



# PROGRAMMATION D'ATELIERS

HEURES  
D'OUVERTURE  
DU MILIEU DE VIE

Lundi au jeudi  
8h00 à 16h30

450 371-1500

229 Chemin Larocque  
Salaberry-de-Valleyfield

## Mars 2023

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  
Déjeuner  
Vitamines +  
9h30 à 11h30



- 6 Mars Organisme invité: Le comité des usagers
- 13 Mars La proche aidance
- 20 Mars Combattre le racisme au Québec
- 27 Mars Enjeu du moment

LES MERCREDIS  
Entr'Elles  
13h30 à 15h30



- 1 Mars Résistances féministes
- 15 Mars L'entourage et la santé mentale
- 22 Mars Créons ensemble | en présence seulement | **Inscription obligatoire**
- 29 Mars Série féministe | L'accueil

LES JEUDIS  
L'info pour Elles  
9h30 à 11h30



- 9 Mars Les violences obstétricales et gynécologiques
- 16 Mars "Aider sans s'oublier" - Introduction
- 23 Mars Visionnement du documentaire "Le Bien-Être"
- 30 Mars La pornographie | animé par Daphnée, stagiaire



# Déjeuner Vitamines +

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

Lundi  
**6 Mars**

Mme Nicole Marleau du comité des usagers va venir t'informer afin de t'aider à mieux connaître tes droits et tes responsabilités lorsque tu consultes un professionnel. En deuxième partie, nous allons poursuivre avec un choix des femmes. C'est une occasion de partager tes impressions sur différents sujets qui seront proposés par les participantes.

Lundi  
**13 Mars**

Plusieurs femmes sont ou deviendront proches aidantes à un moment ou à un autre dans leur vie. Viens discuter des implications, des impacts et de la pression qui s'y rattachent.

Lundi  
**20 Mars**

Dans le cadre de la journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale du 21 mars, prenons un moment pour discuter des pistes de solutions pour contrer le racisme au Québec dans une perspective féministe.

Lundi  
**27 Mars**

Dans cet 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.

Mercredi  
**1 Mars**

Le thème de la journée internationale des droits des femmes de l'année 2023 est "Résistances féministes". Joins-toi à nous pour préparer une action en lien avec cette thématique.

Mercredi  
**15 Mars**

Témoignage de Nicole Thauvette suivi d'une discussion sur les défis de vivre auprès d'une personne aux prises avec des troubles de santé mentale.

Mercredi  
**22 Mars**

Pour développer ton esprit critique face au sexisme dans la publicité, nous t'invitons à venir créer en équipe une campagne publicitaire pour la vente d'un produit imaginaire. Cet atelier est disponible en présence seulement. **Inscription obligatoire date limite: mercredi 15 mars**

Mercredi  
**29 Mars**

Bien accueillir quelqu'un, qu'est-ce que ça veut dire pour toi ? Penses-tu que l'accueil des nouvelles membres dans un centre de femmes est un bon moment pour appliquer nos valeurs féministes ?

## L'info pour Elles



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

Jeudi  
**9 Mars**

Plusieurs femmes ont vécu ces violences qui sont de plus en plus dénoncées. T'est-il déjà arrivé d'en subir ? Viens discuter de ce sujet entre femmes.

Jeudi  
**16 Mars**

Jacynthe Lavoie, intervenante auprès des proches aidants du Centre d'action bénévole vient nous présenter le programme "Aider sans s'oublier".

Jeudi  
**23 Mars**

Documentaire qui présente le quotidien de 4 personnes prestataires de l'aide sociale. Certains les traitent de "BS", de paresseux ou de chanceux. Ensemble, explorons les discriminations et oppressions que vivent ces personnes.

Jeudi  
**30 Mars**

Dans cet atelier, il sera question des différents positionnements féministes en lien avec la pornographie ainsi que des impacts qu'elle peut engendrer.

Il y a  
une place  
pour toi