



PROGRAMMATION D'ATELIERS

Septembre 2022

HEURES
D'OUVERTURE
DU MILIEU DE VIE

Lundi au jeudi
8h00 à 16h30

450 371-1500

229 Chemin Larocque
Salaberry-de-Valleyfield

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 Sept

Fermé

12 Sept

L'avortement

19 Sept

La patience

26 Sept

L'estime de soi

LES MERCREDIS
Entr'Elles
13h30 à 15h30



7 Sept

La surstimulation, source d'épuisement ?

14 Sept

L'inflation et son impact sur les femmes

21 Sept

Cuisinons ensemble | en présence seulement | Inscription obligatoire

28 Sept

Briser les préjugés / mythes face à l'avortement

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



8 Sept

La réalité des femmes et l'alphabétisation

15 Sept

LGBT... quoi ?

22 Sept

Le stress

29 Sept

L'histoire du droit à l'avortement



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 Sept | Fermé - Fête du travail

Lundi
12 Sept | A-t-on vraiment accès à l'avortement aujourd'hui ? Dans quels contextes a-t-on recours à cette intervention ? Que penses-tu de ce qui se passe aux États-Unis ?

Lundi
19 Sept | On attend souvent des femmes qu'elles soient patientes, douces et gentilles. Est-ce un stéréotype ? Viens discuter avec nous de ce sujet qui nous touche toutes.

Lundi
26 Sept | C'est quoi l'estime de soi ? Est-ce important pour toi ? En as-tu ? Pourquoi ? Est-ce que les stéréotypes de genre contribuent à diminuer l'estime de soi à sa base ?

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 Sept | T'est-il déjà arrivé de te sentir submergée par un trop plein de stimulations ? Dans ta famille, au travail ? On fait ici des liens avec notre vécu et la réalité patriarcale !

Mercredi
14 Sept | Croyez-vous que les femmes sont plus touchées par la hausse des coûts ? On démystifie ensemble les causes et les conséquences de cette réalité qui nous touche toutes.

Mercredi
21 Sept | Nous t'invitons à venir partager un bon moment en cuisinant une recette. Cet atelier est disponible en présence seulement. **Inscription obligatoire date limite : mercredi 14 septembre**

Mercredi
28 Sept | On met en relief nos croyances et parfois nos préjugés inconscients face à l'avortement. On s'ouvre aux conséquences et aux réalités que cela implique pour les femmes.

L'info pour Elles



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

Jeudi
8 Sept | L'analphabétisme touche-t-il les femmes ? Pourquoi ? Quelle est le portrait des femmes au Québec et les conséquences qui en découlent ?

Jeudi
15 Sept | Le JAG (Organisme LGBT +) vient nous présenter un atelier où on démystifie plusieurs mythes, préjugés et stéréotypes reliés à la diversité sexuelle et de genre.

Jeudi
22 Sept | L'atelier se base sur le livre *Par amour du stress* de Sonia Lupien, qui nous fait entrevoir le stress sous différents angles et nous offre des trucs efficaces pour apprendre à bien stresser.

Jeudi
29 Sept | On explore le droit à l'avortement pour les femmes du Québec et à travers le monde. On fait des liens avec les mobilisations passées, présentes et futures et on se questionne sur l'impact sur la santé des femmes !

Il y a
une place
pour toi