

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) **APPORTEZ 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) **APPORTEZ 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.

14h à 15h : Séance d'information sur les impôts offert par Maude, intervenante du CAB Solange-Beauchamp

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) **APPORTEZ 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)

18h30 à 20h30 : UNIES - Activités intergénérationnelles
TRICOT AVEC NOTRE BÉNÉVOLE VÉRONIQUE

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) **APPORTEZ 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.

13h à 15h : Atelier « Comprendre les générations »

Lundi le 30 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 31 mars

12h à 13h : Danse active avec l'équipe (Salle L'Amicale) **APPORTEZ VOTRE BOUTEILLE D'EAU ET SOULIERS D'INTÉRIEUR**

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