PROGRAMME D'ACTIVITÉS HIVER PRINTEMPS 2026

JOURNÉE PORTES OUVERTES ET INSCRIPTION SUR PLACE

JEUDI 12 FÉVRIER DE 15H À 19H

Nous prendrons les inscriptions par téléphone seulement à partir de 17h

L'ÉCHO DES FEMMES DE LA PETITE PATRIE
6032 rue Saint-Hubert
Montréal (Qc) H2S 2L7
514-277-7445
echo@echodesfemmesdelapetitepatrie.org
Suivez-nous sur Facebook et Instagram

Vie associative

Pour membre seulement

L'Écho fêtera ses 40 ans!

Venez vous impliquer dans la préparation des festivités entourant cet anniversaire. Rencontres aux deux semaines.

Lundi 16 et 30 mars, 13 et 27 avril, 11 et 25 mai et le 8 juin de 18h à 20h

Sortie à la Cabane à sucre

Dans un cadre champêtre, venez dégustez un repas traditionnel à la cabane à sucre de la famille Constantin en bonne compagnie!

Réservez tôt, les places sont limitées!
20$ - Transport et repas inclus
Jeudi 2 avril
Départ à 9h30 et retour à 16h30

Corvées du printemps

Venez préparer la cour et le jardin en prévision de l'été! Nous ferons le ménage, sortirons le mobilier en début mai et nous préparerons les bacs à jardiner à la fin mai.

Jeudi 16 avril et 21 mai à 14h
Remis en cas de pluie



Vie associative

Pour membre seulement

CA pour observatrices

Vous avez envie de vous impliquer au conseil d'administration (CA) de l'Écho? Venez nous observez en pleine action! Un moment sera réservé pour répondre à vos questions.

Mardi 21 avril à 18h

Assemblée Générale Annuelle

Moment phare dans la vie démocratique de l'Écho auquel toutes les membres sont invitées à venir rêver et décider de l'avenir du centre avec nous.

Samedi 13 juin à 13h

Fiesta des mille mercis

Soulignons l'implication des bénévoles et des militantes de l'année. Bienvenue à toutes pour un après-midi de festivité.

Mercredi 17 juin de 15h à 19h

L'art et les femmes

Choisissez votre médium artistique préféré et venez partager votre créativité et votre art en bonne compagnie.

Cette activité est organisée par nos membres
Dimanche 29 mars, 26 avril, 17 mai de 13h30 à 15h

Actions collectives et mobilisation

Au cours des prochaines semaines, nous aurons plusieurs occasions pour se mobiliser autour d'enjeux qui nous interpellent.
On fait avancer les choses ensemble!

Journée mondiale de la justice sociale – Vendredi 20 février

Journée internationale des droits des femmes
Dimanche 8 mars

Journée internationale des travailleuses et des travailleurs
Vendredi 1er mai



D'autres dates peuvent s'ajouter selon le contexte sociopolitique. Suivez notre page Facebook, consultez notre tableau de mobilisation et écoutez notre répondeur.

Soyez les premières informées en vous inscrivant à notre liste de militantes!

Les belles rencontres

Échangez et rencontrez des femmes inspirantes!
Pizzas et boissons offertes!

Manon Massé



Militante féministe lesbienne, organisatrice communautaire et femme politique québécoise. Députée de l'Assemblée nationale du Québec pour Québec solidaire, elle s'implique depuis les années 1980 en tant que militante et organisatrice dans les milieux féministes, communautaires et altermondialistes. Au printemps 1995, elle est chargée de la logistique de la Marche Du pain et de roses. En en 2000 elle est au cœur de la marche mondiale des femmes contre la violence et la pauvreté.
Jeudi le 23 Avril de 17h à 19h

Camille Robert



Historienne québécoise, chercheuse postdoctorale et autrice, spécialisée dans l'histoire des femmes, du travail et des mouvements sociaux.
Publications majeures: En 2017 : *Toutes les femmes sont d'abord ménagères. Histoire d'un combat féministe pour la reconnaissance du travail ménager;* En 2018, avec Louise Toupin : *Travail invisible. Portraits d'une lutte féministe inachevée, Montréal.*
Jeudi 28 mai de 17h à 19h

Accueil

Nous sommes là pour vous!
Écoute, entraide, défense des droits, informations et références

Du lundi au jeudi de 9h30 à 12h
et du mardi au jeudi de 13h30 à 16h30

Du mardi au jeudi
de 13h30 à 16h30

Le Centre est accessible aux femmes à mobilité réduite.

Pas d'accueil, ni services, ni activités du 5 au 11 avril

Bienvenue à toutes!

L'Écho des femmes de la Petite Patrie est un centre de jour pour toutes les femmes. Il vise à briser l'isolement et à améliorer leurs conditions de vie par des activités, de l'aide, du soutien, des actions collectives et des projets spécifiques. *Passez nous voir!*

Politique d'inscription

L'inscription est requise pour toutes nos activités. S'inscrire signifie s'engager à être présente. Il est important de nous informer en cas d'absence ou d'annulation. **L'Écho se réserve le droit d'annuler les inscriptions des femmes n'ayant pas respecté cette politique.**

DEVENEZ MEMBRE POUR 2$

L'Écho des femmes est financé par:

Centraide du Grand Montréal

Santé et Services sociaux Québec

Groupes de parole

Les Audacieuses



Rencontres d'échanges et de discussion pour lesbiennes ou celles en questionnement. Partage d'expériences et de parcours.

Venez bruncher avec nous!

Dimanche 15 février, 15 mars, 12 avril, 10 et 31 mai de 10h30 à 13h

Les Dames de coeurs



Le groupe permet d'échanger sur nos deuils, nos pertes, nos défis, nos joies et de reprendre du pouvoir sur sa santé mentale et sur sa vie.

Mardi 17 février, 3, 17 et 31 mars, 14 et 28 avril, 12 et 26 mai de 14h à 16h30

Les Entres-Aînées



Ces rencontres permettent d'apprendre à se connaître, parler du vieillissement, créer des liens, s'encourager, s'entraider et se mobiliser.

Mercredi 18 février, 4 et 18 mars, 1, 15 et 29 avril, 13 et 27 mai de 14h à 16h30

Les Veilleuses



Groupe intergénérationnel de partage, d'entraide et d'action sur les violences faites aux femmes. C'est une occasion parfaite pour tisser des liens de solidarité dans un espace sécuritaire.

Dimanche 22 février, 22 mars, 19 avril et 24 mai de 11h à 13h

Activités

Cinéma et pop-corn



On se détend en groupe devant un film ou documentaire qui nous fera rire, réfléchir ou rêver!

Mercredi 19 février, 19 mars, 20 mai à 13h30

L'Écho danse à LA PLACE...



au 6615 av. Papineau

« Mouvement et action sociale » animé par Florence!

Venez bouger, explorer, jouer, relaxer et danser entre femmes dans une ambiance respectueuse où l'on peut, ensemble, apprendre à se connaître, se reconnecter à notre corps, partager et peut-être... passer à l'action!

Mardi 24 février, 3 10, 17, 24 et 31 mars, 7, 14, 21 et 28 avril, 5 et 12 mai de 18h à 20h

Mardis-Actualités-Actions



Ensemble, échangeons et réfléchissons sur des sujets qui nous préoccupent et qui nous mobilisent.

Mardi 24 février, 10 et 24 mars, 21 avril, 5 et 19 mai de 14h à 15h

Accueil spécial *Je m'informe sur...*



Le travail de rue et l'itinérance avec Pact de rue.

Jeudi 26 février de 14h à 16h

Marche exploratoire



Avec le groupe L'Anonyme, exploration des espaces publics sur la sécurité des femmes.

Date et lieu à confirmer

Activités

Atelier sexologique



Se réapproprier son corps après l'épreuve.
Pour se reconnecter à son corps après une épreuve de vie, à travers une démarche artistique de création d'une carte corporelle. Explorez la relation au corps, aux sensations et au plaisir, dans le respect du rythme et des limites de chacune.

Jeudi 12 mars de 14h à 16h

Café sexo avec Coralie



À travers des discussions et des jeux éducatifs, on y aborde le corps, les relations et nos limites.

Mercredi 25 mars et 22 avril de 14h à 16h

Yoga sur chaise avec Danielle



Découvrez les bienfaits du yoga sur chaise. Vous aurez la chance d'explorer votre respiration et vos mouvements. Accessible à toutes.

Mardi 14, 21 et 28 avril, 19 et 26 mai, 2 et 9 juin de 10h à 11h

Chorale L'Écho Chante



Envie de faire partie d'une chorale? Pour le plaisir de chanter et de découvrir sa voix ! Chants et plaisir au rendez-vous.

Mercredi 15, 22 et 29 avril, 6, 13 20 et 27 mai, 3, 10 et 17 juin de 18h à 20h

Activités

Soupe du mois



Dégustez une bonne soupe cuisinée par des membres tout en échangeant avec d'autres femmes sur différentes thématiques.

Préparation à 9h30
On mange à midi et c'est gratuit!

Les mercredis
25 février – Mois de l'histoire des Noir.es
25 mars – Conseil des Montréalaises
29 avril – L'Anonyme
27 mai – Comité logement

Dîners communautaires



Dans l'esprit des cuisines collectives, venez cuisiner et partager avec d'autres femmes un bon repas.

Préparation à 9h30
On mange à midi et c'est gratuit!
Mercredi 15 avril et 13 mai

Soirée souper et Victoire

Venez souper et regarder un match de la Victoire de Montréal en bonne compagnie avec Élyse pour commenter et nous apprendre l'histoire du Hockey féminin au Québec.

Mercredi 11 mars à 18h
Préparation du souper à 14h

Autres services

- Accès ordinateur et internet
- Bibliothèque libre-service: venez déposer ou prendre des livres dans notre microbibliothèque extérieure
- Vestiaire: Apportez vos vêtements à donner ou servez-vous.