

# PROGRAMMATION Printemps 2025

## AVRIL

Inscriptions lundi 24 mars en ligne et en personne dès 9h

Téléphone: mardi 25 mars dès 9h

Centre de femmes les Unes et les Autres 

450.432.5642 - 741 boul. Monseigneur Dubois, St Jérôme

En ligne: [www.centrefemmeslesunesetlesautres.org](http://www.centrefemmeslesunesetlesautres.org) de 9h à 16h seulement

En personne: au Centre de femmes à partir de 9h

LUNDI



MARDI



MERCREDI



JEUDI

			<b>FORMATION DES TRAVAILLEUSES</b>	
	1 Réunion d'équipe PM	2		3
Créativité 9h15			<b>Atelier TTS 9h15</b> La clé de votre pouvoir <i>Démystifier le concept d'estime de soi</i>	
7	8 Réunion d'équipe PM	9		10
Yoga sur chaise 10h à 11h			<b>Atelier TTS 9h15</b> La clé de votre pouvoir <i>Prendre conscience des habitudes nuisibles à l'estime de soi</i>	<b>FERIÉ</b>
Atelier politique 13h15 <i>Les femmes d'un bord les hommes de l'autre</i>	15 Réunion d'équipe PM	16	<b>Atelier de l'ACEF 13h30</b> <b>Société de consommation</b>	
14				17
<b>FERIÉ</b>			<b>Atelier TTS 9h15</b> La clé de votre pouvoir <i>Développer des habiletés de soi et de communication</i>	Revue de presse <i>(déjeuner actualités) 9h15</i>
	21	22 Réunion d'équipe PM	23	24 Bingo 13h15
			<b>Atelier TTS 9h15</b> La clé de votre pouvoir <i>Nourrir une estime de soi positive et durable</i>	
Créativité 9h15				
Atelier politique 13h15 <i>Santé au féminin, source d'inégalité</i>	29 Réunion d'équipe PM	30		
28				

# PROGRAMMATION Printemps 2025

## MAI

Inscriptions lundi 24 mars en ligne et en personne dès 9h

Téléphone: mardi 25 mars dès 9h

Centre de femmes les Unes et les Autres 

450.432.5642 - 741 boul. Monseigneur Dubois, St Jérôme

En ligne: [www.centrefemmeslesunesetlesautres.org](http://www.centrefemmeslesunesetlesautres.org) de 9h à 16h seulement

En personne: au Centre de femmes à partir de 9h

LUNDI



MARDI



MERCREDI



JEUDI

			RFL
			1
5 Yoga sur chaise <b>10h à 11h</b>  <b>Atelier 18h15: Je m'affirme telle que je suis:</b> <i>Se familiariser avec le thème affirmation de soi</i>	6 Réunion d'équipe PM	7 Conférence <b>13h15</b> <i>Inconvénients de la maladie coéliqua</i>	8 Atelier politique <b>13h15</b> <i>Explorerons les valeurs conservatrices qui nuisent à la condition féminine</i>
12 Créativité <b>9h15</b> <b>Atelier 18h15: Je m'affirme telle que je suis:</b> <i>Identifier ses besoins et ses valeurs</i>	13 Réunion d'équipe PM	14 Conférence <b>13h15</b> <i>Démystifier la maladie d'Alzheimer et les troubles neurocognitifs majeurs</i>	15
<b>FERIÉ</b>			
19	20 Réunion d'équipe PM	21 Revue de presse <i>(déjeuner actualités) 9h15</i>	22 Bingo <b>13h15</b>
26 Yoga sur chaise <b>10h à 11h</b>  <b>Atelier 18h15: Je m'affirme telle que je suis:</b> <i>Reconnaitre, créer et affirmer ses limites</i>	27 Atelier politique <b>9h15</b> <i>Deux poids, deux mesures : Femmes et Pouvoir</i>  Réunion d'équipe PM	28 <b>FORMATION DES TRAVAILLEUSES</b>	29

# PROGRAMMATION Printemps 2025

## JUIN

Inscriptions lundi 24 mars en ligne et en personne dès 9h

Téléphone: mardi 25 mars dès 9h

Centre de femmes les Unes et les Autres 

450.432.5642 - 741 boul. Monseigneur Dubois, St Jérôme

En ligne: [www.centrefemmeslesunesetlesautres.org](http://www.centrefemmeslesunesetlesautres.org) de 9h à 16h seulement

En personne: au Centre de femmes à partir de 9h

LUNDI



MARDI



MERCREDI



JEUDI

2	Créativité <b>9h15</b>	3	Réunion d'équipe PM	4		5	
9	Yoga sur chaise <b>10h à 11h</b>	10	Réunion d'équipe PM	11	Bingo <b>13h15</b>	12	
16	Créativité <b>9h15</b>	17	On célèbre l'été <b>10h à 14h</b> 	18	AGA du Centre <b>18h15</b> Assemblée Générale Annuelle	19	
23		24	<b>FERIÉ</b>	25		26	
30		1		2		3	<b>FÉRIÉ</b>