

Calendrier des activités du mois de mars 2026 au Centre Rayons de Femmes

Inscription aux activités obligatoire. Les inscriptions par téléphone au 450 437-0890 ou en présentiel se font les lundis et les jeudis seulement. En tout temps vous pouvez vous inscrire sur notre site internet.

| Lundi le 2 mars |
|----------------------------------|
| Centre fermé Réunion d'équipe |

| Mardi le 3 mars |
|--|
| 12h à 13h : Danse active avec l'équipe (Salle L'Amicale) APPELEZ VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET SOULIERS D'INTÉRIEUR |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 1 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |
| 17h à 19h : Club de lecture – Droits des femmes |

| Mercredi le 4 mars |
|---|
| 13h à 15h : Atelier Bien-être corps et esprit avec Simone (Salle l'Amicale) |
| 18h30 à 20h30 : UNIES – Activités intergénérationnelles : TRICOT/CAFÉ RENCONTRE – Droits des Femmes |

| Jeudi le 5 mars |
|---|
| CÉLÉBRONS LES FEMMES Max 8 pers. par activités |
| 11h à 12h : Atelier « Dessine tes droits » |
| 12h à 13h : DÎNER FOURNI si vous êtes inscrite à une activité dans la journée |
| 13h à 15h30 : Visionnement d'un film féministe |

8 MARS : Journée Internationale des droits des Femmes

| Lundi le 9 mars |
|--|
| 10h30 à 12h : Atelier de couture avec notre bénévole Anick (Salle d'art) |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 2 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |

| Mardi le 10 mars |
|--|
| 12h à 13h : Danse active avec l'équipe (Salle L'Amicale) APPELEZ VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET SOULIERS D'INTÉRIEUR |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 1 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |
| 17h à 19h : Club de lecture – Droits des femmes |

| Mercredi le 11 mars |
|---|
| 13h à 15h : Atelier Bien-être corps et esprit avec Simone (Salle l'Amicale) |
| 18h30 à 20h30 : UNIES – Activités intergénérationnelles DANSE COUNTRY |

| Jeudi le 12 mars |
|---|
| 10h à 11h30 : Salon de thé « On jase de communication» Max 8 pers. |

| Lundi le 16 mars |
|--|
| 10h30 à 12h : Atelier de couture avec notre bénévole Anick (Salle d'art) |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 2 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |

| Mardi le 17 mars |
|--|
| 9h30 : Rencontre du CA |
| 12h à 13h : Danse active avec l'équipe (Salle L'Amicale) APPELEZ VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET SOULIERS D'INTÉRIEUR |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 1 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |
| 17h à 19h : Club de lecture – Droits des femmes |

| Mercredi le 18 mars |
|---|
| 13h à 15h : Atelier Bien-être corps et esprit avec Simone (Salle l'Amicale) |

| Jeudi le 19 mars |
|---|
| 13h30 à 15h : Atelier d'écriture - Le droit d'expression (L'Amicale) Max 8 pers. |

| Lundi le 23 mars |
|--|
| 10h30 à 12h : Atelier de couture avec notre bénévole Anick (Salle d'art) |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 2 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |

| Mardi le 24 mars |
|--|
| 12h à 13h : Danse active avec l'équipe (Salle L'Amicale) APPELEZ VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET SOULIERS D'INTÉRIEUR |
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 1 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |
| 17h à 19h : Club de lecture – Droits des femmes |

| Mercredi le 25 mars |
|---|
| 13h à 15h : Atelier Bien-être corps et esprit avec Simone (Salle l'Amicale) |
| 18h30 à 20h30 : UNIES – Activités intergénérationnelles : ATELIER D'ART - Expression de soi |

| Jeudi le 26 mars |
|---|
| 10h à 14h30 : Journée d'inscriptions et d'informations sur les activités du mois d'avril. |
| 10h à 11h30 : Salon de thé « On jase de communication» Max 8 pers. |

| Lundi le 30 mars |
|--|
| 10h30 à 12h : Atelier de couture avec notre bénévole Anick (Salle d'art) |

| Mardi le 31 mars |
|--|
| 13h30 à 15h30 : Atelier papillon 2 - Transformation personnelle (Atelier) Max 8 pers. |

| Mardi le 31 mars |
|--|
| 12h à 13h : Danse active avec l'équipe (Salle L'Amicale) APPELEZ VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET SOULIERS D'INTÉRIEUR |

13h30 à 15h30 : Atelier papillon 1 - Transformation personnelle (Atelier)