JUILLET 2026

la parolière
centre des femmes

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
		1 **Fermé toute la journée (férié)**	2
6	7	8 **10h à 12h** **Café-rencontre** **13h30 à 15h30** **Pour le plaisir de tricoter**	9
13	14 **Fermé toute la journée (Rencontre d'équipe)**	15 **13h30 à 15h30** **Pour le plaisir de tricoter**	16
20	21	22 **10h à 12h** **Je prends soin de ma santé mentale** **13h30 à 15h30** **Pour le plaisir de tricoter**	23
27	28	29 **Atelier thé et tisanes** **1765, rue Belvédère Sud** **14h - 16h**	30

Notre nouvelle image ne change pas La Parolière.
Elle révèle ce qu'elle est déjà.
Une organisation forte. Présente. Humaine. Engagée et féministe.

- Activités gratuites et ouvertes à toutes
- Description des activités au verso

Horaire estival

Lundi	**Sur rendez-vous**
Mardi	**13h à 16h30**
Mercredi	**8h30 à 12h & 13h à 16h30**
Jeudi	**Sur rendez-vous**
Vendredi	**fermé**

Si tu viens en voiture et que c'est possible pour toi, nous t'invitons à utiliser le stationnement gratuit dans les rues avoisinantes. Plusieurs options sont offertes à environ 250 à 500 mètres de La Parolière.

DESCRIPTION DES ACTIVITÉS

Aucune inscription requise

Café-rencontre

Discussions autour d'un café ou thé avec une membre de l'équipe ou avec une intervenante d'un autre organisme. C'est le moment parfait pour faire connaissance avec d'autres femmes qui fréquentent La Parolière.

Je prends soin de ma santé mentale

Viens bouger, réfléchir et partager dans une ambiance détendue. Ensemble, nous explorerons ce qui te pèse et ce qui t'aide à te sentir mieux, afin de trouver de petites actions à intégrer dans ton quotidien.

Inscription requise

Pour le plaisir de tricoter

Profite de ces moments pour créer des liens tout en tricotant. Tes réalisations pourraient être offertes à un organisme communautaire.

Atelier thé et tisanes

Les cuisines collectives Le Blé d'Or nous invitent à une activité de découverte autour des thés et tisanes. Viens en apprendre davantage sur leurs saveurs et leurs bienfaits, tout en profitant d'une dégustation.

Restons en contact !

Deviens membre de La Parolière et reçoit nos communications par courriel.
Retrouve-nous sur

/laparoliere

www.laparoliere.org

Pour plus d'informations ou pour t'inscrire :

217, rue Belvédère Nord
819.569.0140
info@laparoliere.org