

RELATION D'AIDE

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! Restez à l'affût!

Tous les jeudis de 13h à 15h
1er jeudi du mois : Moments créatifs
2e : Partage d'expériences
3e : Jeux de société
4e : Célébration des fêtes du mois

★ Pas besoin d'inscription

BIBLIOTHÈQUE FÉMINISTE

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

COIFFURE

Les premiers lundis du mois
Appelez pour prendre rendez-vous

SANTÉ FEMME

Esprit infirmières, service de soins
au Centre des femmes
Détails à venir

CONTACTEZ-NOUS

Ouvert du lundi au jeudi
8h à 12h et 13h à 16h

☎ **819-868-0302**
📍 288, rue Saint-Patrice Ouest, Magog, J1X 1W3
✉ info@centredesfemmesmemphremagog.com
🌐 www.centredesfemmesmemphremagog.com
f [cfmemphremagog](https://www.facebook.com/cfmemphremagog)
📷 [centre.femmes.memphremagog](https://www.instagram.com/centre.femmes.memphremagog)

BRADERIE

Ouvert à toute la population
Les mardis et jeudis | 13h à 16h
Kit de départ disponible sur rendez-vous, appelez-nous!

INSCRIPTION EN LIGNE OU PAR TÉLÉPHONE



Centre DES
femmes
MEMPHRÉMAGOG

PROGRAMMATION HIVER 2026

PAR, POUR ET AVEC
LES FEMMES



ATELIERS

CONFÉRENCE : REVITALISEZ-VOUS!

Animation : Hélène Burchéri
Mardi 20 janvier | 13h30 à 15h30

CERCLE DE FEMMES

Animation : Noémie Bourdages
Mercredi 21 janvier | 18h30 à 20h30

VERS L'ÉQUILIBRE

Animation : Mélissa Harvey
Mercredi 4 février | 13h30 à 15h30

POÉSIE-COLLAGE AMOURS DÉCOMPOSÉS

Animation : Shanelle Sauvé
Mercredi 11 février | 13h30 à 15h30

ATTENTES ET DÉCEPTIONS

Animation : Caroline Breault
Mercredi 18 février | 13h30 à 15h30

CONTRACEPTION : MÉTHODE SYMPTOTHERMIQUE

Animation : Serena Québec
Mercredi 18 février | 18h à 21h

COMPRENDRE ET ACCOMPAGNER SUBSTANCES, JEUX ET ÉCRANS

Animation : ELIXIR
Mercredi 25 février | 13h30 à 15h30

JOIE, REPOS ET CULPABILITÉ

Animation : Clémence Marien
Mercredi 11 mars | 13h30 à 15h30

COMPRENDRE MES DYNAMIQUES RELATIONNELLES

Animation : Caroline Breault
Mercredi 18 mars | 13h30 à 15h30

FEM'MOI BOUGER!

GROUPE DE MARCHÉ

Animation : Chantal Pinard
Tous les lundis et mercredis de 10h à 11h30
Pas besoin d'inscription

elvi

Animation : Anaïs Jeay
Les mardis 27 janvier et 31 mars, et jeudi le 26
février 19h à 20h15
Salle 300 - Centre communautaire de Magog

RANDO D'HIVER

Au Parc national du Mont Orford
Mardi 24 février de 13h à 16h
Entrée et location de crampons gratuites

DANSE!

Animation : Nancy Poirier
Mardi 3 mars au 21 avril | 15h
Salle 300 - Centre communautaire de Magog

ÉCOFÉMINISTE DIY, ÉCOLOGIE ET BIEN-ÊTRE

Ateliers divers les lundis à 13h30 :

26 janvier : Produits ménagers écologiques
9 février : Bombes et sel à bain
16 février : Shampoing naturel en barre
23 mars : Célébration Équinoxe
Bain sonore avec Christine Boudrias

FEMM'OEUF DÉJEUNER

9h à 11h

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

Les thèmes :

Janvier : La gestion de mes doutes
Février : Amours et amitiés
Mars : Parle moi de ton féminisme
Avril : Mon leg présent et futur

SAVEUR D'ELLES

Dîner interculturel créatif

Le nouvel an Afghan

Samedi 21 mars | 11h à 14h

ACTIONS COLLECTIVES

ÉTATS DAMES

Groupe d'art communautaire
Les mercredis soirs aux 2 semaines
à 18h dès le 14 janvier
Animation : Amélie Pomerleau et KariAnne

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

Dimanche 8 mars
Expo en action - Générations deboutte !
Détails à venir, restez à l'affût

