



PB-PP

BELGIE(N) - BELGIQUE

4430 ANS
9/196

P 305026

Inform'Elles

Novembre - Décembre 2019



LA BULLE D'ANNIA



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



SOMMAIRE



<i>Sommaire</i>	2
3	
<i>Echos : Actions accroche-porte</i>	3-4
<i>Tract de Noël</i>	5

<i>Projets d'antenne :</i>	6-7-8
<i>À Ans, Seraing, Liège, Malmedy</i>	
<i>Projet régional</i>	9
<i>Groupe politique</i>	10-11
<i>Dynamique Jeunes Femmes :</i>	12
<i>à Ans — Liège — Seraing</i>	

<i>Je me forme, je m'informe :</i>	13-14
<i>Formation 120H — AG — CA</i>	
<i>Présentation des nouvelles stagiaires.</i>	14



<i>Les services</i>	15
<i>Agenda des antennes</i>	16-22
<i>Excursions et Voyages</i>	23
<i>La rubrique des bonnes nouvelles</i>	24
<i>Les calendriers 2020</i>	25

Echos des actions « accroche porte » dans notre région.



Campagne nationale



Actions
« accroche-porte »

Compte-rendu

Avec le soutien de 

Vie Féminine, Mouvement féministe d'action interculturelle et sociale



Contexte

Durant la **semaine du 30 septembre au 06 octobre 2019**, un peu partout dans les régions de Vie Féminine, furent organisées des « **actions accroches-portes** ».

Objectifs:

- Dénoncer, de manière originale et engagée, la multiplicité des formes de sexisme dans l'espace public,
- Reprendre collectivement du pouvoir sur cet espace qui est aussi le nôtre !

Forme: accroches-portes déposés/fixés dans des endroits précis où le sexisme sévit encore.

Mouvement féministe d'action interculturelle et sociale



Liège-Seraing-Verviers: Sprimont (Aywaille)



Thématique travaillée:

Parc: espace de loisirs et de détente

Un parc public, lieu de détente, de loisir, de jeux et de rencontre ? Pour les femmes de Vie Féminine Ourthe-Ambève ce lieu est loin d'être plaisant, il se présente davantage comme un espace insécurisant que l'on préfère éviter.

Améliorer l'éclairage public, la propreté et les voiries ; favoriser un aménagement non-genrés des jeux et espaces de loisirs ; installer un mobilier public accessible aux jeunes enfants, personnes âgées ; augmenter l'offre de toilettes publiques, etc. voilà autant d'initiatives contribuant favorablement à la construction d'un espace public égalitaire, solidaire et juste !

Mouvement féministe d'action interculturelle et sociale



Liège-Seraing-Verviers: Ans



Thématique travaillée:

Ecole et petite enfance

Les femmes de Vie Féminine Liège sont passées à l'action pour dénoncer le sexisme à l'école.

La cour de récréation se révèle être un champ significatif et révélateur des discriminations sexistes qui s'opèrent dès le plus jeune âge: la plus grande partie de la cour est plus que souvent investie par les garçons jouant au foot, alors que les espaces annexes (préau, couloirs de circulation, etc.) reviennent aux filles. Cette séparation ne découle pas de la logique mais de représentations sociales à laquelle participe l'aménagement même des espaces de jeux/détente.

Relégitimer la présence des femmes dans l'espace public (à l'école, au travail, etc.) passe par un débat sur le partage et l'appropriation de l'espace public dès la petite enfance. Cette sensibilisation doit s'opérer tant dans l'enseignement formel (école) que dans des structures telles que les clubs sportifs, les mouvements de jeunesse, etc.

Mouvement féministe d'action interculturelle et sociale

Noël ! Vivre ensemble !



Noël !

Une bouleversante histoire
d'amour et de paix
qui se vit dans les rencontres.

Osons donc vivre ensemble.

Celles et ceux qui ouvrent les cœurs, qui brisent
les frontières, qui mettent l'humain au centre de tout.

**Vivons Noël
comme une occasion
d'oser vivre ensemble
pour changer le monde !**

Cette fin d'année notre monde est en chaos !

Animation autour du tract :

- 1) Comment avons nous vécu les manifestations des jeunes qui militent pour le climat et pour leur avenir ?
Qu'en pensons-nous ?
 - 2) L'importance de l'accueil nous le vivons à Vie féminine !
Des femmes de toutes les générations et toutes les cultures se rassemblent pour s'affirmer et pour s'ouvrir aux autres, partageant des idées pour un monde nouveau.
Avons-nous des exemples ?
 - 3) Vivre ensembles dans l'espace public !
Comment rencontrer les autres ?
Où les rencontrer pour partager des idées, pour nouer des relations ?
La tolérance qu'est-ce-que c'est pour vous ?
- Lire la prière de l'Abbé Pierre pour terminer.

Bonne fête de Noël à toutes !!!

Ce tract de Noël 2019 a été
réalisé par le groupe Sens et
Conviction de Vie féminine
Seraing et peut être commandé
au prix de **0,15€ l'unité** à :
Vie Féminine
Rue Chevaufosse 72 4000 Liège
☎ 04/222 00 33

Tracts de Noël

« Espace Femmes »
04/246 57 19
antenne-ans@viefeminine.be
Rue Walthère Jamar 124
4430 Ans

LES CAUSERIES

ESPACE POUR PRATIQUER LE FRANÇAIS ENTRE FEMMES
POUR EXPRIMER CE QU'ON VIT ET QUI ON EST
POUR DÉCIDER CE QUE L'ON VEUT APPRENDRE....



Mardi de 9h30 à 12h

 ED. RESPONSABLE: ANNE FONTINOT, Rue Chevaufron 72 - 4000 Liège
Ne pas jeter sur la voie publique 

Atelier Informatique

Un atelier pour permettre aux femmes de se familiariser, de se débrouiller avec un ordinateur et d'être à l'aise avec les outils numériques



Vie Féminine Ans
Rue walthère Jamar 124, 4430 Ans
042/46.57.19
Les jeudis de 13h à 16h



Dimanche 17 novembre 2019 de 14 h à 17 h 30
CENTRE CULTUREL D'ANS
Place des Anciens Combattants 1 à 4432 ANS-ALLEUR (près de l'Eglise)

Repair Café & Troc Solidaire

Deux démarches alternatives sympas :
Réparer plutôt que jeter
Se délester des choses encombrantes et, peut-être, en dénicher de plus utiles ou plaisantes !

Possibilité de déposer jouets et jeux d'extérieur,
plantes, puzzles, livres, DVD, objets déco et bibelots,
bijoux & accessoires, vaisselle, vêtements.
MAX 10 OBJETS, ENCORE EN BON ÉTAT ET CORRECTS.
Toute personne déposant au moins 1 objet pourra en emporter jusqu'à 10 !

Accès gratuit, bienvenue à tous !

Un partenariat entre Vie Féminine, SEL Ansois et le Centre culturel d'Ans



04/247 73 36



 PERMANENCES JURIDIQUES
POUR TOUTES LES FEMMES 

A l'antenne de Ans
Les jeudis : 14h et 16h
Sur RDV obligatoire

Possibilités d'ajouter des dates
si besoins
A l'antenne rue Walthère
Jamar 124 à Ans



A l'antenne de Liège

Espace droit :

Le 14/11 : Alléger les soins de santé - BIM et les médecins conventionnés

Le 12/12 : Les maisons médicales et le tiers payants

PERMANENCES JURIDIQUES
POUR TOUTES LES FEMMES

A l'antenne de Liège

Judi 14 novembre dès 9h

rue Louis Jammes 36/01 –
4020 Liège



A l'antenne de Seraing

Form'anim vous invite au
XX^{ème}
MARCHÉ DU MONDE
11 novembre 2019



AU CENTRE CULTUREL DE SERAING
DE 14H À 23H
RUE STRIVAY 44. 4100
SERAING
ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE

**SPECTACLES
CONCERTS**

**BUFFET DU MONDE
ITINERAIRE ASSOCIATIF
ANIMATIONS ENFANTS**

Partenaires: 

Avec le soutien de: 

Form'anim

PERMANENCES JURIDIQUES
POUR TOUTES LES FEMMES

A l'antenne de Seraing

Le jeudi entre 16h et 17h
Sur RDV

A l'antenne rue Goffard ,23
à 4100 Seraing



Projets d'antennes



Cher partenaire,

En janvier 2019, l'équipe de **P'OSE** vous présentait un projet innovant. **P'OSE** est un dispositif imaginé par la Maison d'Accueil le Tournesol, le Planning Familial Inforcouple et le mouvement d'éducation permanente féministe Vie Féminine.

P'OSE consiste en des ateliers et des permanences à destination des personnes touchées de près ou de loin par les violences conjugales et/ou intrafamiliales.

Après quelques mois de rencontre d'institutions et d'échanges avec le public nous sommes plus que jamais convaincues de la pertinence de notre démarche.

Nous savons qu'avoir une date claire et précise aide à mobiliser le public. Nous vous communiquons donc nos dates d'ateliers et de permanence, qui auront lieu les mardis après-midi (voir date ci-dessous), entre 13h et 14h30 à la Maison Cavens, Place de Rome, à Malmedy.

Nous sommes disponible pour venir présenter **P'OSE** à une de vos réunions, auprès des travailleurs comme des bénévoles et à vous fournir des flyers pour déposer en vos lieux.

D'avance merci pour votre soutien. Au plaisir de travailler en collaboration avec vous très prochainement.

L'équipe de **P'OSE**
pose.malmedy@gmail.com
0473/47.21.23

Date des ateliers et permanences :

2019	Mois	Jour
	Novembre	26
	Décembre	Le 3 et le 17
2020	Janvier	Le 7 et le 21
	Février	Le 4 et le 18
	Mars	Le 3, le 24 et le 31
	Avril	Le 21
	Mai	Le 5 et le 19
	Juin	Le 2 et le 23



Pour sa deuxième édition, bienvenu.e.s à la soirée Blind Test musical et Quizz féministe organisée par Vie Féminine, Région de Liège-Seraing-Verviers.

Une occasion de jouer ensemble, dans une chouette ambiance toutes et tous ensemble, en famille, entre ami-e-s, pour le plaisir !

La soirée débute à 19h, Rue Grande Bêche 56, 4020 Liège, dans la grande salle du rez-de-chaussée de la CSC Liège.

L'entrée est à 5€ par personne.

Le blind-test et quizz féministe de Vie Féminine se jouera **en équipe de 3 à 6 personnes maximum.**

Si vous êtes en solo ou en duo, ce sera l'occasion de rencontrer d'autres joueu.ses.rs.

Un bar à prix démocratique sera sur place pour vous désaltérer !

Il est **vivement conseillé de s'inscrire** via téléphone au 04 222 00 33 ou par email à liege@viefeminine.be. Aucune inscription ne sera prise en compte à partir de Facebook.

L'évènement Facebook : <https://www.facebook.com/events/453785505219768/>

Projet de la région



Invitation à la réunion du groupe politique régional
Le 25 novembre de 9h30 à 12h30
à l'antenne de Ans rue Walthère Jamar, 124

Chères toutes,

Cette invitation concerne toutes les femmes qui souhaitent s'impliquer dans un travail politique, c'est-à-dire traiter, accompagner, soutenir, enrichir, construire un savoir collectif, questionner, argumenter, interpellier les institutions locales, régionales, fédérales en se renforçant ensemble autour des réalités de vie des femmes ...

Ce travail vous intéresse ? Vous êtes la bienvenue, cette première rencontre vous permettra de découvrir ce que nous faisons, comment nous nous organisons, nous nous renforçons, de quoi nous parlons...

Historique du groupe :

Cela fait un an que nous nous retrouvons et identifions à travers les réalités de vie des femmes une série de besoins (nous avons rencontré les femmes dans différents lieux), et pas mal de choses sont apparues comme une évidence pour poursuivre le travail politique régional.

Pour répondre au mieux aux attentes et besoins des femmes nous proposons une première rencontre pour refaire le point sur ce que le groupe a fait, ce qui a été identifié et confirmé à la réunion régionale du 8 octobre pour ensuite être traité, accompagné, soutenu, enrichi, questionné par les femmes du groupe politique.

Plusieurs pistes ont été identifiées, mais c'est le groupe de travail qui va se positionner sur les priorités de ces prochaines semaines, ce que l'on va faire en se laissant guider par les questions ci dessous:

Réalités de vie /place à l'expression, à l'écoute sans jugement, aux émotions, à la colère...	Enjeux /construire un savoir collectif critique/ sortir de l'émotion/nuancer/ argumenter/ utiliser nos grilles de lecture	Action /Que faire pour changer la situation de départ ?
Quelles sont les réalités qui nous interpellent ? quels dysfonctionnements des institutions, des services, etc. observons-nous ?	Pourquoi c'est ainsi ? qui est concernée et pourquoi ? qu'est-ce que les femmes ont à perdre ou à gagner dans ces situations ? Qu'est-ce que la société à gagner/à perdre... ?	Quels acteurs interpellier : politiques ? institutions ? Quelle forme : action collective, désobéissance civile, auditions, revendications, plaidoyer,

Les pistes qui ont été identifiées : (tout n'est pas à faire en même temps on choisira ensemble, mais cela donne un aperçu ...on prendra le temps pour que chacune comprenne bien comment on a travaillé et ce que l'on va travailler.

- ⇒ Rencontrer les politicien.ne.s en charge des missions qui leurs sont confiées en lien avec nos revendications (proposer des rencontres avec des femmes dans un cadre d'échange et de partage de travail)
- ⇒ Organiser une rencontre avec l'échevin des travaux de Liège pour faire le compte rendu des marches exploratoires 2019 et les constats faits par les participantes
- ⇒ Se former à la rédaction d'argumentation des revendications souhaitées par la région, les antennes selon les thèmes et les réalités du terrain
- ⇒ Travailler pour des assises des droits des femmes à l'occasion des 40 ans de la convention CEDAW « la déclaration des droits des femmes ». convention qui élimine toutes discriminations envers les femmes ce travail peut être réalisé en lien avec les enjeux sur «le corps des femmes »
- ⇒ Travailler sur l'évaluation de la convention d'Istanbul sur la prévention et la lutte contre la violence à l'égard des femmes et la violence domestique et interpeller les autorités politiques locales, régionales en lien avec les enjeux sur « le corps des femmes »
- ⇒ Travailler de concert avec la secrétaire politique nationale pour fixer un plan de travail en lien avec les revendications du mouvement, les campagnes
- ⇒ Formation en Janvier -février :
 - AG (assemblée générale) -
 - CA (conseil administratif)
 - CCCA (comité Consultatif communal des aînées)

Nous reviendrons sur les thèmes abordés à la journée régionale ;

(Pas tout le même jour !!!)

- l'engagement des femmes
- la sexualité des femmes
- la précarité
- les laboratoires de solidarité

Au plaisir de vous y retrouver, Anne Fontinoy, responsable régionale.

Pour vous accueillir dans les meilleurs conditions , merci de confirmer votre présence par mail ou par SMS votre nom +prénom +réunion politique de liège .
Merci

Responsable-liege@viefeminine.be ou ☎0471/90 02 71

A l'antenne de Ans

Débats Projets

INVITATION

Groupe jeunes femmes Vie Féminine Ans

Mercredi 19 décembre 2018
9h30 - 11h30

Rue Walthère Jamar 124, 4430 Ans

Contact Mariame Malki :
04/246.57.19 ou 0486/73.70.25
antenne-ans2@viefeminine.be

Activités Rencontres

vie féminine

A l'antenne de Liège

vie féminine

VIE FÉMININE LIÈGE

DYNAMIQUE "JEUNES FEMMES"

Rencontres, débats, activités, projets

Un mardi sur deux | 18h-20h
Rue Louis Jamme 36, 4020 Liège

Contact : Madeleine Gomba
Mail : antenne-liege2@viefeminine.be
Facebook : Madeleine Vie Féminine

FEMINIST

A l'antenne de Seraing

Dynamique Jeunes Femmes

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 : Mariame Malki
04/336.17.82
antenne-ans2@viefeminine.be

vie féminine

Formation 120 heures pour l'égalité

La région de Liège Seraing Verviers a le plaisir de vous annoncer que nous serons les hôtes en 2020 de la formation « 120h pour l'égalité, une formation féministe pour questionner la société, Comprendre pour agir ! », organisée par Vie Féminine.



Cette formation existe depuis de nombreuses années et la région de Liège-Seraing-Verviers se réjouit de la recevoir sur le territoire liégeois en 2020. La formation est ouverte aux bénévoles, partenaires extérieurs et travailleuses de Vie Féminine qui forment un groupe de 15 personnes maximum. Elle aura lieu le vendredi (hors congés scolaires et jours fériés) à Liège.

La formation aborde, via des méthodologies participatives, des outils d'analyses pour comprendre les inégalités vécues par les femmes aujourd'hui, à travers le patriarcat, le capitalisme et le racisme. Cette formation invite à mettre sur le bout du nez des lunettes féministes pour décoder ce qui nous entoure !

Avec le soutien de :



Fortes de l'enthousiasme de toutes celles qui ont vécues cette formation, nous vous invitons à nous rejoindre pour cette aventure de 19 jours, dans un climat bienveillant et respectueux.

**120 heures
pour l'égalité !**

**Une formation féministe
pour questionner la société**

Comprendre pour agir !



**Formation à Liège
-Janvier à juin 2020-**

Pour un contact de vive voix, vous pouvez contacter la coordinatrice de la formation « 120h pour l'égalité, une formation féministe pour questionner la société, Comprendre pour agir ! » :

- ✓ Faiza Charfi, ☎02 227 13 11 ou formation@viefeminine.be
- ✓ ou bien l'animatrice Vie Féminine à laquelle vous vous adressez habituellement,
- ✓ ou encore la responsable régionale adjointe, Sandy Simoni, ☎04/222 00 33 ou adjointe-liege@viefeminine.be

Au plaisir de parcourir ce chemin côte à côte,

**L'équipe de Vie Féminine,
Région de Liège-Seraing-Verviers**

Je me forme, je m'informe

Bonjour à toutes,

Vous vous demandez ce qu'est une **AG** ?

D'où viennent ces lettres **CA** ?

Vous êtes invité à faire partie d'une **Assemblée Générale** mais n'avez aucune idée de ce qu'on y fait ?

Ou au contraire,

vous voulez prendre part à un Conseil d'Administration sans savoir comment s'y prendre ?

Cette formation est pour vous !

En partenariat avec le MOC-CIEP, Vie Féminine Région de Liège Seraing Verviers organise une formation sur plusieurs matinées, pour la rentrée 2020, pour répondre toutes ensemble à ces questions, et voir comment vous pouvez participer à tous ces lieux de décisions, que ce soit du comité de quartier, au comité de parents ou à Vie Féminine.

Le programme arrivera dans un prochain Informelle mais vous pouvez d'or et déjà vous manifester si vous désirez profiter de cette formation auprès de Sandy Simoni,

Responsable adjointe : ☎04/222 00 33 ou adjointe-liege@viefeminine.be

À bientôt !

Sandy

Deux nouvelles stagiaires à Vie Féminine

A partir de ce mardi 12 novembre 2019, jusqu'au mardi 3 mars 2020, nous accueillerons **Manon et Sandra**, deux nouvelles stagiaires de dernière année en formation d'assistance sociale.

Après un temps d'observation, celles-ci élaboreront un projet basé sur l'engagement participatif, en voyageant sur les diverses antennes de Vie Féminine.

Elles ont hâte de vous rencontrer !



Initiatives d'insertion
socioprofessionnelle de Vie Féminine

<http://www.modedemploiasbl.be>

Femmes en orientation "Visa pour l'Emploi"
du 16/09/2019 au 28/02/2020 à 4500 Huy - Avenue Albert 1er, 6.

Convaincre 45 heures pour booster sa recherche d'emploi à
4000 Liège rue Chevaufosse, 72 Du 18/11/2019 au 20/12/2019. et
du 02/03/2020 au 04/04/2020.

Des prestations effectives sont déjà sur le site du Forem, sur FB et
sur le site



- Construction du projet personnel & professionnel
- 4 semaines de stage
- Techniques de recherche d'emploi
- Remises à niveau

UNE FORMATION ORGANISÉE PAR

Mode d'Emploi
Rue Chevaufosse, 72 - Liège 4000
Tél: 04 222 95 86 - 0492 774 979
modedemploi@viefeminine.be
www.modedemploiasbl.be

Séances d'informations
Tous les mercredi et vendredi matin
Avenue Albert 1er, 6
Huy 4500

Prochaine formation à Huy

Du 16 septembre 2019
Au 20 février 2020

Envie d'en savoir plus ?
www.modedemploiasbl.be



avec le soutien de :



CONVAINCRE!

45H POUR S'ENTRAÎNER ET
DECROCHER SON JOB

FORMATION pour travailler sa
communication sur base d'offres réelles et
postuler plus efficacement

Analyse des offres d'emploi et de son profil

Lettre de motivation adaptée

SIMULATIONS
d'entretien
d'embauche
proches du réel

Savoir rebondir face à la critique
Entretien : exercices par tél.
RETROUVER de l'énergie

CONDITIONS d'inscriptions :

- ETRE demandeur d'emploi indemnisé OU
bénéficiaire du CPAS (avec un conseiller FOREM)
- Max. CESS ou être demandeur d'emploi depuis
au moins 18 mois
- avoir un projet professionnel

Avantages de la formation :
formation reconnue par le FOREM
+ vous recevez 1e/h
+ indemnités pour les déplacements
et garde d'enfants



Nouveau
à
l'E-pôle de
Flémalle

Les services organisent



Formations organisées à partir de septembre :

Assistant pharmaceuticotechnique : organisée en
collaboration avec St.Laurent sur 2 années scolaires
séance d'info le 5/09 à 9h (rue St.Laurent, 33 4000 Liège)

Esthéticien-ne social-e : cours le lundi de 8h45 à 16h30 du
23/09/19 au 30/06/20 (+ stage)
séance d'information le 5/09 à 18h

Formations organisées à partir de janvier 2020 :

Aide familial : cours de 2 à 3 jours par semaine (+ Stages) de janvier 2020 à juin 2021
séance d'information le 3/10 à 9h

Auxiliaire de l'enfance : cours 2 à 3 jours par semaine (+stages) de janvier 2020 à
juin 2021

séance d'information le 24/09 à 9h



Renseignements : Julie Culot et Mariame Malki
Rue Walthère Jamar, 124 à 4430 Ans
☎ 04/246 57 19 antenne-ans@viefeminine.be
antenne-ans2@viefeminine.be

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'Aîte 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 de 13h à 15h30.
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 = 7-21 novembre 5 -12-19 décembre 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, ...

Un jeudi par mois : de 14h à 15h.

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

Ce sont aussi des groupes locaux :

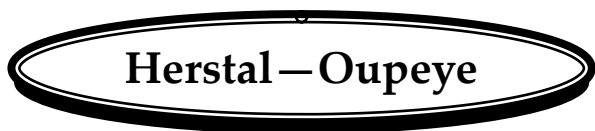
Alleur : Camille Moors ☎ 04/246 11 93

Fexhe slins : Josée Colson ☎04/278 23 48

Haut Douy : Palma Loforte ☎019/58 80 12



Vie Féminine Ans



Renseignements : Angèle Nicolay et Madeleine Gomba
☎ 0478/03 15 50 antenne-herstal-vise@viefeminine.be

Groupe de femmes :

un lundi sur deux, de 18h à 20h

A la Préalle, Place Hubert Sacré, 1 à Herstal

Il y a un **nouveau groupe** à Herstal :

Ce groupe travaille les alternatives économiques liées à l'alimentation, la santé et des biens communs. c'est un groupe écoféministe.

le mardi matin de 9h30 à 12h

à la salle de réunion de la CSC, Place Laixheau 2 à 4040 Herstal.

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

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

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

Ce sont aussi des groupes locaux :

Herstal : Angela Visconti ☎ 0498/04 76 76

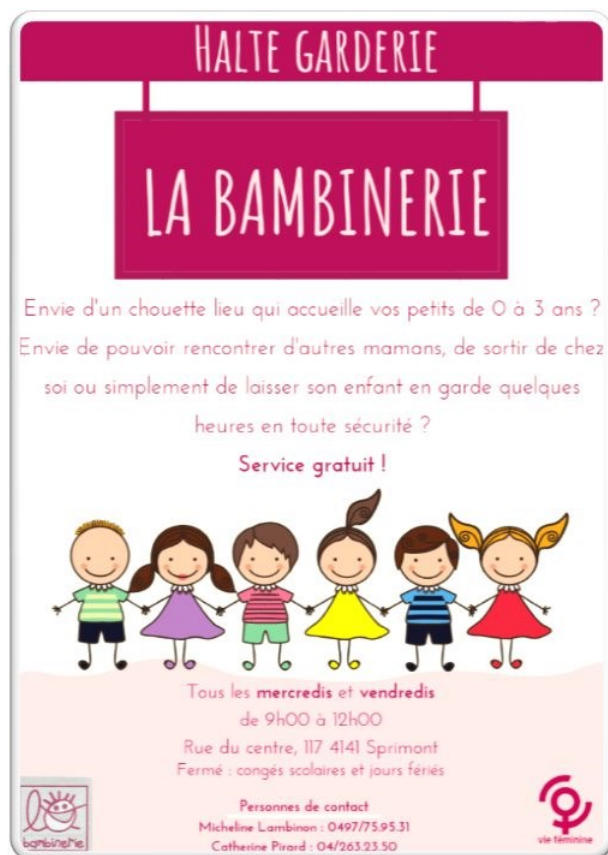
Glons : Josée Sanson ☎ 04/286.16.36

Hermée : Bernadette Truyens ☎
04/278.03.04

Oupeye : Maggy Stevens ☎ 04/248.21.22



Vie Féminine Herstal et Basse-Meuse



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 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



Vie Féminine Ourthe-Amblève

Liège

Renseignements :
Jenny de Liamchine et Madeleine Gomba
Rue Louis Jamme 36/01- 4020 Liège
☎ 04/ 222 01 71
antenne-liege@viefeminine.be
antenne-liege2@viefeminine.be

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,...)

Infos : Jenny de Liamchine

☎ 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, ...

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.

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

Les Amies :

Des femmes qui veulent rompre l'isolement et lutter contre la précarité.

Le 2ème jeudi du mois de 13h à 16h:

Catherine Demeuse : ☎ 04/337 95 41

Groupe Jeunes Femmes :

Dynamiques et engagées pour leurs droits
De bons moments entre nanas pour souffler et rigoler.

Echanges, projets et actions !

2 jeudis par mois de 17h30 à 19h30

Garderie pour les enfants

Contact : Mariame Malki ☎0486/73 70 25

Vide dressing :

Les lundis et vendredis de 9h à 13h

Les mercredis de 14h à 17h

Pour vendre et acheter des vêtements à petits prix!

Rue Collard Trouillet 42 - 4100 Seraing

Ateliers débrouille :

• Jemeppe :

Espace de rencontre, **le jeudi de 9h à 12h**
Crochet, tricot, broderie : **le jeudi de 13h à 16h**

Marcelle Streel ☎04/275 05 94

• Trixhes :

Créativité : **le mardi de 13h30 à 16h30**

Marcelle Streel ☎04/275.05.94

• Boncelles

Atelier couture créative, Annie Hamels :
☎ 04/330 97 99

Atelier Peinture :

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

Tous les mardis de 19h à 22h
Hélène Lam-



Vie Féminine Seraing

botte : ☎

04/275.21.60

Renseignement : Carole Verdin et Mariame Malki
rue Goffart 23 - 4100 Seraing
☎ 04/336 17 82 ou ☎0493/15 57 45
antenne-seraing2@viefeminine.be
Antenne-ans2@viefeminine.be
Les bénévoles : antenne-seraing@viefeminine.be

Expressions

Expérimenter diverses formes d'expressions artistiques.

Roulement de deux séances auto-animées par le groupe, suivies d'une séance animée par un-e artiste externe.

Les 2ème et 4ème lundi de 9h à 12h

2€ par séance

Permanences Juridiques gratuites

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 :
contacter l'animatrice de l'antenne.

Bureau d'antenne

Le 2ème jeudi de 9h à 12h

Les 14 novembre 2019 et 12 décembre 2019

Groupe de travail :

le 3ème lundi de 9h à 12h

Lundi 18 novembre

Lundi 16 décembre (à confirmer)

Ateliers de renforcement :

Tous les vendredis matin (sauf fériés, sauf congés scolaires) de 9h à 12h à l'antenne, du 13 septembre au 20 décembre (13 séances).
Partenariat VF et Form'Anim, animation Lucie et Carole, 6 femmes issues de chaque association, donc 12 environ au total.

Visites culturelles, cinéma, ateliers cuisine, projets plus ponctuels :
contactez Carole pour tout renseignement sur l'actualité de l'antenne !



Renseignements : Julie Culot
☎ 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

Le cours de fitness à Romsée se divise à partir de ce 12 novembre 2019.

Pour jeunes femmes à partir de 15 ans

Les mardis :

18h Fitness/1

19h Fitness/2

20h Gym

Salle New Star rue Colonel Piron à Romsée

Contact : Geneviève Rademaker ☎0496/33 68 09

Ce sont aussi des groupes locaux :

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

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

Micheroux : contact : Brigitte Schleck : ☎04/377 31 46

Saive : contact : Marcelle Simon : ☎04/362 91 25

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).

RENSEIGNEMENT :

Inès Dôme

Rue Xhavée, 7 à 4800 Verviers

☎ 087/33.02.47

antenne-verviers@viefeminine.be

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

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 .



Vie Féminine 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 : Inès Dôme ☎ 087/33.02.47

Mail : antenne-spa-malmedy@viefeminine.be

RENSEIGNEMENT : Inès Dôme

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

Programme excursions et Voyages 2019 de la région de Liège

Excursions : Jeudi 12 Décembre 2019 Visites et repas de Noël

N'hésitez pas à demander notre nouvelle brochure 2020 au secrétariat régional :
☎04/222.00.33 qui sera disponible à partir du 1er février

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

Programme excursions et Voyages 2019 de l'antenne de Verviers

Excursions :

Mardi 10 décembre Marché de Noël à Essen

N'hésitez pas à demander notre nouvelle brochure 2020 qui sera
disponible dès février.

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

Rejoignez nous sur la page Facebook :



Vie Féminine Excursions et Voyages Liège-Seraing-Verviers

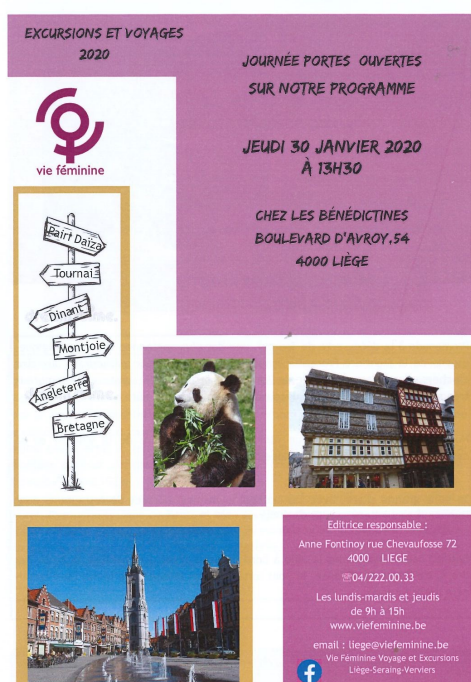
Le nouveau programme va bientôt
être disponible, à la région. Si vous
souhaitez le recevoir n'hésitez pas à
nous téléphoner ☎04/222 00 33

Journée portes ouvertes
Sur le programme
Excursions Voyage 2020

Jeudi 30 janvier 2020
à 13h30

Chez les Bénédictines
Boulevard d'Avroy, 54
4000 Liège

Excursions et Voyages



Bonjour à toutes !

Peut-être l'utilisez-vous déjà ? C'est le carnet de santé de Vie Féminine « Mon carnet de santé et bien-être ».



Nous avons eu de nombreux retours, à la fois des femmes l'utilisant mais aussi des médecins qui nous renvoyaient que c'était vraiment un chouette outil.

Fortes et fières comme nous le sommes, ni une ni deux, on vous propose un petit groupe de travail pour pouvoir le finaliser bien joli bien propre bien complet, avec celles qui l'utilisent, celles qui le découvrent, celles qui veulent s'y investir, et on vous le proposera à la région en version finale ! Que dites-vous de cela ? C'est une bonne nouvelle !

Nous aimerions entamer ce mini-chantier rapidement pour vous proposer ce chouette outil 100% Vie Féminine au plus vite.

Infos et contacts : Sandy Simoni, Responsable adjointe, ☎04 222 00 33
ou adjointe-liege@viefeminine.be

Soutenez Vie Féminine

Nos calendriers 2020 sont arrivés !



Calendrier mural
(1 page/ 1 mois)
Prix : 6,00 €

Essuie de cuisine
(Coton - 60 X 45 cm)
Prix : 6,00 €



Il ne vous reste plus qu'à choisir ...ou à prendre les 2 !

Ca y est !!!

**Les calendriers sont arrivés
et le calendrier papier a changé de look.**

Si vous souhaitez en obtenir un ou plusieurs, n'hésitez pas à passer un petit coup de téléphone ☎ 04/222.00.33 (les lundis-mardis- et jeudis de 9h à 15h).

Les calendriers 2020



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 : Julie Culot :

☎04/246.57.19 ou antenne-ans@viefeminine.be

 Vie Féminine Ans

Antenne de Herstal : Angèle Nicolay

☎ 0478/03 15 50 ou
antenne-herstal-vise@viefeminine.be

 Vie Féminine Herstal
 et Basse-Meuse

Antenne de Liège : Jenny de Liamchine :

☎04/222.01.71 ou antenne-liege@viefeminine.be

 Jenny vie féminine
 liège

Antenne d'Ourthe-Amblève : Catherine Pirard :

☎04/263.23.50 ou antenne-aywaille@viefeminine.be

 Vie Féminine
 Ourthe-Amblève

Antenne de Seraing : Carole Verdin :

☎04/336.17.82 ou antenne-seraing2@viefeminine.be

 Vie Féminine
 Seraing

Antenne de Spa-Malmedy: Inès Dôme : ☎087/33.02.47
 ou antenne-spa-malmedy@viefeminine.be

 Vie Féminine
 Verviers

Antenne de Verviers : Inès Dôme ☎087/33.02.47

☎087/33.02.47 ou antenne-verviers@viefeminine.be

Dynamique Jeunes Femmes :

Mariame Malki : Antennes de Seraing et Ans

Madeleine Gomba : Antennes de Herstal et Liège

Inès Dôme : Antennes de Verviers et Malmedy

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**.



Vie Féminine Région de Liège

