

30^e

SOIRÉE SPECTACLE

anniversaire du Centre de femmes Marie-Dupuis



Sylvie Tremblay et Monique Fauteux



Céline Faucher

Féminine(s)

RÉCITAL À TROIS VOIX AVEC
CÉLINE FAUCHER, MONIQUE FAUTEUX ET SYLVIE TREMBLAY

Textes et chansons écrits et interprétés par des femmes...

C'est merveilleusement bien entourée de Monique Fauteux et Sylvie Tremblay que Céline Faucher sera de retour à Notre-Dame-des-Prairies pour souligner les 30 ans du Centre de femmes Marie-Dupuis.

Il y aura le lancement de notre **NOUVEAU LOGO!**

AU CARREFOUR CULTUREL DE NOTRE-DAME-DES-PRAIRIES
171, rue Curé-Rondeau, à Notre-Dame-des-Prairies
Vendredi 28 octobre 2022 à 19 h

Accueil dès 18 h 30

Coût : 20 \$ par personne, activité mixte

RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES

Et paiements au Centre de femmes Marie-Dupuis

241, boulevard Antonio-Barrette, Notre-Dame-des-Prairies, 450 752-5005, du lundi au jeudi, de 9 h à 17 h.

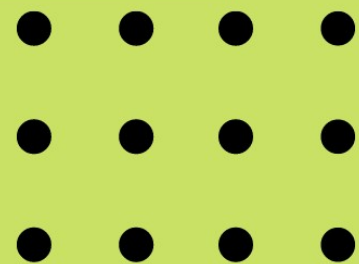
LA TRIBUNE LANAUDOISE

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



Centre de femmes Marie-Dupuis



SOMMAIRE

◆ Soirée du 30e anniversaire	1
◆ Le Mot de la Coordo	2
◆ Événement de la rentrée	3
◆ Bibliothèque	4
◆ Dans notre cuisine	5
◆ Dîner communautaire	5
◆ Ciné et moi	6
◆ Ateliers-découvertes	7
◆ Cafés-rencontres	9
◆ Calendriers des activités	12
◆ Cours et ateliers	14
◆ Chronique juridique	22
◆ Consultations juridiques	23
◆ Journées d'inscriptions	24
◆ Adhésion/Carte de membre	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. 25 pour tous les détails.

RÉDACTION :
MILÈNE BAILLARGEON

CORRECTIONS :
PAULETTE BEAUDRY
MARIE-CHRISTINE LAROCHE

CONCEPTION ET MISE EN PAGE :
ROXANE PELLETIER

PAGES COUVERTURES :
ROXANE PELLETIER

IMPRESSION :
KIWI, LE CENTRE D'IMPRESSION

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!

30^e

SOIRÉE SPECTACLE

anniversaire du Centre de femmes Marie-Dupuis



Sylvie Tremblay et Monique Fauteux

Photo: Luc Pallegoix



Céline Faucher

Photo: Luc Ferrand

Féminine(s)

RÉCITAL À TROIS VOIX AVEC

CÉLINE FAUCHER, MONIQUE FAUTEUX ET SYLVIE TREMBLAY

Textes et chansons écrits et interprétés par des femmes...

C'est merveilleusement bien entourée de Monique Fauteux et Sylvie Tremblay que Céline Faucher sera de retour à Notre-Dame-des-Prairies pour souligner les 30 ans du Centre de femmes Marie-Dupuis.

Il y aura le lancement de notre **NOUVEAU LOGO!**

AU CARREFOUR CULTUREL DE NOTRE-DAME-DES-PRAIRIES
171, rue Curé-Rondeau, à Notre-Dame-des-Prairies
Vendredi 28 octobre 2022 à 19 h

Accueil dès 18 h 30

Coût : 20 \$ par personne, activité mixte

RÉSERVATIONS OBLIGATOIRES

Et paiements au Centre de femmes Marie-Dupuis

241, boulevard Antonio-Barrette, Notre-Dame-des-Prairies, 450 752-5005, du lundi au jeudi, de 9 h à 17 h.

Le Mot de la Coordo



Notre 30^e anniversaire

C'est le 28 octobre prochain que nous allons souligner notre 30^e anniversaire. Une soirée festive, qui vous permettra d'assister au spectacle *Féminine(s)*, de Céline Faucher, qui sera accompagnée de Monique Fauteux et de Sylvie Tremblay. Une soirée de textes et chansons écrits et interprétés par des femmes. En plus de quelques surprises, nous en profiterons pour dévoiler notre nouveau logo. Une soirée de pur bonheur, et nous espérons vous y voir en grand nombre!

Notre AGA

Le 8 juin, une soixante de participantes étaient rassemblées au Centre des arts et des loisirs Alain Larue pour la 30^e assemblée générale annuelle. Il faisait bon d'être en présentiel et de prendre connaissance du rapport annuel pour y trouver tout le travail fait pendant cette année où le Centre, est toujours demeuré ouvert malgré la COVID : ateliers, cafés-rencontres, cuisines collectives et rencontres imprévues pour en arriver à enregistrer 6 234 visites ou participations. Le panier d'épicerie ayant considérablement augmenté, un deuxième groupe de cuisines collectives a été créé et 30 femmes y participent à chaque session. De 4 252 portions réalisées en 2020-2021, nous sommes passées à 13 632 portions en 2021-2022. Ce n'est pas rien! S'ajoute à tout ça l'engagement de plusieurs militantes à différentes tables de concertation. Nous avons également honoré le travail exceptionnel de nos bénévoles qui assurent notre dynamisme et la réalisation de plusieurs activités. Ce sont 4 277,5 heures de bénévolat effectué par 56 femmes et 10 hommes en 2021-2022.

Roe v. Wade

Lors de notre rencontre de collective du 29 juin dernier, nous avons pris la position suivante, à la suite de la révocation du droit aux avortements aux États-Unis. « Nous, membres de la Collective du Centre de femmes Marie-Dupuis, estimons que le contexte actuel en lien avec le droit des femmes à l'avortement aux États-Unis impose une vigilance même ici au Québec.

À cet effet, le Centre met sur pied « une veille » sur tout ce qui entoure les droits des femmes à l'avortement.

Le leadership sera assumé par le comité politique du Centre.

Cette veille aura pour objectif de :

- S'approprier le dossier en réalisant une mise à jour de l'état de la situation au Québec et au Canada
- D'en informer les membres au moment jugé opportun
- D'informer les membres sur les actions au Québec
- De faire appel à l'action si nécessaire

Afin d'être à jour sur les connaissances et les actions à mener, le Centre s'engage à devenir membre de la Fédération du Québec pour le planning des naissances, le groupe en expertise sur ce dossier ».

Le 6 septembre prochain, le documentaire Roe v. Wade sera présenté lors du *Ciné et moi*.

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 24 août
Heures : À compter de midi et jusqu'à 16 h environ
À compter de 10 h pour les bénévoles
Coût : Gratuit pour les membres et 5 \$ pour les non-membres
Lieu : Centre des arts et 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 23 août à 17 heures.

Friperie



Vous êtes invitées les samedis **24 septembre** et **22 octobre** prochains, entre 10 h et 14 h, à venir explorer la friperie de Marie-Dupuis. Un moyen « écolo » pour renouveler sa garde-robe à coût modique!

N. B : Apportez vos sacs. Pour les femmes seulement. Une contribution volontaire est demandée selon ce que vous pouvez et voulez offrir en échange. Les fonds amassés seront remis au bénéfice du Centre.

Bonnes trouvailles, Mesdames!

Sortie à la ferme Guy Rivest



Vous êtes invitées à venir découvrir le Grand labyrinthe de Lanaudière spécialement décoré pour l'Halloween. Dans un champ de maïs de 6 hectares, 8 km de sentiers ont été ouverts... pour vous faire perdre le nord! Saurez-vous trouver la sortie du labyrinthe?

Il y a deux circuits dans le labyrinthe. Un plus court (environ 20 minutes à parcourir) et le grand (environ 1 heure à parcourir). Dans le grand trajet, vous croiserez des sorties de secours et vous passerez obligatoirement devant, libre à vous de continuer votre chemin ou non. Sur place, il y a une boutique avec des produits du terroir et rafraîchissements.

Date	:	Le vendredi 21 octobre
Heure	:	Le départ se fera au Centre dès 13 h
Endroit	:	1305, ch. Laliberté, Rawdon
Coût	:	7 \$ pour les membres - 9 \$ pour les non-membres
N. B.	:	Possibilité de covoiturage sur demande. Habillez-vous confortablement.

BIBLIOTHÈQUE

Votre Centre de femmes vous propose plus d'un **millier de livres**, abordant principalement les trois grands thèmes qui nous tiennent à cœur, soit : 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 maximale d'**un mois**, renouvelable une fois.

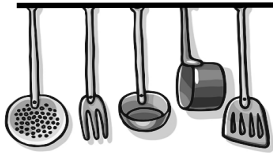


Merci à **Carole Faucher** et **Andrée Germain**, responsables de la mise à jour de notre bibliothèque, pour leur travail formidable et bénévole.

NOUVEAUTÉS

Maquillée de Daphné B. (DAP 1430), **Les remèdes de grand-mère au Québec** de Mia Dansereau-L. (DAN 1431), **L'Amérique au bord du gouffre** de Rafael Jacob (JAC 1439), **Tout pour être heureuse** de Sophie Desmarais, (DES 1434), **Mister Big** de India Desjardins (DES 1433), **C'est le Québec qui est né dans mon pays!** de Emanuelle Dufour (DUF 1435), **Le deuxième corps** de Karen Messing (MES 1441), **La démocratie féministe** de Marie-Cécile Naves (NAV 1448), **Y avait-il des limites, si oui je les ai franchies mais c'était par amour ok** de Michelle Lapierre-Dallaire (LAP 1440).

DANS NOTRE



Cuisine



Cuisines collectives



Et si le fait de mettre la main à la pâte en groupe vous permettait d'économiser sur vos factures d'épicerie et d'apprendre à mieux organiser vos menus de la semaine? Lors de ces rencontres, vous serez guidées dans l'accomplissement de tâches simples telles que laver et couper les légumes, cuire des aliments et autres préparations. Aussi, vous bénéficierez d'un généreux panier de denrées alimentaires en provenance de *Moisson Lanaudière*.

Dates

Groupe 1

Les mardis 13 septembre, 27 septembre et 11 octobre
Les mercredis 14 septembre, 28 septembre et 12 octobre

Groupe 2

Les mardis 20 septembre, 4 octobre et 18 octobre
Les mercredis 21 septembre, 5 octobre et 19 octobre

Coût

: 18 \$

N.B.

: Le Centre communiquera avec les participantes suivant leur inscription pour confirmer leur groupe et leurs journées de participation aux cuisines.

Participantes

: Maximum 30

Animatrice

: Lise Jollet

DÎNER COMMUNAUTAIRE

Les sorcières de Marie-Dupuis à table!



En ce jour même d'Halloween, vous êtes invitées à venir partager un repas à la table des sorcières de Marie-Dupuis. Ce dîner sera suivi d'un café-rencontre en présence d'une invitée spéciale. (Voir la description à la page 11). Enfin, nous vous invitons à vous déguiser en sorcière afin d'ajouter encore plus de magie à cette superbe rencontre!

Date

: Le lundi le 31 octobre

Heures

: À compter de 9 h 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.

CINÉ ET MOI

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



Roe v. Wade : La véritable histoire de l'avortement



Opposants et partisans du droit à l'avortement s'expriment dans ce film, qui examine la longue campagne politique visant à annuler la décision Roe contre Wade.

Date : *Le mardi 6 septembre*
Heure : *9 h 30*
Coût : *2 \$*
Durée : *99 minutes*
Animation : *Le Comité politique*

Kuessipan



Deux amies inséparables grandissent dans une communauté innue. Mikuan vit au sein d'une famille aimante, tandis que Shaniss recolle les morceaux d'une enfance bafouée. Enfants, elles se promettent de toujours rester ensemble, coûte que coûte. Mais à l'aube de leurs 17 ans, leur amitié se craquelle lorsque Mikuan s'amourache d'un blanc, et se met à rêver de sortir de cette réserve trop petite pour ses ambitions.

Date : *Le mardi 25 octobre*
Heure : *9 h 30*
Coût : *2 \$*
Durée : *117 minutes*

ATELIERS-DÉCOUVERTES



Vous aimeriez faire des activités à la fois 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.



Les secrets de nos rêves

Demander aux enseignants du monde onirique de nous éclairer sur un sujet de notre choix, et au matin, cueillir une réponse en souvenirs ou en resenti.

Date	:	<i>Le vendredi 2 septembre</i>
Heures	:	<i>De 9 h à 12 h</i>
Coût	:	<i>9,75 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Marguerite Lanoue</i>



Apprendre à méditer à partir de notre corps

Une introduction à la méditation Pleine Présence. Prendre un temps pour se déposer, revenir à l'intérieur de soi et découvrir comment, à partir de repères du corps, je peux installer des conditions pour faciliter mon introspection, pour faciliter l'accès à des parties de moi-même.

Date	:	<i>Le vendredi 2 septembre</i>
Heures	:	<i>De 15 h à 17 h</i>
Coût	:	<i>6,50 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
N.B.	:	<i>Apportez un petit cahier.</i>
Animatrice	:	<i>Patricia Boisvert</i>



ATELIERS-DÉCOUVERTES



Oser écrire et découvrir

Un atelier qui permet d'exprimer des émotions, des pensées, des désirs, des inquiétudes et des découvertes qui oseront éclairer nos réflexions.

Date	:	Le lundi 5 septembre
Heures	:	De 9 h à 12 h
Coût	:	9,75 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Marguerite Lanoue



Le toucher métamorphique

Cet atelier a pour but de pratiquer cette technique simple de massage des pieds, des mains et de la tête, qui apporte détente et bien-être. Elle libère des blocages et permet à l'énergie vitale de circuler. On peut la pratiquer en automassage aussi.

Date	:	Le lundi 10 octobre
Heures	:	De 9 h à 16 h
Coût	:	19,50 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
N.B.	:	Apportez votre lunch.
Animatrice	:	Marguerite Lanoue



Le pouvoir des bains de forêts

Vous êtes invitées à découvrir le pouvoir que procurent les bains de forêts sur notre bien-être. Une pratique consciente à faire appel à tous nos sens pour se reconnecter à la nature et au moment présent. Thèmes abordés : Introduction à l'aromathérapie et l'olfactothérapie, Apprentissage de 4 huiles essentielles de nos forêts québécoises, Comment recréer la forêt dans votre quotidien, Méditation olfactive.

Date	:	Le mercredi 26 octobre
Heures	:	De 13 h à 15 h 30
Coût	:	8,15 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Amélie Bertrand



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 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 septembre **Stimulons nos neurones**



Cette conférence s'adresse à toutes les femmes qui s'intéressent à la santé cognitive. L'âge n'est pas le seul responsable des petits oublis. Le stress, l'isolement et l'inactivité affectent la mémoire. Apparemment, après la peur du cancer, la maladie d'Alzheimer est la deuxième plus grande peur chez les gens concernant leur santé.

Animatrice : Sylvie Charbonneau

Mercredi 14 septembre **Oser suivre son intuition**

Cette conférence vous invite à vous éveiller à votre plein potentiel, en vous reconnectant à qui vous êtes réellement pour vous permettre de vivre la vie dont vous avez toujours rêvé, sans aucune limite, en vous laissant porter par votre plus grande alliée, votre intuition.

Animatrice : Amélie Bertrand



CAFÉS-RENCONTRES



Mercredi 21 septembre

La « Liberté »



La vraie liberté c'est quand on arrive à vivre dans la Joie et la Paix sans que ce soit pour quelque chose d'extérieur à nous. Pour y arriver, on doit nettoyer les blocages énergétiques que nous avons créés en nous par les blessures, les tristesses, l'agressivité, etc. Que nous avons refoulés en nous depuis la nuit des temps. Avec les sons et la Lumière nous pouvons y arriver. C'est ce que je vous propose d'expérimenter.

Animateur : Guy Lussier

Mercredi 28 septembre

Connaître les services, les ressources et les droits pour les personnes âgées

Quels sont les services existants pour les personnes âgées qui veulent garder de l'autonomie et rester à domicile? Quelles sont les références? Comment prévoir l'utilisation des différents services comme le Centre d'action bénévole Émilie-Gamelin, le Répit de Gaby, etc.

*Animatrice : Blanche Galarneau de l'A.Q.D.R et Action logement
Une initiative du Comité politique.*



Mercredi 5 octobre

L'histoire des femmes, revendications et lois



Nous allons voir ensemble la progression de nos droits depuis les deux derniers siècles, et la mise en évidence de la contribution des femmes et des féministes à l'évolution de notre société de tous horizons.

Animatrice : Nicole Doucet

CAFÉS-RENCONTRES



Mercredi 12 octobre

Mode d'emploi : Comment faire les bons choix lorsqu'on doit quitter son domicile?

Selon ma situation, est-ce que je demeure à la maison, en logement, dans une résidence? Faire mon bilan et planifier selon mes désirs, mes choix et ma réalité.

Animatrice : Marguerite Lanoue

Une initiative du Comité politique.

Mercredi 19 octobre

La santé multidimensionnelle

Je suis une passionnée devant tout ce qui touche de près ou de loin à la notion de santé. Cette dernière est pour moi multidimensionnelle : physique, énergétique, spirituelle, émotionnelle, relationnelle, environnementale, financière et bien plus. Je vous offre la possibilité de prendre un temps pour vous, pour votre santé. Cet espace-temps est le premier pas vers votre santé multidimensionnelle et vous permettra de goûter à mon univers ainsi qu'à mon approche unique, tout en conscientisant l'importance de prendre soin de soi.

Animatrice : Karol-Anne Dion



Lundi 31 octobre Exceptionnellement sera offert le lundi pour l'occasion de l'halloween Réveiller le feu de son leadership!


À travers le partage de mon histoire, je démystifierai ce qu'est le leadership, et expliquerai de façon concrète et motivante comment le réveiller et le personnaliser. Vous serez ensuite invitées à vivre une expérience vous permettant de reconnecter avec vos passions, vos forces et vos valeurs.

Animatrice : Sophie Audet, autrice du livre La révolution des sorcières : guide de développement du leadership féminin



CENTRE DE FEMMES MARIE-DUPUIS

SEPTEMBRE 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>PRENEZ NOTE QUE LE CENTRE SERA FERMÉ LE MERCREDI 31 AOÛT.</p> 			<p>Journée 1 d'inscriptions</p>	<p>2 9 h Les secrets de nos rêves <i>p. 7</i> 15 h Apprendre à méditer à partir de notre corps <i>p. 7</i></p>
<p>5 9 h Oser écrire et découvrir <i>p. 8</i> CENTRE FERMÉ FÊTE DU TRAVAIL 17 h 30 Initiation au Tarot <i>p. 18</i></p>	<p>6 9 h 30 Ciné et moi : <i>Roe v. Wade : La véritable histoire de l'avortement</i> <i>p. 6</i> 13 h Broderie de diamant <i>p. 15</i></p>	<p>7 13 h 30 Café-rencontre <i>Stimulons nos neurones</i> <i>p. 9</i> 16 h La voie des mains <i>p. 19</i></p>	<p>8 9 h 30 Rencontre du Comité politique 10 h 30 Les amies du crochet <i>p. 19</i> 13 h Stimulons nos neurones <i>p. 21</i> 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi <i>p. 18</i></p>	<p>9 8 h Peindre les couleurs de la vie <i>p. 20</i> 10 h Peindre les couleurs de la vie <i>p. 20</i> 13 h Vitrail ou faux vitrail <i>p. 21</i> 19 h Vitrail ou faux vitrail <i>p. 21</i></p>
<p>12 9 h 30 Aquarelle <i>p. 14</i> 13 h Les amies du tricot <i>p. 20</i> 17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>13 Cuisines collectives (groupe 1) <i>p. 5</i> 10 h Couture d'une courte-pointe <i>p. 17</i> 13 h Broderie de diamant <i>p. 15</i></p>	<p>14 Cuisines collectives (groupe 1) <i>p. 5</i> 9 h Coup de cœur Lecture 13 h 30 Café-rencontre <i>Oser suivre son intuition</i> <i>p. 9</i> 16 h La voie des mains</p>	<p>15 10 h 30 Les amies du crochet 13 h Stimulons nos neurones 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>16 8 h Peindre les couleurs de la vie 9 h Consultations juridiques <i>p. 23</i> 10 h Peindre les couleurs de la vie 13 h Vitrail ou faux vitrail 19 h Vitrail ou faux vitrail</p>
<p>19 9 h 30 Aquarelle 13 h Les amies du tricot 17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>20 Cuisines collectives (groupe 2) <i>p. 5</i> 10 h Couture d'une courte-pointe 13 h Connaître et maîtriser ma tablette (avancé) <i>p. 16</i> 15 h Et si mon corps était mon allié <i>p. 17</i></p>	<p>21 Cuisines collectives (groupe 2) <i>p. 5</i> 13 h 30 Café-rencontre <i>La « Liberté »</i> <i>p. 10</i> 16 h La voie des mains</p>	<p>22 10 h 30 Les amies du crochet 13 h Stimulons nos neurones 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>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>26 9 h 30 Aquarelle 13 h Les amies du tricot 17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>27 Cuisines collectives (groupe 1) <i>p. 5</i> 10 h Couture d'une courte-pointe 13 h Connaître et maîtriser ma tablette (avancé) <i>p. 16</i> 15 h Et si mon corps était mon allié</p>	<p>28 Cuisines collectives (groupe 1) <i>p. 5</i> 13 h 30 Café-rencontre <i>Connaître les services, les ressources et les droits pour les personnes âgées</i> <i>p. 10</i> 16 h La voie des mains</p>	<p>29 10 h 30 Les amies du crochet 13 h Stimulons nos neurones 17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>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

OCTOBRE 2022

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<p>9 h 30 Aquarelle 3</p> <p>13 h Les amies du tricot</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>Cuisines collectives (groupe 2) 4</p> <p>10h Couture d'une courte-pointe</p> <p>13 h Comment effectuer une recherche... <i>p. 16</i></p> <p>15 h Et si mon corps était mon allié</p>	<p>Cuisines collectives (groupe 2) 5</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>L'histoire des femmes, revendications et lois p. 10</i></p> <p>16 h La voie des mains</p>	<p>9 h 30 Rencontre du Comité politique 6</p> <p>10 h 30 Les amies du crochet</p> <p>13 h Stimulons nos neurones</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>8 h Peindre les couleurs de la vie 7</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>9 h Toucher métamorphique 10 <i>p. 8</i></p> <p>CENTRE FERMÉ</p> <p>ACTION DE GRÂCE</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>Cuisines collectives (groupe 1) 11</p> <p>10 h Couture d'une courte-pointe</p> <p>13 h Comment effectuer une recherche...</p> <p>15 h Et si mon corps était mon allié</p>	<p>Cuisines collectives (groupe 1) 12</p> <p>9 h 30 Coup de cœur lecture</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Faire les bons choix lorsqu'on doit quitter son domicile p. 11</i></p> <p>16 h La voie des mains</p>	<p>13</p> <p>10 h 30 Les amies du crochet</p> <p>13 h Stimulons nos neurones</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>8 h Peindre les couleurs de la vie 14</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>9 h 30 Aquarelle 17</p> <p>12 h Arrivée de <i>La Tribune Lanaudoise p. 25</i></p> <p>13 h Les amies du tricot</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>Cuisines collectives (groupe 2) 18</p> <p>10 h Couture d'une courte-pointe</p> <p>15 h Et si mon corps était mon allié</p>	<p>Cuisines collectives (groupe 2) 19</p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>La santé multidimensionnelle p. 11</i></p> <p>16 h La voie des mains</p>	<p>10 h 30 Les amies du crochet 20</p> <p>13 h Envoi postal de <i>La Tribune Lanaudoise p. 25</i></p> <p>13 h Stimulons nos neurones</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>9 h Consultations juridiques <i>p. 23</i> 21</p> <p>13 h Sortie à la ferme Guy Rivest <i>p. 4</i></p>
<p>9 h 30 Aquarelle 24</p> <p>13 h Les amies du tricot</p> <p>17 h 30 Initiation au Tarot</p>	<p>9 h 30 Ciné et moi : <i>Kuossipan p. 6</i> 25</p> <p>15 h Et si mon corps était mon allié</p>	<p>26</p> <p>13 h Le pouvoir des bains de forêts <i>p. 8</i></p> <p>16 h La voie des mains</p>	<p>Journée d'inscriptions 27</p> <p>17 h 30 Harmoniser toutes les parties de Soi</p>	<p>19 h 30^e anniversaire du Centre <i>p. 1</i> 28</p>
<p>31</p> <p>9h Préparation du dîner communautaire</p> <p>12 h Dîner d'Halloween Les sorcières à tables! <i>p. 5</i></p> <p>13 h 30 Café-rencontre <i>Réveiller le feu de son leadership p. 11</i></p>	<p>NOUS VOUS INVITONS À NOTRE FRIPERIE MENSUELLE.</p> <p>DATES : LES VENDREDIS 24 SEPTEMBRE ET 22 OCTOBRE</p> <p>HEURES : DE 10 H À 14 H</p> <p>(Voir page 3)</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 1^{er} septembre 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.



Aquarelle



Cette série de 6 rencontres s'adresse à toute femme possédant des notions de base et désirant améliorer sa pratique de cet art créatif. Apportez votre propre matériel; des conseils d'achats vous seront fournis sur demande.

Dates	:	Les lundis, du 12 septembre au 24 octobre (Congé le 10 octobre)
Durée	:	6 rencontres
Heures	:	De 9 h 30 à 11 h 30
Coût	:	39 \$
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 10
Animatrice	:	Lise Quay





COURS & ATELIERS

Broderie de diamants : confection d'un signet de lecture



La broderie de diamant 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	:	Le mardi 6 septembre
Heures	:	De 13 h à 16 h
Coût	:	9,80 \$ (pour le matériel requis)
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Marie-Josée Gélinas



Broderie de diamants : confection d'un arbre en 4 panneaux



La broderie de diamant 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	:	Le mardi 13 septembre
Heures	:	De 13 h à 16 h
Coût	:	19,15 \$ (pour le matériel requis)
Participant·es	:	Minimum 8 membres - maximum 12
Animatrice	:	Marie-Josée Gélinas





Comment connaître et maîtriser le fonctionnement d'une tablette? (niveau avancé)

Formation « avancée ou intermédiaire » pour aller plus en profondeur dans différentes applications, d'être à l'aise avec les médias sociaux, et de découvrir certaines applications populaires.

- Dates* : *Les mardis 20 et 27 septembre*
- Heures* : *De 13 h à 14 h 30*
- Coût* : *9,75 \$*
- Participant·es* : *Minimum 8 membres - maximum 12*
- N.B.* : *Prérequis : être à l'aise avec certains réglages de la tablette y compris la connexion Wifi, avoir une adresse courriel, et savoir naviguer sur Internet.*
- Animatrice* : *Nicole Doucet*



Comment effectuer une recherche à l'aide des moteurs Google, Map et Earth?

Formation pour aller plus en profondeur afin d'effectuer des recherches à l'aide des moteurs *Google, Map et Earth*.

- Dates* : *Les mardis 4 et 11 octobre*
- Heures* : *De 13 h à 14 h 30*
- Coût* : *9,75 \$*
- Participant·es* : *Minimum 8 membres - maximum 12*
- N.B.* : *Vous pouvez utiliser l'appareil de votre choix : cellulaire, ordinateur, tablette.*
- Animatrice* : *Nicole Doucet*





COURS & ATELIERS

Couture à la main d'une courte-pointe



C'est dans le plaisir que vous êtes invitées à venir apprendre comment faire la couture d'une courte pointe à la main.

- Dates** : *Les mardis, du 13 septembre au 18 octobre*
Durée : *6 rencontres*
Heures : *De 10 h à 11 h 30*
Coût : *Gratuit*
Participant·es : *Maximum 8 membres*
N.B. : *Apportez votre matériel. Vous aurez besoin de tissus de coton, fils, aiguilles, épingles et ciseaux.*
Animatrice : *Jeanne Marcoux*

Et si mon corps était mon allié... Pour méditer!



S'engager pour 6 semaines pour aller au-delà de la pleine conscience... Au-delà de la détente et de la réduction du stress, prendre un temps pour apprendre pas-à-pas à se servir de son corps pour éventuellement auto-méditer en Pleine Présence. C'est-à-dire apprendre progressivement à habiter son corps, ressentir les effets dans son corps, l'interaction entre le mouvement interne de vie, son corps et ses pensées.

- Dates** : *Les mardis, du 20 septembre au 25 octobre*
Durée : *6 rencontres*
Heures : *De 15 h à 17 h*
Coût : *39 \$*
Participant·es : *Minimum 8 membres - maximum 12*
N.B. : *Apportez un petit cahier qui vous servira de journal de bord.*
Animatrice : *Patricia Boisvert*



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-même, et de libérer les tensions ou les émotions accumulées au fil du temps... en apprivoisant graduellement la *Pleine Conscience*.

Dates	:	Les jeudis, du 8 septembre au 27 octobre
Durée	:	8 rencontres
Heures	:	17 h 30 à 19 h
Coût	:	39 \$
N.B.	:	<i>Apportez votre tapis de yoga, une couverture et un coussin.</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 10</i>
Animatrice	:	Josée Parent



Initiation au Tarot - niveau 1



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-même, mais également pour vos proches et amiEs.

Dates	:	Les lundis, du 5 septembre au 24 octobre
Durée	:	8 rencontres
Heures	:	De 17 h 30 à 19 h 30
Coût	:	52 \$
N.B.	:	<i>Pour les intéressées, le Centre vous offre un jeu de Tarot au coût de 20 \$.</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	Élise Paré





COURS & ATELIERS

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 7 septembre au 26 octobre</i>
Durée	:	<i>8 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 16 h à 17 h 30</i>
Coût	:	<i>39 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>
Animatrice	:	<i>Claude Brière</i>



Les amies du 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 crocheter en groupe, vous êtes les bienvenues.

Dates	:	<i>Les jeudis, du 8 septembre au 20 octobre</i>
Durée	:	<i>7 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 10 h 30 à 12 h</i>
Coût	:	<i>GRATUIT</i>
N.B.	:	<i>Apportez votre matériel.</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 12</i>



COURS & ATELIERS

Les amies du tricot



Ce moment est dédié à 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 septembre au 24 octobre (Congé le 10 octobre)</i>
Durée	:	<i>6 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>

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.

Dates	:	<i>Les vendredis, du 9 septembre au 14 octobre</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.es	:	<i>Maximum 12 par groupe</i>
Animatrice	:	<i>Lise Jollet</i>





COURS & ATELIERS

Stimulons nos neurones



Au programme : Stimulation, informations, activités ludiques, entraînement de la mémoire et de la concentration dans un climat divertissant qui fait du bien. Contribue à briser l'isolement et activer les neurones pour une santé cognitive améliorée.

Dates	:	<i>Les jeudis, du 8 septembre au 20 octobre</i>
Durée	:	<i>7 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 15 h</i>
Coût	:	<i>45,50 \$</i>
Participant·es	:	<i>Minimum 8 membres - maximum 15</i>
Animatrice	:	<i>Sylvie Charbonneau</i>



Vitrail ou faux vitrail



Cet atelier créatif vous permettra 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 des créations artistiques conçues à l'aide d'une foule de matériaux les plus incongrus : bouts de verres, pelotes de laine, etc.

Dates	:	<i>Les vendredis, du 9 septembre au 14 octobre</i>
Durée	:	<i>6 rencontres</i>
Heures	:	<i>De 13 h à 15 h (groupe 1) De 19 h à 21 h (groupe 2)</i>
Coût	:	<i>39 \$</i>
N.B.	:	<i>Seule une partie du matériel est fournie, vous devez prévoir en acheter un peu, selon vos projets.</i>
Participant·es	:	<i>Maximum 12 par groupe</i>
Animatrice	:	<i>Lise Jollet</i>



CHRONIQUE JURIDIQUE

EH! VOS DROITS!



par : M^e Sonia Castonguay

Sujet : Les droits des grands-parents de maintenir une relation personnelle avec leurs petits-enfants

Que ce soit entre les conjoints ou entre les enfants et les conjoints, il arrive qu'il y ait des tensions dans les familles. Il est pertinent de consulter un avocat pratiquant dans le domaine du droit de la famille, lorsque les deux parents décident de se séparer et qu'il y a des différends entre eux quant à la garde de leur enfant. Mais qu'arrive-t-il lorsqu'il y a un conflit entre les grands-parents et les parents lorsque ces derniers empêchent les grands-parents de maintenir une relation personnelle avec leurs petits-enfants?

Les grands-parents bénéficient d'une disposition législative spécifique, soit l'article 611 du *Code civil du Québec* (ci-après « C.c.Q. »), qui prévoit que :

« Les père et mère ne peuvent, sans motifs graves, faire obstacle aux relations personnelles de l'enfant avec ses grands-parents.

À défaut d'accord entre les parties, les modalités de ces relations sont réglées par le tribunal. »

Dans l'éventualité où c'est difficile, voire impossible, pour les grands-parents de voir leurs petits-enfants à cause du refus des parents, ils peuvent présenter une demande introductive d'instance à la Cour supérieure du Québec afin d'obtenir des droits d'accès.

Le tribunal prendra en compte l'intérêt de l'enfant. Le principe qui se dégage de la jurisprudence est qu'il faut un motif grave pour empêcher les grands-parents d'obtenir des droits d'accès à leurs petits-enfants. Des tensions entre les parents et les grands-parents peuvent être en soi un motif grave pour empêcher ces droits d'accès, mais encore faut-il que ces tensions viennent nuire à l'intérêt de l'enfant.

Le tribunal analyse chaque situation et décide au regard de la preuve et du meilleur intérêt de l'enfant, et non pas celui des grands-parents ou des parents. Dans ses pouvoirs, le tribunal peut limiter les contacts à des échanges de lettres, des conversations téléphoniques, des appels vidéo ou des contacts avec supervision.

Puisque ce sont les parents qui sont titulaires de l'autorité parentale, les tribunaux accorderont des droits d'accès moins larges que celui d'un parent non-gardien, compte tenu de la relation du parent avec son enfant. Néanmoins, les grands-parents peuvent tout de même obtenir quelques moments précieux avec leurs petits-enfants, si tel est dans son intérêt.

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 Sonia Castonguay, avocate



CONSULTATIONS JURIDIQUES

En étant membre du Centre de femmes, nous vous offrons la possibilité de vous prévaloir d'une consultation juridique gratuite avec maîtresse Sonia Castonguay.

les vendredis 16 septembre et 21 octobre 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, maîtresse Castonguay pour votre précieuse collaboration;
nous vous sommes très reconnaissantes!

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

Jeudi 1^{er} septembre

Jeudi 27 octobre

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 Lanaudoise* 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 :

- Événement de la rentrée le mercredi 24 août
- Soirée du 30^e anniversaire le vendredi 28 octobre

Prochain envoi de *La Tribune*

La version papier sera disponible au Centre, le lundi **17 octobre** 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 **20 octobre** en après-midi.

La journée d'inscriptions, quant à elle, aura lieu le jeudi **27 octobre**. 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 Beaupied 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 2023.

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



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


Karine Desrosiers
TRA, Thérapeute en relation d'aide^{MD}
514.816.8975
tra@karinedesrosiers.com



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

service-conseil	impression numérique	photocopies de plans	impression grand format
			


Josée Marion et Maxime Martineau
Pharmaciens propriétaires

Affiliée à:


320, boul. Antonio-Barrette
Notre-Dame-des-Prairies
(Québec) J6E 1G2
T: 450 752-0905
F: 450 752-0914



Le Bonheur chez Nous
Parce que **les différences** font **la beauté** du monde...

Martine Lapointe (450) 917-8000
Massothérapeute Certifiée
Suédois, Californien, chaise, Femme enceinte, enfant,
Réflexologie, Pierres chaudes, Ventouse, Guasha, ...
485 St-Louis, Joliette, Qc, J6E 2Z1




Gabriel Ste-Marie
Député fédéral de Joliette

120, Place Bourget Nord, Joliette
gabriel.ste-marie@parl.gc.ca
450 752-1940 \ @gabrielstmarie
www.gabrielstmarie.quebec



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

 VeroniqueHivon  @vhivon  #hivon



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