH

Bénéfice



AU PROFIT DU CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

Les Chevaliers de Colomb de Notre-Dame-des-Prairies organise un Brunch bénéfique au profit du Centre de femmes Marie-Dupuis le **dimanche 18 novembre**. Patrice Desroches, notre traiteur favori de tous nos derniers événements offrira un brunch complet.

Nous remercions infiniment les Chevaliers de Colomb de Notre-Dame-des-Prairies pour cette belle occasion!

Au plaisir de partager ce bon moment ensemble!

- Date* : *Le dimanche 18 novembre*
Heures : *De 10 h à 12 h 30*
Coût : *Contribution volontaire, les profits seront pour le Centre de femmes.*
Lieu : *Centre des arts et des loisirs Alain Larue
225, boulevard Antonio-Barrette, N.D.P.*

Collations « Santé »

maintenant disponible au Centre

- ◆ Barres tendres au chia 1,25 \$
- ◆ Sacs d'arachides ou d'amandes 1,50 \$
- ◆ Sacs de pailles aux légumes 1,00 \$



Informez-vous auprès des bénévoles à l'accueil!

ATELIERS-DÉCOUVERTES



Vous aimeriez faire des activités à la fois captivantes, enrichissantes et divertissantes, mais vous ne disposez pas suffisamment de temps pour vous engager aux cours à long terme? L'équipe du Centre de femmes a pensé à vous!

Nous vous proposons une façon différente de vous faire plaisir, de vous faire du bien et de grandir ensemble... à petit prix! Sous forme d'ATELIER-DÉCOUVERTE, venez explorer et expérimenter une foule d'approches nouvelles et innovantes, qui vous permettront d'apprendre davantage et d'alimenter vos connaissances! La carte de membre est requise pour vous inscrire.



Réflexologie en automassage des mains

Cet atelier est concentré sur le système nerveux : ses composantes, ses fonctions principales, son symbolisme et sa sensibilité. Une pratique documentée d'automassage de certaines zones réflexes aide le corps à mieux fonctionner et même à se réparer dans certains cas.

Date	:	Le mardi 13 novembre
Heures	:	De 13 h à 16 h
Coût	:	9,75 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres
Animatrice	:	Marguerite Lanoue



Réflexologie des chakras

Les chakras ont des points réflexes précis que nous pouvons rejoindre sur les pieds et les mains. Ils se lient aux sens, aux glandes et aux organes. Un automassage sur les mains aide à les équilibrer. Il y aura une pratique documentée qui permettra l'utilisation de cet automassage pour soutenir l'équilibre énergétique.



Date	:	Le mardi 27 novembre
Heures	:	De 9 h à 12 h
Coût	:	9,75 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres
Animatrice	:	Marguerite Lanoue





Création de baumes à lèvres



Je vous invite à venir profiter de cet atelier créatif de fabrication de plusieurs baumes à lèvres naturels. C'est le temps des Fêtes, c'est un moment idéal pour vous gâter!

Date	:	<i>Le mardi 27 novembre</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 16 h</i>
Coût	:	<i>19,75 \$ (incluant le matériel)</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Suzan Mariasine</i>



Création de cartes de Noël

Je vous invite à venir profiter de cet atelier créatif de fabrication de cartes de Noël et d'enveloppes assorties. Il réchauffe le cœur de recevoir une carte confectionnée à la main en plus d'occasionner du plaisir et de la fierté de le faire soi-même! Nous ferons 10 cartes, toutes du même modèle.

Date	:	<i>Le mardi 11 décembre</i>
Heures	:	<i>De 9 h à 12 h</i>
Coût	:	<i>19,75 \$ (incluant le matériel)</i>
N.B.	:	<i>Apporter des ciseaux, une règle et de la colle</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Suzan Mariasine</i>



CAFÉS-RENCONTRES



Cette activité gratuite a lieu tous les mercredis de 13 h 30 à 15 h 30. Des thèmes différents sont proposés chaque semaine. Il n'est pas nécessaire de s'y inscrire (sauf exception), ni d'être membre du Centre. Afin de respecter les conférencières bénévoles, merci d'arriver au moins 5 minutes avant l'heure annoncée. Une pause-café est prévue vers 14 h 30. Au plaisir de vous accueillir!



Mercredi 7 novembre

L'optimisme

Avez-vous déjà imaginé que le fait d'être optimiste faciliterait l'accès au bonheur. C'est avec plaisir que nous partagerons et échangerons autour du sujet de la pensée positive car Voltaire disait "j'ai décidé d'être heureux parce que c'est bon pour la santé".

Animatrice : Sophie Peylet

Mercredi 14 novembre

Femmes et militance

Au cours d'un parcours en images à travers le temps et les continents, nous découvrirons des luttes menées de front par des femmes de toutes avenues. Ce sera aussi une opportunité pour se questionner sur nos propres parcours de militantes et de l'évolution de nos convictions. En passant de mai 68, à la chute du régime de l'Apartheid en passant par la Marche mondiale des femmes, cet atelier généra un élan de solidarité face aux combats menés par nos consœurs ici comme ailleurs.



Animatrice : Vicky Croisetière, CREDIL



Mercredi 21 novembre

Nos pouvoirs humains

Prendre conscience en s'amusant, utiliser nos connaissances dans nos jeux et en faire des liens avec nos malaises, nos activités et même nos émotions. Le jeu d'aujourd'hui se servira des lettres et des chiffres pour rejoindre l'énergie qui nous habite de la naissance à maintenant (la numérologie).

Animatrice : Marguerite Lanoue



CAFÉS-RENCONTRES

Mercredi 28 novembre

Les effets du vieillissement

Esthéticienne depuis plus de 25 ans et certifiée depuis 2 ans comme entraîneuse pour des cours en groupes, je vais démystifier avec vous les effets naturels du vieillissement sur notre corps et la peau. Au plaisir de discuter avec vous.

Animatrice : Annie Lefebvre



Mercredi 5 décembre

Écho et cohérence

Nous « surferons » ensemble sur plein d'éléments qui, jour après jour, influencent qui nous sommes et qui peuvent, quand on en devient consciente, nous fournir des clés incroyables d'accomplissement et de mieux-être. Sans prétention... plus de sagesse!

Animatrice : Renée Lessard

Mercredi 12 décembre

La violence faite aux femmes

Lors de ce café-rencontre, animé par le Comité politique de Marie-Dupuis, nous échangerons sur la violence faite aux femmes. Cette rencontre se déroulera en présence de personnes ressources, une avocate et/ou une femme spécialisée dans ce domaine.

Animation : Le Comité politique



CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

NOVEMBRE 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			10 h Crochet <i>p. 14</i> 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 19 h Vinyoga	1 8 h Découverte de soi et de sa créativité <i>p. 15</i> 10 h Découverte de soi et de sa créativité <i>p. 15</i> 13 h La vie à travers quelques bouts de verre <i>p. 16</i> 19 h La vie à travers quelques bouts de verre <i>p. 16</i>
5 9 h 30 Aquarelle 13 h 00 Tricot <i>p. 18</i> 15 h Et si mon corps était mon allié <i>p. 16</i> 18 h 30 Tai Chi <i>p. 17</i>	6 9 h Peinture sur tissus <i>p. 17</i> 10 h Yoga Méditation 10 h 30 Cuisines écono. 19 h Harmoniser toutes les parties de Soi	7 9 h Écrire et se relire <i>p. 15</i> 11 h Anglais 2 12 h Heure limite BBBB 13 h 30 Café-rencontre <i>L'optimisme p. 10</i> 17 h 5@7 politique <i>p.6</i>	8 10 h Crochet 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 19 h Vinyoga	9 8 h Découverte de soi et de sa créativité 9 h Consultations juridiques <i>p. 23</i> 10 h Découverte de soi et de sa créativité 13 h La vie à travers quelques bouts de verre 19 h La vie à travers quelques bouts de verre
12 9 h 30 Aquarelle 13 h Tricot 15 h Et si mon corps était mon allié 18 h 30 Tai Chi	13 9 h Peinture sur tissus 10 h Yoga Méditation 13 h Automassage des mains <i>p. 8</i> 15 h Livraison BBBB <i>p. 21</i> 19 h Harmoniser toutes les parties de Soi	14 9 h Écrire et se relire 11 h Anglais 2 13 h 30 Café-rencontre <i>Femmes et militance p. 10</i> 18 h Yoga de la danse <i>p. 19</i>	15 10 h Crochet 12 h Dîner pour le départ de Sophie 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 19 h Vinyoga	16 8 h Découverte de soi et de sa créativité 10 h Découverte de soi et de sa créativité 13 h La vie à travers quelques bouts de verre 19 h La vie à travers quelques bouts de verre
19 9 h 30 Aquarelle 13 h Tricot 15 h Et si mon corps était mon allié 18 h 30 Tai Chi	20 9 h Peinture sur tissus 13 h Ciné et moi : <i>La Bolduc p. 5</i> 19 h Harmoniser toutes les parties de Soi	21 9 h Écrire et se relire 11 h Anglais 2 12 h Heure limite BBBB 13 h 30 Café-rencontre <i>Nos pouvoirs humains p. 10</i> 18 h Yoga de la danse	22 10 h Crochet 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 19 h Vinyoga	23 8 h Découverte de soi et de sa créativité 10 h Découverte de soi et de sa créativité 13 h La vie à travers quelques bouts de verre 19 h La vie à travers quelques bouts de verre
26 9 h 30 Aquarelle 13 h Tricot 15 h Et si mon corps était mon allié 18 h 30 Tai Chi	27 9 h Réflexologie des chakras <i>p.8</i> 13 h Baumes à lèvres <i>p. 9</i> 15 h Livraison BBBB <i>p. 21</i> 19 h Harmoniser toutes les parties de Soi	28 9 h Écrire et se relire 11 h Anglais 2 13 h 30 Café-rencontre <i>Les effets du vieillissement p. 11</i> 18 h Yoga de la danse	29 10 h Crochet 13 h Vinyoga <i>p. 18</i> 15 h Vinyoga <i>p. 18</i> 19 h Vinyoga <i>p. 18</i>	30 8 h Découverte de soi et de sa créativité 10 h Découverte de soi et de sa créativité 13 h La vie à travers quelques bouts de verre 19 h La vie à travers quelques bouts de verre

CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

DÉCEMBRE 2018

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>3</p> <p>9 h 30 Aquarelle 13 h Tricot 15 h Et si mon corps était mon allié 18 h 30 Tai Chi</p>	<p>4</p> <p>9 h Popotons ensemble le dîner de Noël p. 2</p>	<p>5</p> <p>9 h Écrire et se relire 12 h Heure limite BBBB 13 h 30 Café-rencontre <i>Écho et cohérence</i> p. 11 18 h Yoga de la danse</p>	<p>6</p> <p>10 h Crochet 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 19 h Vinyoga</p>	<p>7</p> <p>8 h Découverte de soi et de sa créativité 10 h Découverte de soi et de sa créativité 13 h La vie à travers quelques bouts de verre 19 h La vie à travers quelques bouts de verre</p>
<p>10</p> <p>9 h 30 Aquarelle 13 h Tricot 12 h Arrivée de <i>La Tribune Lanaudoise</i> 15 h Et si mon corps était mon allié 18 h 30 Tai Chi</p>	<p>11</p> <p>9 h Cartes de Noël p. 9 13 h Ciné et moi : <i>La couleur des sentiments</i> p.5 15 h Livraison BBBB p. 21</p>	<p>12</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>La violence faite aux femmes</i> p. 11</p>	<p>13</p> <p>10 h Crochet 13 h Envoi de <i>La Tribune Lanaudoise</i> 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 19 h Vinyoga</p>	<p>14</p> <p>9 h <i>RV Culinaire Pâtés, canneberges et bouillons</i> p. 2 9 h Consultations juridiques p. 23</p>
<p>17</p> <p>13 h Tricot 15 h Et si mon corps était mon allié 18 h 30 Tai Chi</p>	<p>18</p> <p>8 h 30 <i>RV Culinaire Les ballotines</i> p. 4 18 h 30 <i>RV Culinaire Les ballotines</i> p. 4</p>	<p>19</p> <p>9 h Popotons ensemble le dîner de Noël (suite) 12 h Dîner et Party de Noël p. 3 18 h Yoga de la danse</p>	<p>20</p> <p>8 h 30 <i>RV Culinaire Les ballotines</i> p. 4 13 h Vinyoga 15 h Vinyoga 18 h 30 <i>RV Culinaire Les ballotines</i> p. 4 19 h Vinyoga</p>	<p>21</p> <p><i>Le Centre sera fermé pour la période des Fêtes jusqu'au 6 janvier inclusivement.</i></p>

TEMPÊTE = CENTRE FERMÉ

Afin d'éviter des malentendus et des déceptions nous vous rappelons que, pour la période hivernale, si vous entendez à la radio que les écoles de la Commission scolaire des Samares sont fermées pour cause de TEMPÊTE le Centre sera lui aussi fermé et les activités prévues pour la journée seront annulées et/ou reportées à une date ultérieure. Nous vous invitons à écouter le 103,5 FM afin d'éviter de vous cogner le nez sur une porte fermée. Profitons alors de la quiétude et de la chaleur de nos foyers.





Le Centre de femmes Marie-Dupuis vous propose une foule de Cours et Ateliers pour tous les goûts et tous les budgets. Qu'il s'agisse de stimuler votre créativité, vous remettre en forme ou favoriser votre estime de vous-même, nous avons la formation qu'il vous faut!

Certaines activités vous sont offertes gratuitement, d'autres au coût minime de 3,25 \$ de l'heure. Pour vous inscrire, vous devez obligatoirement vous présenter en personne à compter du 25 octobre prochain, avec le paiement complet et votre carte de membre en règle (voir p. 25). Si le montant exigé est trop

élevé pour vos faibles revenus, n'hésitez pas à venir rencontrer une travailleuse.

Crochet



Cette technique permettant de nouer un fil pour en faire un tissu est apparue en Europe au début du 18^e siècle. Le crochet offre de nombreuses possibilités artistiques. Il est possible de travailler avec plusieurs coloris afin d'obtenir de très beaux résultats. Alors, pour toutes celles qui souhaitent s'initier à cette technique ou tout simplement parce que vous souhaitez crocheter en groupe, vous êtes les bienvenues.

Dates	:	Les jeudis, du 1 ^{er} novembre au 13 décembre
Durée	:	7 rencontres
Heures	:	De 10 h à 11 h 30
Coût	:	GRATUIT, mais vous devez être membre
N.B.	:	Apportez votre crochet de 3 ou 4 mm et votre laine
Participant.es	:	Minimum 8 membres - maximum 15
Animatrice	:	Nicole Doyon



Découverte de soi et de sa créativité



Les différentes formes d'arts nous permettent d'exprimer tout ce qui vit et vibre en nous. Peu importe les matériaux utilisés (peinture à l'eau, à l'huile, à l'acrylique, verre, bois ou toute autre objet recyclé), il suffit d'être accompagnées adéquatement pour faire émerger le meilleur de nous-mêmes. Et si, en se libérant de nos émotions douloureuses, nous pouvons permettre à de magnifiques créations de voir le jour?

Dates	:	<i>Les vendredis, du 2 novembre au 7 décembre</i>
Durée	:	<i>6 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 8 h à 10 h (groupe 1) De 10 h à midi (groupe 2)</i>
Coût	:	<i>39 \$</i>
Participant	:	<i>Toutes les membres sont les bienvenues</i>
Animatrice	:	<i>Lise Jollet</i>



Écrire et se relire



En laissant notre main tracer les mots et les phrases qui expriment nos pensées et nos sentiments sans les juger, et ensuite les relire, ça devient une exploration de soi intime. Ce geste nous situe dans le temps et l'espace. Il éclaire la route sur laquelle nous marchons et celle où nous voulons aller. Cet atelier part du concret et du quotidien pour ouvrir le trésor qui attend d'être découvert.

Dates	:	<i>Les mercredis, du 7 novembre au 5 décembre</i>
Durée	:	<i>5 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 9 h à 11 h</i>
Coût	:	<i>32,50 \$</i>
Participant	:	<i>Minimum 8</i>
Animatrice	:	<i>Marguerite Lanoue</i>



Et si mon corps était mon allié... pour ajouter de la saveur à ma vie!

Apprendre à se déposer dans soi, à se centrer, à éveiller notre corps et notre présence au mouvement interne de vie par des mouvements simples et une qualité d'attention qui créent une nouvelle façon de se percevoir et de se vivre. Apprendre à accompagner la nouveauté, nos changements, tout en douceur et en restant connectée à notre élan vital et notre ressenti corporel, riches en saveurs et nuances.

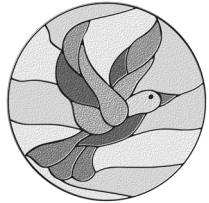


Dates	:	Les lundis, du 5 novembre au 17 décembre
Durée	:	7 rencontres
Heures	:	De 15 h à 18 h
Coût	:	68,25 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Patricia Boisvert



La vie à travers quelques bouts de verre...

Imaginez un atelier créatif qui vous permette d'aller recoller les « morceaux brisés » en vous-même et de faire de votre vie une véritable œuvre d'art... En plus de vous initier au vitrail et au faux vitrail, vous expérimenterez la libération des blessures du passé à travers des créations artistiques conçue à l'aide d'une foule de matériaux les plus incongrus : bouts de verres, pelotes de laine, bouteilles de plastique, etc.



Dates	:	Les vendredis, du 2 novembre au 7 décembre
Durée	:	6 rencontres
Heures	:	De 13 h à 15 h (groupe 1), de 19 h à 21 h (groupe 2)
Coût	:	39 \$
Participant·es	:	Toutes les membres sont bienvenues
Animatrice	:	Lise Jollet



Peinture sur tissus



Nous vous offrons cet atelier qui vous permettra de réaliser de très beaux cadeaux personnalisés, faits à la main et à tout petit prix. En effet, la technique de peinture sur tissus saura agréablement enjoliver un chandail, un bavoir, pour votre petit-fils, des taies d'oreiller pour grand-maman, les sacs de provision de votre fille ainsi que le tablier de papa. Donc, ne manquez pas cette occasion de faire plaisir, et joignez l'utile à l'agréable. Bienvenue à toutes les artistes en herbe.

Dates	:	<i>Les mardis, du 6 novembre au 20 novembre</i>
Durée	:	<i>3 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 9 h à 11 h</i>
Coût	:	<i>19,50 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
N.B.	:	<i>Apporter avec vous les tissus à peindre</i>
Animatrice	:	<i>Chantal Nadeau</i>



Initiation au Tai Chi



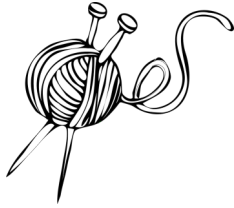
Dans cet atelier je me propose de vous apprendre à vous déposer, à entrer dans le silence de votre propre synergie ainsi que la synergie de tout ce qui vous entoure. En premier, nous utiliserons la forme (Yang) pour nous connecter à nous-même, pour ensuite se connecter à l'extérieur de nous. Tout part du centre. Nous serons alors sur le chemin de la conscience (la voie du milieu).

Dates	:	<i>Les lundis, du 5 novembre au 17 décembre</i>
Durée	:	<i>7 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 18 h 30 à 20 h 00</i>
Coût	:	<i>34,15 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 10</i>
Animatrice	:	<i>Andrée Benoît</i>





Tricot



Mesdames, nous vous offrons un atelier qui vous permettra soit d'apprendre les rudiments de base du tricot ou bien de réaliser certaines pièces qui demandent un peu plus de savoir-faire. Un bon moment à passer ensemble tout en relaxant, échangeant et vous permettant l'acquisition de nouveaux apprentissages. Laissez vos doigts de fée s'exprimer!

Dates	:	<i>Les lundis, du 5 novembre au 17 décembre</i>
Durée	:	<i>7 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 14 h 30</i>
Coût	:	<i>GRATUIT</i>
N.B.	:	<i>Apportez vos broches à tricoter de 4 mm et de la laine</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 25</i>
Animatrice	:	<i>Raymonde Mc Callum</i>



Viniyoga



Venez explorer les vertus du viniyoga à travers différentes postures, des techniques respiratoires, ainsi qu'une philosophie de vie axée sur la régénération des centres énergétiques (chakras).

Dates	:	<i>Les jeudis, du 29 novembre au 20 décembre</i>
Durée	:	<i>4 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 14 h 30 (groupe 1) De 15 h à 16 h 30 (groupe 2) De 19 h à 20 h 30 (groupe 3)</i>
Coût	:	<i>19,50 \$</i>
N.B.	:	<i>Si possible, apportez votre tapis de yoga</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Denise Marion</i>



Yoga de la danse

Venez détendre votre système nerveux et dynamiser votre corps au rythme des musiques du monde. Pas de chorégraphies, pas de pas à compter ou de performance à accomplir! Expérimentez des mouvements fluides et puissants, faciles à pratiquer, et bien adaptés à toutes conditions physiques... pour un maximum d'énergie en retour. Ce cours vous procurera beaucoup de plaisir, liberté, paix, joie, grâce et vitalité. Pur bonheur assuré!



Dates	:	<i>Les mercredis, du 14 novembre au 19 décembre (Congé le 12 décembre)</i>
Durée	:	<i>5 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 18 h à 19 h</i>
Coût	:	<i>16,25 \$</i>
N.B.	:	<i>Vêtements décontractés, apportez votre tapis de yoga ou une couverture.</i>
Participant·es	:	<i>Maximum 8 membres</i>
Animatrice	:	<i>Danielle Malo</i>



VISITEZ NOTRE SITE WEB ET/OU NOTRE PAGE FACEBOOK!



www.cdfmariedupuis.com

Visitez-nous au www.cdfmariedupuis.com et/ou suivez-nous sur notre page Facebook pour être tenue au courant de TOUT ce qui se passe au Centre.

Vous y trouverez :

- * Les différents services et activités offerts au Centre
- * la version électronique de *La Tribune Lanaudoise*
- * les nouvelles et nouveautés du Centre (entre deux parutions de *La Tribune Lanaudoise*)
- * et à l'occasion, des concours sur notre page Facebook!

merci



Mesdames et amies,

Mon stage touche à sa fin le 15 novembre; c'est pourquoi j'aimerais vraiment pouvoir partager un dernier moment avec vous toutes, autour d'un dîner le **jeudi 15 novembre à 12 h**. Il vous suffira simplement **d'apporter votre lunch**. Ce sera l'occasion, pour moi, de vous dire au revoir et surtout un grand merci.

Je pense que ce stage aura été l'opportunité de dépasser mes peurs, mes doutes et de croire en moi, en mes capacités, me faire grandir et tout cela c'est grâce à vous. C'est un merveilleux stage qui s'achève avec des personnes que je n'oublierai jamais, qui ont rendu cette aventure encore plus forte et plus belle que je ne pouvais l'imaginer. Merci d'être si accueillantes et bienveillantes, ne changez jamais, vous êtes tout simplement incroyables, merveilleuses et j'en passe...

Je repars en France avec une valise pleine de sirop d'érable, et je ne compte pas partager. Tout pour moi. C'est l'fun!

Sophie Peuflet

BIBLIOTHÈQUE

Votre Centre de femmes vous propose plus d'un **millier de livres**, abordant principalement les trois grands thèmes qui nous tiennent à cœur, soient : la santé et/ou la nutrition, le développement personnel et/ou spirituel, ainsi que la politique et/ou les analyses sociales. Toutes les membres ont la possibilité d'emprunter chacune **5 livres** pour une durée maximum d'**un mois**, renouvelable une fois.



Merci à **Carole Faucher** et **France Hubert**, responsables de la mise à jour de notre bibliothèque, pour leur travail formidable et bénévole.

VOICI QUELQUES-UNES DE NOS NOUVEAUTÉS :

Parler vrai de Manon Massé (Mas 1279), **La fin d'Alzheimer** de Dale Bredesen (Bre 1280), **Âme de sorcière ou la magie du féminin** de Odile Chabrilac (Cha1281), **Devenir super conscient** de Joe Dispenza (Dis 1282).

BOÎTES D'ICI & CIE

Nous vous proposons d'acheter, à faible coût et aux 2 semaines, une **boîte de fruits et légumes** frais de première qualité. Suivant les saisons et les disponibilités, la petite boîte, au coût de 8 \$, contient suffisamment de portions de fruits et légumes pour répondre aux besoins d'une personne; la moyenne boîte, coûtant 12 \$, comble 2 personnes; tandis que la grande boîte à 18 \$ convient pour une famille de 4 personnes.

Il n'est pas nécessaire d'être membre pour effectuer une commande. Vous êtes invitéE à vous inscrire **en personne** directement au Centre de femmes Marie-Dupuis car un paiement en espèces est exigé.

⇒ Prochaines dates limites pour les commandes sont : Les mercredis 7 et 21 novembre ainsi que le 5 décembre **avant midi**.

⇒ Les prochaines dates pour les livraisons sont : Les mardis 13 et 27 novembre ainsi que le 11 décembre. Vous pouvez vous présenter au Centre **entre 15 heures et 18 heures**.

NOUVEAU !

Commandez une **BOÎTE PLUS** de format régulier pour 2 adultes (20 \$) ou de format familial pour une famille de 4 (30 \$).

Ces boîtes offrent 5 à 6 variétés de fruits et 8 à 12 variétés de légumes. On peut aussi y retrouver des fines herbes et plusieurs produits biologiques.

CHRONIQUE JURIDIQUE EH! VOS DROITS!

par: M^e Nancy Malo et Sonia Castonguay, étudiante en droit



Sujet: DROIT CRIMINEL – LOI SUR LE CANNABIS

Lors des élections de 2016, une des promesses électorales du premier ministre du Canada, monsieur Justin Trudeau, était de légaliser le cannabis. Promesse tenue, le 17 octobre 2018 la *Loi sur le cannabis* entrera en vigueur. Mais quelle est la portée de la légalisation du cannabis au Québec?

Tout d'abord, il est nécessaire de bien comprendre notre système canadien à deux paliers : le gouvernement provincial et fédéral. C'est ce dernier qui a la compétence exclusive pour modifier les infractions dans le Code criminel. Ainsi, dans le but de légaliser certains actes liés au cannabis, certaines infractions seront modifiées dans le Code criminel lors de l'entrée en vigueur de la loi sur le cannabis.

Le gouvernement provincial, quant à lui, peut adopter des lois pénales dans le but de sanctionner des actes par notamment, le biais d'amende. Cela ne crée pas une infraction criminelle mais seulement une infraction pénale comme un billet d'infraction pour vitesse ou stationnement.

Sous réserve des **restrictions provinciales**, la loi canadienne permet notamment à une personne âgée de 18 ans et plus de :

Posséder en **public** jusqu'à 30 grammes de cannabis **légal séché**;

Un (1) gramme de cannabis séché équivaut à :

- 5 grammes de cannabis frais
- 15 grammes de produit comestible
- 70 grammes de produit liquide
- 0,25 gramme de concentré (solide ou liquide)
- 1 graine de la plante de cannabis

Acheter du cannabis séché ou frais et de l'huile de cannabis d'un détaillant soumis à la réglementation du Québec;

Fabriquer à la maison des produits de cannabis comme des aliments ou boissons;

Etc.

Bien que la loi canadienne permette la culture du cannabis à des fins personnelles, et ce, pour un maximum de 4 plants par résidence avec les produits autorisés, la loi québécoise l'interdit complètement. Par exemple, si vous avez un plant de cannabis à la maison, vous commettrez une infraction à la loi québécoise et vous pourriez être passible d'une amende entre 250 \$ à 750 \$ pour la première infraction. Veuillez noter que ce n'est pas illégal d'un point de vue criminel. Ainsi, vous ne pourriez pas avoir une accusation criminelle et encourir un casier judiciaire pour ce même acte. Par contre, si vous possédez plus de 4 plants, vous serez en contravention à la fois de la loi canadienne et québécoise. Vous risquerez d'avoir une amende en plus de faire l'objet de poursuites criminelles. En résumé, au Québec, même si la loi canadienne le permet, il est interdit de cultiver un ou des plants de cannabis à des fins personnelles.

De plus, il est interdit de fumer du cannabis par l'usage conventionnel comme la cigarette, ou par l'usage d'un dispositif comme le bong, la pipe, la cigarette électronique ou autre, dans les lieux public tels que : les abribus, les airs de jeux pour les enfants (parcs), les terrasses commerciales, etc.

Je souhaite aussi porter à votre attention que, selon le Code criminel, il sera toujours interdit de conduire avec les facultés affaiblies, soit par une intoxication causée par l'alcool ou par le cannabis.

Finalement, informez-vous et assurez-vous que vous ou vos proches respectez les balises du Code criminel afin de ne pas vous retrouver avec des accusations criminelles et risquer d'avoir un casier judiciaire, et que vous respectez également les règlements et lois provinciales afin d'éviter de recevoir une contravention à la loi provinciale qui aura pour conséquence le versement d'une amende.

Soyez prudentes et responsables!

Mise en garde : Le présent texte est fait à titre informatif seulement, il ne se veut aucunement complet sur le sujet abordé et non applicable à toutes les situations. Consultez votre avocate pour plus d'information.



M^e Nancy Malo, avocate et médiatrice

CONSULTATIONS JURIDIQUES

En étant membre du Centre de femmes, nous vous offrons la possibilité de vous prévaloir d'une consultation juridique gratuite avec maître Nancy Malo qui sera au Centre

les vendredis 9 novembre et 14 décembre en avant-midi.

Tout ce que vous avez à faire, c'est de nous contacter au **450 752-5005**, afin de prendre un rendez-vous, à partir de la date d'inscription.

Merci beaucoup, maître Malo pour votre précieuse collaboration;
nous vous sommes très reconnaissantes!

JOURNÉES D'INSCRIPTIONS

Lors de cette journée, les portes du centre ouvrent à 8 h 30 pour toutes les femmes à l'exception de deux membres de la collective qui arriveront plus tôt afin de vous servir un bon café dès votre arrivée!



Avant votre arrivée au centre, vous devez obligatoirement avoir rempli votre feuille d'inscriptions et préparé votre paiement. Chaque participante peut inscrire un maximum de deux (2) amies. Une liste est établie selon l'ordre d'arrivée des participantes.

Les feuilles d'inscriptions sont recueillies à l'arrivée et les participantes sont appelées selon cet ordre. Une table d'inscriptions est installée dans la grande salle pour les activités gratuites. Comme par le passé, nous n'accepterons aucune inscription par téléphone lorsqu'il y a un coût relié à l'activité; dans ce cas, il est obligatoire de vous présenter au centre pour vous inscrire.

PROCHAINE JOURNÉE D'INSCRIPTIONS

Jeudi 25 octobre, à compter de 9 heures

Jeudi 17 janvier, à compter de 9 heures

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT DES ACTIVITÉS

Afin de pouvoir maintenir le coût de nos ateliers à 3,25 \$ de l'heure, et parce que ces activités nous coûtent chaque année plus que ce qu'elles nous rapportent, nous vous demandons, dans la mesure du possible, de respecter votre engagement jusqu'à la fin lorsque vous vous inscrivez à un cours.

Pour les remboursements, nous observons la politique recommandée par l'Office de la protection du consommateur, soit : « Vous avez commencé à recevoir les services et vous désirez mettre fin au contrat; vous devez payer au moins le coût des services reçus, (les cours suivis ou passés, que vous soyez présentes ou pas) en plus d'une pénalité prévue par la loi. Cette pénalité correspond dans notre cas à 10 % du prix des services non encore reçus. »

Merci de votre compréhension!

Ordinateur à la disposition des membres

Un ordinateur et une imprimante sont disponibles au Centre pour toutes les membres qui souhaitent s'en servir. Vous pouvez réserver son utilisation, sur place ou par téléphone, pour un maximum d'une heure à la fois, aux moments qui vous conviennent. Vous pouvez également simplement prendre la chance qu'il soit libre lors de votre passage au centre, mais il va de soi que les membres qui ont réservé à l'avance ont la priorité. Si, une fois votre heure terminée, vous souhaitez continuer à utiliser l'ordinateur et qu'aucune membre n'attend son tour, vous pourrez poursuivre votre utilisation. Veuillez prendre note que les coûts de vos impressions sont les mêmes que ceux des photocopies. Une feuille à cet effet est affichée au-dessus de l'imprimante.





À votre AGENDA :

- Le Centre sera fermé pour la période des Fêtes du 21 décembre au 6 janvier inclusivement.
- Réouverture du Centre le lundi 7 janvier à 9 h.

Prochain envoi de La Tribune

La version papier sera disponible au Centre, le lundi **10 décembre** à compter de midi.

Nous vous invitons d'ailleurs à passer au Centre pour la récupérer. Ce petit geste contribue généreusement à la diminution de nos coûts d'envoi par la poste... Envoi qui se fera le jeudi **13 décembre** en après-midi.

La journée d'inscriptions, quant à elle, aura lieu le jeudi **17 janvier** à partir de 9 heures. Au plaisir de vous y rencontrer!

DEVENIR MEMBRE /RENOUVELER SON ADHÉSION AU CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

Être membre du Centre de femmes Marie-Dupuis, c'est recevoir votre journal *La Tribune Lanaudoise* quatre fois par année.

C'est aussi bénéficier de toutes nos activités à prix vraiment abordables, et participer à l'effort collectif pour l'amélioration des conditions de vie des femmes.



Pour vous rendre au Centre de femmes Marie-Dupuis en autobus : prenez l'autobus « **Notre-Dame-des-Prairies** » et descendez à l'arrêt situé à l'intersection des rues Moreau et boulevard Antonio-Barrette.

Pour plus d'informations, communiquez avec la CTJM au 450 759-5133, poste 106 ou visitez www.jembarque.com.



La carte de membre, au coût de 10 \$, est valide jusqu'au 31 mars 2019.

Le coût ne doit pas être un frein à votre participation. N'hésitez pas à donner une contribution volontaire, selon vos moyens, si vous êtes à très faible revenu.

NOM : _____ PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____ APP. : _____

VILLE : _____

CODE POSTAL : _____ TÉLÉPHONE : _____

COURRIEL : _____

COTISATION 10,00 \$: par chèque en argent

DON : _____ \$ (reçu émis sur demande pour don de 10 \$ et +)



Pour recevoir gratuitement votre exemplaire
de *La Tribune Lanaudoise* devenez membre
du Centre de femmes Marie-Dupuis. Infos à l'intérieur.




Denis Laporte
Gautier Immobilier agée / Propriétaire et Directeur
450 759-3008
cell.: 450 750-5356



RE/MAX Lanaudière inc.
Agence immobilière Française indépendante
et affiliée à RE/MAX Québec



Patrice Desroches
Traiteur
paradis_du_gourmet@hotmail.com



Traiteur • Buffet chaud & froid
450 752-6662
76, boul. Antonio-Barrette, Notre-Dame-des-Prairies



Boutique
Rouge Canapé

Vêtements, bijoux, accessoires, chaussures...
Designers québécois - confection écologique - importation éthique...

2 Place Bourget Sud
Joliette, Qc, J6E 5E7
450.867.4300

rouge.canape 

Kiwi  Le centre
d'impression

370, boul. Manseau, Joliette QC J6E 3E1

service- conseil	impression numérique	photocopies de plans	impression grand format
			



Club de golf MONTCALM

2 PARCOURS DE 18 TROUS
TOURNOIS & RÉCEPTIONS

1800, chemin Nadeau
Saint-Liguori
(Québec) J0K 2X0

Tél.: (450) 834-6981
Sans frais: 1 800 363-2772
Télé.: (450) 834-6717
info@golffmontcalm.qc.ca
www.golffmontcalm.qc.ca



L'ENCADREUSE.ca

Grande sélection de cadres
Impression numérique
Laminage & Matériel d'art

850, Boulevard Firestone, local 113, Joliette, Qc J6E 2W5

450.755.1112 lencadreuse@hotmail.com



Gabriel Ste-Marie
Député fédéral de Joliette

Circonscription
436, rue Saint-Viateur
Joliette (Québec) J6E 3B2

Tél. : 450 752-1940
Télé.: 450 752-1719
S. F. : 1 800 265-1940

gabriel.ste-marie@parl.gc.ca




Véronique Hivon
Députée de Joliette

Bureau de circonscription
970, rue Saint-Louis, Joliette Qc J6E 3A4
Tél. : 450 752-6929 | Télé.: 450 752-6935
vhivon-joli@assnat.qc.ca
www.veroniquehivon.org





Retrouvez-nous en ligne via notre site et sur notre page Facebook!