



PROGRAMMATION D'ATELIERS

HEURES
D'OUVERTURE
DU MILIEU DE VIE

Lundi au jeudi
8h30 à 16h30

information@dmaindefemmes.org

229 Chemin Larocque
Salaberry-de-Valleyfield

450 371-1500

Juin 2025

Il est possible d'assister aux ateliers
en mode virtuel sur la plateforme Zoom.

En présence, il est préférable de réserver ta place.

LES LUNDIS

9h30 à 11h30

9 Juin



Mettre ses limites, en supplémentaire

16 Juin



Les activités estivales offertes dans la région

30 Juin



Série démocratie et participation citoyenne | Qu'est-ce que la participation citoyenne ?

LES MERCREDIS

13h30 à 15h30

4 Juin



30^e anniversaire de la Marche du pain et des roses

25 Juin



Cuisinons ensemble | en présence seulement
Inscription obligatoire

LES JEUDIS

9h30 à 11h30

5 Juin



Les 3 soeurs et la fraise - cet atelier est de 9h30 à 12h30

19 Juin



Choix des femmes

26 Juin



Cercle d'écoute | en présence seulement



Café causerie

Un espace d'échanges et de partages où les femmes sont invitées à exprimer leurs points de vue sur une variété de sujets.

16 Juin

Qu'est-ce qu'il y a à faire dans la région cet été ? Catherine, conseillère aux entreprises récréotouristiques de la MRC de Beauharnois-Salaberry vient nous en parler. En deuxième partie d'atelier, viens partager tes idées d'activités estivales.

19 Juin

Le choix des femmes c'est une occasion de partager tes impressions sur différents sujets qui seront proposés par les participantes. Et si on y ajoutait un lien avec la condition féminine.

Entr'Elles



Une diversité d'ateliers axés sur la participation active des femmes et sur le partage de leurs pensées et de leurs expériences.

9 Juin

Est-il difficile de poser ses limites quand on est une femme ? On découvre des moyens pour identifier et affirmer nos besoins afin de préserver notre bien-être.

25 Juin

Nous t'invitons à venir partager un bon moment en cuisinant une recette. **Inscription obligatoire date limite: mercredi 18 Juin**

26 Juin

Un cercle d'écoute chaleureux et bienveillant, où les femmes peuvent partager leurs expériences, leurs émotions et leurs pensées en toute confiance dans un environnement d'écoute empathique.

L'info pour Elles



Ateliers ayant pour objectif de transmettre de l'information pertinente sur plusieurs sujets d'intérêt pour les femmes.

4 Juin

Cela fait 30 ans que la Marche du pain et des roses a marqué l'histoire des luttes féministes au Québec. Revenons sur cette mobilisation féministe emblématique et discutons de son impact actuel.

5 Juin

La cultivation des 3 sœurs demeure une tradition Haudenosaunee liée à l'histoire de la Création. Les participantes auront la chance d'entendre cette histoire pour comprendre l'importance des 3 sœurs et de la fraise – la médecine de la femme. Une activité de cuisson suivra pour célébrer le temps des fraises.

30 Juin

Dans ce deuxième atelier d'une série de quatre, viens en apprendre un peu plus sur la participation citoyenne. Comment peut-on appliquer les principes qui s'y rattachent dans un centre de femmes ?

Il y a
une place
pour toi