PROGRAMME D'ACTIVITÉS

AUTOMNE 2026



Journée portes ouvertes et inscription

Jeudi 10 septembre de 15h à 19h

Goûter offert sur place!

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

Vie associative

Pour membres seulement

Sortie plein air à Ste-Béatrix



Venez profiter d'une sortie en plein air et des dernières chaleurs de l'été au Havre familial de Sainte-Béatrix.

20$ – Transport et repas inclus
Mercredi 16 septembre
Départ à 9h30 et retour à 17h

Corvée d'automne



Joignez-vous à nous pour préparer la cour à l'arrivée de l'hiver. Ensemble, faisons place à la saison dans la bonne humeur!

Jeudi 15 octobre à 14h

L'art et les femmes



Créez, partagez et laissez parler votre imagination avec le médium artistique qui vous inspire.

Dimanche 27 septembre, 25 octobre, 29 novembre de 13h30 à 15h

Vie associative

Pour membres seulement

L'Écho a 40 ans!

Venez célébrer avec nous les 40 ans de l'Écho! Au menu : surprises, chants, spectacles!
Et tout ça autour d'un merveilleux repas.
*Détails à venir

Jeudi 10 décembre à 17h

L'Écho c'est vous, c'est nous!



Venez contribuer à la merveilleuse célébration des 40 ans de l'Écho!

Jeudi 24 septembre, 8, 22 octobre, 12, 26 novembre, 3 décembre, mardi 8 décembre et mercredi 9 décembre de 14h à 16h30

Comité membre

Revistez avec nous le vivre-ensemble et le code de vie de l'Écho des femmes pour une approche bienveillante et inclusive.



Jeudi 15 octobre de 18h à 20h et 19 novembre de 14h à 16h

Actions collectives et mobilisation

Toute seule c'est difficile, ensemble tout est possible!

Journée nationale de la vérité et de la réconciliation



Mardi 30 septembre - Soupe de 11h30 à 12h30 et départ pour la marche

Joignez-vous à nous pour souligner cette journée de commémoration et de réflexion.



Journée nationale de commémoration et d'action pour les femmes et les filles autochtones disparues et assassinées FFADASS

Dimanche 4 octobre *Détails à venir

Festi-Ainé.es



Faites entendre votre voix lors de cette marche festive pour les droits des aînées! Animation, musique, surprises et plus! Un repas sera offert.

Jeudi 1er octobre

12 jours d'action contre les violences faites aux femmes

Unissons nos voix pour dénoncer toutes les formes de violences faites aux femmes. *Détail à venir*

6 décembre - Commémoration

Du 25 novembre au 6 décembre

Les belles rencontres

Échangez et rencontrez des femmes inspirantes!

Kenza Bennis



Kenza Bennis est autrice et créatrice québécoise. Dans Les monologues du voile, elle donne voix à des femmes québécoises qui portent le voile et explore avec sensibilité leurs parcours, leurs identités et leurs expériences. Une œuvre qui invite à déconstruire les préjugés et à écouter des voix trop souvent invisibilisées.

Jeudi 8 octobre de 17h à 19h

Lise Gratton



De militante syndicale et féministe puis membre engagée de la Marie Debout, son parcours militant a insisté particulièrement sur le Droit de choisir/ Droit à l'avortement libre.
Elle a d'ailleurs lutter férocement pour la cause de Chantale Daigle en 1989; procès hautement médiatique sur le droit à l'avortement. Elle a aussi été une des fondatrice du Centre de santé des femmes de Montréal.

Jeudi 3 décembre 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
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 1er au 8 novembre

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 13 septembre, 11 octobre, 15 novembre, 13 décembre de 10h30 à 13h

Les Entre-Aînées



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

Mercredi 23 septembre, 7, 21 octobre, 11, 25 novembre de 14h à 16h30

Les Veilleuses



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

Mardi 6, 20 octobre, 10, 17 novembre, 1er décembre de 18h à 20h30

Les Dames de cœurs

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

Mardi 22 septembre, 6, 20 octobre, 10, 24 novembre de 14h à 16h30

Activités éducatives

Projet Mythiques – Ateliers théâtre, tissage et sororité



Découvrez les figures féminines de la mythologie grecque sous un œil résolument moderne et féministe. À travers l'initiation théâtrale et la réalisation d'une oeuvre de tissage collective, venez libérer votre parole, stimuler votre confiance en vous et tisser des liens solides de sororité.

À ***L'Espace la Risée, 1258 rue Bélanger***
Lundi 19, 26 octobre, 2, 9, 16, 23, 30 novembre, 7 décembre de 18h à 20h30

Soirée des sorcières



Venez reconnecter avec la sorcière en vous. Au menu, sororité, discussions féministes et rituels symboliques.

Mardi 27 octobre de 17h à 19h

L'Écho chante



Joignez-vous à notre chorale! Découvrez le plaisir de chanter ensemble, dans la bienveillance et la bonne humeur.

Mercredi 23 septembre, 7, 14, 21 octobre, 4, 11, 18, 25 novembre et 2 décembre

Les Mardis Actualité



Ensemble, échangeons et approfondissons notre réflexion sur des enjeux qui nous interpellent et nous mobilisent.

Mardi 29 septembre, 13, 27 octobre, 17 novembre, 1er décembre

Activités

Mon Yoga sur chaise



Découvrez les bienfaits du yoga sur chaise dans une ambiance calme et bienveillante. Respiration, mouvements doux et détente seront au rendez-vous.

Mardi 22, 29 septembre, 6, 13, 20, 27 octobre, 10 novembre de 10h à 11h

Cinéma et popcorn



Venez partager un agréable moment devant un film ou un documentaire qui vous fera réfléchir.

Jeudi 29 octobre, 19 novembre de 14h à 16h30

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.

***Détails à venir**

Accueils spéciaux

Venez partager un moment festif autour de savoureux desserts et profiter de la magie des fêtes en bonne compagnie. Jeux et musique de Noël

Mercredi 16 décembre de 14h à 16h



Activités

Soupe du mois



Savourez une délicieuse soupe préparée sur place tout en échangeant entre femmes sur des sujets d'actualité qui nous touchent.

Des invitées inspirantes se joindront à nous pour enrichir les discussions.
Préparation à 9h30
On mange à midi et c'est gratuit!
Mercredi
30 septembre *(exceptionnellement la soupe sera servi à 11h30)* – Journée nationale de la vérité et de la réconciliation
28 octobre - Sages-Femmes
25 novembre - 12 jours de violence

Dîners communautaires



Cuisinez en bonne compagnie et partagez le plaisir d'un repas préparé ensemble, dans une ambiance chaleureuse entre femmes.

Préparation à 9h30
On mange à midi et c'est gratuit!
Mercredi 14 octobre et 18 novembre

Autres services

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