

VOLET

CROISSANCE PERSONNELLE



avec
Nathalie Bédard



Programmation

HIVER - PRINTEMPS 2026

CENTRE DE FEMMES PARMI ELLES

2170, boul. Bécancour, Gentilly

819 298-2585 • 866 909-2585

www.parmielles.com



Centre de Femmes Parmi Elles

Programmation

HIVER-PRINTEMPS 2026

28 JANVIER
13 h 15

Atelier – La chaîne ou les fers.
La dépendance et ses impacts
sur les proches.

12 FÉVRIER
19 FÉVRIER
5 MARS
12 MARS
2 AVRIL
30 AVRIL
21 MAI
13 h 15

Ateliers d'écriture créative :

- Les mythes de la femme noire.
- Le Pouvoir au Féminin.
- Écrire le Féminin, Transformer le Monde.
- Mon corps, mon allié, mon ennemi.
- Dame nature, cette grande créatrice.
- Le poids de la culpabilité féminine.
- Si j'étais une autre.

Halte-garderie disponible au besoin

23 FÉVRIER,
9, 23 MARS,
6, 20 AVRIL,
4 MAI
13 h 00

Ateliers créatifs –
Créer pour se dire.

Halte-garderie disponible au besoin

4 MARS
13 h 15

Atelier-discussion aigre-doux – Les relations entre sœurs.

11, 18 MARS,
25 MARS,
1, 8 AVRIL
18 h 30

Ateliers en soirée –
S'affirmer sans s'écraser.

29 AVRIL
18 h 30

Conférence – Moi, mes souliers ont beaucoup voyagé (Annie Turgeon).

30 AVRIL
17 h 30

Souper de femmes –
Quelle est votre liste de rêves ?

6, 13 MAI,
20, 27 MAI
18 h 30

4 Ateliers de soir;
Les archétypes familiaux et leurs fonctions.