

## Un centre de femmes à l'écoute des femmes!

Le Carrefour des femmes de Saint-Léonard est un lieu d'appartenance favorisant l'implication et la solidarité des femmes. Il vise le développement personnel et les changements sociaux. Notre centre est ouvert à toutes, quel que soit l'âge, la condition sociale, la nationalité, la religion ou l'orientation sexuelle.

Groupes de soutien  
thérapeutique

Cours, ateliers,  
conférences et activités spéciales

Projet « Femmes-relais » :  
pour les nouvelles arrivantes  
de l'arrondissement



de Saint-Léonard

Projet « Être proche aidante,  
est-ce naturel? » : pour les  
proches aidantes d'aînés

## Un centre de femmes à l'écoute des femmes!

Le Carrefour des femmes de Saint-Léonard est un lieu d'appartenance favorisant l'implication et la solidarité des femmes. Il vise le développement personnel et les changements sociaux. Notre centre est ouvert à toutes, quel que soit l'âge, la condition sociale, la nationalité, la religion ou l'orientation sexuelle.

Groupes de soutien  
thérapeutique

Cours, ateliers,  
conférences et activités spéciales

Projet « Femmes-relais » :  
pour les nouvelles arrivantes  
de l'arrondissement



de Saint-Léonard

Projet « Être proche aidante,  
est-ce naturel? » : pour les  
proches aidantes d'aînés

## Joignez-vous à nous !

### Cours en présentiel

#### **Tai Chi**

Les mardis, de 10h à 12h, du 13 sept. au 11 oct.

#### **Transformation des plantes médicinales pour ma santé**

Les mardis, de 13h30 à 15h30, du 15 nov. au 6 déc.

#### **À la découverte d'Agatha Christie**

Les mardis, de 13h30 à 15h30, du 15 nov. au 6 déc.

#### **L'emballage de cadeaux écolos**

Les mercredis, de 10h à 11h30, les 23 et 30 nov.

### Cours en ligne sur Zoom

#### **Cardio Mollo**

Les lundis, de 9h45 à 10h45, du 12 sept. au 28 nov.

#### **Yoga sur chaise**

Les lundis, de 11h00 à 12h00, du 12 sept. au 28 nov.

#### **Zumba Gold**

Les mardis, de 13h à 14h, du 18 oct. au 29 nov.

#### **Conférences**

Les mercredis, de 13h30 à 15h30, du 14 sept. au 30 nov.

#### **Cours d'anglais**

Les jeudis, de 10h30 à 12h, du 10 nov. au 1er déc.

#### **Après-midis découvertes**

Les jeudis, de 13h à 14h30, du 22 sept. au 17 nov.

## Et bien plus encore !



Carrefour des  
femmes  
de Saint-Léonard

8180 rue Collerette, local 3, St-Léonard (Québec) H1P 2V5

Téléphone temporaire accueil : 438 229-0812

Téléphone temporaire aide psychosociale : 438 354-9777

Site Internet : [cfsl-femmes.com](http://cfsl-femmes.com)

Page Facebook : Carrefour des femmes de Saint-Léonard

Courriel : [cfsl@bellnet.ca](mailto:cfsl@bellnet.ca)

## Joignez-vous à nous !

### Cours en présentiel

#### **Tai Chi**

Les mardis, de 10h à 12h, du 13 sept. au 11 oct.

#### **Transformation des plantes médicinales pour ma santé**

Les mardis, de 13h30 à 15h30, du 15 nov. au 6 déc.

#### **À la découverte d'Agatha Christie**

Les mardis, de 13h30 à 15h30, du 15 nov. au 6 déc.

#### **L'emballage de cadeaux écolos**

Les mercredis, de 10h à 11h30, les 23 et 30 nov.

### Cours en ligne sur Zoom

#### **Cardio Mollo**

Les lundis, de 9h45 à 10h45, du 12 sept. au 28 nov.

#### **Yoga sur chaise**

Les lundis, de 11h00 à 12h00, du 12 sept. au 28 nov.

#### **Zumba Gold**

Les mardis, de 13h à 14h, du 18 oct. au 29 nov.

#### **Conférences**

Les mercredis, de 13h30 à 15h30, du 14 sept. au 30 nov.

#### **Cours d'anglais**

Les jeudis, de 10h30 à 12h, du 10 nov. au 1er déc.

#### **Après-midis découvertes**

Les jeudis, de 13h à 14h30, du 22 sept. au 17 nov.

## Et bien plus encore !



Carrefour des  
femmes  
de Saint-Léonard

8180 rue Collerette, local 3, St-Léonard (Québec) H1P 2V5

Téléphone temporaire accueil : 438 229-0812

Téléphone temporaire aide psychosociale : 438 354-9777

Site Internet : [cfsl-femmes.com](http://cfsl-femmes.com)

Page Facebook : Carrefour des femmes de Saint-Léonard

Courriel : [cfsl@bellnet.ca](mailto:cfsl@bellnet.ca)