



LES NATUR'ELLES



GROUPES DE LECTURE



CAMPS

CAFÉS-RÉCITS



BULLES NATURE



ACTIVITÉS UCF

Qui sommes-nous ?

Mouvement féminin, bénévole, ouvert aux femmes de toutes cultures et religions, l'Association vaudoise des UCF a pour mission de développer la confiance, la prise de responsabilité et le potentiel des femmes de toutes générations et origines, afin de leur permettre de définir leur place au sein de la famille et de la société. Ses projets sont portés par des femmes et en faveur de femmes, au service de ses valeurs que sont le respect, l'ouverture, la solidarité, l'entraide et le développement des ressources personnelles.

Pour des femmes de tous âges et de tous horizons qui ont envie de se consacrer du temps, de rencontrer d'autres femmes autour d'activités conviviales.

UN TEMPS POUR SOI

Camps de plusieurs jours, dans une ambiance amicale et chaleureuse. Autour du thème annuel, des animations, échanges, témoignages, réflexions en groupe sont proposés aux participantes en alternance avec des moments de détente en plein air.
Leysin, Château d'Oex,, Crêt-Bérard ou Adelboden, environ CHF 550.–/semaine

CAFÉS-RÉCITS

Des discussions de groupe, proposées par une animatrice, où les histoires de vie occupent le premier rôle. Dans un Café-récits, on n'est pas obligées de parler, mais on est obligées d'écouter...

Le Cazard, Lausanne, CHF 5.–

BULLES NATURE

Des week-ends entre femmes, des cercles de femmes, autant de bulles hors du temps pour se déposer, se relier, se recharger, explorer et se faire plaisir. Des propositions créatives, du mouvement doux, des temps de pause et de partages. entre CHF 5.– et 20.–/soirée
entre CHF 120.– et 200.–/week-end

GROUPES DE LECTURE

Des groupes de femmes se réunissent entre janvier et mars autour d'un livre lu auparavant par chaque participante. Une formule originale qui favorise l'échange amical d'idées et d'expériences, ainsi que la réflexion sur divers thèmes de société.

CHF 20.– et le prix du livre

LES RAYONNANTES

Des ateliers de théâtre joyeux et entre femmes! Des journées où chacune peut se découvrir et se déployer librement à travers le jeu théâtral, dans la joie et la bienveillance.

Le Cazard, Lausanne, entre CHF 10.– et 40.–

LES NATUR'ELLES

Des journées entre femmes, et d'autres entre femmes & enfants, en plein air, pour se connecter à la nature, découvrir et explorer de beaux coins dans le canton de Vaud, s'y ressourcer en tissant des liens avec d'autres femmes de la région.

Canton de Vaud, entre CHF 10.– et 40.–

Pour connaître les dates, s'inscrire et obtenir toutes les informations sur ces activités, **rendez-vous sur notre site internet www.ucfvaud.ch**

Association vaudoise des UCF

Pré-du-Marché 15 - 1004 Lausanne
021 312 78 72 - contact@ucfvaud.ch - www.ucfvaud.ch

