

LA VOIX DES FEMMES

Lieu de rencontre et de médiation sociale & culturelle



AGENDA

Prévention Santé

Mardi 10 mars de 14h30 à 16h00

Inconfort et fuites urinaires : et si on en parlait ?

Vous souffrez de pertes urinaires à l'effort, après une grossesse ou lorsque vous toussiez ? Participez à cet atelier pour découvrir des solutions concrètes et adaptées à votre quotidien - animé par une gynécologue et une sage-femme.

Jeudi 12 mars à 14h : le Diabète : 1er atelier d'une série de 3 animé par l'association des diabétiques AFD14.

Et si on parlait diabète autrement ? Un atelier pour démêler le vrai du faux et adopter les bons réflexes. Des dépistages glycémiques vous seront proposés.

Notre médiatrice santé sera à la Passerelle **le jeudi 26 mars de 13h30 à 17h15**.

Culture

Vendredi 6 mars à 20h à l'Atelier

Quaturo CONTRASTE - 4 saxophonistes jouent de la musique de chambre riche et variée - Informations/Réservation et paiement (10 €) auprès de Virginie (jusqu'au 5 mars)

Mercredi 18 mars à 20h à la Fonderie

Orchestre d'Harmonie d'Hérouville Au cœur de l'Orient - Répertoire d'exception de sonorités orientales jouées au travers de la puissance d'instruments à vent - Informations/Réservation et paiement (5 €) auprès de Virginie (jusqu'au 17 mars).

Vendredi 27 mars à 14h30 - Visite sensorielle du Jardin des Plantes

Venez découvrir l'emblématique jardin des Plantes de Caen au travers d'une visite sensorielle (visite de la serre exotique et de l'exposition "eau, source de vie" Informations et inscriptions auprès de Virginie.

A partir du 6 mars, exposition de Sonia Leclerc "paillettes à la Voix des Femmes"

Le culinaire à la Voix des Femmes

Atelier cuisine à la Boutique Habitat - Inscription auprès de Majida ou à l'accueil de l'association ou par téléphone au 02 31 95 45 29. Prévoir 1 tablier, 1 torchon et 1 récipient.

Se renseigner auprès de Majida pour les dates.



Pôle de cohésion sociale
1020 Grand Parc
14200 Hérouville-Saint-Clair



bus : lignes 6 ou 4
arrêt Poppa de Valois



Tram : T1
arrêt Place de l'Europe



02 31 95 45 29



<http://lavoixdesfemmes.fr/>



lavoixdesfemmes@bbox.fr



[@lavoixdesfemmes14](https://www.instagram.com/lavoixdesfemmes14)



[lavoixdesfemmes14](https://www.facebook.com/lavoixdesfemmes14)



linktr.ee/laVoixdesFemmes

HORAIRES

Du lundi au vendredi
de 9h à 12 h et de 14h à 17h
Fermé le mercredi après-midi



Epicerie sociale

1020 Boulevard du Grand Parc
14200 Hérouville-Saint-Clair

HORAIRES

lundi et jeudi 9h30 à 11h 30
mardi 16h00 à 18 h00
vendredi 14h00 à 16 h00

02 31 95 45 29

Comment faire un don à l'association ?

La Voix des Femmes est inscrite sur la plateforme HELLOASSO
Pour faire un don, il suffit de cliquer ici :



Vous pouvez aussi acheter un sac shopping



Merci de votre soutien !



8 MARS JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

LIBERTÉ • JUSTICE • ÉGALITÉ



**DIMANCHE
8 MARS 2026
À 20H
À L'ATELIER**
(RUE DE TIKHVINE - LES BELLES PORTES)



SPECTACLE DU CARRÉ BLEU

“LES FILLES DU DERNIER WAGON”

SUIVI D'UN COCKTAIL OFFERT



GRATUIT

Réservation

02 31 95 45 29 • lavoixdesfemmes@bbox.fr

Retour sur

Le vendredi 13 février, la Voix des Femmes a organisé un shooting photo sur le thème de l'amour, l'amitié, la fraternité. Un moment de rencontre, de rire, de partage entre adhérents, bénévoles et salariées. A refaire !



Si vous ne souhaitez plus recevoir ce bulletin, envoyez un mail à : lavoixdesfemmes@bbox.fr