

Formation projet de vie : un tremplin vers l'action

Tu es une maman âgée entre 16 et 30 ans et tu reçois des prestations de la sécurité du revenu? Tu te sens prête à retourner à l'école ou au travail?

Ce programme de 19 semaines, totalisant 21 heures par semaine, te permettra :

- d'entreprendre tes études graduellement ou d'intégrer le marché du travail;
- de développer de nouvelles compétences afin de mieux remplir tes différents rôles de maman;
- de clarifier ton projet professionnel et établir un plan d'action réalisable;
- de reprendre confiance en toi, de découvrir tes forces et tes compétences;
- d'obtenir du soutien pour entreprendre tes démarches et trouver des solutions aux difficultés que tu éprouves.

Emploi-Québec fournit un soutien financier pour te permettre de participer à la formation et de supporter les frais de garde et de transport. Tu pourrais bénéficier d'un service de garde à Mères et monde pour la durée de la formation.

Il y a une place disponible pour toi! Saisis ta chance!



Suivez nous sur facebook :
Meres et monde :
centre communautaire et résidentiel



Volet résidentiel c'est :

- 23 logements subventionnés (25% du revenu) pour des mères monoparentales, âgées entre 16 et 30 ans;
- un lieu où l'implication de chacune est nécessaire pour la vie collective et démocratique;
- un accompagnement individuel offert par deux intervenantes.

Pour faire une demande de logement, deux démarches sont à compléter :

- venir nous rencontrer pour avoir de l'information sur le fonctionnement du volet et les services offerts;
- compléter une demande à l'Office Municipal d'Habitation de Québec, en spécifiant que c'est pour Mères et monde.

Bienvenue à toutes celles qui veulent en savoir plus ainsi qu'aux différentEs intervenantEs concernéEs!

Mères et monde

727, 8^e Avenue
Québec, Qc, G1J 3M3
418.522.5139
accueil@meresetmonde.qc.ca
www.meresetmonde.qc.ca

Programmation Hiver 2017



mères
& monde
CENTRE COMMUNAUTAIRE ET RÉSIDENTIEL
PAR ET POUR JEUNES MÈRES

Volet communautaire

Mères et monde, c'est aussi un espace pour changer d'air et socialiser ouvert à **TOUTES** les mamans de 16 à 30 ans de la région de Québec et leurs enfants.

Les activités proposées sont diversifiées. Elles sont planifiées et préparées avec la collaboration des jeunes mères, sur une base saisonnière. Elles permettent autant de simplement briser l'isolement et de rencontrer d'autres jeunes mères que de développer ses habiletés, se conscientiser ou s'impliquer dans la vie démocratique de Mères et monde.



À surveiller cet hiver :



Atelier sur la gestion du stress : Parce qu'il peut faire des ravages dans une vie, cet atelier vous permettra pour de comprendre et mieux apprivoiser le stress autant chez l'adulte que chez l'enfant

Journée plaisir d'hiver : Pour bouger et apprécier les sports hivernaux avec les enfants

Soirée Cinéma : Que ce soit pour de film pour tous ou des documentaires, ces soirées sont toujours un moment de rencontre très appréciés.

Soirée de débat d'idées : Soirée animée pour parler des différents sujets et mener à une meilleure compréhension de l'autre

Atelier sur les troubles de l'oppositions : pour comprendre et mieux accompagner les enfants

Atelier de dessin Tribal : Venez aiguiser vos talents artistiques, les résultats pourraient vous surprendre.

Mères et monde offre également:

- Un milieu de vie;
- Une joujouthèque;
- Un vestiaire pour les vêtements d'enfants;
- Un groupe de cuisines collectives;
- Des dîners communautaires;
- Des cafés discussion tous les mardis matins;
- Une halte-garderie pour permettre aux mamans de participer à nos activités;
- Un croque-livres
- et bien plus...

Contactez-nous!

