

COVID-19

Auto évaluation

Si vous avez Un seul des symptômes suivants NE PAS VOUS PRÉSENTER SVP :

- 1- Avez-vous la sensation d'être fiévreux, d'avoir des frissons comme lors d'une grippe, ou une fièvre mesurée avec une température prise par la bouche égale ou supérieure à 38 °C (100,4 °F)?
- 2- Avez-vous de la toux récente ou empirée depuis peu?
- 3- Avez-vous de la difficulté à respirer ou êtes-vous essoufflé?
- 4- Avez-vous une perte soudaine de l'odorat ou du goût?

Si vous répondez OUI à au moins deux des trois questions suivantes NE PAS VOUS PRÉSENTER SVP :

- 1- Avez-vous de la fatigue intense inhabituelle et sans raison évidente, des douleurs musculaires ou courbatures inhabituelles sans raison évidente, un mal de tête inhabituel et/ou une perte d'appétit?
- 2- Avez-vous eu des nausées, des vomissements ou de la diarrhée dans les 12 dernières heures?
- 3- Avez-vous un mal de gorge sans autre cause évidente?

COVID-19

Consignes sanitaires

- Port du couvre-visage OBLIGATOIRE
- Ne présenter AUCUN symptôme
- Respecter la distanciation de 2 mètres
- Attendre le OK de l'intervenante pour entrer
- Les déplacements intérieurs inutiles sont interdits
- Aucun partage de nourriture ou de matériel

Lavage de mains efficace

- 1- Mouiller
- 2- Savonner
- 3- Frotter 20 secondes
- 4- Frotter les ongles
- 5- Rincer
- 6- Sécher
- 7- Jeter le papier brun dans la poubelle

CENTRE DE FEMMES

La Moisson

321 Grand boulevard, L'Île Perrot, Qc, J7V 4X3

514 453-8720

lamoisson1@videotron.ca

www.centrefemmeslamoisson.com

**AUTOMNE
2020**

GROUPES

Notez l'adresse des ateliers de groupe :

90 Avenue Charbonneau
Vaudreuil-Dorion, QC J7V 7G1

Ateliers créatifs de murales

Avec l'artiste Céline Poirier

Début le 6 octobre 2020

Groupe 1

Les **mardis avant-midi** de 9h00 à 11h00

Groupe 2

Les **mardis après-midi** de 13h00 à 15h00

(8 rencontres par groupe)

Dépannage maison

Par Anne Richard-Webb

*à l'intention de toutes les femmes qui
veulent apprendre à faire des réparations
mineures à la maison*

Début le 8 octobre 2020

Les **jeudis après-midi**

de 13 h à 15 h

(8 rencontres)

CONFÉRENCE

CULTIVATING SELF WORTH

Par Katherine Barr

Interactive workshop to cultivate self-esteem

At the St-Lazare Community Centre

(1301 Du Bois Street)

Thursday, October 8, 2020

13h30 to 15h00

FOR REGISTRATION:

LORIE MARCOTTE 514-425-0399

lmarcottewcn@gmail.com

.....
*Il est à noter qu'en raison de la
pandémie, nous ajusterons au fur et à
mesure les activités offertes.*

.....
*Cette année la carte de membre est
« automatiquement » reconduite pour
celles qui étaient membres en 2019-
2020. Aussi, le « membership » est
gratuit pour les nouvelles et
anciennes membres.*

*Un formulaire d'inscription est à
compléter au téléphone pour les
nouvelles membres seulement.*

CAFÉS-RENCONTRES

À TOUS LES LUNDIS

Venez participer à ces activités et
vous exprimer sur des sujets
d'actualité et d'intérêt général

14 sept. : Pique-nique au Parc de la
Famille (rue Boischatel à L'Île-Perrot)
De 12 h à 14 h

Apportez votre goûter et votre
chaise.

Aucun partage de nourriture

21 sept. : Rencontre et brin de
jasette au Parc de la Famille (rue
Boischatel à L'Île-Perrot)
De 13 h à 15 h

Apportez votre chaise

28 sept. : Sortie au Verger Labonté.
Cueillette de 5lb de pommes et
dégustation des produits de la
pomme. Inscription requise. Activité
gratuite pour les membres

**En cas de pluie, les activités
seront annulées**