



# PROGRAMMATION D'ATELIERS

HEURES  
D'OUVERTURE  
DU MILIEU DE VIE

Lundi au jeudi  
8h00 à 16h30

[information@dmaindefemmes.org](mailto:information@dmaindefemmes.org)

229 Chemin Larocque  
Salaberry-de-Valleyfield

450 371-1500

## Mai 2024

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

6 Mai



La culture des diètes

13 Mai

Pas d'atelier

20 Mai

Fermé - Journée nationale des patriotes

27 Mai



Et si on se mettait en action pour la santé des femmes ?

### LES MERCREDIS 13h30 à 15h30

1 Mai



Les luttes des travailleuses dans l'histoire

8 Mai

Pas d'atelier

15 Mai



Série l'approche féministe intersectionnelle | Espace sécuritaire

22 Mai



Partie 1 : OVPAC  
Partie 2: L'enjeu du moment

29 Mai



Des luttes féministes qui évoluent

### LES JEUDIS 9h30 à 11h30

9 Mai



Le gaslighting

16 Mai



Cercle d'écoute | en présence seulement

23 Mai



La solitude

30 Mai



Créons ensemble | en présence seulement  
Inscription obligatoire



## 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.

- 6 Mai Viens parler de la Journée internationale sans régime, découvrir son origine et son but. Cette année, prenons conscience de la charge mentale amenée par la culture des diètes et apprenons à nous en libérer graduellement !
- 15 Mai Que veut dire un espace sécuritaire pour toi ? Crois-tu qu'il soit possible que ces espaces soient 100% sécuritaires ?
- 22 Mai Présentation des services de l'organisme OVPAC. En deuxième partie d'atelier, nous prendrons le temps de discuter, d'échanger ou de nous informer sur un sujet en lien avec les conditions de vie des femmes qui a émergé dans les dernières semaines.

## Entr'Elles



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

- 16 Mai 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. Cet atelier est disponible en présence seulement.
- 23 Mai La solitude des femmes est-elle différente de celle des hommes ? Génère-t-elle les mêmes enjeux ? Te sens-tu parfois seule ? Comment vis-tu la solitude ?
- 27 Mai On profite de la journée internationale d'action pour la santé des femmes pour discuter de l'accès aux soins de santé pour les femmes. Connais-tu cette journée internationale ? Peut-on agir pour améliorer l'accès à différents soins pour les femmes partout dans le monde ? Est-ce que l'accès à la santé est équitable pour toute ? Viens réfléchir et discuter avec nous.
- 30 Mai « Chercher Valleyfield » est un projet de l'organisme Pour un Réseau Actif dans nos Quartiers où les citoyen.nes et organismes communautaires sont invité.e.s à participer à la création d'œuvres d'art publiques sous la thématique de Salaberry-de-Valleyfield. Participez à la mise en couleur, à la peinture acrylique, de la création de l'artiste Louise Laforme. **Inscription obligatoire date limite: mercredi 22 mai**

## L'info pour Elles



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

- 1 Mai En cette Journée internationale des travailleuses, rappelons-nous certaines luttes que les femmes ont menées dans le domaine de l'emploi.
- 9 Mai Que veut dire l'expression « gaslighting » ? Comment détecter et dénoncer du gaslighting peut faire avancer les luttes féministes.
- 29 Mai Ensemble, explorons comment différentes luttes féministes évoluent. Où en sommes-nous aujourd'hui ?

