

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

Inscriptions

Les inscriptions **sont obligatoires** pour toutes les activités. 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

Téléchargez le formulaire et retournez le tout à l'adresse suivante ou remplissez le en ligne

CALACS Rive-Sud
C.P. 13, Succursale Lévis
Lévis Qc, G6V 6N6



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



**Programmation
Hiver-Printemps 2018**

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 [mardi le 16 janvier à 18h00](#)

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

Ce groupe permet de parler avec d'autres adolescentes 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 10 rencontres de 2 heures 30 (groupe offert en soirée).

Début [mercredi le 24 janvier à 18h00](#)

Atelier «Comment faire un dévoilement»

Le dévoilement d'une agression à caractère sexuel subie auprès de notre entourage, n'est pas toujours facile à faire. Cet atelier permettra aux participantes de s'outiller afin de faire un dévoilement en lien avec les agressions à caractère sexuel.

[Lundi le 30 avril à 18h00](#)

****Café et dessert vous sera servi****

Atelier «Collier de vie»

Cet atelier permet aux participantes de reconstituer les éléments marquants de leur vie par la création d'un collier. Par des perles qui représentent ces éléments marquants positifs ou négatifs, elles pourront décrire comment cela les a marqué et ce qui les a fait cheminer.

[Lundi le 28 mai à 18h00](#)

****Café et dessert vous sera servi****

Assemblée générale annuelle

Cet exercice, essentiel à notre santé démocratique et notre vie associative, nous permettra de faire le bilan de l'année 2017-2018. 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. Un atelier spécial sur l'hypersexualisation aura lieu avant l'AGA. **Un léger goûter est également servi sur place.** Nous vous attendons en grand nombre!

[Jeudi le 24 mai à compter de 17h30](#)

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, de développer la communication, la joie et la créativité en plus d'aider à réduire le stress et l'anxiété. Cette démarche sera effectuée sur 8 rencontres de 2 heures :

Débute le mardi le 17 avril à 18h30

Activité de reconnaissance des membres actives

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

Mercredi le 18 avril à partir de 17h



Nouveau

Dîner causerie

Ces rencontres permettent aux femmes d'échanger entre elles sur différents sujets libres qui les préoccupent en lien avec les agressions à caractère sexuel. C'est une activité qui se veut conviviale et chaleureuse, où vous allez rencontrer d'autres femmes et partager sur l'heure du dîner.

***Apportez votre lunch

Mercredi le 17 janvier à 12h

Mercredi 14 février à 12h

Mercredi 14 mars à 12h

Mercredi 11 avril à 12h

Mercredi 16 mai à 12h

Atelier «Faire face au processus judiciaire»

Cet atelier, donné par une avocate, s'adresse aux femmes se questionnant sur le processus judiciaire (ayant entamé des démarches ou non). L'information sur les différentes étapes par lesquelles passent les femmes lorsqu'elles portent plainte et l'échange entre femmes vivant la même situation seront au rendez-vous.

Lundi le 29 janvier à 18h00

café et dessert vous sera servi

Activité de financement

Expo-Encan Femme – Au profit du CALACS Rive-Sud

L'expo-Encan Femme sera un événement haut en couleurs qui rassemblera divers artistes professionnels, émergents et amateurs de la région de Québec et des environs. Le but principal de l'expo-encan est de sensibiliser la population aux agressions à caractère sexuel en rassemblant un large éventail de gens, unis pour cette cause. Le thème de l'expo-encan sera "FEMME" pour rendre hommage à celles qui portent la vie, qui persévèrent, qui combattent, qui aiment, qui devraient être fières à chaque instant d'être FEMME. Les profits récoltés lors de cette activité sera directement dédiés aux services d'intervention et de prévention offerts par le CALACS Rive-Sud. Des billets seront disponibles au coût de 20\$ en prévente.

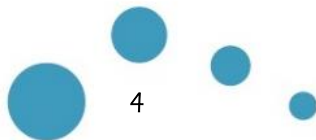
Samedi le 3 février 2018 à partir de 18h30

Formation sur les agressions sexuelles pour les membres actives

(Obligatoire)

Formation complète sur les agressions à caractère sexuel pour nos membres. Cette formation se veut un moment d'arrêt pour les membres actives afin d'en savoir davantage sur les mythes et préjugés, sur les besoins des victimes et sur l'intervention auprès de celles-ci. Cette formation est **obligatoire** pour toutes les membres qui souhaitent s'impliquer au CALACS pour cette année.

Jeudi 8 février 2018 à 17h30
****Un souper vous sera servi****



Atelier sur « L'estime de soi »

Cet atelier a pour but de définir la notion d'estime de soi. Les participantes pourront se situer par rapport à leur estime d'elle-même et comprendre comment se construit l'estime de soi. Cet atelier permettra aussi de trouver des moyens pour augmenter l'estime de soi.

Lundi le 12 février 2018 à 18h00
****Café et dessert vous sera servi****

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, Montmagny et Lotbinière.

***** Lieu et heure à déterminer**

Visionnement d'un film «Audrie & Daisy»

Deux lycéennes, dans des villes différentes, ont été victimes d'une agression sexuelle par des garçons qu'elles considéraient comme des amis. Cet harcèlement en ligne entraîne de nombreuses conséquences. L'une d'entre elles meurt tragiquement. Cette agression, à l'ère des réseaux sociaux, est explorée à travers le point de vue des filles et des garçons impliqués et à travers les communautés déchirées.

Lundi le 19 mars 2018 à 18h00
***** Du pop-corn vous sera servi*****