



# 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

## Décembre 2022

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



5 Déc

Enjeu du moment

12 Déc

Le jumelage interculturel

19 Déc

Parlons d'actualité

LES MERCREDIS  
Entr'Elles  
13h30 à 15h30



7 Déc

**Série féministe** | Les valeurs féministes

14 Déc

Les remarques antiféministes

21 Déc

Les métiers non-traditionnels

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



8 Déc

L'estime de soi sexuelle | 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 5 Déc** Dans cet atelier, nous prendrons le temps de discuter, d'échanger ou de nous informer sur un enjeu en lien avec les conditions de vie des femmes qui a émergé dans les dernières semaines.

**Lundi 12 Déc** As-tu envie de découvrir une autre culture et de faire connaître la tienne ? Viens rencontrer une personne du CRESO qui présentera le programme de jumelage interculturel.

**Lundi 19 Déc** Nous t'invitons à venir jeter un coup d'œil à l'actualité des derniers jours en y posant un regard féministe.

## 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 7 Déc** Comment appliques-tu les valeurs féministes dans ta vie et dans ton centre ?

**Mercredi 14 Déc** Viens te préparer aux rencontres du temps des fêtes pour être en mesure de répondre aux remarques antiféministes que tu pourrais entendre.

**Mercredi 21 Déc** Valérie Poirier vient nous parler de la réalité des femmes en emploi et des services offerts par Option Ressource Travail.

## L'info pour Elles



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

**Jeudi 8 Déc** Dans cet atelier, nous verrons en quoi consiste le concept d'estime de soi sexuelle. De plus, nous aborderons les différentes composantes l'influençant ainsi que des moyens à adopter pour l'améliorer.

*Invitation repas de Noël des membres*

Tu es invitée le jeudi 15 décembre à venir partager un repas au Club Nautique situé au 410 rue Victoria à Salaberry-de-Valleyfield. Nous t'attendons dès 11h30.

Place limitée et inscription obligatoire au plus tard le 1er décembre 2022

*Horaires des fêtes*

**D'MAIN DE FEMMES SERA FERMÉ À COMPTER DU 23 DÉCEMBRE 2022.**

**NOUS SERONS DE RETOUR LE 4 JANVIER 2023.**

*Toute l'équipe te souhaite une belle période des fêtes et une année 2023 remplie d'amour, de paix et d'égalité.*

Information: 450 371.1500