

# 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



Carrefour des  
femmes  
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



Carrefour des  
femmes  
de Saint-Léonard

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

## Joignez-vous à nous !

EN PRÉSENTIEL

### Zumba Gold

Les mardis, de 12 h15 à 13 h 15 ou 13h30 à 14 h 30

### Atelier de peinture acrylique/aquarelle

Les mercredi, de 10h à 12h

### Finances au féminin

Les mercredi, de 10h à 12h

### Après-midis découvertes

Les jeudis, de 13h00 à 14h30

### Cardio Mollo

Les lundis, de 10h à 11h

### Yoga sur chaise

Les lundis, de 11h15 à 12h15

### Conférences (hybride)


Les mercredis, de 13h30 à 15h30

### Histoire de la musique: La musique à Cuba


Les jeudis, de 10h00 à 12h


SUR ZOOM

## Et bien plus encore !

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

 514 325-4910

 cfsl@bellnet.ca

 cfsl-femmes.com

 Carrefour des femmes de Saint-Léonard

 @carrefourdesfemmes.stleonard



Carrefour des  
femmes  
de Saint-Léonard

## Joignez-vous à nous !

EN PRÉSENTIEL

### Zumba Gold

Les mardis, de 12 h15 à 13 h 15 ou 13h30 à 14 h 30

### Atelier de peinture acrylique/aquarelle

Les mercredi, de 10h à 12h

### Finances au féminin

Les mercredi, de 10h à 12h

### Après-midis découvertes

Les jeudis, de 13h00 à 14h30

### Cardio Mollo

Les lundis, de 10h à 11h

### Yoga sur chaise

Les lundis, de 11h15 à 12h15

### Conférences (hybride)


Les mercredis, de 13h30 à 15h30


### Histoire de la musique: La musique à Cuba


Les jeudis, de 10h00 à 12h

SUR ZOOM

## Et bien plus encore !

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

 514 325-4910

 cfsl@bellnet.ca

 cfsl-femmes.com

 Carrefour des femmes de Saint-Léonard

 @carrefourdesfemmes.stleonard



Carrefour des  
femmes  
de Saint-Léonard