



Programmation d'ateliers

Janvier 2021

VIRTUELLE

Heures d'ouverture
du milieu de vie
lundi au jeudi
8h30 à midi
13h00 à 16h30

LUNDI

10h00 à 11h30

Déjeuner Vitamines +

MERCREDI

14h00 à 15h30

Entr'Elles

JEUDI

10h00 à 11h30

L'info pour Elles

Ouverture des salles virtuelles 30 minutes avant l'atelier

-4-

Comment ça va ?

-11-

Parlons d'actualité



-18-

Le pardon

-25-

Les citations inspirantes



-6-

Café rencontre

Quelle est la différence entre violence,
colère et agressivité ?



-13-

Café rencontre

Parlons intergénérationnel

-20-

Cuisinons ensemble
Spécial cuisine du monde
Inscription obligatoire

-27-

Café rencontre

Les hormones du bonheur



-14-

Racisme systémique

La ligue des droits et libertés



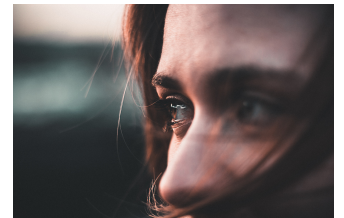
-21-

Les pionnières

de la compétence :
les métiers non-traditionnels

-28-

**L'histoire de
l'antiféminisme au Québec**



77 rue Saint-Charles
Salaberry-de-Valleyfield

450 371.1500

Il y a
une place
pour toi



Déjeuner Vitamines +

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

4 janvier

Après la période des fêtes on a hâte de te voir pour échanger et savoir comment tu vas. On profite aussi du début de la nouvelle année pour se rappeler nos règles de vie en groupe.

11 janvier

Nous t'invitons à venir jeter un coup d'oeil à l'actualité des derniers jours

18 janvier

Que veut dire pardonner pour toi ? Penses-tu que pardonner à une personne fait plus de bien à l'autre ou à soi-même ? Les femmes pardonnent-elles plus facilement ?

25 janvier

Viens proposer et discuter de différentes citations. Est-ce que certaines citations ont une signification particulière pour toi ?

Entr'Elles

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

6 janvier

La distinction entre ces mots est très importante pour les luttes féministes en particulier dans le domaine de la violence conjugale. Comment perçois-tu ces différences ?

13 janvier

T'en a ras le bol d'entendre parler des clichés sur les jeunes femmes et les femmes âgées ? ... À toi la parole ! Animée par Mounia Yafi, chargée de projet à D'Main de Femmes.

20 janvier

Nous t'invitons à venir partager un bon moment en cuisinant avec **Mounia Yafi** sur la plateforme Zoom. Le centre s'engage à te fournir tous les ingrédients nécessaires à la recette. Tu as deux choix : tu peux faire la recette en même temps que l'animatrice sur zoom ou bien la faire chez toi au moment qui te convient.

Inscription obligatoire, date limite : mercredi 13 janvier

27 janvier

Viens en apprendre davantage sur ces 4 hormones : dopamine, ocytocine, sérotonine et endorphine. Quels rôles jouent-elles ? Comment elles nous affectent ?

L'info pour Elles

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

14 janvier

Qu'est-ce que le racisme systémique ? Viens démêler tout ça avec Martine Élois de la Ligue des droits et libertés.

21 janvier

Elles travaillent dans l'un des 251 métiers classés comme non-traditionnels au Québec, sur les chantiers ou en mécanique, en charpenterie ou en soudage, et elles sont des modèles de réussite. Portrait de femmes qui ont choisi ce parcours.

28 janvier

L'antiféminisme est un contre-mouvement qui s'oppose au féminisme et cherche à faire obstacle à l'émancipation des femmes. Ça pique ta curiosité ? Viens en apprendre davantage.

Besoin de soutien informatique

C'est possible appelle à D'Main de Femmes.



Nouveauté à venir !!!

Prêt de tablettes pour nos membres,
contacte nous pour plus d'infos.

