OFFRE D'ATELIERS ET D'ACTIVITÉS ÉDUCATIVES

2026-2027 PROGRAMMATION



POUR PLUS D'INFORMATIONS:
vieassociative@afeas.qc.ca

Ateliers régionaux d'éducation populaire, de réflexion et de mobilisation



Les ateliers d'éducation populaire de l'Association, animés par des animatrices régionales formées, sont au cœur de notre mission. Interactifs et accessibles, ils permettent d'explorer des enjeux clés, de partager nos savoirs et de faire entendre la voix des femmes dans nos communautés.

L'intelligence artificielle, penser à l'équité à l'ère numérique - Nouvel atelier
L'intelligence artificielle transforme nos vies… mais pour qui, et à quel prix ? Cet atelier propose de poser un regard critique sur les biais, les inégalités et les opportunités afin de mieux outiller les femmes à naviguer et influencer le monde numérique.

La communication bienveillante - Nouvel atelier
Et si mieux se comprendre changeait tout ? À travers des outils concrets, cet atelier invite à développer une communication plus respectueuse, claire et mobilisante, autant dans nos relations personnelles que dans nos engagements.

Le travail gratuit des femmes: un pilier invisible au cœur de tout - Révision 2025
Entièrement revu, cet atelier propose un regard actualisé sur le travail invisible et ses impacts. À travers un nouveau contenu, il met en lumière la charge mentale et ses conséquences économiques, tout en ouvrant la discussion sur des pistes de changement concrètes, tant individuelles que collectives.

L'éducation populaire au service de la voix des femmes.

Ateliers régionaux d'éducation populaire, de réflexion et de mobilisation

La diversité des genres
Mieux comprendre la diversité des identités de genre, c'est faire un pas de plus vers des milieux inclusifs. Cet atelier offre des repères accessibles pour favoriser le respect, l'ouverture et des pratiques plus inclusives.

Être féministe aujourd'hui
Le féminisme évolue, et nous aussi. Cet atelier propose un espace pour réfléchir ensemble à ce que signifie être féministe aujourd'hui, déconstruire les idées reçues et se réapproprier un mouvement toujours bien vivant.

L'égalité au fil les générations
Les luttes d'égalité d'hier résonnent encore aujourd'hui. Cet atelier invite à explorer les avancées et les défis persistants, en croisant les regards entre les générations.

Les enjeux environnementaux, ça touche les femmes
Les changements climatiques ne touchent pas tout le monde de la même façon. Cet atelier met en lumière les impacts spécifiques sur les femmes et ouvre la réflexion sur des actions concrètes pour un avenir plus juste et durable.

Apprendre ensemble pour mieux agir ensemble.



Ateliers régionaux d'éducation populaire, de réflexion et de mobilisation

LES RESPONSABLES DE LA FORMATION RÉGIONALE

Les responsables régionales de la formation sont vos personnes-ressources pour organiser et animer des ateliers dans vos instances. Formées et disponibles, elles vous accompagnent selon vos besoins.

Pour réserver ou manifester votre intérêt, contactez votre responsable régionale.

Mauricie
Francine Duchaine
francineduchaine@gmail.com

Richelieu-Yamaska
Georgette Boivin
georgetteboivin345@gmail.com

Estrie
Carole Séguin
seguincarole@hotmail.com

Lanaudière
Maryse Bruneau
marysebl@hotmail.com

Québec-Chaudière-Appalaches
Siège social
vieassociative@afeas.qc.ca

Centre-du-Québec
Annick Delabays
fragniere-delabays@tellabaie.net

Montréal-Laurentides-Outaouais
Ginette Pilon
ginettespilon@gmail.com

Saguenay-Lac-Saint-Jean-Chibougamau
Annie Bonin
charmina78@hotmail.com

Pour commander un atelier, contactez votre **responsable de la formation régionale** ou la **responsable de la vie associative** par courriel à vieassociative@afeas.qc.ca ou par téléphone au (514) 251-1636

Minimum d'inscriptions de 8 personnes

Ateliers régionaux d'éducation populaire, de réflexion et de mobilisation

Devenez animatrice régionale !
Une opportunité pour toutes **les membres !**

Vous êtes membre et souhaitez vous engager davantage dans votre milieu ? Vous êtes invitées à joindre l'équipe d'animatrices régionales dans le cadre d'une opportunité ouverte à toutes les membres.

En tant qu'animatrice régionale, vous jouez un rôle clé dans la vie associative et le rayonnement de l'éducation populaire dans votre région.

Votre rôle au sein de l'équipe :

- **Animer ponctuellement** des ateliers régionaux, **en virtuel ou en présentiel** selon votre intérêt.
- **Favoriser les échanges,** la participation et la réflexion collective entre les membres.
- **Contribuer au partage des savoirs** et au développement du pouvoir d'agir des femmes.
- **Participer au rayonnement des valeurs et de l'éducation populaire** de l'Association dans votre communauté.
- **Bénéficier d'un accompagnement, d'une formation et d'un soutien** pour chaque atelier.
- Être rémunérée pour votre engagement et votre expertise.

Pourquoi s'engager comme animatrice régionale ?

- Pour vivre **un engagement flexible et enrichissant**
- Pour **développer vos compétences** en animation et en formation
- Pour **contribuer activement** à votre communauté
- Pour faire partie d'un **réseau solidaire de femmes engagées**

Un engagement ponctuel, pour un impact durable pour votre communauté.

📩 **Pour obtenir plus d'information ou pour manifester votre intérêt : par courriel à vieassociative@afeas.qc.ca**



Les activités provinciales

Les activités éducatives provinciales de l'Association offrent des espaces dynamiques pour apprendre, échanger et s'engager ensemble autour d'enjeux qui touchent les femmes et la vie associative. Cest ateliers, pause cafés, séances d'information et moments de codéveloppement permettent aux membres des quatres coins du Québec de se rassembler dans une ambiance conviviale et accessible. Ils s'inscrivent en complémentarité avec les ateliers régionnaux,

Offertes en formule virtuelle, ces activités facilitent la participation de toutes, peu importe la région. Lorsque possible, les rencontres sont également enregistrées afin de permettre un visionnement en différé.

Tout au long de l'année, les membres peuvent découvrir de nouveaux ateliers, approfondir leurs connaissances, partager leurs expériences et contribuer à faire avancer les réflexions collectives .

À noter : Les Pauses café inclusion accueilleront différents organismes œuvrant auprès de diverses populations et communautés. Pour connaître l'organisme invité à chaque rencontre, consultez la page des événements du site Internet de l'Afeas.

Pour vous inscrire aux activités provinciales :

La section **« Évènements » du site Internet de l'Afeas** est continuellement mise à jour. Vous y trouverez une description de tous les évènements à venir ainsi que les liens pour vous y inscrire : **https://afeas.qc.ca/evenements-de-lafeas/**

Calendrier provincial 2026-2027

Date et heure		Activités et ateliers	Personnes ciblées
Jeudi 01 Oct.	**10h**	**Pause-café des administratrices (60 min)** Un moment chaleureux entre administratrices locales, régionales et provinciales pour échanger, se soutenir et renforcer notre engagement au sein de l'Afeas.	**Administratrices**
Vendredi 02 Oct.	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter, se questionner et évoluer ensemble vers une Association plus inclusive, **avec Sarah Lemay, consultante EDI**	**Membres**
Mardi 06 Oct.	**14h**	**Café - virtuel: Accueil des nouveaux·elles membres** Un café virtuel chaleureux pour accueillir les nouvelles recrues, faire connaissance en toute simplicité et en apprendre plus sur le fonctionnement de l'Association.	**Membres**
Vendredi 09 Oct.	**15h**	**Atelier: Démystifier les partenariats** Un atelier pour mieux comprendre les partenariats communautaires et développer des collaborations porteuses pour sa communauté.	**Membres**
Mardi 20 Oct.	**10h**	**Atelier: Démystifier les conseils d'administrations** Un atelier pour mieux comprendre les conseils d'administration et découvrir comment contribuer à la vie associative de l'Association.	**Membres**
Vendredi 30 Oct.	**15h**	**Appropriation: Politique EDI et outils EDI** Des outils concrets pour une Association qui rassemble toutes les réalités.	**Membres**

Calendrier provincial 2026-2027

Date et heure		Activités et ateliers	Personnes ciblées
Vendredi 06 Nov.	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter et se questionner **avec Ibtissam Memrouch, chargée de projet RAFIQ**	**Membres**
Mardi 17 Nov.	**18h30**	**Conférence: La violence conjugale, offerte par La Maison grise de Montréal** Avec Nathalie Trottier, experte de vécu en violence conjugale, contrôle coercitif et suicide forcé, découvrez les réalités de la violence conjugale	**Membres**
25 Nov. au 06 Déc.		**Opération Tendre la Main 2026** Dans la continuité de notre engagement, l'Afeas unit sa voix à celles des personnes touchées par la violence afin de sensibiliser, soutenir et agir collectivement.	**Membres et grand public**
Jeudi 10 Déc.	**10h**	**Pause-café des administratrices (45 min)** Un moment chaleureux entre administratrices pour échanger, se soutenir et renforcer notre engagement au sein de l'Association.	**Administratrices**
Vendredi 11 Déc.	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter, se questionner et évoluer ensemble vers une Association plus inclusive, **avec l'organisme Ma Place au Travail**	**Membres**
Mardi 15 Déc.	**10h**	**Atelier avec Dignité Mensuelle: La précarité menstruelle** Un atelier pour mieux comprendre les réalités de la précarité menstruelle et ses impacts sur l'égalité, la dignité et l'inclusion.	**Membres**

Calendrier provincial 2026-2027

Date et heure		Activités et ateliers	Personnes ciblées
Mardi 05 Jan.	**14h**	**Séance de codéveloppement des animatrices régionales** Un temps d'entraide et de réflexion collective pour outiller les animatrices régionales dans leurs pratiques.	**Animatrices régionales**
Vendredi 22 Jan.	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter, se questionner et évoluer ensemble vers une Association plus inclusive, en compagnie d'un·e invité·e spécial·e.	**Membres**
Jeudi 11 Fév.	**10h**	**Pause-café des administratrices (45 min)** Un moment chaleureux entre administratrices pour échanger, se soutenir et renforcer notre engagement au sein de l'Association.	**Administratrices**
Samedi 27 Fév.	**14h**	**Formation: Les responsabilités des administratrices** Découvrez les principales responsabilités des administratrices et les bonnes pratiques pour exercer ce rôle avec confiance, rigueur et bienveillance.	**Membres**
08 Mars		**Journée internationale des droits des femmes (JIDF)** Ensemble pour l'égalité !	**Membres et grand public**
Vendredi 12 Mars	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter, se questionner et évoluer ensemble vers une Afeas plus inclusive, en compagnie d'un·e invité·e spécial·e.	**Membres**

Calendrier provincial 2026-2027

Date et heure		Activités et ateliers	Personnes ciblées
Mardi 23 Mars	**15h**	**Atelier avec Dignité Mensuelle: Les menstruations durables** Un atelier pour mieux comprendre l'enjeu émergent des menstruations durables et découvrir les réalités et alternatives vécues par les femmes aujourd'hui.	**Membres**
Vendredi 2 Avril	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter, se questionner et évoluer ensemble vers une Afeas plus inclusive, en compagnie d'un·e invité·e spécial·e.	**Membres**
06 Avril		**Journée du travail invisible (JTI)** Le travail non rémunéré ne doit plus être ignoré!	**Membres et grand public**
Jeudi 29 Avril	**10h**	**Pause-café des administratrices (45 min)** Un moment chaleureux entre administratrices pour échanger, se soutenir et renforcer notre engagement au sein de l'Association.	**Administratrices**
Vendredi 07 Mai	**15h**	**Pause-café inclusion (45 min)** Un espace d'échange bienveillant pour s'écouter, se questionner et évoluer ensemble vers une Afeas plus inclusive, en compagnie d'un·e invité·e spécial·e.	**Membres**
Mercredi 12 Mai.	**14h**	**Séance de codéveloppement des animatrices régionales** Un temps d'entraide et de réflexion collective pour outiller les animatrices régionales dans leurs pratiques.	**Animatrices régionales**

Calendrier provincial 2026-2027

LES ATELIERS PRATIQUES

Les ateliers pratiques visent à **renforcer le niveau d'aisance des membres dans l'utilisation de divers outils technologiques en contexte virtuel, interactif et axé sur la pratique.** Pour manifester votre intérêt, il suffit de **remplir le formulaire accessible via le lien ci-dessous.** Dès qu'un **minimum de 8 personnes** auront indiqué leur intérêt pour un même sujet, celles-ci seront contactées afin de planifier une séance d'atelier pratique virtuel. **La date de chaque atelier sera déterminée en fonction des disponibilités de la majorité des participant·e·s.**

Ce formulaire peut être rempli pour UNE ou pour PLUSIEURS personnes à la fois.
Le nombre de personnes concernées par l'inscription doit être clairement indiqué.

https://forms.cloud.microsoft/r/MqeVtjbQYL?origin=lprLink

Les ateliers pratiques sont animés sur demande et ouverts au membres seulement

Atelier pratique : Création et adaptation de présentations PowerPoint
Venez découvrir toutes les possibilités créatives de cet outil de présentation inestimable. Le tout en bonne compagnie !

Atelier pratique : Canva
Explorez les bases de Canva, logiciel de création graphique en ligne! Pour de belles affiches et publications pour les réseaux sociaux, entre autres !

Atelier pratique : Utiliser Google drive et ses outils collaboratifs
Découvrez comment utiliser Google Drive pour créer, partager et travailler efficacement en équipe en ligne.

Atelier pratique : Facebook de base
Découvrez les notions essentielles pour utiliser efficacement Facebook dans vos activités Afeas

Atelier pratique : Découvrir Microsoft Teams.
Explorez cet outil de vidéoconférence, appels audios et clavardage gratuit offert par Microsoft.

Pour s'inscrire aux activités

Pour vous inscrire aux activités provinciales :

Toutes nos inscriptions se font maintenant sur Zeffy! Consultez notre page régulièrement pour découvrir nos prochaines activités et ne rien manquer.
https://www.zeffy.com/fr-CA/organizations/association-feministe-deducation-et-daction-sociale-afeas

Restez à l'affût de notre infolettre et de nos réseaux sociaux pour ne rien manquer.

Pour nous suivre sur Facebook :
https://www.facebook.com/afeas1966?locale=fr_FR

Pour nous suivre sur Instagram :
https://www.instagram.com/afeas_association/?hl=fr

Pour s'inscrire à notre infolettre :
http://eepurl.com/gjbHAThttps://stats.sender.net/forms/aQWq35/view

Les inscriptions aux ateliers pratiques :

Pour vous inscrire aux ateliers pratiques, veuillez remplir le formulaire d'inscription en indiquant l'atelier ou les ateliers qui vous intéressent ainsi que le nombre de personnes intéressées.

https://forms.cloud.microsoft/r/MqeVtjbQYL?origin=lprLink

Les inscriptions aux ateliers d'éducation populaire :

Des personnes formées dans chaque région sont prêtes à animer ces ateliers dans vos instances locales et régionales. Pour manifester votre intérêt, vous inscrire ou demander la mise en place d'un atelier, veuillez contacter la personne responsable de la formation dans votre région ou la responsable de la vie associative à **vieassociative@afeas.qc.ca** ou au **(514) 251-1636**