

Groupe d'entraide pour les proches aidantes

Le groupe d'entraide du Centre des femmes permet aux proches aidantes de :

- Briser l'isolement
- Partager sur leur vécu et échanger des outils
- Être informées des services disponibles

Pour information
418-779-2316



Prêt de livres

Le Centre des femmes dispose d'une grande variété de livres que vous pouvez emprunter en tout temps, c'est gratuit.

*Plusieurs nouveautés à découvrir!!



HALTE-GARDERIE

Disponible sur place
au besoin
N'hésitez pas à nous
contacter!

SERVICES

- Accueil et références
- Écoute téléphonique
- Aide individuelle et de groupe
- Information/sensibilisation
- Centre de documentation
- Prêt de tablettes
- Ateliers thématiques
- Actions collectives

GRATUIT ET CONFIDENTIEL

POUR NOUS JOINDRE

Adresse : 74 A rue Principale,
Lac-des-Aigles, G0K 1V0

Téléphone : 418 779-2316

Courriel : cfop@telus.net

Site Internet : www.cfopays.org

 : Centre des femmes du Ô Pays

Appels à frais virés
acceptés

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au jeudi : de 8h30 à 16h

Vendredi : de 8h30 à 11h30



Centre des femmes du Ô Pays



Programmation hiver/printemps



2022

**COVID : À noter que certaines de nos activités peuvent être modifiées si la situation sanitaire l'exige. Nous vous tiendrons informées.*

Séance d'information
avec Carole Denis
via zoom



Jeudi 20 janvier à 10h

Pour en savoir plus sur le programme « Éconologis » : Comment s'inscrire? Quels sont les critères pour être admissible?

*Le Centre offre le déjeuner

Mon bonheur fait maison

Conférence-zoom



Avec Kyliane Guay
de Santé mentale BSL

Jeudi 3 février à 13h30

Et si le bonheur se trouvait en fait dans les choses les plus simples qui nous entourent au quotidien?

Saccage ce carnet :
Atelier créatif

Série de 3 rencontres



Les mercredis :

9, 16, 23 février à 13h30

Un carnet conçu pour être saccagé! Série de rencontres pour créer, expérimenter, se défouler, et laisser libre cours à son imagination.

* Matériel Fourni.

* Nombre de places limité!

Atelier d'initiation aux
plantes médicinales



Jeudi 17 février
à 13h30



avec Chantal Dufour
Herboriste, Viv-Herbes

Apprendre à faire soi-même ses onguents en y intégrant des plantes médicinales.

Journée internationale
des droits des femmes

Mercredi 9 mars à 18h

Soirée toute en humour
avec bouchées découvertes!



Surveillez nos publicités
pour plus de détails!


Ciné-discussion

Jeudi 17 mars à 13h30

Diffusion du documentaire
« Je m'appelle humain »



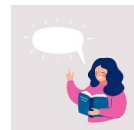
Consacré à la poète
innue Joséphine Bacon.

Précédé d'un dîner
communautaire à 12h 
*Soupe et dessert fournis.

Cercle de lectures féministes!

Pour le plaisir de partager sa passion pour la lecture, en toute simplicité!

Une occasion pour découvrir les nouveaux livres du Centre.



Les jeudis :
31 mars et 12 mai
à 13h30

Le journal créatif

avec Louise Marmen

*animatrice certifiée



Les mercredis :

6, 13, 20 et 27 avril à 13h30

Explorer sa créativité et développer sa confiance en soi à travers l'écriture, le dessin et le collage.

Prendre un temps pour soi !



Atelier justice climatique

Jeudi 21 avril à 13h30

avec Martine Poirier

Sommes-nous toutes égales face aux enjeux climatiques? Comprendre pour mieux se solidariser.

Journée internationale
sans diète



On s'offre un repas gourmand sans se culpabiliser, dans le plaisir et la bienveillance!

Jeudi 5 mai à 11h30

Ciné-discussion

Mardi 17 mai à 9h30



Journée internationale contre l'homophobie et la transphobie

Diffusion de documentaires et discussion.

*Le Centre offre le déjeuner

Séance photo en plein air

Une séance photos avec une photographe professionnelle. Pour découvrir et apprivoiser sa beauté!

Mercredi 25 mai
à 13h30



*Gratuit.

*Nombre de Places limité!

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
ANNUELLE !



Jeudi 2 juin à 13h

*dîner inclus à 12h



Pique-nique annuel

Une invitation du comité social du Centre des femmes



Jeudi 9 juin
à 10h30