

Inform'Elles

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE
4430 ANS
9/196
P 305026

Mars et Avril 2019

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES



Bulletin de liaison bimestriel édité par Vie Féminine.
Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles - Service de l'Éducation Permanente.
Editrice responsable : Anne Fontinoy rue Chevaufosse 72 - 4000 LIEGE
www.viefeminine.be email : liege@viefeminine.be



Vie féminine Liège Régionale



EDITO

Comme chaque année, nous organisons nos journées, nos actions autour du 8 mars ; **journée internationale de lutte pour les droits des femmes.**

Droits que nous voyons se restreindre ... ces droits qui nous semblaient acquis ... nous devons sans cesse lutter pour les maintenir ou trop souvent les récupérer après qu'une loi ait été votée avec un impact en défaveur des femmes !!!

Ici, en Belgique, mais aussi partout dans le monde, une déconstruction de nos droits s'observe, se vit au quotidien par les femmes. Trop souvent, les femmes en font les frais !

Donc, Mesdames et Messieurs, le 8 mars, ce n'est pas la fête des femmes, mais une journée qui rappelle que l'on a des droits et que l'on veut qu'ils s'activent, se maintiennent, se votent.

A l'occasion de cette journée les femmes, rappellent qu'elles ont le droit de vivre dans la dignité, le respect, l'égalité.

**Si on s'y met toutes et tous,
ça devrait marcher !**

Anne

<i>Edito</i>	...2
<i>Journée internationale des droits des femmes</i>	...3-7
<i>Journée régionale Aînées</i>	... 8
<i>Echos :</i>	
<i>A Malmedy — À Liège - Ourthe Amblève et Seraing</i>	... 9-11

<i>Je bourge pour les Droits des femmes</i>	...12
<i>Dynamique Jeunes Femmes :</i>	
<i>à Ans — Liège — Seraing — Herstal</i>	...13-14

<i>Projets d'antenne :</i>	
<i>À Ans et en Ourthe Amblève</i>	...15-16
<i>Je me forme, je m'informe :</i>	
<i>Formation politique</i>	...16
<i>Projet régional</i>	
<i>Chorale d'un soir</i>	...17
<i>Agenda des antennes</i>	...18-24

<i>Dons et legs</i>	...25
<i>Excursions</i>	...26
<i>Permanences juridiques</i>	...27

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES



M
A
R
S

PROGRAMMATION REGIONALE
Du 5 au 16 mars
Liège Seraing Verviers

Journée internationale des droits des femmes

Le 5 mars

À Glons :

9h30 : Accueil et café
 10h : Conférence par Vie Féminine
 « à la conquête de l'espace public »
 et ateliers
 12h15 : apéritif et assiette froide
 14h15-15h30 : conférence :
 Des Liégeoiseries à la pelle,
 Paul Henri Tomsin
 Prix pour la journée et le repas :
 12€

Contact & inscriptions : Réser-
 vation avant jeudi 28 février
 2019 à 20h

Chez votre responsable locale
 V.F.

Ou chez Anne-Marie Brassine -
 ☎04/379.31.84

Salle du Patro, Rue Curé Ra-
 moux, 4690 Glons

Les 6, 7 et 8 mars

Autour de la journée internationale
 des droits des femmes,
 Vie Féminine, le centre Culturel de
 Herstal, la bibliothèque de Herstal
 propose un stage photo
 autour des femmes.

Le 6/03 : de 9h30 à 14h30

Le 7/03 : de 9h30 à 14h30

Le 8/03 : de 9h30 à 13h30

Lieu : Maison intergénérationnelle
 de la Préalles, Place Hubert Sacré,
 400 Herstal

Contact & inscriptions :
 Sandy Simoni
 ☎0491/98.33.17 ou
 antenne-herstal-vise@viefeminine.be

Le 8 mars

La Cycloparade : en 2019, nous
 rappellerons l'importance des
 combats autour de l'intégrité
 physique des femmes sous ce slogan
 « Haut les mains, mon corps c'est
 le mien ! ».

14h30 : Rendez-vous à la
 gare des Guillemins - départ de la
 Cycloparade (15h00)

16h30 : Village associatif

18h30 : Clôture festive au Musée
 de la Vie Wallonne,
 Rue des Mineurs, Liège

Contact : Julie Culot,
 antenne-liege2@viefeminine.be ou
 ☎04/246.57.19

Le 8 mars

BLIND TEST & QUIZ!

De 18h à 19h : Apéro-découverte
 Des associations ansoises militantes
 pour les Droits des Femmes

De 19h à 22h : Blind Test & Quiz
 Des chansons, des visages et des
 paroles à retrouver dans les recoins
 de votre mémoire
 pour faire gagner votre équipe !

INFOS PRATIQUES : Équipes de 4 à
 8 personnes, inscriptions avant le
 1er mars via la billetterie en ligne :
centreculturelans.be
 5 € par personne
 Bar et petite restauration sur place
 Centre culturel d'Ans, Place des
 Anciens combattants, 4432 Allieur

Le 9 mars

Verviers- Ecole communale de Hodimont 13h-17h, en collaboration avec l'échevinat de l'égalité des chances : journée d'animations, expositions, débats, théâtre, sensibilisation, échanges, initiation au skate.

Vie Féminine y présentera sa nouvelle campagne : à la conquête de l'espace public ainsi que "Parcours de femmes venues d'ailleurs" qui est un projet porté par les femmes en ateliers d'alphabétisation à Vie Féminine.

Info : Angèle Nicolay,
☎ 087/33.02.47
antenne-verviers@viefeminine.be

Le 9 mars

Théâtre au foyer culturel de Sprimont

20h15 : « Clotilde du Nord » de L. CALAFERTE (À partir de 16 ans)

Après le spectacle, les comédiens viennent à la rencontre du public pour débattre sur ce sujet brûlant : les phénomènes d'emprise et de manipulation dans les relations amoureuses et affectives.

Préventes : 11€, PAF : 13€, Etudiant : 5€ Contact : Elodie LAMBERT
Elodie.lambert@foyer-culturel-sprimont.be 04/382.29.67

En partenariat avec la Coordination Femmes Ourthe-Amblève

Le 12 mars

Dès 9h : Petit - déjeuner varié.
Stand du Vide - dressing

À 10h 15 : Spectacle des Extrasystoles:

« On habite ensemble »
Spectacle en 2 actes qui surfe en permanence sur les thèmes chers au mouvement Vie Féminine, tels que le sexisme, la précarité, la solidarité et l'hébergement des plus âgés ainsi que l'intergénérationnel.

P.A.F. Libre solidaire, Home « Emile Honnay » Avenue Th. Gonda, 7 Ivoz-Ramet

Le 13 mars

Journée inter-régionale de Vie Féminine

De 10h à 17h : participation à des marches exploratoires au départ de la CSC Liège, Rue Grande Bêche 56
Stand d'animations sur place, jeux, garderie et éveil musical pour les enfants

Dés 17h30 : Soirée festive : apéro, chorale d'un soir, scène ouverte réservée aux femmes, public mixte
Petite restauration à prix démocratique
Infos et inscriptions :
liege@viefeminine.be ou
☎ 04/222.00.33

Le 16 mars

FéminismeS avec un « S » à la fin, une cause commune ?

18h : Table ronde avec plusieurs représentantes de mouvements féministes, dont la secrétaire politique de Vie Féminine
Hafida Bachir
Centre culturel de Verviers, Boulevard des Gérarchamps, 7C, 4800 Verviers, Info et Inscriptions :
crvi@perso.be

VIE FÉMININE, MODE D'EMPLOI, L'ACCUEIL
DES TOUS PETITS ET L'ÉCOLE PLURIELLES
VOUS INVITENT DANS LE CADRE DE LA

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES LE MERCREDI 13 MARS 2019



Accueil des tout-petits.
Service d'accueillantes d'enfants conventionnées



Initiatives d'insertion
socioprofessionnelle de Vie Féminine



Dans le cadre de la campagne de Vie Féminine :

Mercredi 13 Mars



Atelier d'éveil musical pour
les petits et garderie
gratuite sur place

Petite restauration à prix démocratique

PROGRAMME

Matinée

Accueil dès 10h, salle de la CSC Liège,
Rue Grande Bèche 56, Liège

Dès 10h : Stands d'animations en rue

10h30 : Marche Exploratoire* d'une heure en groupe

Inscriptions vivement recommandées pour les marches :

modedemploi@viefeminine.be ou 04/222.95.86

Après-midi

Toute l'après-midi : Stands d'animations en rue

14h30 : Marche Exploratoire* d'une heure en groupe

Inscriptions vivement recommandées pour les marches :

modedemploi@viefeminine.be ou 04/222.95.86

Soirée

PAF libre

Dès 17h30 : Apéritif festif

Chorale d'un soir**

Scène ouverte réservée aux femmes, public mixte

* Les marches exploratoires sont un outil de diagnostic collectif pour définir ce qui crée l'insécurité dans l'espace public, et émettre ensemble des suggestions pour s'approprier l'espace public en tant que citoyen.

** La chorale d'un soir c'est l'occasion de participer à du chant collectif, accompagné de l'artiste Flavia Costi, pour se lancer dans un chant chorale, sans prérequis.

Informations :

Pour Liège-Seraing-Verviers : liege@viefeminine.be, 04/222.00.33 ou Vie Féminine Région de Liège

Pour Huy-Waremme : waremme@viefeminine.be, 019/32.30.57 ou Vie Féminine Huy-Waremme

Départ groupé, covoiturage possible



Accueil des tout-petits.
Service d'accueillantes d'enfants conventionnées



Journée internationale des droits des femmes



Thème : Osons résister !

Au programme :

9h30 : Arrivée et accueil à la chapelle St François

9h45 : Présentation du thème de la journée par Anne Fontinoy
responsable régionale de Vie Féminine

10h30 :

- * A la Shabann : Témoignage des Sans-papiers et vente de leur artisanat.
- * Chemin de Croix au choix, à la Chapelle ou à l'extérieur.
- * Chemin de prières
- * Balade (chaussures de marche nécessaires).

12h15 : **Repas au choix** : Restaurant ou votre pique-nique au Poverello
Vous trouverez soupe, café et boissons fraîches

14h: A la Chapelle : Eucharistie avec l'Abbé Paul Franck.

15h 45: Temps libre ...pour la petite jatte de café ou pour faire les boutiques.

16h30: Départ des cars.

P.A.F. : 13 € pour les cars ou 6 € pour la participation aux frais de la journée.

Inscriptions : pour les cars à rentrer avant le lundi 15 avril au plus tard.

Infos et inscriptions : via votre responsable locale avant le **12 avril (matin)**
ou Anne Rihon ☎04/222.00.33 liege@viefeminine.be

Paiement préalable : à votre responsable locale.

Ou sur le compte : BE86 7925 5018 3850

de Vie Féminine Liège avec communication : Banneux, nom et groupe

Inauguration du nouveau projet P'OSE à Malmedy



Vie Féminine s'est associé au planning familial Inforcouple à Malmedy et à la maison d'accueil pour femmes (avec ou sans enfants) victimes de violences conjugales et/ou intrafamiliales le Tournesol situé sur Malmedy également.

Nous avons mis en commun nos expériences de terrain et avons créé un projet autour des violences, où les femmes qui le souhaitent, peuvent se venir aux ateliers créatifs, aux ateliers d'échanges de paroles, à la permanence, peuvent nous contacter par mail, téléphone, sms, ...



P'OSE est une sorte de maillon manquant à l'accompagnement des femmes victimes de violences, qui se retrouvent bien souvent face à « le quitter », « aller porter plainte » ou demander une place d'accueil. Or, il y a toute une série de femmes qui ne se retrouvent pas dans ces démarches et qui malgré tout ont besoin de travailler sur ce qu'elles vivent. Nous souhaitons que P'OSE répondent à ce besoin.

Le 28 janvier, sous une neige incroyable, nous avons inauguré le projet à Malmedy, au Malmundarium, avec le soutien du PCS de Malmedy. Près de 60 personnes de services très divers sont venues. Les retours sont unanimes.

P'OSE est une réponse à un vrai besoin, à la fois des victimes mais aussi du réseau de professionnel. Les ateliers sont par ailleurs lancés !

P'OSE peut être contacté par téléphone : ☎0473/47.21.23 ou par mail : pose.malmedy@gmail.com.

Fin du voyage en tant que Stagiaire : Mes découvertes professionnelles

Ça y est, déjà le temps des souvenirs et du bilan.

*Ces 4 mois de stage auront transformé l'étudiante en future professionnelle.
Responsabilités, engagement et professionnalisation étaient au programme !*

Entre la communication, les réunions, les formations, les déplacements, les organisations, les rencontres, les réussites et les déceptions, il a fallu apprendre à naviguer.

Oh je vous rassure, ce fut plutôt agréable tant les eaux furent tranquilles et accueillantes. J'ai aussi eu l'opportunité de rendre visite à Jenny du côté de Liège grâce à qui j'ai pu participer à quelques ateliers de FLE ou à Sandrine qui m'a fait partager une séance d'information sur la vie administrative d'une femme. Je garderai également en mémoire mon petit séjour du côté de Namur et la formation renFORCEment que j'y ai vécue, ainsi qu'à Mons dont je garderai un souvenir indélébile de cette rencontre marquante avec une artiste qu'est Niki De Saint Phalle qui ouvre la voie d'une parole libérée et engagée dans laquelle je compte m'investir.

Voilà encore un trait fort de ce stage qui s'est avéré aussi diversifié qu'enrichissant.

Et surtout, encore un grand merci à Anne et à Catherine de m'avoir mise sur les traces d'une si belle aventure.

Valentine Willemsen



Bougeons ensemble : mon corps, ma respiration !

Ce mardi 19 février, c'était la première séance du projet « **Bougeons ensemble** »

Simone, professeure de yoga, est venue guider une séance axée sur la respiration et la relaxation.

Un moment tout en douceur qui nous a permis de prendre conscience de notre corps, de libérer notre respiration, de créer de l'énergie. Quelques mouvements physiques accessibles à toutes et en parallèle à la détente du corps, la détente de l'esprit.

Après la séance, discussion sur le ressenti de chacune, une sensation de bien-être mais également d'énergie partagée par la quinzaine de femmes présentes :

« *Un vrai moment pour soi, à soi* »

« *Je ne pensais à rien, j'étais complètement détendue* »

« *Je suis fière d'avoir dépassé mon corps douloureux et d'avoir pu réaliser les exercices* »

« *J'ai libéré ma cage thoracique, je respire mieux* »

Bougeons ensemble est un projet axé sur des activités physiques collectives, accessibles à toutes, pour se procurer bien-être physique et mental.

Une animation par mois est proposée, d'autres s'y ajoutent selon les envies et les compétences des participantes.

Les prochaines activités du groupe :

- le mercredi 6 mars à 13h : relaxation guidée à l'antenne par Josiane, membre du groupe !
- le dimanche 31 mars, on profite des beaux jours qui reviennent (on l'espère !) en se baladant dans les bois de Seraing ! Une activité familiale ouverte à toutes, un parcours accessible en poussette. Le parcours sera élaboré par Annette, membre du groupe et passionnée de marche.

Vos idées sont les bienvenues, n'hésitez pas !



Infos et inscriptions : Julie et Carole au ☎04/336.17.82 ou ☎0493/15.57.45

Je Bouge pour les Droits des Femmes

Le dimanche
30 juin 2019



Je bouge pour les Droits des femmes

Souvenez-vous, en 2017, la dynamique Jeunes Femmes de la région avait mis en place un évènement hors du commun : **Je Bouge pour les Droits des Femmes !**

Forte de ce succès et face à la demande sans cesse renouvelée de reproduire cette journée, la région et la dynamique jeune femme se sont remises en marche pour 2019.

Mettez déjà la date à votre agenda, le rendez-vous est pour le dimanche 30 juin, autour de la Citadelle de Liège.

Dans le prochain numéro d'Informelles nous vous en diront plus, en attendant, si vous avez envie de vous investir (et nous savons combien nous avons besoin de bras et de bonne volonté pour la préparation, la réflexion et le jour J) vous pouvez contacter Julie Culot : antenne-liege2@viefeminine.be ou ☎04/246.57.19.

A très vite !

A l'antenne de Ans

**Groupe jeunes femmes
Vie Féminine Ans**

**Un mercredi sur deux
9h30 - 11h30**

Rue Walthère Jamar 124, 4430 Ans

Contact Julie Culot : 04/2465719
antenne.liege2@viefeminine.be

vie féminine

Un mercredi sur deux : les 06 et 20 mars et 03 et 10 avril 2019.

A l'antenne de Seraing

**GROUPE
JEUNES
FEMMES
DE SERAING**

DYNAMIQUES ET ENGAGÉES
POUR LEURS DROITS
DES BONS MOMENTS ENTRE NANAS POUR
SOUFFLER & RIGOLER
ÉCHANGES, PROJETS ET ACTIONS!
BABYSITTING SUR PLACE

**RUE GOFFARD 23 - 4100 SERAING
DEUX JEUDIS PAR MOIS - 17H30 À 19H30**

Contact : Julie Culot
0476/42.37.74
antenne-liege2@viefeminine.be

vie féminine

Les jeudis : 21 mars—4 et 25 avril 2019

Antenne de Liège



Collectif de jeunes féministes à Liège

Deux mardis par mois de 18h à 20h
Rue Louis Jamme 36/01, 4020 Liège

Contact : Julie Culot - 042465719
antenne-liege2@viefeminine.be

Collectifettasœur

Les mardis :
26 mars - 09 et 23 avril 2019



E.R. A. FONTINOT, Rue Chevroux 72-4000 Liège. Ne pas jeter sur la voie publique



vie féminine



Collectif « Et ta sœur ? »

Dynamique Jeunes Femmes

Groupes Jeunes Femmes de Herstal



A Herstal, nous avons développé **deux groupes de jeunes femmes (18-35 ans)**. Les projets sont toujours en lien avec ce que vivent les membres du groupe. Les horaires s'adaptent aux possibilités des participantes.

Dans le quartier de la Préalée, au sein de la Maison Intergénérationnelle, **Place Hubert Sacré 1 - 4040 Herstal**, nous vous proposons les lundis soir suivants :

le lundi de 18h à 20h

L'occasion de parler de sujets qui nous tiennent à cœur, d'utiliser la créativité (sans obligation) pour faire passer le message... Tout est possible.

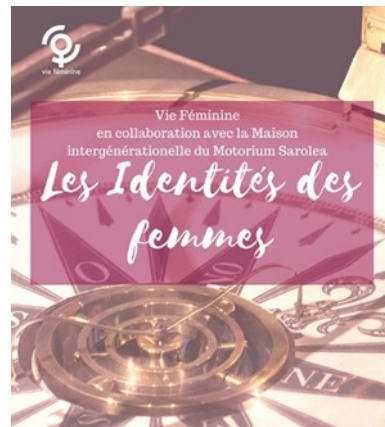
Début 2018 le groupe va travailler sur l'insécurité dans l'espace public ! Vaste sujet, que nous avons déjà entamé fin 2017 avec une cartographie des points « chauds » du quartier et une marche exploratoire. Nous continuerons en 2018 à s'approprier le quartier !

Le second groupe se réunit Rue Saint-Lambert 84 - 4040 Herstal, dans le bâtiment « Motorium Saroléa », au sein de la ludothèque, les mardis matin suivants :

Un jeudi sur deux en matinée

Au sein d'un groupe de femmes d'origine étrangère, nous apprenons à nous comprendre, nous échangeons des mots et apprenons du vocabulaire en français pour pouvoir parler de nos identités, de ce qui fait de nous la personne que nous sommes, à travers notre histoire, notre vie, nos épreuves et nos joies.

L'ambiance y est chaleureuse et nous en sortons toujours toutes avec une hâte de s'y retrouver !





Dimanche
28 avril 2019
de 14h à 17h30

Repair Café et TROC solidaire organisé par le centre culturel de Ans.

Dans le cadre des alternatives économiques, nous organisons un troc solidaire, persuadée de l'intérêt et des liens qui se créent d'une part de l'équipe de préparation et d'autre part un public +- 75 personnes qui y participe.

Chacune à des motivations personnelles et ce troc y répond et nous respectons celles-ci.
....À chacun(e) ses raisons.... Pour rebondir

- # Redonner une 2ème vie à l'objet
- # Trouver un renouveau sans devoir déboursier C'est économique
- # C'est écologique : lutte contre le gaspillage
- # Lutter contre la société de consommation et « si on consommait autrement »
- # Donner et partager avec les autres .. solidarité
- # Nous recentrer sur nos véritables besoins « s'alléger de choses inutiles »

Le concept

Le troc consiste à des échanges entre personnes sans utiliser d'argent
Il constitue un moyen de se rencontrer et passer un moment sympa.
C'est aussi l'occasion de réfléchir ensemble à un autre modèle de société.
Et si on consommait autrement ?
Et si on inversait la tendance ?
Et si on était plus solidaires ?

Lieu : Au centre culturel, place des anciens combattants à Alleur

En cours de réflexion :

L'espace actu de Ans a envie de créer un espace « vide dressing » avec des motivations plus proche de leurs réalités, les méga vide dressing sont onéreux, prix d'entrées, prix de vêtements, Mini tailles...

Au-delà des vêtements, nous sommes envahies d'objets beaux mais parfois inutiles ou nous n'en avons plus usages...et qui ferait plaisir à d'autres...



Récupérer quelques euros c'est aussi bien...

Le troc solidaire reste une activité qui a lieu 2 x sur l'année, ici ce serait à un niveau plus petit, et un espace de nouvelles rencontres et réservé aux femmes.

Tout ceci est en cours de réflexion, vos idées seront les bienvenues et nous vous tiendrons au courant.

AGENDA DE NOS RENCONTRES :

- 21 février : Les élections régionales et fédérales de mai 2019
- 7 mars : vide dressing pour qui, quoi et comment ?
- 21 mars : Droit D'Info nouvelle loi sur les héritages, donations et legs en duo (M-L Daxhelet, notaire)
- 4 avril / 18 avril / 2 mai : on bricole toutes ! des jardins suspendus :
à partir de palettes constructions de bac pour plantes condimentaires/ aromatiques on manipule des outils : scie, foreuse, visseuse...

A l'antenne de Ans
Les jeudis : 4 avril,
25 avril, 23 mai, 20 juin.
Sur RDV entre 14h et 16h
Possibilités d'ajouter des dates
si besoins
A l'antenne rue Walthère
Jamar 124 à Ans



(Tr)oppressés ?



Comment réagir face au flux d'informations nous arrivant de toute part ? En une matinée, découvrez quelques clefs d'analyse pour mieux comprendre les mécanismes qui articulent nos perceptions des informations en lien avec les élections, les médias, ...



Date à retenir...

Mardi 26 mars à 9h30

Mardi 7 mai à 9h30

Mardi 4 juin à 9h30



Au Foyer Culturel de Sprimont Rue du Centre 81, Sprimont

Infos & inscriptions : ☎04/384.73.32 (Claude Joiris)
Vie Féminine Ourthe Amblève et MOC Liège



Enfin la politique, ce n'est pas si chinois !
On en fait toutes, tout le temps ...

Focus sur le niveau de pouvoir fédéral et régional.

Pour la région de Liège l'objectif est de former un groupe de travail régional « politique ».

Contenu :

Cette matinée a pour objectif de :

- comprendre les différents niveaux de pouvoirs, nous mettrons le focus sur le fédéral et le régional
- comprendre leurs compositions, leurs compétences pour mieux agir selon les revendications, les actions que l'on souhaiterait activer
- comprendre la portée du vote et l'impact sur nos droits en tant que femme
- de réfléchir aux actions possibles (pourquoi, comment, pour dire quoi ?)

Intervenant :

Nicolas Laermans, animateur du mouvement ouvrier chrétiens

Dates :

Jeudi 28 mars 2019 de 9h30 à 12h30

Lieu : A l'antenne de Ans, rue Walthère Jamar, 124 à Ans

Inscriptions: auprès de l'animatrice de l'antenne ou au secrétariat

Cout: Gratuite - Boissons sur place

Chorale d'un soir



Tout nouveau projet, **une chorale d'un soir** qui permettra à chacune des femmes qui souhaitent chanter en groupe un, deux, trois chants une fois par mois, de venir passer un temps de rencontre, de bien-être ...Le chant apaise les tensions, ouvre les cœurs.

Le concept n'est pas nouveau, mais il nous enchante ... un soir, deux, trois chants. On se teste , on s'exerce, on s'échauffe la voix, on les apprend ensemble et puis on forme une chorale d'un soir, que l'on pourra selon le temps que l'on a, l'envie, le besoin, revivre chaque mois ces moments de plaisir.

Car oui oui, nous proposerons chaque mois, de nous réunir pour chanter là où ça nous chante.
Pour le moment et pour vous faire découvrir le concept nous vous invitons en ;

Mars : le **mercredi 13 de 17h30 à 19h** dans les locaux de la CSC liège
Entrée rue Grande Bèche 56 (Parking disponible)
Avril : **le mercredi 3 de 17h30 à 19h** à l'antenne d'Ans, rue Walthère Jamar, 124
Mai : **le mercredi 8 de 17h30 à 19h** à l'antenne de Ans, rue Walthère Jamar, 124
Juin : **Le mercredi 5 de 17h30 à 19h** à l'antenne de Ans, rue Walthère Jamar, 124

Intéressées, merci de nous contacter soit pour confirmer votre participation, soit pour nous informer de votre intérêt, si pas dispo ce jour-là mais très envie de participer.

Info via Facebook



*Un petit prix de participation sera demandé ;
2€ à chaque prestation ou un paquet de chocolat (action financière)
à 4€ qui finance une partie du projet.*



Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles - Service de l'Education Permanente.

Editrice responsable : Anne Fontinoy rue Chevaufosse 72 - 4000 LIEGE
www.viefeminine.be email : liege@viefeminine.be



Projet régional

Atelier Tricot

« Le Fil en Folie »

à Ans

Le mardi à 18h30

1x semaine

Contact :

Bernadette Truyens : ☎04/278 03 04

Atelier Couture et tricot : Custo'fringues »

à Ans

Le Mercredi de 9h à 12h

1x semaine

Contact :

Bernadette Truyens : ☎04/278 03 04

Atelier Cuisine

au centre paroissial rue de l'Aïte 41 à Alleur

Un fois par mois le mardi à 13h30

Contact :

Madame Piron : ☎04.263.11.12

Atelier Couture

à Alleur

Le jeudi de 18h30 à 21 h 30

1x semaine

Contact : Josée Sanson : ☎04/286 16 36

Atelier Stretching

à Ans au cercle St Marie

Rue de l'Yser 236 à Ans

Le Lundi de 19h45 à 20h45

Contact : Anne Marie Gilliard : ☎04/263.34.75

Investig ta santé

Espace pour échanger nos savoirs, chercher ensemble

l'information qui répond à nos questions, prendre conscience qu'il existe plusieurs choix possibles et oser agir !

Une fois par mois le mardi de 9h à 12h.
rue Walthère Jamar 124 à Ans

Espace Femmes

Un lieu d'accueil et d'écoute—un espace pour pratiquer le français—Des groupes de discussion—des activités créatives—des infos sur vos droits,...

• Les causeries : Espace pour pratiquer le français entre femmes

Tous les mardis de 9h30 à 12h30

• Espace actu : Discussions, débats et informations !

Un jeudi sur deux de 9h30 à 12h

Atelier numérique

Un atelier pour mettre les femmes à l'aise avec les outils numériques, pour leur permettre de se débrouiller, de se familiariser avec l'ordinateur.

Nous proposons lors de ces moments d'apprentissage de répondre aux demandes concrètes, de renforcer les capacités à apprendre de nouvelles techniques à travers le numérique.
Tous les jeudis à 13h.

Permanences Juridiques

Vous avez des questions sur...

le droit de séjour, le regroupement familial, le droit 'ASILE, l'accès au travail, l'aide sociale, les allocations familiales, les violences conjugales, le droit au logement, ...

Dates : Jeudi 4 et 25 avril et le entre 14h et 16h

Conseil gratuit auprès d'une juriste :
contacter
l'animatrice de l'antenne.

C'est aussi des groupes locaux :

Alleur : Camille Moors ☎ 04/246 11 93

Fexhe slins : Josée Colson ☎04/278 23 48

Haut Douy : Palma Loforte ☎019/58 80 12



Vie Féminine Ans

Inform'Elles | Mars et Avril 2019

coordination d'antenne : les lundis 11 mars et 15 avril



Halte-garderie

Envie d'un lieu qui accueille vos petits de **0 à 3 ans** ?
Envie de pouvoir rencontrer d'autres mamans, de sortir de chez soi ou simplement de laisser son enfant dans un milieu d'accueil quelques heures en toute sécurité ?

service gratuit !

rue du centre, 117
4140 Sprimont
à l'étage du bâtiment "les marmots"

ouvert les mercredis et vendredis
de 9h00 à 12h00

Fermé : congés scolaires et jours fériés

Micheline Lambinon : 0497/75.95.31 | Catherine Pirard : 04/263.23.50
antenne-aywaille@viefeminine.be

Viefeminineourtheamblève

Cours Gym Douce

à Remouchamps

Le mercredi de 8h45 à 9h45 ou de 10h à 11h. (hors vacances scolaires)

Centre récréatif de Remouchamps

Contact : Claude Joiris : ☎ 04/384 73 32

Atelier Couture

3 mardis par mois de 13h à 16h

d'octobre à juin. (hors vacances scolaires)

Local du MOC Avenue de la

république Française 6 à Aywaille

Groupe local d'Anthisnes :

3^{ème} lundi du mois centre Paroissial d'Anthisnes de 13h30 à 16h.

Contact : Jeanine Piroton-Habran :

☎ 04/371.50.23



Cours de Sport

Stretching

Un atelier pour garder la forme .

Exercices d'allongement et concentration musculaire.

Le Mardi de 20h à 21h

Contact : Annie Crutze : ☎04/289.00.06

Gym douce

Un atelier pour garder sa souplesse, se détendre et se maintenir en forme.

Le Mardi de 9h30 à 10h30

Contact : Gisèle Borensztein : ☎04/264.60.25

Aux Ateliers du Château rue Roi Albert à Oupeye

Atelier échange de savoirs

A Glons, un atelier autour des techniques créatives.

Tous les lundis de 19h30 à 22h.

Contact : Josée Sanson : ☎04/286 16 36

C'est aussi des groupes locaux :

Visé 1 : Anne Marie Brassine ☎04/379.31.84

Herstal : Gilberte Lambrecht ☎04/264.15.14

Glons : Josée Sanson ☎04/286.16.36

Hermée : Bernadette Truyens ☎04/278.03.04

Oupeye : Maggy Stevens ☎04/248.21.22

Liège

Atelier de Français langue étrangère (FLE)

Un atelier de français avancé, un outil supplémentaire pour aller vers une formation qualifiante ou un emploi.

Les mardis et jeudis matins, 9-12h
(sauf congés scolaires)

Rue Louis Jamme 36/01 - 4020 Liège

Atelier Informatique

Un atelier pour débutantes. Pour se familiariser avec l'informatique et apprendre à rédiger un CV ou une lettre de motivation ; envoyer et recevoir des e-mails ; obtenir des papiers administratifs, etc...

Les mercredis de 9h - 11h

Rue Louis Jamme, 36/01 - 4020 Liège

Espaces Droit d'info

Un espace droit ouvert sur le quartier pour donner l'occasion aux femmes d'avoir un lieu d'infos, de formation, de formulation d'actions et de prises de parole.

Un lien direct avec l'espace informatique. Des séances d'informations sur les droits (droit au logement, à la santé, droit des étrangers,...)

Prochaines dates :

le jeudi 24 janvier 2019 : Jeux société :
Comment réduire son budget en soin de santé

(Bim-aides financières-spécialiste- etc...)

Le jeudi 21 février 2019 :

L'hospitalisation : les pièges à éviter

Infos : Jenny de Liamchine ☎
04/222.01.71

Renseignements :

Jenny de Liamchine

antenne-liege@viefeminine.be

Julie Culot - Mariame Malki

antenne-liege2@viefeminine.be

Rue Louis Jamme 36/01- 4020 Liège

☎ 04/ 222 01 71

Atelier Recherche emploi

Se mettre en recherche d'emploi dans un groupe dynamique, qui s'entraide et se motive dans la recherche d'emploi. Echange de pratiques, de bonnes stratégies... reprendre confiance en soi.

Les mardis de 13h - 16h

(sauf congés scolaires)

Rue Louis Jamme, 36/01 - 4020 Liège

Permanences Juridiques

Vous avez des questions sur... le droit de séjour, le regroupement familial, le droit d'ASILE, l'accès au travail, l'aide sociale, les allocations familiales, les violences conjugales, le droit au logement, ...

Prochaines dates :

le 6 novembre et le 13 décembre 2018

Sports

Yoga :

le mercredi de 10 à 11h

Ecole Martine Wolff rue d'Harscamp
à Liège (derrière la médiacité-parking)

Contact : Christiane de Moffarts

☎ 04/344 13 64

Gym douce

Le vendredi matin de 10h à 11h30

Centre sportif rue des Coudriers
à Angleur.

Seraing

Espace Bien être

Rue Goffart, 23 à 4100 Seraing

Coiffeuse sociale : tous les vendredis
et 2 mercredis de 9h30 à 13h30.

Pédicure sociale : Le dernier mardi du mois
de 9h15 à 13h15.

Attention : changement de local, les rendez-vous
auront lieu le mardi à l'Institut Saint Laurent à
Liège (rue Saint Laurent), sur rendez-vous au
0477/04.70.05.

Le dernier mardi du mois reste à Seraing : il est
destiné aux personnes ayant des problèmes de
mobilité et étant dans l'incapacité de se rendre au
niveau local de Liège.

Uniquement sur rendez-vous ☎04/336 17 82 de 9 à 11h

Les Amies :

Des femmes qui veulent rompre lutter contre la
précarité.

Le jeudis à 13h : 14 mars—11 avril et 9 mai.

Catherine Demeuse : ☎04/337 95 41

Week end à Avé et Auffe : les 12-13 et 14 avril
2019

Groupe Jeunes Femmes :

2 jeudis par mois de 17h30 à 19h30

Julie Culot: ☎0476/42 37 74

Vide dressing :

Les lundis et vendredis de 9h à 13h

Les mercredis de 13h à 17h

Dépôt de 12 vêtements et

12 accessoires par saison.

Porte ouverte Cafémachine et goûter :
le samedi 30 mars de 9h à 17h.

Tricot urbain

les 1er et 3ème jeudis de 9h30 à 11h30,

Au vide-dressing : 42 rue Collard Trouillet
à Seraing.

Renseignements : ☎04/336.17.82 ou

Bougeons ensemble ! Activité phy-
sique collective et douce. Séance de
relaxation le mercredi 6 mars à 13h à
l'antenne et balade dans les bois de
Seraing le dimanche 31 mars !

Coordination d'antenne :

les jeudis : 14 mars—11 avril et 9 mai à 9h

Groupe de Travail:

les lundis 18 mars et 20 mai 2019

Renseignement : Julie Culot et Carole Verdin
rue Goffart 23 - 4100 Seraing
☎04/336 17 82 ou ☎0493/15 57 45
antenne-seraing2@viefeminine.be
Les bénévoles : antenne-seraing@viefeminine.be

Atelier Peinture :

Au foyer Don Bosco chaussée d'Ivoz ,15
(derrière l'église)

Tous les mardis de 19h à 22h

Hélène Lambotte : ☎04/275.21.60

Ateliers débrouille :

• Jemeppe :

Espace de rencontre,
le jeudi de 9h à 12h

• Trixhes :

Créativité : le mardi de 13h30 à 16h30

Marcelle Streel ☎04/275.05.94

• Boncelles

Atelier couture, Smulders Annie :

☎04/330 97 99

Conférence : Droit d'info : 1^{er} avril à 9h30

au local : héritages, donations et legs en duo

Parc des Marêts : mercredi 24 avril :

jeux et Goûter. Carole : ☎04/336 17 82

Journée régionale Aînées :

le mardi 30 avril 2019

C'est aussi des groupes locaux :

AWIRS : Denise Tilman : ☎04/275 24 08

BERLEUR : Louisiane Balaratti : ☎04/234 35 03

BIENS COMMUNAUX : Fracasso Fabienne

☎04/336 84 44

Bien- Communaux immigrées : Carlino Giovanna

☎04/337 72 90

BONCELLES : Smulders Annie : ☎04/330 97 99

CHOKIER : Dechamp Ginette ☎04/275 48 66

FLEMALLE-Grande : Béthume Marie-Claire

☎04/233 17 59

FLEMALLE-Haute : Rouffignon Georgette

☎04/233 77 73

Delhasse Luisa ☎04/234 03 28

GRÂCE-HOLLOGNE : Vanderbempden Béatrice

☎04/263 93 92

IVOZ-RAMET : Gervalle Malou ☎04/337 23 83

IVOZ Gros-Chêne : Graindorge Myriam

☎04/337 59 20

JEMEPPE : Créatti Maguy ☎04/233 75 42

Stassin Christiane ☎04/233 57 92

LES TRIXHES : Streel Marcelle ☎04/275 05 94

MONTEGNEE : Favoccia Lucia ☎04/235 61 72

NEUVILLE : Gabbiadini Françoise ☎04/371 54 67

TILLEUR : Fransolet Marie-France

☎04/231 06 49



Vie Féminine Seraing

Inform'Elles | Mars et Avril 2019

Soumagne

Renseignements : Geneviève Rademaker
☎ 04/246 57 19 antenne-ans@viefeminine.be

Atelier de cuisine

Echange de savoir culinaire
d'ici et d'ailleurs en mettant
particulièrement l'accent sur le budget
alimentaire et la santé.

À Micheroux :

Le mardi : 1 x par mois à 19h30

Contact :

Marie Thérèse Giordano : ☎ 04/377 27 89

Atelier d'Art Floral

Au départ de fleurs de saison,
réalisation de montages floraux en utilisant sa
propre créativité.

À Micheroux :

Le mercredi : 1 x par mois à 20h

Contact :

Brigitte Schleck : ☎ 04/377 31 46

Gym d'entretien

à Romsée

Le Mardi de 20h à 21h

New Star rue Colonel Piron 20

Contact :

Geneviève Rademaker ☎ 0496/37 32 19

Gym Douce

à Micheroux

Le jeudi de 9h30 à 10h30

Salle Carrefour rue sur les Keyeux

contact : Maggy Lorquet : ☎ 04/377 23 80

Gym Douce

à Retinne

Le Mardi de 14h à 15h

Batifix rue de la vaulx, 27

Contact : Simone Goffard ☎ 04/358.57.82

Cours de FITNESS

à Romsée

Pour jeunes femmes à partir de 15 ans

Les mardis de 19h à 20h

Salle New Star rue Colonel Piron

Contact : Geneviève Rademaker ☎ 0496/37 32 19

C'est aussi des groupes locaux :

Beyne Heusay : contact : Anne-Marie Simenon : ☎ 04/358 36 68

Herve : contact : Lucienne Charlier : ☎ 087/67 45 64

Micheroux : contact : Miette Donneux : ☎ 04/377 23 78

Brigitte Schleck : ☎ 04/377 31 46

Saive : contact : Françoise Reis : ☎ 04/370 01 36

Fayembois : contact : Malou Palamar : ☎ 04/365 16 17

Verviers

Atelier tricot

Atelier tricot. Ici, on tricote et on papote ! tantôt politique (tricot urbain autour des élections communales) tantôt santé (création d'un groupe de self-help*), qui a dit que le tricot, c'était pour les mamies ?

Le mercredi de 13h30 à 15h30 !

Atelier couture

Atelier couture tous les jeudis matins. Vous voulez apprendre à réparer des vêtements (raccommoder, remplacer une tirette, recoudre un bouton), utiliser une machine à coudre, transformer des vêtements... ou vous savez déjà le faire et vous souhaitez aider d'autres femmes à apprendre ? Cet atelier est fait pour vous !

Parce que réparer et fabriquer sont des manières de lutter contre la société de consommation et contre le capitalisme, les femmes s'associent pour mettre en place des solutions concrètes aux problèmes qu'elles rencontrent.

Venez nous rejoindre tous les jeudi matin entre 9h30 et 11h30 (sauf durant les congés scolaires).

Atelier Alphabétisation

Un atelier complémentaire aux cours d'alphabétisation et de FLE. C'est moins scolaire et on y aborde les sujets dont les femmes veulent parler, ce qui les touche, ce qu'elles ont envie de partager. On y laisse la place à la créativité, on parle de nos coutumes, de nos souvenirs et de nos envies pour le futur.

Les mardis de 13h30 à 15h30
A la régie de quartier de l'Abattoir, rue Courte Dupont 30A à Verviers.

Spa Malmedy

Une belle dynamique à Malmedy !

Des rendez-vous entre nanas s'organisent sur Malmedy !

Envie de nous rejoindre pour créer des projets qui répondent aux besoins des femmes ?

Contact : Sandy Simoni ☎0493/08.18.65
Mail : antenne-spa-malmedy@viefeminine.be

RENSEIGNEMENT : Angèle Nicolay
en remplacement de Nathalie Ledent
Rue Xhavée, 7 à 4800 Verviers
☎ 087/33.02.47
antenne-verviers@viefeminine.be

Atelier ludique et créatif d'alphabétisation

Apprentissage du français oral par des techniques d'expression créative.

Les mardis de 13h30 à 15h30
7 rue Xhavée, à Verviers .

Aquagym

Une activité sportive tout en douceur.

les jeudis à 20h à la piscine de Dison
Contact : Angélique COLLA ☎ 0499/ 27 10 10
et Marie-Noëlle THOMSIN ☎ 0494/ 81 06 43

Balade pédestre

Activité de la section de Stembert

le dernier mardi du mois

Contact : Lemaire Marylène
☎0496/53 02 33

Atelier danse folklorique

tous les 2ème et 4ème mardis du mois
de 14 à 16 heures à Gemmenich
rue Courte Dupont 30 à Verviers
4 groupes, 4 différents niveaux...

Contact : Anne-Marie Paulus ☎0498/54.64.38



Vie Féminine Verviers



Groupe Jeunes Femmes
Vie Féminine Verviers

RENSEIGNEMENT : Sandy Simoni
Rue Xhavée, 7 à 4800 Verviers
☎ 087/33.02.47

antenne-spa-malmedy@viefeminine.be

Les activités de 20 ans et plus

Ce groupe intergénérationnel composé de 20 à 50 femmes se réunit un mardi par mois en soirée.

Contact : Ginette Dupont ☎087/77.30.59

Espace « Droit D'Info »

NOUVELLE LOI SUR LES HÉRITAGES , DONATIONS ET LEGS EN DUO VIE FÉMININE

Venez vous informer et parler avec nous le :

JEUDI 21 MARS 2019 À ANS-RUE WALTHÈRE JAMAR 124

LUNDI 1 AVRIL À SERAING -RUE GOFFARD, 23

VENDREDI 26 AVRIL À Verviers -RUE XHAVÉE 7

DE 9H30 À 12H00

- Comment bien préparer sa succession ?
- C'est quoi , un testament, un don , un legs, un droit de succession ?
- Différents types de testament
- C'est quoi un legs en duo ?
- Quelles sont les conséquences fiscales , d'un legs en duo ,d'un don, d'une donation ?
- Pourquoi une donation à une bonne cause ?
- Qu'est-ce qui change dans la loi ?

L'objectif de cet espace est de permettre aux personnes d'appréhender au mieux le nouveau fonctionnement concernant les donations et legs et les modifications concernant le nouveau droit successoral.

Marie-Laure Daxhelet, notaire
sera présente à l'antenne pour cet échange

Renseignements :
Vie Féminine
Rue Chevaufosse, 72- 4000 Liège
Tél : 04/222.00.33
E-Mail : liege@viefeminine.be

Inscription souhaitée

TESTAMENT.BE



Dons et legs

Programme excursions et Voyages 2019 De la région de Liège

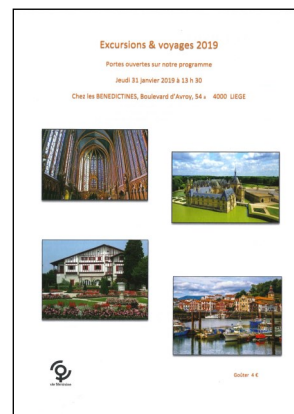
Excursions :

Samedi 27 Avril 2019 Anvers
Mardi 9 Juillet 2019 La petite Suisse Luxembourgeoise
Jeudi 10 Octobre 2019 Si Val-Dieu m'était conté
Jeudi 12 Décembre 2019 Visites et repas de Noël

Voyages :

Paris et Chantilly : du 25 au 27 mai 2019

Pays Basque : Biarritz du 31 août au 8 septembre 2019



N'hésitez pas à demander notre nouvelle brochure au secrétariat régional : ☎04/222.00.33

Pour tous renseignements : Christiane : ☎0494/48 37 53 Monique : ☎04/252 60 27
ou Claudine ☎04/263 77 02

Excursions et Voyages de la région

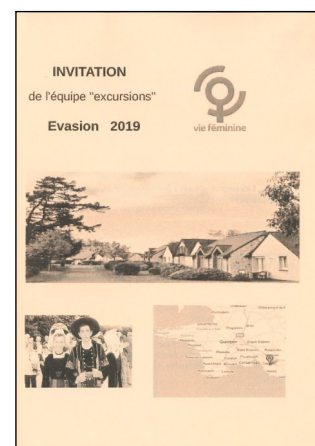
Programme excursions et Voyages 2019 De l'antenne de Verviers

Excursions :

Mardi 2 avril Hermalle s/Huy et Huy
Jeudi 2 mai Wepion—Jemeppe sur Sambre
Mardi 11 juin Croisière repas sur la Moselle
Jeudi 18 juillet Museumpark Nimegue—Outled Roemond (NL)
Mardi 13 août Anvers
Jeudi 17 octobre Bertrix—Redu
Mardi 10 décembre Marché de Noël à Essen

Voyages :

Du 3 au 8 Septembre La Bretagne



N'hésitez pas à demander notre nouvelle brochure .

Pour tous renseignements : Yvonne Brodure: ☎087/77 26 27 ou
Annie Huyghebaert: ☎087/35 13 62



PERMANENCES JURIDIQUES POUR TOUTES LES FEMMES



VOUS AVEZ DES QUESTIONS SUR...
LE DROIT DE SÉJOUR, LE REGROUPEMENT FAMILIAL, LE DROIT
D'ASILE, L'ACCÈS AU TRAVAIL, L'AIDE SOCIALE,
LES ALLOCATIONS FAMILIALES,
LES VIOLENCES CONJUGALES, LE DROIT AU LOGEMENT, ...

CONSEIL GRATUIT AUPRÈS D'UNE JURISTE : CONTACTE UNE ANTENNE :

GRATUIT
OUVERT À TOUTES LES FEMMES
INSCRIPTION OBLIGATOIRE

ANTENNE DE ANS : GENEVIÈVE RADEMAKER
ET JULIE CULOT ☎ 04/246.57.19

ANTENNE DE HERSTAL : SANDY SIMONI
☎ 0493/08 18 65

ANTENNE DE LIÈGE : JENNY DE LIAMCHINE ET
JULIE CULOT ☎ 04/222.01.71

ANTENNE DE OURTHE—AMBLÈVE : CATHERINE PIRARD ☎ 04/263 23 50

ANTENNE DE SERAING : CAROLE VERDIN ET JULIE CULOT ☎ 04/336 17 82

ANTENNE DE SOUMAGNE : GENEVIÈVE RADEMAKER ☎ 04/246 57 19

ANTENNE DE SPA - STAVELOT - MALMEDY : SANDY SIMONI ☎ 087/33.02.47

ANTENNE DE VERVIERS : ANGÈLE NICOLAY ☎ 087/33.02.47



Permanences juridiques



Vous souhaitez recevoir ce bulletin régional : *Inform'Elles*
Il coûte 5€ par an, à verser sur le compte : BE86 7925 5018 3850

100% concernée : Vie Féminine, j'adhère!

Pour devenir membre : **24€/an à payer :**

=> Auprès de votre sectionnaire si vous êtes membre dans une section ou désirez le devenir.

=> Sur le compte cotisation de Vie Féminine : BE33 7775 9958 3146



CONTACTEZ-NOUS :

Antenne de Ans, Geneviève Rademacker et Julie Culot :
 ☎04/246.57.19 ou antenne-ans@viefeminine.be



Antenne de Herstal, Sandy Simoni : ☎0491/98.33.17 ou
antenne-herstal-oupeye-vise@viefeminine.be

Antenne de Liège, Jenny de Liamchine et Julie Culot :
 ☎04/222.01.71 ou antenne-liege@viefeminine.be ou
antenne-liege2@viefeminine.be



Antenne d'Ourthe-Amblève, Catherine Pirard :
 ☎04/263.23.50 ou antenne-aywaille@viefeminine.be

Antenne de Seraing, Carole Verdin et Julie Culot :
 ☎04/336.17.82 ou antenne-seraing2@viefeminine.be



Antenne de Spa, Stavelot, Malmedy, Sandy Simoni :
 ☎0491/98.33.17 ou antenne-spa-malmedy@viefeminine.be

Antenne de Verviers, Angèle Nicolay : ☎087/33.02.47 ou
antenne-verviers@viefeminine.be



A la région : ☎04/222.00.33 ou liege@viefeminine.be



Vie Féminine : Anne Fontinoy, responsable, Sandy Simoni, responsable adjointe

Rue Chevaufosse 72 4000 LIEGE liege@viefeminine.be ☎ 04/222.00.33

Permanences : les lundis mardis et jeudis de 9h à 15h

Siège administratif : Véronique Chastreux pour la logistique et Anne Rihon pour l'accueil.

