

ACTIVITÉS SPÉCIALES

Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes

JACVSFF

- **Ateliers de création**
Mardis 27 et 28 août 2019 à 13 h
- **Exposition d'œuvres**
Vendredi 20 septembre
Formule 5 à 7 (détails à venir)



Journée nationale des centres de femmes

Le mardi 1^{er} octobre 2019

(détails à venir)



PARTY DE NOËL

(Souper collectif, danse et animation)

Plaisir et rires garantis !!!
Inscrivez-vous auprès de l'équipe

Le vendredi 6 décembre 2019
18 h à minuit



ACTIVITÉS SPÉCIALES ET ACTIONS COLLECTIVES

Les conférences Femmes d'Action

Par Julia Mihaljevic, (REE)

- **Quand l'environnement de travail devient toxique**
Mardi 24 sept de 18 h 30 à 19 h 30
- **Le langage corporel en entretien d'embauche**
Mardi 22 oct. de 18 h 30 à 19 h 30
- **Nouvel emploi : négocier ses conditions de travail**
Mardi 26 nov. de 18 h 30 à 19 h 30



Cuisine collective

Locaux de L'Actuel

Préparation de 5 repas équilibrés et économiques – 5 plats par membre maximum 12 femmes

Mercredis 2-16-30 oct. et 13-27 nov.
de 13 h à 16 h



Nous vous invitons à vous inscrire à l'avance pour toutes nos activités et nos groupes (sauf les cafés-rencontres). Nos activités sont gratuites mais requièrent la carte de membre au coût de 5,00 \$.

Pour les femmes de Vaudreuil-Soulanges depuis 1985



AUTOMNE 2019

AUTOMNE 2019

321, Grand Boulevard
Ville de L'Île-Perrot - J7V 4X3
Tél.: 514 453-8720
Fax: 514 453-1112

lamoisson1@videotron.ca
centrefemmeslamoisson.com

GROUPES

ÎLE-PERROT (321, Grand Boulevard)

Le lâcher prise

C'est accepter ses limites

Début le 17 sept. au 22 oct. 2019

(relâche le 1^{er} octobre)

Les **mardis après-midi** de 13 h à 15 h
(5 rencontres)

Bâtir ma vie

*Faire mes propres choix
pour mieux me réaliser*

Début le 29 oct. au 26 nov. 2019

Les **mardis après-midi** de 13 h à 15 h
(5 rencontres)

Yoga sur chaise

Maria Restrepo, professeure
*(Apportez des vêtements confortables)
maximum 8 femmes*

Début le 3 oct. au 28 nov. 2019

(relâche le 7 novembre)

Les **jeudis** après-midi de 13 h à 14 h 30
(8 rencontres)

Pertes et deuils

Groupe de discussion et partage

Début le 19 sept. au 21 nov. 2019

Les **jeudis** soir de 18 h 30 à 20 h 30
(10 rencontres)

GROUPES

SAINT-ZOTIQUE (1008, Rue Principale)

Ma mission de vie

Retrouver son fil intérieur

Début le 17 sept. au 26 nov. 2019

(relâche le 1^{er} octobre)

Les **mardis après-midi** de 13 h à 15 h
(10 rencontres)

Ma mission de vie

Retrouver son fil intérieur

Début le 17 sept. au 26 nov. 2019

(relâche le 1^{er} octobre)

Les **mardis soir** de 18 h 30 à 20 h 30
(10 rencontres)



CAFÉS-RENCONTRES

À TOUS LES LUNDIS DE 13 H À 15 H

Venez participer à un groupe et
à vous exprimer sur des sujets
d'intérêt général.
(inscription non requise)

16 sept. : Prendre le temps d'arriver et
le plaisir de se revoir

23 sept. : La bibliothèque vivante (en
collaboration avec Arc-en-ciel V-S)

30 sept. : Sortie au Verger Labonté
(5,00\$ par membre)

07 oct. : Trucs et astuces (partagez
vos secrets et vos méthodes qui
fonctionnent!)

14 oct. : Action de grâces (congé
férié)

21 oct. : Jeux de société (apportez
vos jeux préférés)

28 oct. : Dîner Halloween dès 12 h
(apportez votre goûter et venez
déguisées, si vous le désirez)

04 nov. : Visionnement d'un film
(détails à venir)

11 nov. : G.R.A.V.E.S. présentation du
projet S.A.V.A. « *Soutien aux aînés
victimes d'abus* »

18 nov. : 100% responsable de notre
déclencheur

25 nov. : 12 jours pour contrer la
violence faite aux femmes « *je vois, je
sais, je dis, j'agis* »

02 déc. : Revue d'actualité



**Pour tous ces groupes, les inscriptions débuteront le
26 août 2019**

Seules les inscriptions par téléphone ou en personne seront considérées.

Afin que chaque femme puisse suivre un atelier pour une première fois,
nous nous réservons le droit de limiter les inscriptions.