

Paroles

80, place d'Hautpoul

05.63.33.24.10 / 09.51.87.31.70

81 600 Gaillac

Site : www.parolesdefemmes81.fr Mail : parolesdefemmes81@gmail.com

Association de la FNSF (3919) et de la FNARS
Adhésion / soutien de l'association 15€

Nous avons le plaisir de vous présenter toutes les activités pour le deuxième semestre 2013.

L'association a pour vocation d'offrir un espace de parole et d'échange aux femmes qui souhaitent rompre la solitude, se ressourcer, être aidées en cas de difficultés ou de violences, partager leurs expériences ou leurs recherches, et reprendre confiance en soi. Pour cette période, nous vous proposons le programme suivant :

- **Des permanences d'accueil :**

A Gaillac les lundis de 10h à 19h, les mardis de 10h à 17h, les mercredis de 10h à 17h, et les vendredis de 9h30 à 13h (en accès libre et sur rendez-vous) ;

A Lavaur les 2èmes et 4èmes lundis du mois de 14h à 16h (à la Maison du Conseil Général)

- **Une permanence maman / enfants tous les mercredis** à partir de 10h

- **Un groupe de parole, d'expression et de soutien** (confiance en soi, expression et estime de soi, violences) : animé par Mme Fournier, Présidente de l'Association et Mme Guibbert, bénévole. Une fois par mois de 14h à 16h. Une participation régulière est demandée. **Prochain groupe : 7 novembre à 16h**

- **Des rencontres thématiques mensuelles** : Groupes de discussion entre femmes sur des sujets qui vous concernent. Lundi une fois par mois de 14h à 16h. **Prochain groupe Lundi 4 Novembre à 14h « Petits yeux, petites oreilles : enfant face aux violences. Théorie, réflexion commune, partage... »**

- **Des ateliers d'écriture** : Moments conviviaux, pour écrire, s'exprimer, échanger, écouter... Une fois par mois de 14h à 16h, animés par Nane Vézinet. **Prochains ateliers : Mardi 19 Novembre, Mardi 3 Décembre à 14h.**

- **Des ateliers de self défense – Fem do chi**, « La voix de l'énergie des femmes » animés par l'Association FAIRE FACE, le samedi une fois par mois de 16h à 19h. Merci de s'inscrire avant aux heures des permanences.

Prochains ateliers : samedi 9 Novembre à 14h à la MJC de Gaillac, samedi 14 Décembre 2013 à 16h au Centre de Loisirs de l'Ecole Clavelle (derrière l'Epicerie Sociale),

et Samedi 23 Novembre 2013, 8 Février 2014, 5 Avril 2014 et 28 Juin 2014 à 14h au Centre Odelys à Gaillac

Attention, c'est le seul atelier où une demande de participation financière est demandée : 5€ pour les personnes au chômage, RSA ou en difficulté financière, 15€ pour celles qui travaillent.

- **Des permanences juridiques collectives (avocat)** : ouvertes gratuitement lundi une fois par mois de 18h30 à 20h, animées par Gwénaëlle Boissel, avocate au barreau de Toulouse. **Prochaines permanences : Lundi 18 Novembre et Lundi 9 Décembre à 18h30.**

- **Des permanences du CIDFF Centre d'Information des Droits des Femmes et familles (juristes)** : lundi matin une fois par mois de 9h à 12h, pour prendre RV appeler 05.63.47.01.34. **Prochaines permanences Lundi 28 Octobre et Lundi 25 Novembre de 9h à 12h.**

- Un accompagnement **aux formalités administratives et à la recherche d'emploi**, **tous les mardis de 13h30 à 16h30 sur rendez-vous uniquement.**

N'hésitez pas à prendre contact avec nous pour de plus amples renseignements.
Karolina Sermet Psychologue, coordinatrice et permanente