

MILIEU DE VIE

RELATION D'AIDE INDIVIDUELLE

Offerte pour toutes les femmes vivant différentes problématiques. Prendre rendez-vous avec une intervenante en téléphonant au 819-868-0302

PAUSE CAFÉ

On ose prendre une pause pour se rassembler, discuter et se divertir le temps d'un après-midi!

Tous les jeudis 13h30 à 15h30

1er jeudi du mois : **Moments créatifs**

2e jeudi : **Partage d'expériences**

3e jeudi du mois : **Jeux**

4e jeudi du mois : **Libre**

COIFFURE

Les premiers lundis du mois

Appelez pour prendre rendez-vous

JARDIN DES ÉCOFÉMINISTES

CRÉATION DU JARDIN DE PLANTES MÉDICINALES POUR NOTRE PHARMACIE NATURELLE ET CUEILLETTE EN FORÊT

Animation : KariAnne Sauvé et invitées

Ateliers les lundis 12 mai, 2 et 9 juin

Célébration du solstice le 19 juin

Embarquez dans ce beau projet!

SORTIE À MUSIQUE ORFORD

Rencontre unique avec un pianiste Jazz

Vendredi 23 mai à 13h

CONTACTEZ-NOUS

☎ 819-868-0302

📍 288, rue Saint-Patrice Ouest, Magog, J1X 1W3

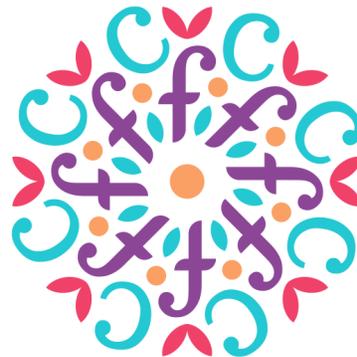
✉ info@centredesfemmesmemphremagog.com

🌐 www.centredesfemmesmemphremagog.com

📘 [cfmemphremagog](https://www.facebook.com/cfmemphremagog)

Ouvert du lundi au jeudi

8h à 12h et 13h à 16h



BRADERIE

Ouvert à toute la population

Les mardis et jeudis

13h à 16h

Vente de garage : 16-17 mai



Centre DES
femmes
MEMPHRÉMAGOG

PROGRAMMATION
PRINTEMPS 2025

PAR, POUR ET AVEC
LES FEMMES



ATELIERS

CARTE DE MEMBRE 10\$



LES PIÈGES DE LA CONSOMMATION

Animation : Marie-Josée Dubreuil d'ACEF
Mercredi 16 avril | 13h30 à 15h30

JEU DU TRI : DE BAC À BAC

Animation : Magog vert
Mardi 22 avril | 13h30 à 15h30

LA FATIGUE : AUTOHYPNOSE

Animation : Caroline Breault
Mercredi 23 avril | 13h30 à 15h30

LE HARCÈLEMENT DE RUE

Animation : CÉAF
Jeudi 8 mai | 13h30 à 15h30

L'ESCALIER DES INÉGALITÉS

Animation : GRFPQ
Mercredi 14 mai | 13h30 à 15h30

BIEN-ÊTRE FACILITÉ PAR LE CHEVAL

Animation : Sylvie Ducharme
Mercredi 21 mai | 13h à 16h

LA SANTÉ PHYSIQUE ET L'INFLUENCE DU VIEILLISSEMENT SUR LE CORPS

Animation : Ève Lafortune
26 mai | 13h30 à 15h

LES PROBLÉMATIQUES PELVIENNES FÉMININES À LA MÉNOPAUSE

Animation : Cigonia - Jessica Roy
Mercredi 28 mai | 13h30 à 15h

FEM'MOI BOUGER!

GRUPE DE MARCHÉ

Animation : Chantal Pinard
Tous les lundis et mercredis de 10h à 11h30

MOUVEMENTS SOMATIQUES

Animation : Élise Hardy
Mardi 29 avril au 20 mai | 13h30 à 15h

INITIATION À L'ESCALADE D-VERT

Animation : Marie-Audrée Murphy
Mercredi 7 mai | 17h30 à 19h30

INITIATION À LA DANSE GITANE

Animation : Lila Courval
Mardi 27 mai | 13h30 à 15h

IMPRO DANSE

Animation : Élise Hardy
Mercredi 18 juin | 17h30 à 19h30

ACTIVITÉ NAUTIQUE

Au Parc national du Mont Orford
Mercredi 18 juin de 13h à 16h
Entrée et location d'embarcation gratuites

FEMM'OEUF DÉJEUNER

9h à 11h

MAGOG | 1er JEUDI DU MOIS
MANSONVILLE | 2e JEUDI DU MOIS
STUKELY-SUD | 4e JEUDI DU MOIS

Les thèmes :

Avril : Les amitiés, faire partie de la gang

Mai : L'éducation

Juin : Jeux : Questions / réponses

ACTIONS COLLECTIVES



ÉTATS DAMES

Groupe d'art communautaire
Les mercredis soirs aux 2 semaines
Animation : Amélie Pormerleau et KariAnne

24H FÉMINISTE

24 avril | Jeudi de 13h30 à 15h30
Échanges de vêtements et mobilisation
contre les entreprises transnationales

THÉÂTRE : HISTOIRES EN CHEMIN

Mardi 13 mai | 19h à l'Auditorium des Tisserands
Gratuit sur réservation de billets

MARCHE DU PAIN ET DES ROSES

Jeudi 29 mai | 13h30 à 16h
Création et marche dans le quartier

DOCU-DISCUSSION LA PEUR AU VENTRE

Mardi 17 juin | 13h30 à 15h30

BIBLIOTHÈQUE FÉMINISTE

Vous pouvez emprunter gratuitement des livres
sur le féminisme, l'égalité et les luttes sociales
pour approfondir vos réflexions.

ATELIER D'ÉCRITURE CRÉATIVE

Mercredi 21 mai | 18h à 20h

JEUX DE THÉÂTRE

Mercredi 4 juin | 18h à 20h

