

S'OUTILLER



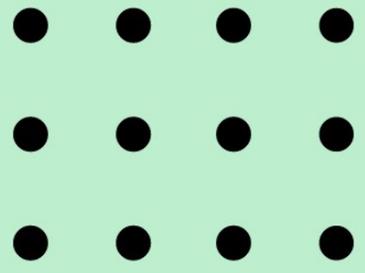
LA TRIBUNE LANAUDOISE

CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

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

450 752-5005 - accueil@cdfmariedupuis.ca - info@cdfmariedupuis.ca

www.cdfmariedupuis.com





SOMMAIRE

◆ Le Mot de la Coordo	1
◆ A.G.A.	2
◆ Événement de la rentrée	2
◆ Dans notre cuisine	3
◆ Ciné et moi	4
◆ Cafés-Zoom	5
◆ Cafés-Rencontres	6
◆ Journées d'inscriptions	10
◆ Adhésion/Carte de membre	11
◆ Calendriers des activités	12
◆ Cours et ateliers	15
◆ Ateliers-découvertes	21
◆ Chronique juridique	25
◆ Consultations juridiques	25



La Tribune Lanaudoise est publiée 4 fois l'an à raison de 1250 à 1700 exemplaires. Pour vous abonner, il vous suffit de devenir membre du Centre, au coût de 15 \$ par année. Voir p. 29 pour tous les détails.

RÉDACTION :
ROXANE PELLETIER

CORRECTIONS :
PAULETTE BEAUDRY
MARIE-CHRISTINE LAROCHE

CONCEPTION ET MISE EN PAGE :
ROXANE PELLETIER

PAGES COUVERTURES :
ROXANE PELLETIER

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



Notre session d'avril à juin

Au moment d'écrire ces lignes, nous avons eu l'occasion d'écouter le point de presse du 3 mars. Nous y avons appris que notre région demeurerait une zone rouge. Toutefois, les magasins et centres d'achats sont ouverts, les musées et salles d'expositions également, et bien sûr, tout comme depuis le début de cette pandémie, le Centre est demeuré ouvert, mais avec peu d'ateliers et activités de janvier à mars. Lors de ce point de presse, il a été dit qu'étaient étudiées les façons d'ouvrir les salles de spectacles et les lieux de culte, et de permettre bientôt certains sports et sorties publiques pour les jeunes, même en zone rouge.

Ainsi, nous prévoyons pouvoir réaliser notre programmation, tout comme nous l'avons fait de septembre à décembre, en respectant de façon stricte toutes les mesures sanitaires dictées par la Santé publique. Bien sûr, nous avons encore un couvre-feu à 20 h, il est donc très probable que les ateliers en soirée soient annulés, à moins qu'il passe à 21 h 30 ou que cette mesure disparaisse avant notre journée des inscriptions, le **lundi 29 mars**.

Projet tablettes

Déjà, entre le 16 novembre et le 1^{er} mars, 47 formations ont été données, soit : *Comment participer à une rencontre Zoom* par Milène Baillargeon ou Carolle Picard, *Facebook et Messenger débutantes*, *Facebook et Messenger intermédiaires*, et *Introduction tablettes* par Nicole Doucet, et *Je ne veux pas me faire avoir* par Flavie Trudel. Bien que le projet financé par le Programme Nouveaux Horizons pour les Aînés soit terminé, nous avons décidé de mettre en place de nouvelles formations, et de vous les offrir encore gratuitement d'avril à juin. Tout comme le début de ce projet, les participantes seront appelées pour s'inscrire aux formations.

Jumelage

Nous aimerions avoir une liste de membres qui sont déjà habiles avec une tablette, ou qui se débrouillent bien avec Facebook, dans le but de les jumeler chacune avec une des participantes au projet qui souhaitent avoir plus d'accompagnement. Si cela vous intéresse, dites-le nous!

Notre Journée internationale des droits des femmes

Nous avons décidé, pour l'édition 2021, de rendre hommage aux bénévoles, aux participantes et à l'équipe du Centre de femmes par la création d'une vidéo relatant la vie au Centre de l'édition 2020 à l'édition 2021. Une superbe création de Chantal Locat que vous pouvez voir sur la page Facebook du Centre de femmes.

Bon visionnement!

Marie-Christine Laroche

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

L'assemblée générale annuelle se tiendra le **mercredi 2 juin, à compter de 17 h**, au Centre des arts et des loisirs Alain Larue. C'est le moment de l'année le plus important pour les membres du Centre de femmes, le temps des bilans et des perspectives pour la prochaine année. C'est pourquoi nous espérons que vous serez des nôtres. Un souper sera servi sur place. Nous **vous invitons à vous inscrire avant le jeudi 27 mai** afin que nous puissions prévoir le nombre de repas. **Coût pour le souper : 6 \$**. Nous en profiterons également pour souligner de façon particulière le travail de nos précieuses bénévoles. On compte sur vous toutes! **Si c'est impossible d'être en présentiel, l'A.G.A. sera sur Zoom, et gratuit car sans repas.**



ÉVÉNEMENT DE LA RENTRÉE

À la grande demande, nous célébrerons à nouveau notre rentrée automnale autour d'un **dîner « hot-dogs et épluchette »** suivi d'une rencontre animée par les travailleuses, ainsi que les formatrices, animatrices et conférencières disponibles afin de vous donner un avant-goût de ce qui vous attend de merveilleux au Centre dans les prochains mois. Mesdames, c'est l'occasion rêvée de faire connaître le Centre de femmes à toutes vos connaissances féminines. Nous ferons tirer un certificat cadeau de 100 \$ du Centre de femmes parmi celles d'entre vous qui auront incité une amie à devenir membre. Toutes les femmes qui deviendront membres au cours de l'après-midi se verront rembourser le coût du repas (5 \$).



Date : **Le mercredi 25 août**

Heures : **À compter de midi *... et jusqu'à 16 h environ**

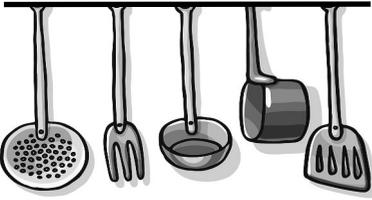
** Pour celles qui aimeraient donner un coup de main à la préparation du repas, merci d'aviser une travailleuse ou une bénévole à l'accueil, et d'arriver vers 9 h.*

Coût : **Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres**

Lieu : **Centre des arts et des loisirs Alain Larue,
225, boulevard Antonio-Barrette, N.D.P.**

N.B. : **Pour cette activité spéciale, vous et vos invitées devez idéalement vous inscrire avant le 24 août à 17 heures.**

DANS NOTRE



Cuisine

Cuisines économiques



Et si le fait de cuisiner en groupe nous permettait non seulement de mieux varier nos menus, mais de manger plus sainement, et d'économiser sur nos factures d'épicerie? Le Centre de femmes Marie-Dupuis vous propose des rencontres thématiques où vous apprendrez à cuisiner des recettes simples, délicieuses et faciles à réaliser, tout en tenant compte des produits disponibles (en spécial) au fil des saisons, et du fait que le Centre fournit les ingrédients de base.

Les rencontres auront lieu aux deux semaines, les jeudis matins de 9 h à 12 h. À chaque rencontre, vous cuisinerez au moins 2 plats différents, et repartirez avec 1 portion ou plus de chaque plat, plus un panier de denrées périssables offert par Moisson Lanaudière, pour la modique somme de 6 \$ par participante, par rencontre.

<i>Dates</i>	:	<i>Les jeudis 8, 15 et 29 avril, 6 et 20 mai ainsi que le 3 juin.</i>
<i>Durée</i>	:	<i>6 rencontres</i>
<i>Heures</i>	:	<i>De 9 h à 12 h</i>
<i>Coût</i>	:	<i>36 \$</i>
<i>Participantes</i>	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
<i>Animatrice</i>	:	<i>Lise Jollet</i>



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, et suivis d'une discussion thématique passionnante.



Les femmes du 20^e siècle

LES FEMMES
DU 20^E SIÈCLE



Santa Barbara, été 1979. L'époque est marquée par la contestation et d'importants changements culturels. Dorothea Fields, la cinquantaine, élève seule son fils Jamie. Elle décide de faire appel à deux jeunes femmes pour que le garçon, aujourd'hui adolescent, s'ouvre à d'autres regards sur le monde : Abbie, artiste punk à l'esprit frondeur qui habite chez Dorothea, et sa voisine Julie, 17 ans, aussi futée qu'insoumise...

Date : **Le mardi 6 avril**
Heure : **13 h**
Coût : **2 \$**

Club de lecture



Quatre amies de toujours se retrouvent, comme chaque semaine, au sein de leur club de lecture, lorsque l'une d'entre elles propose de découvrir « 50 nuances de Grey » ! Elles ont réussi leur vie et elles comptent bien continuer à en profiter, et vivre de nouvelles expériences! Célibataire depuis peu, Diane va connaître le coup de foudre. La toujours séduisante Vivian retrouve un amour passé. Sharon découvre les sites de rencontre sur Internet. Et Carol essaie de redonner du piment à son couple. En ravivant la flamme ou en vivant une nouvelle aventure amoureuse, chacune d'elles va écrire le nouveau chapitre de sa vie. Peut-être le meilleur...

Date : **Le mardi 11 mai**
Heure : **13 h**
Coût : **2 \$**

Moi, belle et jolie



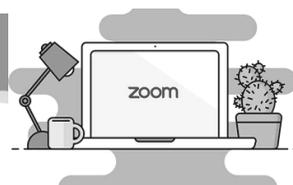
Une jeune femme ordinaire, aux prises avec un sentiment d'insécurité chronique, se réveille d'une chute croyant être la femme la plus belle et la plus compétente de la planète. Grâce à cette nouvelle confiance, elle mène sa vie avec aplomb et détermination, mais qu'arrivera-t-il lorsqu'elle se rendra compte que son apparence n'a pas changé?

Date : Le mardi 15 juin

Heure : 13 h

Coût : 2 \$

CAFÉS-ZOOM



Ces Cafés-Zoom sont présentés dans le but de se rencontrer virtuellement, dans le confort de votre foyer. Nous allons partager sur des sujets qui portent sur notre bien-être, tant individuel que collectif. Vous devez télécharger l'application « Zoom » via votre tablette, ordinateur ou téléphone intelligent. Suite à votre inscription, le Centre communiquera avec vous pour les détails relatifs à votre connexion.

Comment mieux vivre ce grand changement planétaire?



Voici les deux sujets qui seront abordés :

- ♥ Créer son autel sacré, et pourquoi est-ce important?
- ♥ Comment maintenir son taux d'énergie élevé? Reconnaître les énergies qui nous entourent 3D-4D-5D.

Dates : Le jeudi 15 avril (1^{er} sujet)

Le jeudi 6 mai (2^e sujet)

Heures : De 10 h 30 à 11 h 30

Coût : Gratuit

Animatrice : Brigitte Locat



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 en temps de pandémie), ni d'être membre du Centre. Afin de respecter les conférencières bénévoles et les participantes, merci d'arriver au moins 5 minutes avant l'heure annoncée. Si le café-rencontre est commencé, veuillez attendre la pause avant d'entrer. Une pause est prévue vers 14 h 30. Au plaisir de vous accueillir!

Mercredi 7 avril

La diversité sexuelle



Vous êtes invitées à venir à cet atelier dans lequel nous aborderons le thème de la diversité sexuelle. Nous démystifierons ensemble les différents termes utilisés. Par exemple, savez-vous ce que l'acronyme LGBTQ+ signifie? Ce sera à vous de le découvrir lors de nos moments d'échanges qui se feront dans l'humour et l'ouverture d'esprit.

Animatrice : Pascale Rodrigue, de l'organisme le NÉO

Mercredi 14 avril

Documentaire : Beauté toxique

Auriez-vous pensé que vos produits cosmétiques pouvaient être très néfastes pour votre santé? Lors de ce café-rencontre, nous visionnerons ce documentaire qui aborde l'ampleur de l'utilisation de produits toxiques, chimiques et carcinogènes par ces industries de beauté. Nous discuterons, et partagerons vos impressions suite au visionnement.



Animatrice : Roxane Pelletier



CAFÉS-RENCONTRES

Mercredi 21 avril

Le féminisme

L'agente de proximité du Centre Lanaudière d'emploi pour femmes viendra présenter un atelier ludique sur le thème du féminisme. Que vous soyez en emploi, à la recherche d'un travail, ou que vous ne vous sentiez pas prêtes à retourner travailler, l'atelier est intéressant et amusant pour toutes. « Venez passer l'après-midi avec moi! »



Animatrice : Valérie Décoste, la C.L.E.F.

Mercredi 28 avril

La réponse de la nature à la situation actuelle

Vous cherchez des solutions pour vous aider à traverser cette période de grands changements, entre autre des solutions pour renforcer votre immunité et des outils d'accompagnement dans cette grande transformation vers un monde meilleur. Que l'on soit dans une démarche de croissance personnelle, d'éveil spirituel, ou que l'on ait besoin de plus d'harmonie et d'équilibre au niveau émotionnel, relationnel et mental, la gamme d'élixirs PHI Essences d'Andreas Korte et le soin énergétique HLT (Lumino Thérapie Holistique) sont des outils précieux pour retrouver cet alignement avec notre essence profonde : notre Soi Divin. Il possède des clés extraordinaires de transformation et d'évolution.



Animatrice : Marie-Marthe Lantagne, thérapeute holistique

Mercredi 5 mai

Vous voulez obtenir un emploi, mais vous éprouvez de la difficulté?

Lors de ce café-rencontre, nous vous présenterons le programme *ExpL'Or* dont l'objectif est d'accompagner les personnes sans emploi à trouver un emploi qui leur convient. Ce projet s'adresse aux personnes recevant des prestations d'aide de dernier recours, d'assurance-emploi, ou étant sans revenu. Enfin, ce projet inclut des ateliers de connaissance de soi, des ateliers d'employabilité et des plateaux de travail (cuisine, service et entretien).



Animatrice : Chantal Lessard, L'Annexe à Rolland

CAFÉS-RENCONTRES



Mercredi 12 mai

Découvrons le Centre de prévention du suicide

Venez échanger avec une intervenante du Centre de prévention du suicide de Lanaudière sur les mythes entourant le suicide et sur les services offerts par l'organisme.

Animatrice : Une travailleuse du CPSL



Mercredi 19 mai

Histoire des femmes

Ensemble, nous ferons un survol de l'histoire du Québec pour se remémorer le trajet, la contribution et les revendications des femmes sur quelques siècles. Au fil du temps, les femmes ont compris qu'elles avaient leur mot à dire dans la prise de décisions, et qu'elles allaient lutter pour faire reconnaître leurs droits. Cette histoire de vie des femmes fait partie de nos récits à nous, leur influence à elles de la vie d'aujourd'hui, du progrès continu, et de ce qu'il reste à faire pour un avenir meilleur.

Animatrice : Nicole Doucet



Mercredi 26 mai

Documentaire : S'affranchir de l'image

Lors de ce café-rencontre, nous visionnerons le documentaire *S'affranchir de l'image*. Nous discuterons ensemble, et partagerons nos impressions en lien avec ce documentaire qui traite de l'acceptation du corps à l'ère des médias sociaux, où les standards de beauté sont véhiculés plus que jamais auparavant, et le naturisme y est présenté simplement comme l'une des initiatives pour contrer cette tendance et accepter son corps.

Animatrice : Milène Baillargeon





CAFÉS-RENCONTRES

Mercredi 2 juin

Découvrons le Centre d'aide aux victimes d'actes criminels

Le CAVAC de Lanaudière offre des services de première ligne à toute personne victime d'un acte criminel et à ses proches, ainsi qu'aux témoins d'un acte criminel. Le café-rencontre aura pour but de vous faire connaître nos services et vous sensibiliser à l'importance d'une mobilisation positive quant à votre reprise de pouvoir. Vous vous sentez interpellée? Une écoute empathique et chaleureuse pourra répondre à vos questions.



Animatrice : Chantal Roy, Le CAVAC

Mercredi 9 juin

Découvrons la Maison d'accueil La Traverse

Une intervenante de la Maison La Traverse viendra vous présenter la maison et les services qui y sont offerts. Aussi, cette dernière donnera de l'information sur la violence conjugale, ce qui permettra aux femmes présentes de mieux identifier la violence, et répondre à cette réalité présente dans notre société. C'est dans le respect et l'ouverture que des échanges seront faits autour de ce sujet.

Animatrice : Valérie, la Maison d'accueil La Traverse

Mercredi 16 juin

Découvrons l'AQDR

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) est le seul organisme dont la mission exclusive est la défense collective des droits économiques, politiques, sociaux et culturels des personnes âgées. Elle leur vient en aide afin de prévenir la pauvreté, assurer une qualité de vie adéquate, favoriser l'inclusion sociale et s'engager dans une démarche de développement durable. De plus, nous sommes spécialisés en matière de maltraitance envers les aînés.

AQDR

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

Animatrices : Huguette Plouffe et Nathalie Pelletier de L'AQDR

JOURNÉES D'INSCRIPTIONS

Lors de ces journées, les portes ouvrent dès que l'équipe est prête à accueillir les participantes, au plus tard à 8 h 30. L'équipe des inscriptions entre à 8 h afin de préparer la salle, remettre la tablette d'inscriptions à l'extérieur, ce qui réservera votre place selon l'ordre d'arrivée.



Avant votre arrivée, 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. Comme par le passé, nous n'accepterons aucune inscription par téléphone lors de ces journées. Il est donc obligatoire de vous présenter au centre pour vous inscrire.

PROCHAINES JOURNÉES D'INSCRIPTIONS

Lundi 29 mars

Jeudi 26 août

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 ayez été 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. ». **Les remboursements se font à l'intérieur de la période de *La Tribune Lanaudaise* en cours seulement.**

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 à l'accueil.





À votre AGENDA :

- A.G.A le 2 juin dès 17 h
- Pensez à réserver la date du mercredi 25 août pour notre activité de la rentrée : un dîner gratuit hot-dogs/épluchettes

Prochain envoi de *La Tribune*

La version papier sera disponible au Centre, le lundi **9 août** 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 **12 août** en après-midi.

La journée d'inscriptions, quant à elle, aura lieu le jeudi **26 août**. 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 annuel de 15 \$, est valide jusqu'au 31 mars 2022.

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.

Merci de votre support et de votre implication.

NOM : _____ PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____ APP. : _____

VILLE : _____

CODE POSTAL : _____ TÉLÉPHONE : _____

COURRIEL : _____

COTISATION 15,00 \$: par chèque en argent

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

CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

AVRIL 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p align="center">CHANGEMENT DE DATE POUR LA JOURNÉE D'INSCRIPTIONS</p> <p align="center">Lundi le 29 mars</p>			<p align="center">1 CENTRE FERMÉ CONGÉ DE PÂQUES</p>	<p align="center">2 8 h Peindre les couleurs de la vie p. 19 10 h Peindre les couleurs de la vie p. 19 13 h Vitrail ou faux vitrail p. 20 19 h Vitrail ou faux vitrail p. 20</p>
<p align="center">5 CENTRE FERMÉ CONGÉ DE PÂQUES</p>	<p align="center">6 9 h 30 Peinture sur tissus p. 19 13 h Ciné et moi : <i>Les femmes du 20^e siècle</i> p. 4 15 h 30 Qi Gong Yoga p. 21</p>	<p align="center">7 9 h Initiation à la photographie avec un cellulaire (suite) p. 22 11 h Initiation à la photographie avec un cellulaire (suite) p. 22 13 h 30 Café-rencontre <i>La diversité sexuelle</i> p. 6</p>	<p align="center">8 9 h Cuisines économiques p. 3 10 h Crochet p. 15 13 h Broderie de diamant p. 22</p>	<p align="center">9 8 h Peindre les couleurs de la vie 9 h Consultations juridiques p. 25 10 h Peindre les couleurs de la vie 13 h Vitrail ou faux vitrail 19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p align="center">12 13 h Les amies du tricot p. 18</p>	<p align="center">13 9 h 30 Peinture sur tissus 13 h Sereine et bien dans sa peau (suite) p. 20 17 h 30 Initiation au Tarot p. 17</p>	<p align="center">14 9 h 30 Hypnothérapie niveau 2 p. 16 13 h 30 Café-rencontre <i>Documentaire : beauté toxique</i> p. 6 19 h La voie des mains p. 17</p>	<p align="center">15 9 h Cuisines économiques 10 h Crochet 10 h 30 Café-Zoom <i>Créer son autel sacré, et pourquoi est-ce important?</i> p. 5 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi p. 16</p>	<p align="center">16 8 h Peindre les couleurs de la vie 10 h Peindre les couleurs de la vie 13 h Vitrail ou faux vitrail 19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p align="center">19 13 h Les amies du tricot</p>	<p align="center">20 10 h Parlons diversité sexuelle p. 18 13 h Sereine et bien dans sa peau (suite) 17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p align="center">21 9 h 30 Hypnothérapie niveau 2 13 h 30 Café-rencontre <i>Le féminisme</i> p. 7 19 h La voie des mains</p>	<p align="center">22 10 h Crochet 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p align="center">23 8 h Peindre les couleurs de la vie 10 h Peindre les couleurs de la vie 13 h Vitrail ou faux vitrail 19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p align="center">26 13 h Les amies du tricot</p>	<p align="center">27 10 h Parlons diversité sexuelle 13 h Sereine et bien dans sa peau (suite) 17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p align="center">28 13 h 30 Café-rencontre <i>La réponse de la nature à la situation actuelle</i> p. 7 19 h La voie des mains</p>	<p align="center">29 9 h Cuisines économiques 10 h Crochet 13 h Si on délaissait nos masques afin de toucher à notre vraie beauté? p. 23 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p align="center">30 8 h Peindre les couleurs de la vie 10 h Peindre les couleurs de la vie 13 h Vitrail ou faux vitrail 19 h Vitrail ou faux vitrail</p>

CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

MAI 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>3</p> <p>CENTRE FERMÉ</p> <p><i>Fête des travailleuses et travailleurs</i></p>	<p>4</p> <p>10 h Parlons diversité sexuelle</p> <p>13 h Sereine et bien dans sa peau (suite)</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>5</p> <p>9 h 30 Hypnothérapie niveau 2</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Vous voulez obtenir un emploi, mais vous éprouvez de la difficulté?</i> p. 7</p> <p>19 h La voie des mains</p>	<p>6</p> <p>9 h Cuisines économiques</p> <p>10 h Crochet</p> <p>10 h 30 Café-Zoom <i>Comment maintenir son taux d'énergie élevé?</i> p.5</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>7</p> <p>8 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>9 h Consultations juridiques p. 25</p> <p>10 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>13 h Vitrail ou faux vitrail</p> <p>19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p>10</p> <p>13 h Les amies du tricot</p>	<p>11</p> <p>10 h Parlons diversité sexuelle</p> <p>13 h Ciné et moi : <i>Club de lecture</i> p.4</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>12</p> <p>9 h 30 Hypnothérapie niveau 2</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Découvrons le Centre de prévention du suicide</i> p. 8</p> <p>19 h La voie des mains</p>	<p>13</p> <p>10 h Crochet</p> <p>13 h Si on délaissait nos masques afin de toucher à notre vraie beauté?</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>14</p> <p>8 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>10 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>13 h Vitrail ou faux vitrail</p> <p>19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p>17</p> <p>13 h Les amies du tricot</p>	<p>18</p> <p>10 h Parlons diversité sexuelle</p> <p>13 h Sereine et bien dans sa peau (suite)</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>19</p> <p>9 h 30 Hypnothérapie niveau 2</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Histoire des femmes</i> p. 8</p> <p>19 h La voie des mains</p>	<p>20</p> <p>9 h Cuisines économiques</p> <p>10 h Crochet</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>21</p> <p>8 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>10 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>13 h Vitrail ou faux vitrail</p> <p>19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p>24</p> <p>CENTRE FERMÉ</p> <p><i>Journée nationale des patriotes</i></p>	<p>25</p> <p>10 h Parlons diversité sexuelle</p> <p>13 h Sereine et bien dans sa peau (suite)</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>26</p> <p>9 h 30 Hypnothérapie niveau 2</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Documentaire : S'affranchir de l'image</i> p. 8</p> <p>19 h La voie des mains</p>	<p>27</p> <p>10 h Crochet</p> <p>13 h Si on délaissait nos masques afin de toucher à notre vraie beauté?</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>28</p> <p>8 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>10 h Peindre les couleurs de la vie</p> <p>13 h Vitrail ou faux vitrail</p> <p>19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p>31</p> <p>13 h Les amies du tricot</p>				

CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

JUIN 2021

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	<p>1</p> <p>10 h Parlons diversité sexuelle</p> <p>13 h Sereine et bien dans sa peau (suite)</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>2</p> <p>9 h 30 Hypnothérapie niveau 2</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Découvrons le Centre d'aide aux victimes d'actes criminels</i> p. 9</p> <p>17 h AGA du Centre p. 2</p>	<p>3</p> <p>9 h Cuisines économiques</p> <p>10 h Crochet</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>4</p> <p>9 h Consultations juridiques p. 25</p>
<p>7</p> <p>13 h Ouverture à l'amour de soi p. 24</p>	<p>8</p> <p>10 h Parlons diversité sexuelle</p> <p>13 h Sereine et bien dans sa peau (suite)</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>9</p> <p>9 h 30 Hypnothérapie niveau 2</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Découvrons la Maison d'accueil La Traverse</i> p. 9</p> <p>19 h La voie des mains</p>	<p>10</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>11</p>
<p>14</p> <p>13 h Les amies du tricot</p>	<p>15</p> <p>13 h Ciné et moi : <i>Moi, belle et jolie</i> p.5</p> <p>15 h 30 Qi Gong Yoga p. 21</p>	<p>16</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Découvrons l'AQDR</i> p. 9</p> <p>19 h La voie des mains</p>	<p>17</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>18</p>
<p>21</p> <p>13 h Les amies du tricot</p>	<p>22</p>	<p>23</p>	<p>24</p> <p>CENTRE FERMÉ</p> <p><i>Congé de la Fête nationale</i></p>	<p>25</p>
<p>28</p>	<p>29</p>	<p>30</p>	<p>1</p> <p>CENTRE FERMÉ</p> <p><i>Congé de la Fête du Canada</i></p>	<p><i>Vacances estivales</i></p> <p><i>Nous serons de retour le lundi 9 août.</i></p> <p><i>Bonne vacances!</i></p>

COURS & ATELIERS



Le Centre 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 29 mars prochain, avec le paiement complet et votre carte de membre en règle (voir p. 11). Si le montant exigé est trop

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



Crochet



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 8 avril au 3 juin
Durée	:	9 rencontres
Heures	:	De 10 h à 11 h 30
Coût	:	GRATUIT
N.B.	:	Apportez votre matériel.
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Carmen Laliberté





COURS & ATELIERS

Harmoniser toutes les parties de Soi



Vous aspirez à être plus sereine, plus souple, et à ressentir l'énergie circuler dans tout votre être? Venez expérimenter en douceur différentes techniques d'étirements, de respiration profonde, de relaxation et de méditation qui vous permettront de vous recentrer, d'être plus présente à vous-mêmes, et de libérer les tensions ou les émotions accumulées au fil du temps... en apprivoisant graduellement la *Pleine Conscience*.

- Dates : **Les jeudis, du 15 avril au 17 juin**
- Durée : **10 rencontres**
- Heures : **17 h 30 à 19 h**
- Coût : **48,75 \$**
- N.B. : **Apportez votre tapis de yoga, une couverture et un coussin.**
- Participant(e)s : **Minimum 8 membres - maximum 10**
- Animatrice : **Josée Parent**



Hypnothérapie niveau 2

Toujours dans un cadre de séance de groupe, pour aller encore plus loin dans toutes les possibilités que l'hypnose peut vous offrir, en plus de cette belle détente qui perdurera dans le temps. Pour toutes celles qui aiment s'offrir du temps, qui ont des objectifs à concrétiser, ou qui sont simplement curieuses d'aller encore plus loin et de découvrir d'avantage le potentiel de l'hypnothérapie. Encore une fois, vous en retirerez assurément plusieurs bénéfices, et ce, toujours selon vos besoins!

- Dates : **Les mercredis, du 14 avril au 9 juin**
(Congé le 28 avril)



- Durée : **8 rencontres**
- Heures : **9 h 30 à 11 h 30**
- Coût : **52 \$**
- N.B. : **Prérequis : avoir fait le cours d'hypnothérapie niveau 1.**
Apportez une couverture.
- Participant(e)s : **Minimum 8 membres - maximum 10**
- Animatrice : **Jeanne Vertefeuille**





Initiation au Tarot

Cet atelier vous permettra de vous familiariser avec l'art divinatoire du tarot dans une perspective psychologique, et pour une philosophie de vie axée vers les aspects positifs de votre personnalité. Vous apprendrez à interpréter les cartes de Tarot afin de mettre en lumière vos points forts à favoriser et vos points faibles à éviter, afin que vous puissiez vous épanouir pleinement. Cet atelier vous apprendra à faire vos lectures quotidiennes pour vous-mêmes, mais également pour vos proches et amiEs.



Dates	:	<i>Les mardis, du 13 avril au 8 juin</i>
Durée	:	<i>9 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 17 h 30 à 19 h 30</i>
Coût	:	<i>58,50\$</i>
N.B.	:	<i>Pour les intéressées, le Centre vous offre un jeu de Tarot au coût de 20 \$</i>
ParticipantEs	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Elise Paré</i>



La voie des mains

La voie des mains fait vivre un enchaînement lent de postures de mains qui développe un état de paix et de bien-être. Lors de ces séances hebdomadaires, vous expérimenterez comment les mains ouvrent la voie du cœur, et apaisent l'agitation et les tensions du quotidien.



Dates	:	<i>Les mercredis, du 14 avril au 16 juin (Congé le 2 juin)</i>
Durée	:	<i>9 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 19 h à 20 h 30</i>
Coût	:	<i>43,90 \$</i>
ParticipantEs	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Claude Brière</i>





COURS & ATELIERS

Les amies du tricot



Ce moment est dédié pour celles qui connaissent déjà la base du tricot et qui ont envie de venir échanger, et avoir du plaisir entre femmes tout en tricotant!

Dates	:	<i>Les lundis, du 12 avril au 21 juin (Congé le 3 mai, 24 mai et 7 juin)</i>
Durée	:	<i>8 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 14 h 30</i>
Coût	:	<i>GRATUIT</i>
N.B.	:	<i>Apportez votre matériel.</i>
Participant.es	:	<i>Maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Sylvie Champagne</i>

Parlons diversité sexuelle



Un café-causerie pour en connaître un peu plus sur la diversité sexuelle. Je vous propose de venir échanger en toute simplicité entre femmes hétérosexuelles, lesbiennes, bisexuelles, transsexuelles sur des thèmes tels que : les rencontres amoureuses après 50 ans, le *coming out*, vieillir seule, etc. Un échange sur votre réalité au quotidien. En tant que femme, nous avons toutes des besoins, rêves et aspirations. Venez nous les partager et faire de belles rencontres.

Dates	:	<i>Les mardis, du 20 avril au 8 juin</i>
Durée	:	<i>8 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 10 h à midi</i>
Coût	:	<i>GRATUIT</i>
Participant.es	:	<i>Maximum 10</i>
Animatrice	:	<i>Mireille Gagné</i>





Peindre les couleurs de la vie

Les différentes formes d'art 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 avril au 28 mai</i>
Durée	:	<i>9 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 8 h à 10 h (groupe 1) De 10 h à midi (groupe 2)</i>
Coût	:	<i>58,50 \$</i>
Participant·es	:	<i>Maximum 12 par groupe</i>
Animatrice	:	<i>Lise Jollet</i>



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, des taies d'oreiller, des sacs de provision, etc. Bienvenue à toutes les artistes en herbe.



Dates	:	<i>Les mardis 6 et 13 avril</i>
Durée	:	<i>2 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 9 h 30 à 11 h 30</i>
Coût	:	<i>13 \$</i>
N.B.	:	<i>Apportez avec vous les tissus à peindre</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Chantal Nadeau</i>





Sereine et bien dans sa peau (suite)



À l'aide d'exercices simples, de partages, d'échanges, et de courtes méditations dirigées, vous apprendrez à connaître vos besoins, à explorer vos croyances, à découvrir vos valeurs, et à expérimenter de nouveaux outils dans une ambiance chaleureuse d'échanges et de réflexion, pour être mieux dans votre peau.

Dates	:	<i>Les mardis, du 13 avril au 8 juin (Congé le 11 mai)</i>
Durée	:	<i>8 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 15 h</i>
Coût	:	<i>52 \$</i>
N.B.	:	<i>Il n'est pas nécessaire d'avoir déjà suivi l'atelier</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Nicole Melançon</i>



Vitrail ou faux vitrail



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

Dates	:	<i>Les vendredis, du 2 avril au 28 mai</i>
Durée	:	<i>9 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 15 h (groupe 1) de 19 h à 21 h (groupe 2)</i>
Coût	:	<i>58,50 \$</i>
Participant·es	:	<i>Maximum 12 par groupe</i>
Animatrice	:	<i>Lise Jollet</i>



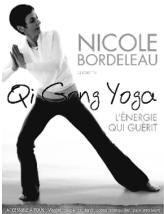
ATELIERS-DÉCOUVERTES



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'ATELIERS-DÉCOUVERTES, 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.

Qi Gong Yoga : l'énergie qui guérit



Vous êtes invitées à venir découvrir et expérimenter en petit groupe le Qi Gong Yoga. Simple, efficace et agréable à suivre, cette formidable méthode vous permettra d'améliorer votre forme physique en 30 minutes, de diminuer votre stress et de soulager de nombreuses douleurs physiques et émotives tout en douceur.

- Dates : Les mardis 6 avril et 15 juin*
Heures : Dès 15 h 30
Coût : GRATUIT
Participant(e)s : Maximum 8
N. B. : Habillez-vous confortablement, et apportez votre tapis de yoga. Le DVD est disponible en location.
Animatrice : DVD animé par Nicole Bordeleau



Initiation à la photographie avec un cellulaire (La suite)

L'atelier est idéal pour toutes les participantes qui désirent devenir à l'aise en photographie avec l'appareil photo qu'elles ont à la portée de main. Cette formation s'adresse à tous les niveaux de talents et à tous les types de téléphones, en autant qu'ils soient suffisamment récents et que la personne maîtrise les étapes de base pour prendre une photo avec un téléphone.

Date	:	<i>Le mercredi 7 avril</i>
Heures	:	<i>De 9 h à 10 h 30 ou de 11 h à 12 h 30</i>
Coût	:	<i>4, 90 \$</i>
N.B.	:	<i>Vous devez avoir suivi le premier atelier</i>
Participant ^{es}	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 10</i>
Animatrice	:	<i>Nicole Doucet</i>



Broderie de diamant

La broderie de diamants sans fil ni aiguille ou *Diamond painting* consiste à déposer des strass, des pierres qui imitent la forme d'un diamant, sur un canevas semblable à une peinture à numéros. C'est un loisir à particularité anti-stress qui permet d'inspirer l'être dans l'ici et maintenant. Avec votre ensemble complet, vous réaliserez une œuvre scintillante!

Date	:	<i>Le jeudi 8 avril</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 16 h</i>
Coût	:	<i>7, 00 \$ (pour le matériel requis)</i>
Participant ^{es}	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Marie-Josée Gélinas</i>





Prendre conscience de mes besoins et trouver les moyens de les combler



Prendre conscience de mes besoins réels, leur donner de la valeur, et trouver les moyens de les combler, m'amène à la confiance en moi, à l'harmonie dans mes relations, et me procure l'énergie et le temps pour ce qui est vraiment important dans ma vie. L'atelier vous permettra cette prise de conscience par des exercices et des partages, dans une ambiance accueillante et chaleureuse.

Date	:	Le samedi 10 avril
Heures	:	De 9 h 30 à 12 h 30
Coût	:	9,75 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Diane Poirier, thérapeute en relation d'aide



Si on délaissait nos masques afin de toucher à notre vraie beauté?

Nous sommes conditionnées depuis des centaines de générations. Chaque *condition-ne-ment* nous éloigne de notre vraie nature; ce qui nous inflige beaucoup de souffrances et de séparations de ce que nous sommes réellement. Ces ateliers sont un appel à contacter cette beauté authentique qui ne vous a jamais quittée.

Dates	:	Les jeudis 29 avril, 13 mai et 27 mai
Heures	:	De 13 h à 16 h
Coût	:	29,25 \$
Participant·es	:	Minimum 8 - Maximum 10
Animatrice	:	Brigitte Locat





Les Élixirs de Roses



Qui n'a pas vécu de blessures du cœur, de peines d'amour? Venez découvrir les 10 élixirs floraux de ROSES d'Andreas Korte : 10 différentes roses où chacune a une action spécifique au chakra du cœur, permettant ainsi d'harmoniser, d'ouvrir le cœur à un état plus serein. Venez bénéficier des projections HLT de ces roses (Luminothérapie Holistique) d'Andreas Korte pour une plus grande Harmonie émotionnelle et un meilleur Équilibre énergétique.

Date	:	<i>Le samedi 1^e mai</i>
Heures	:	<i>De 9 h 30 à 16 h 30</i>
Coût	:	<i>19,50 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Marie-Marthe Lantagne, Thérapeute Holistique</i>



Ouverture à l'amour de soi



C'est quoi s'aimer? Oui, vous avez raison, s'aimer est la chose la plus difficile pour nous, les êtres humains, car ça ne fait pas partie de notre éducation. Le propos essentiel de cette atelier concerne le changement personnel, c'est-à-dire l'évolution à devenir moi-même... à m'épanouir... à devenir un être responsable et heureux.

Date	:	<i>Le lundi 7 juin</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 17 h</i>
Coût	:	<i>13,00 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Micheline Proulx, thérapeute en relation d'aide</i>

CHRONIQUE JURIDIQUE

EH! VOS DROITS!



Par : M^e Nancy Malo

Sujet : La gratuité de la médiation s'élargit maintenant aux couples sans enfant

Comme vous le savez certainement, les couples qui souhaitent bénéficier de services de médiation pour régler leur séparation ont droit à la subvention du gouvernement dans certaines conditions. Un projet pilote verra le jour très bientôt afin d'élargir l'accessibilité de la subvention aux couples sans enfant. Ainsi, un couple qui se sépare, ayant recouru à la médiation pour la première fois, sans avoir obtenu de jugement dans le cadre de leur séparation, bénéficie de 5 heures gratuites de médiation lorsque les parents ont des enfants communs à leur charge. Le taux horaire qui excède la gratuité est toujours de 110 \$ l'heure plus taxes. Alors que le couple avec des enfants à charge qui souhaite réviser un jugement ou modifier une entente de médiation, aura droit à 2 h 30 de médiation gratuite pour régler tout nouveau différent.

Ce sont les règles d'admissibilité de base qui s'appliquent depuis plusieurs années. Ces conditions ne permettaient pas, jusqu'à ce jour, aux couples sans enfant commun à charge ou aux couples ayant des enfants maintenant majeurs et autonomes qui ne sont plus à leur charge, de profiter de la gratuité de la médiation pour régler leur séparation ou leur divorce. Le ministère de la Justice vient de mettre en place un projet pilote qui élargira l'offre de médiation gratuite à ces couples qui étaient auparavant exclus. Ce projet pilote est entré en vigueur en février 2021 et ce jusqu'au 30 juin 2022. Il est bien accueilli par les médiateurs puisqu'il augmente l'accessibilité à ce processus de règlement de la séparation, en permettant aux couples d'être accompagnés en prenant des décisions consensuelles. Informez-vous auprès de votre avocate et médiatrice afin de pouvoir en profiter!

Mise en garde: Le présent texte est fait à titre informatif seulement et ne constitue pas une opinion juridique sur le sujet. Il ne se veut aucunement complet sur le sujet abordé et non applicable à toutes les situations. Consultez votre avocate pour plus d'informations.



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 M^e Nancy Malo qui sera au Centre

les vendredis 9 avril, 7 mai et 4 juin 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, M^e Malo pour votre précieuse collaboration;
nous vous sommes très reconnaissantes!



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



**MICHEL
BOURGEOIS**
Boutique
Les belles choses vieillissent toujours bien
450 883-5522
michelbourgeois.ca

Patrice Desroches
Traiteur
paradis_du_gourmet@hotmail.com

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

viacapitale
Karine Desrosiers
Courtier immobilier inc.
Société par actions d'un courtier
immobilier
514.816.8975
karinedesrosiers.com

Kiwi Le centre d'impression
370, boul. Manseau, Joliette QC J6E 3E1

service-conseil impression numérique photocopies de plans impression grand format

gcl. gagnon
cantin
lachapelle
Notaires S.E.N.C.R.L.

M^e Sonia Paquin, notaire et médiatrice familiale

JOLIETTE – 37, place Bourget Sud, bur. 301 T. : 450 755-4535
BERTHIERVILLE – 691, rue De Montcalm T. : 450 836-7222
www.gclnotaires.com

L'ENCADREUSE
LES CADRES À L'ŒUVRE
Nouvelle adresse à partir du 1^{er} mai
128, boulevard Antonio-Barrette
Notre-Dame-des-Prairies, Québec J6E 1E5

CARMEN LAVIGNE
lencadreuse@hotmail.com
450-755-1112



GABRIEL STE-MARIE
Député fédéral de Joliette

Bureau de circonscription 450 752-1940
436, rue Saint-Viateur gabriel.ste-marie@parl.gc.ca
Joliette (Québec) J6E 3B2



VÉRONIQUE HIVON
Députée de Joliette

BUREAU DE CIRCONSCRIPTION
970, rue Saint-Louis, Joliette Québec J6E 3A4
veronique.hivon.joli@assnat.qc.ca
450 752-6929
veroniquehivon.org

f VeroniqueHivon @vhivon #hivon

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