



Centre des Femmes West Island
West Island Women's Centre

Centre des Femmes l'Ouest-de-l'Île

Le Centre des femmes de l'Ouest-de-l'Île est un organisme communautaire à but non lucratif, dynamique et très fréquenté, qui se consacre à l'amélioration de la qualité de vie des femmes. Ils offrent des services éducatifs, sociaux et récréatifs aux femmes vivant dans l'Ouest-de-l'Île et dans la communauté en général.

Programmes

Le Centre de femmes de l'Ouest-de-l'Île offre une variété de cours aux membres qui sont regroupés sous ces catégories :

- Développement personnel
- Intérêts particuliers
- Entraînement physique

La liste des cours disponibles se trouve sur leur site Web à l'adresse www.wiwc.ca

Sensibilisation

Groupes de soutien : L'objectif des groupes de soutien du Centre des Femmes est d'offrir un soutien psychologique et émotionnel pour permettre aux femmes de relever de nouveaux défis, gérer les problèmes ou poursuivre leur développement personnel.

- Gérer la séparation ou le divorce
- Groupe de soutien mensuel : guérir ensemble
- Groupe de soutien à l'infertilité
- Groupe de soutien pour les nouvelles mamans

Ateliers pour adolescents : Sensibilise les adolescentes des écoles secondaires locales par le biais d'ateliers. Chaque série se compose de 2 à 5 ateliers d'une heure et est conçue pour les adolescentes de secondaire 1 à 3. Les sujets peuvent inclure:

- Les filles en ligne
- La sexualité des adolescentes
- L'autodéfense

Mamans et Tout-Petits : Le programme Temps pour Deux encourage une expérience positive et joyeuse à partager entre la mère et l'enfant. Un avantage supplémentaire du projet est la possibilité pour les mères d'interagir entre elles et d'avoir une relation mère-enfant très positive.

Groupe de femmes de 55 ans et plus : Un groupe de femmes sans rendez-vous gratuit deux fois par mois pour les femmes de 55 ans et plus! Guidée par une animatrice bilingue et entourée de vos pairs, vous pourrez échanger ouvertement sur des sujets et problématiques auxquels vous êtes confrontées dans votre vie quotidienne.

11, Rodney (entrée sur Vincennes),
Pointe-Claire, QC H9R 4L8
Tél : (514) 695-8529

West Island Women's Centre

The West Island Women's Centre (WIWC) is a dynamic and widely-used non-profit community organization dedicated to improving the quality of life of women. They provide educational, social and recreational services for women living in the West Island and the community at large.

Programs

The West Island Women's Centre offers a variety of courses to members in the following areas:

- Personal Development
- Special Interests
- Fitness

The list of available courses can be found on their website at www.wiwc.ca

Outreach

Support Groups: The Women's Centre's support groups offer psychological and emotional support to help women take up a new challenge, handle a problem, or further develop as individuals. Groups offered:

- Dealing with Separation and Divorce
- Healing Together Perinatal Loss Support Group
- Infertility Support Group
- New Baby Conversation and Support Group

Teen Workshops: Each workshop series consists of 2 to 5 one-hour workshops that are designed for Secondary I – III female teens. Topics include:

- Girls Online
- Teen Sexuality
- Self Defence

Moms & Tots Playgroups: Time for Two encourages a positive and joyful experience to share between mother and child. An additional benefit of the project is the opportunity for mothers to interact with each other and to have a very positive mother-child relationship.

55 Up! Women's Group: A free drop-in women's group twice a month for women 55 years and up. This group offers an opportunity to openly exchange topics and issues with peers.

11 Rodney (entrance on Vincennes),
Pointe-Claire, QC H9R 4L8
Tel: (514) 695-8529