



Cuisines thématiques

Viens découvrir de nouveaux plats sous le thème de l'érable.

Mardi le 25 mars à 9h00 ou à 13h00

Mardi le 1 avril à 9h00 ou à 13h00

Prix : 5\$



Muffins-discussions

Tu aimerais discuter avec d'autres femmes dans le respect et l'ouverture de sujets qui te préoccupent, c'est l'occasion!

Les sujets sont choisis par les participantes lors des rencontres.



Les vendredis 17 ou 31 janvier, 14 ou 28 février, 14 ou 28 mars à 9h00

Atelier à Disraeli

« Moi et les autres »

Cet atelier s'adresse aux femmes qui ont le goût d'échanger sur des thèmes qui les préoccupent dont le stress, la fatigue et la positivité afin qu'elles prennent davantage soin d'elles.

Les jeudis à 13h15

Endroit: au CERD de Disraeli

Début : 23 janvier, pour 5 rencontres

Animatrice :

Lyne Robillard

Prix : 5\$



Journée internationale des droits des femmes 8 mars 2025

Un événement est en préparation !

Pour marquer cette journée exceptionnelle, une activité vous sera proposée. Ce sera l'occasion idéale de célébrer ensemble nos victoires et nos bon coups.

Vous recevrez bientôt plus de détails, mais **vous pouvez dès maintenant réserver votre place !**

BIENVENUE

Le Centre Femmes la Rose des Vents est un lieu d'accueil ouvert à TOUTES les femmes où elles s'y rencontrent pour échanger, partager, s'unir et agir! Le CFRV apporte également de l'aide aux femmes vivant une difficulté et les soutient dans leur cheminement. L'autonomie des femmes est la clé de notre approche!

La référence pour les femmes d'aujourd'hui!



Heures d'ouvertures:

Lundi au jeudi

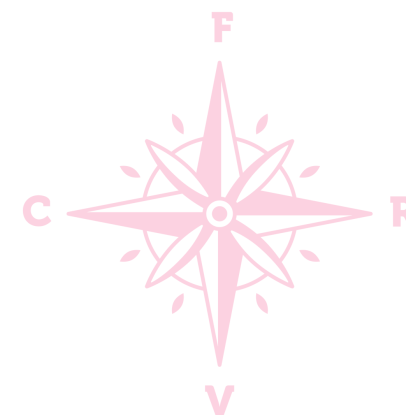
8h30 à 12h00 & 13h00 à 16h30

Vendredi

8h30 à 12h00 & 13h00 à 16h00

PROGRAMMATION

Hiver 2025



95, Notre-Dame Est
Thetford Mines (Québec)
G6G 2J6

418-338-5453

info@cfrv.ca

www.centrefemmesrosedesvents.ca



Centre Femmes
la Rose des Vents

Cafés-conférences

LES MARDIS À 13H15

21 janvier :
« **Les habitudes quotidiennes qui vieillissent notre visage** »
Par Brigitte Deveau

28 janvier :
« **Décrypter la fraude** »
Par Pamela-Ann Bélanger, policière

4 février :
« **Mythes et réalité en interculturel** »
Par Véronique St-Gelais

18 février :
« **Le pouvoir de la motivation: transformer vos objectifs en réalité** »
Par Natacha Fossiez, Domrémy

25 février :
« **Les suppléments: trop c'est comme pas assez!** »
Par Claudia Lachance, pharmacienne

4 mars:
« **Regard sur les Premières Nations** »
Par Cynthia Gagnon Ouellet, enseignante

11 mars:
« **Voir clair lorsqu'il fait noir dans ma tête!** »
Par Nancy Jacques, éducatrice spécialisée



ATELIERS

« Roulez en toute sécurité »

Cet atelier s'adresse aux femmes qui ont le goût de s'informer et de mettre à jour leurs connaissances sur divers aspects de sécurité en lien avec la conduite automobile.



Les mercredis à 13h15
Début : 22 janvier, pour 5 rencontres

Animatrice :
Mélanie Leroux
Prix : 5\$

« Estime et confiance ! »

Cet atelier s'adresse aux femmes qui ont le goût d'apprendre à s'aimer davantage. Nous parlerons de divers thèmes, tel que s'aimer avec nos limites, reconnaître nos qualités, apprendre à dire non et exprimer ses besoins et ses désirs.

Les lundis à 13h15
Début : 27 janvier, pour 8 rencontres

Animatrice :
Sylvie Bolduc
Prix : 5\$



Cinémas-causeries

Vous avez le goût d'assister à la représentation d'un film suivi d'une discussion sur la thématique de celui-ci.



Les vendredis à 13h00
21 ou 28 février : « **Jamais plus** »
21 ou 28 mars : « **La peur au ventre** »

Café-tricot



Viens tricoter avec d'autres femmes et partager ton talent.
Les vendredis 24 janvier, 7 février, 21 février, 7 mars et 21 mars à 9h00.

Créativité

Viens fabriquer ton tableau illustrant tes souhaits à court, moyen et long terme.
Lundi le 13 janvier à 13h15 ou le
lundi le 20 janvier à 13h15.
Prix : 5\$



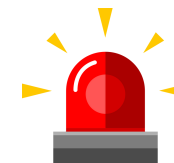
Source : Atelier DIY Vision Board |
L'Atelier Lutèce

INSCRIPTION



Le 8 janvier 2025
dès 8h30

L'inscription aux activités
PAR TÉLÉPHONE
SEULEMENT est obligatoire
SAUF POUR LES CAFÉS-CONFÉRENCES.



ON RÉCUPÈRE:

- Cartouches d'encre
- Lunettes de vue
- Cellulaire
- Goupilles de canettes
- Batteries
- Stylos et marqueurs