

**-Mercredi—22 juillet—18h30-**

## **Les plantes médicinales (II)**

Hélène Voyer, jeune mère et future herboriste, nous propose un second atelier d'initiation aux «vertus» des plantes médicinales. Imprégnée par la culture andine (Pérou) et par quelques années d'expérience dans un jardin biodynamique du Québec, elle nous présentera des plantes qui poussent près de nous. Halte-garderie gratuite et disponible, si vous vous inscrivez avant le 20 juillet.

**-Mardi—28 juillet—12h-**

## **Dîner communautaire**

### **Pique-nique à Mères et monde**

Nous vous convions dès midi, le 28 juillet, dans la cour arrière de Mères et monde. En cas de pluie, nous mangerons à l'intérieur. Il n'y aura pas de halte-garderie.

# **Août**

**-Samedi—8 août—10h-**

## **Journée plage/Baie de Beauport**

Une journée parfaite pour s'amuser en famille et se retrouver entre jeunes mères. Rendez-vous dès 10h à Mères et monde pour la préparation du pique-nique. Nous nous dirigerons ensuite à destination! Nous ofrons le dîner. Inscription requise à Mères et monde.

**-Vendredi—14 août—18h-**

## **Cinéma Interculturel: Inde**

### ***Slumdog millionnaire***

Le comité *Mujeres del mundo* vous invite à cette projection grand écran: *Slumdog millionnaire*, un film britannique réalisé par Danny Boyle. Assistez au récit pittoresque d'un jeune homme issu des bidonvilles de Mumbai... Halte-garderie accessible en s'inscrivant avant le 12 août.

**Lundi—24 août—12h**

## **Dîner interculturel**

### **Au menu: la Colombie**

Le comité *Mujeres del mundo* vous invite à découvrir un plat colombien pour la modique somme de 2\$. Venez apprécier une parcelle de cette culture en compagnie d'Erika Johanna, une jeune mère d'origine colombienne. L'inscription est obligatoire et il n'y aura pas de halte-garderie.

## **À qui s'adressent nos activités?**

**Tu es une jeune mère, âgée entre 16 et 30 ans? Tu as envie de t'impliquer et/ou de rencontrer d'autres jeunes mères pour socialiser et/ou briser ton isolement? Tu souhaites te brancher sur la vie de ton quartier et sur le monde? Mères et monde t'attends! Contacte-nous pour planifier ta séance d'accueil personnalisée.**

### **Possibilités d'implication:**

- **Le comité de coordination du volet communautaire (coco)** planifie, réalise et évalue les programmations d'activités, en fonction des quatre axes du volet communautaire: socialisation, conscientisation, créativité et développement d'habiletés.
- **Le comité *mujeres del mundo* (femmes du monde)** s'intéresse aux enjeux mondiaux, à la situation des femmes du monde et s'ouvre à d'autres cultures. En plus de préparer la mission de deux jeunes mères au Mali, il organise des activités, comme des dîners interculturels ou des séances de cinéma international.
- **Le comité jardin** est formé de jeunes mères qui cultivent le jardin collectif de Mères et monde, entre mai et septembre. Le partage des responsabilités, le choix des légumes, l'aménagement et l'entretien du jardin ainsi que la gestion des récoltes font partie des tâches du comité.
- **Le comité *cuisine créative*** se mettra sur pied à l'automne prochain. Les jeunes mères inscrites devront user de créativité pour planifier et cuisiner des plats simples, de qualité, à moindre coût, tout en intégrant les enfants à cette activité (une cuisine/mois).

**Mères et monde cherche à briser l'isolement, prévenir l'épuisement, favoriser le développement de l'autonomie ainsi que l'intégration sociale, scolaire et professionnelle des jeunes mères. Ce mandat s'actualise en trois volets: 1-résidentiel (23 logements sains et abordables pour mères monoparentales), 2-formation Projet de vie (19 semaines de formation) et 3- communautaire (activités, milieu de vie, halte-garderie, etc.).**

**mères & monde**  
CENTRE COMMUNAUTAIRE ET RÉSIDENTIEL  
PAR ET POUR JEUNES MÈRES

# **Programmation Printemps/été 2009**



**727, 8e Avenue, Québec  
(Québec) G1J 3M3**

**Tél. : (418) 522-5139**

# Mai

**-Mardi—5 mai—18h-**

## **Retour des ateliers Mots d'elles**

Animés par la sexologue-clinicienne Isabelle Proulx, ces ateliers se tiendront les mardis de mai et juin. L'objectif: s'outiller pour apprendre à vivre des relations saines et sécuritaires. Des consultations individuelles seront offertes aux participantes. Une présence continue aux 8 ateliers est fortement suggérée. L'inscription est obligatoire, la halte-garderie est disponible et une autre session se tiendra en septembre.

**-Mercredi—6 mai—9h-**

## **Citoyenneté et mondialisation**

Connu pour son implication sociale, notamment à titre de président du groupe ATTAC-Québec, Robert Jamin animera un atelier de sensibilisation aux enjeux mondiaux et au pouvoir d'agir citoyen. L'inscription est obligatoire et il n'y aura pas de halte-garderie.

**-Mercredi—6 mai—18h-**

## **Retour du projet vidéo**

Pour la 3<sup>e</sup> année consécutive, des mères pourront réaliser un vidéo accompagnées par la réalisatrice et cinéaste Lise Bonenfant et son assistante Amélie Roy. Pour y participer, vous devez être disponible 2h/semaine, du mois de mai jusqu'au lancement public prévu en août. Si vous êtes intéressée, inscrivez-vous à la séance d'information qui se tiendra le 6 mai. La halte-garderie est disponible.

**-Mardi—12 mai—12h-**

## **Dîner communautaire**

### ***La Lecture en cadeau***

Les dîners communautaires permettent aux mères, à leurs enfants et aux travailleuses d'échanger et d'apprendre à se connaître. Chacune est invitée à apporter son lunch. Après le dîner du 12 mai, **nous procédons à la remise des livres neufs offerts par la fondation « La lecture en cadeau »: avis à toutes les mères qui avaient inscrit leurs enfants.**

**-Vendredi—15 mai—18h-**

## **Cinéma interculturel: Liban**

### ***Valse avec Bachir***

Le comité *Mujeres del mundo* vous invite à cette projection grand écran. *Valse avec Bachir* est un film autobiographique d'Ari Folman, metteur en scène israélien. Il raconte une fraction de son histoire qui croise la guerre du Liban au début des années 80. Halte-garderie accessible en s'inscrivant avant le 13 mai.

**-Mardi—20 mai—18h30-**

## **Atelier d'éveil musical**

### ***Mères/enfants***

Pour découvrir les instruments à percussions du monde, les manipuler, les échanger, reconnaître les sons par famille, apprendre à s'écouter et à écouter les autres, Madame Géraldine Celerier vous invite à un atelier d'éveil musical. L'idée est de permettre à chacun(e) de s'exprimer en toute liberté ([www.myspace.com/geraldinecelerier](http://www.myspace.com/geraldinecelerier)). Inscription requise.

**-Mardi—27 mai—12h-**

## **Dîner communautaire**

### ***Pique-nique à Mères et monde***

Lors des dîners communautaires, chacune est invitée à apporter son lunch. Nous vous convions dès midi dans la cour arrière de Mères et monde. En cas de pluie, nous mangerons à l'intérieur. Il n'y aura pas de halte-garderie.

# Juin

**-Vendredi—12 juin—18h-**

## **Cinéma interculturel: Afrique**

### ***Moolaadé***

Le comité *Mujeres del mundo* vous invite à cette projection grand écran. *Moolaadé* est un film de Sembene Ousmane, qui expose l'histoire de jeunes africaines qui s'organisent pour échapper à la pratique de l'excision... Halte-garderie accessible en s'inscrivant avant le 10 juin.

**-Samedi—20 juin—10h-**

## **Journée au parc Maizerets**

Pour s'amuser en famille, se retrouver entre jeunes mères et découvrir un parc étonnant, vous êtes conviées à une journée au Parc Maizerets. Ses sentiers, son arboretum, ses marécages, sa volière à papillons et ses jeux sauront vous plaire. Rendez-vous dès 10h à Mères et monde pour la préparation du pique-nique. Nous prendrons ensuite le Métrobus 800, pour se rendre à destination. Nous offrons le dîner. Inscription requise à Mères et monde.

**-Lundi—22 juin—12h-**

## **Dîner interculturel**

### ***Au menu: le Sénégal***

Le comité *Mujeres del mundo* vous invite à découvrir un plat sénégalais pour la modique somme de 2\$. Venez apprécier une parcelle de cette culture en compagnie de Ramatta Diallo, une travailleuse de Mères et monde d'origine africaine. L'inscription est obligatoire et il n'y aura pas de halte-garderie.

# Juillet

**-Première semaine de juillet-**

## **Retour des ateliers artistiques**

Ces ateliers cherchent à réveiller l'artiste qui dort en chacun(e) de nous! La plupart des ateliers s'adresseront à la fois aux jeunes mères et à leurs enfants. Au menu: peinture, bricolage, sculpture, moulage, etc. Une description détaillée de ces ateliers sera affichée vers la fin juin. À suivre...

**-Samedi—11 juillet—10h-**

## **Journée dans une forêt urbaine**

Une journée parfaite pour découvrir les trésors insoupçonnés d'une forêt urbaine de Québec. Nous pourrions cueillir certaines plantes que nous transformerons la semaine suivante! Rendez-vous dès 10h à Mères et monde pour la préparation du pique-nique. Nous nous dirigerons ensuite à destination! Nous offrons le dîner. Inscription requise à Mères et monde.

