

# 2025 . SEPTEMBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
1 CENTRE FERMÉ <b>Toute la journée</b>	2 (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions	3 Après-midi jeux de sociétés en milieu de vie	4 (12h00) OLO	5	6 (10h00) Passito passito <b>débutantes</b>	7
8 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	9 (10h00) Comité organisationnel - Les lutines (13h00) Atelier écoute active (19h00) Mères en actions	10 (9h00 à 16h00) Milieu de vie	11 (13h00) Portes ouvertes du CFA	12	13 (10h00) Passito passito <b>intermédiaires</b>	14
15 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	16 (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions	17 (10h00) Toutes concernées Milieu de vie thématique créatif au milieu de vie	18 (12h00) OLO (13h00) Aliment'aide (13h30) Let's talk!	19	20 (10h00) <b>Sortie Verger Autocueillette de pommes</b>	21
22 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	23 (10h00) Sexpliquer sans tabous (13h30) Conférence « Mieux vieillir avec ses médicaments » (19h00) Mères en actions	24 (10h00) Toutes concernées (9h00 à 16h00) Milieu de vie	25 CENTRE FERMÉ <b>Toute la journée</b>	26	27	28
29 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	30 (13h30) Café anniversaire (19h00) Mères en actions					

# 2025 . OCTOBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
		1 (10h00) Toutes concernées Milieu de vie thématique quiz au milieu de vie	2 (13h00) Aliment'aide (13h30) Let's talk!	3	4 (10h00) Passito passito <b>débutantes</b>	5
6 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	7 (10h00) Atelier : Qu'est-ce que le <i>choc post-traumatique</i> ? (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions	8 (10h00) Toutes concernées (19h00) Conférence : L'importance des préarrangements funéraires et du mandat de protection (9h00 à 16h00) Milieu de vie	9 (10h00) Comité organisationnel - Les lutines (13h30) Les bases de la santé menstruelle	10	11 (10h00) Passito passito <b>intermédiaires</b>	12
13 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	14 (10h00) Visite de la police communautaire (13h00) Atelier sur la Marche Mondiale des femmes 2025 (19h00) Mères en actions	15 (10h00) Toutes concernées (13h30) Atelier : Consentement aux soins (9h00 à 16h00) Milieu de vie	16 (12h00) OLO (13h30) Let's talk! - salle de milieu de vie	17 Participation à la <b>Nuit des sans abri</b>	18 (10h00) Passito passito débutantes <b>Grande sortie à Québec : Marche Mondiale des femmes 2025</b>	19
20 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	21 (10h00) Comité organisationnel - Les lutines (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions	22 (10h00) Toutes concernées (9h00 à 16h00) Milieu de vie	23 (10h00) Sexpliquer sans tabous (13h30) Atelier - Parlons ménopause	24	25 (10h00) Passito passito <b>intermédiaires</b>	26
27 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	28 (9h30) Il était une fois... « Elles » (19h00) Mères en actions (13h00) Atelier sur la Marche Mondiale des femmes 2025	29 (10h00) Toutes concernées (13h00) Atelier sur la Marche Mondiale des femmes 2025 (9h00 à 16h00) Milieu de vie	30 (12h00) OLO (13h00) Aliment'aide (13h30) Let's talk! - salle de milieu de vie	31		

# 2025 . NOVEMBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
					1 (10h00) Passito passito <b>débutantes</b>	2
3 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	4 (10h00) Comité organisationnel - Les lutines (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions	5 (10h00) Toutes concernées (10h00) Séance d'information sur les prestations et les crédits fiscaux à l'intention des personnes à revenu modeste (9h00 à 16h00) Milieu de vie	6 (12h00) OLO (18h00) Atelier virtuelle : Précarité menstruelle	7	8 (10h00) Passito passito <b>intermédiaires</b>	9
10 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	11 (10h00) Atelier sur les troubles anxieux (13h00) Atelier : Auto-défense intellectuelle (19h00) Mères en actions	12 (10h00) Toutes concernées (9h00 à 16h00) Milieu de vie	13 (10h00) Comité organisationnel - Les lutines	14	15 (10h00) Passito passito <b>débutantes</b>	16
17 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	18 (10h00) Atelier création intuitive aquarelle et écriture (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions	19 (10h00) Toutes concernées (10h00) Agence du revenu du Canada - Séance d'information à l'intention des nouveaux arrivants (9h00 à 16h00) Milieu de vie	20 (12h00) OLO (18h00) Atelier virtuelle : Douleurs menstruelle	21	22 (10h00) Passito passito <b>intermédiaires</b>	23
24 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ	25 (9h30) Il était une fois... « Elles » (19h00) Mères en actions (13h30) Café anniversaire <b>1er de 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes</b>	26 (10h30) Atelier Info-logis - C'est quoi le logement social <b>2e jour d'action</b> (9h00 à 16h00) Milieu de vie	27 (13h00) Aliment'aide (13h30) Let's talk! <b>3e jour d'action</b>	28 <b>4e jour d'action</b>	29 (10h00) Passito passito débutantes <b>5e jour d'action</b>	30 <b>6e jour d'action</b>

# 2025 . DÉCEMBRE

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
<p>1 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ <b>7e jour d'action</b></p>	<p>2 (13h30) Entre nous (19h00) Mères en actions <b>8e jour d'action</b></p>	<p>3 Après-midi jeux de sociétés en milieu de vie <b>9e jour d'action</b></p>	<p>4 (12h00) OLO <b>10e jour d'action</b></p>	<p>5 <b>11e jour d'action</b></p>	<p>6 Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes <b>12e jour d'action</b></p>	<p>7</p>
<p>8 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ</p>	<p>9 (9h30) Atelier d'une journée : Faire face à la tourmente (19h00) Mères en actions</p>	<p>10 (10h00) Comité organisationnel - Les lutines Après-midi créatif au milieu de vie</p>	<p>11 (13h30) Let's talk! - karaoké</p>	<p>12</p>	<p>13 <b>Dîner de Noël</b></p>	<p>14</p>
<p>15 (9h30) Méditation (10h45) Méditation PM - CENTRE FERMÉ</p>	<p>16 (13h30) Entre nous</p>	<p>17 Après-midi quiz au milieu de vie</p>	<p>18 (13h00) Aliment'aide</p>	<p>19</p>	<p>20</p>	<p>21</p>
<p>22 Milieu de vie</p>	<p>23 (10h00) Atelier : Création de carte de souhaits</p>	<p>24 <b>Veille de Noël</b> CENTRE FERMÉ <b>Toute la journée</b></p>	<p>25 <b>Jour de Noël</b> CENTRE FERMÉ <b>Toute la journée</b></p>	<p>26</p>	<p>27</p>	<p>28</p>
<p>29 Milieu de vie</p>	<p>30 (9h30) Il était une fois... « Elles » (13h30) Café anniversaire</p>	<p>31 <b>Veille du Jour de l'an</b> CENTRE FERMÉ <b>Toute la journée</b></p>	<p>1 <b>Jour de l'an</b> CENTRE FERMÉ <b>Toute la journée</b></p>			