

Octobre 2026

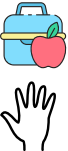
1008 rue Mainguy, Québec, G1V 3S6
info@cfaujourdhui.org
(418) 651-4280

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
27	28	29	30 Lancement de la programmation 17h à 18h30 <i>Au centre communautaire Claude-Allard</i>	1 Action symbolique pour le droit au logement de la COLOC <i>Départ collectif Rdv au CFA à 11h45</i>	2	3
4 Action pour le droit à l'avortement Rdv à 14h Lieu à définir: contactez-nous pour avoir plus d'information!	5	6 Là où le nous commence: Création d'un guide du vivre-ensemble 13h à 16h	7	8 Cercle d'écoute <i>Comment ça va?</i> 10h à 11h30	9	10
11	12 Féried Action de grâce	13	14	15 Discussion féministe <i>Femmes et pauvreté, présentation du film J'existe, de ROSE du Nord</i> 12h à 15h	16	17 Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté
18 <i>C'est la Semaine nationale de l'action communautaire autonome!</i>  <i>Restez à l'affût: vous serez sollicitées dans le cadre des activités du Centre!</i>	19 Ouverture du milieu de vie 12h à 14h30  Décoration de la salle pour l'Halloween pour celles qui le souhaitent! 	20 Journal créatif <i>Nos différents rôles</i> 13h30 à 15h	21 Cuisine collective 9h30 à 14h30 (groupe complet)	22	23	24
25	26 Ciné-féministe <i>Les eaux calmes (de Annie Leclerc)</i> 18h à 20h30	27 Popote solidaire 10h à 13h 	28	29 Souper des sorcières 16h30 à 19h	30	31

Légende

Inscription obligatoire
Merci de vous inscrire une semaine avant l'activité

Journée de mobilisation



Lunch
Vous pouvez dîner avant ou après l'activité, apportez votre lunch

Implication
Activité pour contribuer à la vie du Centre

Novembre 2026

1008 rue Mainguy, Québec, G1V 3S6
info@cfaujourdhui.org
(418) 651-4280

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
1	2 Ouverture du milieu de vie 12h à 14h30 	3	4 Atelier autodéfense Groupe A -séance 1 de 2 17h30 à 19h30	5 Atelier autodéfense Groupe B -séance 1 de 2 13h15 à 15h15	6	7
8	9 Comité temps des fêtes 10h30 à 12h  Ouverture du milieu de vie 12h à 14h30 	10	11 Cuisine collective 9h30 à 14h30 (groupe complet) Atelier autodéfense Groupe A -séance 2 de 2 17h30 à 19h30	12 Atelier autodéfense Groupe B -séance 2 de 2 13h15 à 15h15	13	14
15	16 Ouverture du milieu de vie 12h à 14h30  Décoration de la salle pour le temps des fêtes pour celles qui le souhaitent! 	17 Journal créatif <i>Nos besoins et nos limites</i> 13h30 à 15h	18	19	20	21
22	23 Comité temps des fêtes 10h30 à 12h  Ouverture du milieu de vie 12h à 14h30 	24 Discussion féministe et fabrication de bannières: <i>Femmes et violences</i> 12h à 15h30	25 Début des 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes	26 Cercle d'écoute <i>Comment ça va à l'approche des fêtes?</i> 10h à 11h30	27	28
29 <i>Le formulaire d'appréciation sera disponible dans le milieu de vie à partir de cette semaine. Merci de le remplir et de nous le faire parvenir d'ici le début de janvier!</i>	30 Ciné-féministe <i>Beans (de Tracey Deer)</i> 18h à 20h30	<div><div>Légende Inscription obligatoire Merci de vous inscrire une semaine avant l'activité Journée de mobilisation</div><div>Lunch Vous pouvez dîner avant ou après l'activité, apportez votre lunch Implication Activité pour contribuer à la vie du Centre</div></div>				



Décembre 2026

1008 rue Mainguy, Québec, G1V 3S6

info@cfaujourdhui.org

(418) 651-4280

Dimanche

Lundi

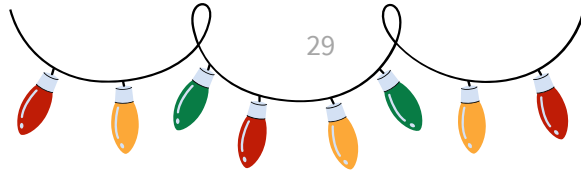
Mardi

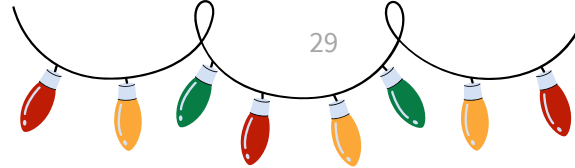
Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi



		1	2	3	4	5
			Cuisine collective 9h30 à 14h30 (groupe complet)			
			Discussion féministe: <i>Femmes et logement (CLAQO)</i> 17h30 à 19h30 <i>Biblio Monique-Corriveau</i>			
6	7	8	9	10	11	12
Journée de commémoration et d’action contre les violences faites aux femmes <i>Détails à venir</i>	Ouverture du milieu de vie 12h à 14h30  Écriture de cartes de Noël pour les femmes du Centre pour celles qui le souhaitent 	Journal créatif <i>Notre relation au plaisir</i> 13h30 à 15h		Comité temps des fêtes 10h30 à 12h 		
13	14	15	16	17	18	19
	Popote solidaire pour le dîner des fêtes 9h30 à 13h30 	Dîner du temps des fêtes 11h à 14h30 <i>Biblio Monique-Corriveau</i>				
20	21	22	23	24	25	26
	Début de la période de fermeture pour les fêtes				Joyeux Noël !	
27	28	29	30	31	<u>Légende</u> Inscription obligatoire Merci de vous inscrire une semaine avant l’activité Journée de mobilisation  Implication	

Légende

Inscription obligatoire

Merci de vous inscrire une semaine avant l'activité

Journée de mobilisation



h Implication

Activité pour contribuer à la vie du Centre

 **Lunch**

 **Lunch** Vous pouvez dîner avant ou après l'activité, apportez votre lunch

Plus de détails sur la programmation d'automne

Pour être ensemble, se soutenir et se solidariser :

- **Ouverture du milieu de vie:** le milieu de vie est ouvert à celles qui désirent se rassembler simplement, dans un milieu féministe et sécuritaire pour toutes. Apportez votre lunch et venez jaser, tricoter, dessiner, prendre une collation, coudre, utiliser l'ordinateur, feuilleter des livres de la bibliothèque ou jouer à un jeu! Vous pouvez passer à tout moment au courant de l'activité.
- **Cercle d'écoute:** une fois par mois, nous prenons un moment pour ralentir, prendre de vraies nouvelles les unes des autres, être écoutées, partager ce qui nous préoccupe ces temps-ci et nous soutenir mutuellement.
- **Journal créatif:** venez explorer un thème et partager vos vécus de femmes en utilisant différents moyens d'expression artistique comme l'écriture, l'aquarelle et le collage. Pas besoin de vous considérer comme une artiste pour participer à cette activité! Le matériel est fourni.
- **Cuisine collective:** ensemble, cuisinons quelques recettes! Les participantes repartent avec les portions cuisinées. C'est un groupe fermé et complet pour le moment, mais vous pouvez vous inscrire sur la liste de remplaçantes si vous aimeriez découvrir l'activité. L'inscription pour faire partie du prochain groupe aura lieu en juillet 2027.

Pour s'impliquer et contribuer à la vie du Centre :



S'impliquer au Centre peut prendre plusieurs formes! Ce n'est pas nécessaire de s'engager à long terme ou de faire partie d'un comité pour contribuer à la vie du Centre. Un espace d'implication, c'est une occasion de donner un peu de son temps, de mettre la main à la pâte, et de participer concrètement à quelque chose qui profite à toutes les femmes qui fréquentent le Centre. Ça peut être une activité ponctuelle de quelques heures ou un engagement qui se répète sur plusieurs rencontres, à vous de choisir selon vos disponibilités et vos intérêts.

- **Popote solidaire:** venez cuisiner dans une ambiance conviviale pour préparer les repas qui seront servis lors des différentes activités. Un repas est offert pour dîner.
- **Décoration de la salle pour l'Halloween**
- **Comité temps des fêtes:** faites partie du comité pour donner vie au dîner du temps des fêtes : animation, déroulement, tout est à organiser !
- **Décoration de la salle pour le temps des fêtes**
- **Écriture des cartes de Noël :** écrivez vos souhaits pour les femmes du Centre, les cartes seront remises lors du dîner du temps des fêtes

Pour s'offrir des moments de réflexions, discussions et mobilisations féministes :

- **Là où le nous commence,** création d'un guide du vivre-ensemble: pour réfléchir et s'outiller à rendre le Centre plus accueillant et plus sécuritaire pour toutes les femmes.
- **Ciné-féministe:** chaque dernier lundi du mois, le Centre vous propose des films qui offrent un regard de femmes sur le monde. Le visionnement est suivi d'une discussion. Un repas léger est offert.
 - Octobre : venez écouter *Les eaux calmes* de Annie Leclerc. Tourné sur une décennie, ce film lumineux s'intéresse à la vie de Soleine Démétré, la première femme quadriplégique à avoir accouché au CHU Sainte-Justine.
 - Novembre : venez écouter *Beans* de Tracy Deer. Le film, inspiré du vécu de la réalisatrice, aborde la crise d'Oka du point de vue d'une jeune fille mohawk de 12 ans.
- **Ateliers d'autodéfense** (deux groupes) : cet atelier sur deux séances permet de s'introduire à des techniques d'autodéfense accessibles à toutes, pour favoriser la confiance lorsqu'on est dans l'espace public et saisir la distinction entre sécurité et sentiment de sécurité.
- **Discussions féministes:** une fois par mois, nous explorons un enjeu qui touche les femmes. Ces rencontres prennent différentes formes : invitées, fabrication de matériel, projection, etc. En octobre et novembre, un dîner sera fourni. Attention, la rencontre de décembre se tiendra en soirée, à la bibliothèque Monique-Corriveau et des collations seront offertes.
- **Mobilisations :** restez à l'affût, vous serez invitées à participer à plusieurs mobilisations ; une action pour le droit au logement, pour le droit à l'avortement, Journée de commémoration et d'action contre les violences faites aux femmes, etc.

Pour célébrer ensemble :

- **Souper des sorcières :** enfiler votre plus beau déguisement et venez célébrer l'Halloween lors d'un souper dans une ambiance festive. Chapeaux pointus ou costumes plus discrets, tous les styles sont les bienvenus!
- **Dîner du temps des fêtes:** venez célébrer le temps des fêtes autour d'un bon repas en compagnie des femmes du Centre!