

Le centre de femmes de la MRC Avignon a maintenant un point de service à la Gare de Matapédia, situé au 10, rue MacDonell. Pour inscription ou information : téléphonez au 418 364-3157 ou sans frais au 1 888 364-3157 ou écrivez un courriel à l'adresse [feminithe@centrellesfemmes.com](mailto:feminithe@centrellesfemmes.com). Suivez notre page Facebook [www.facebook.com/centrelles](https://www.facebook.com/centrelles) et notre page Instagram <https://www.instagram.com/centr.elles/> ou visitez notre site web : [www.centrellesfemmes.com](http://www.centrellesfemmes.com).

**Les heures d'ouverture du point de service de Centr'Elles à la Gare de Matapédia sont :**

Les mardis de 13h à 16h ainsi que les mercredis de 9h à midi et de 13h à 16h. L'animatrice, Caroline Dufour, est sur place pour vous accueillir; venez jaser et prendre un café. De plus, des activités créatives vous seront proposées. Bienvenue à toutes les femmes, membres et non-membres.



**Informations importantes :**

Il est important de mentionner que la programmation d'activités peut être sujette à changement selon l'évolution de la situation concernant la COVID-19. Lors de toutes les activités à la Gare, les places sont limitées afin de respecter les mesures sanitaires en vigueur. **L'inscription aux activités est donc obligatoire.** Merci de votre compréhension. Il est à noter que la majorité des activités sont gratuites.



**Octobre 2021 à la Gare de Matapédia**

**Mercredi 20 octobre à 10h : Rencontre artistique avec Frédéric Lavoie lors d'une randonnée en forêt.**

L'artiste Frédéric Lavoie est présentement en résidence à la Gare de Matapédia pour poursuivre la réalisation de sa vidéo expérimentale « Insanus Boletus » : un récit audiovisuel qui témoigne des rencontres surprenantes survenues lors d'errances en forêt à la recherche de champignons. Il nous partagera son processus créatif et sa manière de voir la nature sous un angle de vidéaste. Cette résidence se veut en collaboration avec le centre d'artistes Vaste et Vague. **Rendez-vous au stationnement de l'église de St-Alexis** pour ensuite se rendre ensemble au stationnement du belvédère pour la randonnée. Si vous avez des **dossards de chasse et manteau de pluie**, veuillez les apporter ainsi que **vos appareils photos ou téléphones pour filmer et pour prendre des photographies**. **En cas de grosse pluie, l'activité aura lieu à l'intérieur à la Gare de Matapédia à 10h. Dans le doute, communiquez à Centr'Elles vers 9h30.**

**Mercredi 27 octobre à 10h : Café-Centr'Elles sous le thème « Unies dans la diversité » avec Mélanie Landry.** Échange et activité animée sur le thème des standards de beauté que nous impose la société.

## Novembre 2021 à la Gare de Matapédia

**Mercredi 3 novembre à 10h : Hatha Yoga et sonothérapie avec Alexandra Lagacé Bossé.** Vous êtes invitées à découvrir les bienfaits du yoga et des sons lors d'une séance de yoga. Merci d'apporter vos tapis de sol.

**Mercredi 10 novembre à 10h : Atelier de Biodanza avec Donna Lévesque.** Une invitation à se mettre en mouvement sur des musiques inspirantes et à se rencontrer dans notre humanité. L'activité favorise le bien-être et le plaisir. Les exercices proposés sont adaptés à toutes.

**Mercredi 17 novembre à 10h : Fabrication de savons avec Johanne Guénette.** Johanne nous montre comment fabriquer des savons avec une recette simple. C'est une bonne idée de cadeau de Noël. Tout le matériel est fourni.

**Mardi 23 novembre à 17h : « 5 à 7 » dans le cadre du lancement du projet « Partageheure ».** Un nouveau système local d'échange de services verra le jour dans Matapédia et les Plateaux. Centr'Elles s'implique activement dans ce projet. Venez en apprendre davantage sur ce réseau d'échange.

**Mercredi 24 novembre à 10h : Café-Centr'Elles avec présentation du film « Les suffragettes ».** Ce film historique britannique a été réalisé par Sarah Gavron en 2015. Il se veut inspirant et inoubliable. L'histoire se déroule en 1912-1913 et est centrée autour des militantes du mouvement britannique pour le droit de vote des femmes, soit les suffragettes. Nous aurons du maïs soufflé.

## Décembre 2021 à la Gare de Matapédia

**Mercredi 1 décembre à 10h : Atelier de peinture avec Caroline Dufour.** Venez explorer la gouache sur papier pour vous amuser et créer ensemble. Tout le matériel est fourni.

**Mercredi 8 décembre à 10h : Atelier de Biodanza avec Donna Lévesque.** Une invitation à se mettre en mouvement sur des musiques inspirantes et à se rencontrer dans notre humanité. L'activité favorise le bien-être et le plaisir. Les exercices proposés sont adaptés à toutes.

**Mercredi 15 décembre à 11h : Goûter de Noël.** Venez prendre un repas du temps des Fêtes avec nous. Animation, musique et plaisir seront au rendez-vous. **Coût : 5 \$.**

## Espace FéminiTHÉ à Centr'Elles

Centr'Elles vous invite à son Espace FéminiTHÉ, situé au 105, route 132 est à St-Omer. C'est un lieu de rencontre, de créations artistiques, d'expositions et de spectacles qui propose de mettre en valeur les femmes d'ici et d'ailleurs. L'endroit est ouvert à « toutes » (inclut les femmes, les hommes et les personnes non-binaires). Nous avons sur place une bibliothèque féministe et collaborons avec le collectif de La Page Pourpre de Bonaventure pour sa sélection d'auteurs féministes, queers et trans.

**Les heures d'ouverture à FéminiTHÉ cet automne : du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h.**

### Les activités :

**Jusqu'au 30 octobre : Exposition MOSI\*.**

En collaboration avec le centre d'artistes Vaste et Vague, nous vous invitons à venir visiter l'exposition de Pauline Buzaré, artiste en art visuel de la Bretagne. Cette exposition présente les éditions composées de photographies argentiques de la série de photographie « elskendur » (lovers/lovebirds/les amoureux) et de la série « hreidur » (nest/nid).

**Samedi 20 novembre à 18h : Body painting en direct.**

Caroline Dugas, Nadine Raymond et Jessica Tenreiro Gagné peindront sur des corps devant vous. Venez voir ces artistes à l'œuvre en sirotant un café, une tisane ou un kombucha dans notre bel espace. **Coût : 5\$.**

**Samedi 4 décembre de 10h à 15h : Marché de Noël.**

Une dizaine de femmes artistes viendront vous présenter leurs beaux produits locaux. Ce sera le temps idéal de faire vos achats pour Noël.

