

*** Pour celles qui ne s'inscrivent pas aux activités pour des raisons financières ou de garde d'enfant(s), le CALACS peut offrir une aide financière dans les 2 cas. Faites-en la demande et il nous fera plaisir d'y répondre. ***

Inscriptions

Les inscriptions sont obligatoires pour toutes les activités. N'oubliez pas que toutes nos activités sont gratuites. Nous vous demandons de vous inscrire avant 16h00 le vendredi précédant l'activité. Un minimum de participantes est requis pour que l'activité ait lieu.

Vous pouvez vous inscrire par:
Téléphone: 418-835-8342
Sans frais: 1-866-835-8342
Courriel: info@calacsrivesud.org

Pour devenir membre, consultez le:

www.calacsrivesud.org

Le formulaire peut être directement rempli en ligne ou vous pouvez retourner le tout à l'adresse suivante:

C.A.L.A.C.S Rive-Sud
C.P. 13, Succursale Lévis
Lévis Qc, G6V 6N6

* Réservé aux femmes



Centre d'aide et de lutte contre
les agressions à caractère sexuel

PROGRAMMATION 2017
Hiver-printemps

Groupe de soutien pour les femmes ayant subi une agression à caractère sexuel

Ce groupe permet de parler avec d'autres femmes de son vécu et de faire diminuer les conséquences des agressions à caractère sexuel dans sa vie. Les rencontres de groupe se font dans une atmosphère chaleureuse et non-jugeante. C'est aussi un lieu pour exprimer ses émotions, ses peurs et ses espoirs. C'est l'occasion de se comprendre et d'échanger dans le respect.

Durée de 12 rencontres de 2 heures 30 (groupe offert en soirée).

Début dans la semaine du 16 janvier 2017



Groupe de soutien pour les proches

Ce groupe permet à des parents de victimes de mieux comprendre les réactions et les conséquences qui surviennent à la suite d'une agression sexuelle, pour être davantage en mesure de les supporter. Les rencontres permettront également de pouvoir partager et se libérer des sentiments qui peuvent être vécus dont la culpabilité et l'impuissance.

Durée de 4 rencontres de 2 heures 30

Les jeudis du 4 au 25 mai à 18h30

Activité de reconnaissance des bénévoles

Dans le cadre de la Semaine de l'action bénévoles, on invite les membres s'étant impliqués en cours d'années pour les remercier de la précieuse aide qu'ils apportent au CALACS. Pour l'occasion, on confectionnera des friandises que chacune pourra rapporter.

Jeudi le 27 avril à compter de 17h30

Assemblée générale annuelle

Cet exercice, essentiel à notre santé démocratique et notre vie associative, nous permettra de faire le bilan de l'année 2016-2017. Nous profitons de cette occasion pour vous inviter à renouveler votre carte de membre en avril, car elle vous permettra de voter lors de cette soirée. Une activité spéciale sur l'hypersexualisation aura lieu avant l'AGA. Un léger goûter est également servi sur place. Nous vous attendons en grand nombre!

Jeudi le 1 juin à compter de 17h30

Congés fériés

Les bureaux du CALACS seront fermés pendant les congés fériés. Voici les dates concernées par cette présente programmation:

Vendredi le 14 avril (Vendredi Saint)

Lundi le 17 avril (Lundi de Pâques)

Lundi le 22 mai (Fête des patriotes)

Vendredi le 23 juin (St-Jean-Baptiste)

Vendredi le 30 juin (Fête du Canada)

Action nationale pour le communautaire

Dans le cadre de la campagne unitaire Engagez-vous pour le communautaire, on invite nos membres à venir participer avec nous à la grande action nationale pour demander un meilleur financement. Des détails suivront sur l'heure et le lieu. Vous pouvez nous contacter pour avoir ces informations. En espérant que vous veniez en grand nombre !

Lundi le 6 février (heure à déterminer)

Journée internationale des femmes - 8 mars

Le 8 mars est l'occasion de faire un bilan sur la situation des femmes et de célébrer entre nous nos victoires. Dans le cadre de la Journée internationale des femmes, nous vous invitons à prévoir à votre agenda cette date, puisque de nombreuses activités seront annoncées sous peu dans Lévis et Montmagny.

Pour Lévis, le 10 mars de 17 à 21h au Centre Raymond-Blais
Pour Montmagny *** Lieu et heure à déterminer

Activité de sensibilisation et recherche de bénévoles!

Dans le cadre de la Semaine des victimes et des survivants d'actes criminels, le CALACS souhaite sensibiliser la population par rapport à la problématique des agressions à caractère sexuel. Nous sommes à la recherche de personnes généreuses afin de venir nous aider à remettre le matériel. Si vous souhaitez donner de votre temps, contactez-nous.

*** Lieu et heure à déterminer



Possibilités de bénévolat et formation

Il existe plusieurs comités de travail au CALACS, qui se rencontrent à quelques reprises durant l'année. Si vous désirez vous impliquer, vous êtes la bienvenue, simplement s'informer auprès d'une des travailleuses. Sachez que des formations sont également possibles pour les bénévoles.

Comité visibilité

Ce comité a pour objectif d'assurer que le CALACS soit visible et connu sur tout notre territoire (Lotbinière, Lévis, Bellechasse, Montmagny et l'Islet) en effectuant de la promotion et en tenant des kiosques d'information.

Comité témoignage

Ce comité est composé de survivantes d'agression(s) à caractère sexuel qui sont formées pour nous accompagner lors de rencontres de sensibilisations. Une rencontre de préparation du témoignage est obligatoire avant d'intégrer le comité.

Comité financement

Ce comité a pour objectif de trouver des stratégies d'autofinancement pour rendre le CALACS plus autonome et pour nous apporter un coup de main lors d'activités de financement.

Collective (conseil d'administration)

Ce comité est composé des administratrices élues lors de l'Assemblée générale annuelle du CALACS. Celles-ci se rencontrent pratiquement à tous les mois pour veiller au bon fonctionnement de l'organisme.

Cours d'autodéfense

Ce cours est adapté à la réalité des femmes qui ont été victimes d'agressions à caractère sexuel. Pendant ce cours, les femmes apprendront des techniques pour se défendre face à la menace verbale, psychologique et physique. Le cours se fera sur une journée complète et deux rencontres supplémentaires se feront en après-midi pour pouvoir se pratiquer et mieux s'approprier les notions apprises.

Samedi le 18 mars de 8h30 à 16h30

Samedi le 25 mars et 1er avril de 13h30 à 15h30

*** Apportez votre lunch***

Nouveau

Ateliers Biodanza

À partir d'exercices simples dansés, accessibles à toutes les femmes peu importe leurs conditions physiques, la Biodanza est un processus d'épanouissement global. Les ateliers ont été spécialement adaptés pour des femmes ayant subi une forme de violence. Ils permettront entre autres de retrouver et maintenir une sensation de bien-être, de renforcer l'estime de soi, ils développent la communication, la joie et la créativité en plus d'aider à réduire le stress et l'anxiété. Cette démarche sera effectuée en 10 rencontres de 2 heures :

Débute le mercredi 5 avril à 18h30



Visionnement d'un film

Soirée cinéma et pop-corn où l'on visionnera le film « Le temps des buchers », documentaire rendant hommage aux sorcières, une réflexion sur les femmes. Une discussion suivra sur l'histoire des femmes et le féminisme. Les femmes qui le désirent peuvent apporter leur lunch et venir souper avant la rencontre, à partir de 17h30.

Lundi le 30 janvier à 18h30

Atelier sur les «Troubles alimentaires»

Cet atelier donné par une intervenante de la Maison l'Éclaircie, vise à distinguer et expliquer les troubles du comportement alimentaire. On abordera également des moyens pour améliorer la perception de notre image de soi. Les femmes qui le désirent peuvent apporter leur lunch et venir souper avant la rencontre, à partir de 17h30.

Lundi le 27 mars à 18h30

Atelier sur la «Zoothérapie»

Cet atelier, donné par une zoothérapeute, s'adresse aux femmes désirant obtenir de l'information sur la zoothérapie et les bienfaits que les animaux peuvent apporter dans leur vie. Les femmes qui le désirent peuvent apporter leur lunch et venir souper avant la rencontre, à partir de 17h30.

Lundi le 24 avril à 18h30

