



# 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

## Juillet 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 +  
10h00 à 11h30

4 Juillet

Choix des femmes

11 Juillet

C'est quoi pour toi être féministe ?

18 Juillet

Parlons d'actualité

25 Juillet

La résolution de conflits



LES MERCREDIS  
Entr'Elles  
14h00 à 15h30

6 Juillet

Le mouvement #moiaussi #metoo

20 Juillet

La ménopause

27 Juillet

Célébrons les femmes



LES JEUDIS  
L'info pour Elles  
10h00 à 11h30

L'info pour Elles en relâche pour la période estivale

i



## 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  
**4 Juillet** | Le choix des femmes c'est une occasion de partager tes impressions sur différents sujets qui seront proposés par les participantes.

Lundi  
**11 Juillet** | C'est quoi pour toi être féministe ? Le féminisme dans toute sa grandeur et son désir d'égalité. Être féministe, c'est un vaste concept. Toi, comment incarnes-tu ce désir d'égalité ? Quel genre de féministe es-tu ?

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

Lundi  
**25 Juillet** | Existe-t-il une seule manière de résoudre les conflits ? Quelles sont tes stratégies ? Es-tu à l'aise avec le conflit ? Est-ce une charge émotionnelle qui pèse davantage sur les femmes ?

## 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  
**6 Juillet** | Qu'est-ce que ce mouvement ? On jase de ce qu'on a ressenti, de ses impacts, de l'éveil qu'il a offert sur les violences sexuelles au Québec et dans le monde.

Mercredi  
**20 Juillet** | Atelier inspiré du documentaire/ biographie *Loto-méno* produit par Véronique Cloutier. On aborde différents sujets en lien avec la périménopause et la ménopause et ce qu'elle peut faire vivre aux femmes.

Mercredi  
**27 Juillet** | Malgré le fait que les inégalités, la marginalisation, les constructions sociales peuvent parfois peser lourd, rappelons-nous que d'être une femme est inspirant. Célébrons qui nous sommes !

## L'info pour Elles



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

Jeudi | **L'info pour Elles en relâche pour la période estivale.**



**Rappel : 13 juillet fête d'été de D'Main de Femmes**



**Le centre sera fermé à compter du 5 août.  
Nous serons de retour le lundi le 22 août 2022.**