



Association de la fibromyalgie et de
douleurs chroniques de Lanaudière

S'unir et agir pour s'en sortir

Mai 2026 - Semaine de la fibromyalgie et nouveautés à découvrir

Semaine de la fibromyalgie

Le mois de mai est un moment clé pour notre communauté. À l'occasion de la **Semaine de la fibromyalgie**, nous vous proposons plusieurs activités pour sensibiliser, créer et se rassembler ♥

Rendre visible l'invisible

Dès **lundi le 11**

Suivez notre page Facebook pour en apprendre davantage sur les **mythes entourant la fibromyalgie**. Une série de publications vous permettra de mieux comprendre cette réalité souvent méconnue.

Fibromyalgie :
rendre visible l'invisible

SENSIBILISATION • INFORMATION • SOLIDARITÉ

PRÉSENTATION ÉDUCATIVE
Découvrez l'histoire de la fibromyalgie et son diagnostic.

TATOUAGES AU HENNÉ
Des motifs inspirés des 18 points de sensibilité de la fibromyalgie.

ENSEMBLE, BRISONS LE SILENCE.
Soutenons. Informons. Avançons.

13 ET 14 MAI À NOS LOCAUX

Vos dons font une différence. ♥
Tous les fonds amassés soutiennent nos services et activités pour les personnes vivant avec la fibromyalgie.

VENEZ VOUS INFORMER, ÉCHANGER ET SOUTENIR NOTRE CAUSE !

fibromyalgie douleurs chroniques | Comprendre pour mieux soutenir. Sensibiliser pour changer les choses. ♥

Mardi le 12

**Atelier Fibro Picasso – portes
ouvertes (membres) 13h à 15h**

Nous vous invitons à un moment
créatif et convivial ♥

- ✓ Apportez votre projet
personnel et votre matériel
- ✓ Du matériel sera aussi
disponible sur place
- ✓ Des projets simples et
accessibles à tous seront
proposés

Contactez-nous pour participer.

Mercredi 13

Café-causerie 10h à 12h

Venez partager votre vécu sous
le thème : parcours médical,
diagnostic et accès aux services.

**Fibromyalgie : histoire,
sensibilisation et tatouages
symboliques 13h à 15h**

Levée de fonds – Tatouages au
henné. Participez à une activité
unique alliant sensibilisation et
créativité.

Places limitées : **Réservation**

Jeudi 14

**Fibromyalgie : histoire,
sensibilisation et tatouages
symboliques 10h à 15h**

Levée de fonds – Tatouages au
henné. Participez à une activité
unique alliant sensibilisation et
créativité.

Places limitées : **Réservation**

PORTE OUVERTE

Fibro Picasso

Atelier de peinture

POUR NOS MEMBRES

MARDI 12 MAI 2026
13H À 15H25

OUVERT À TOUS NOS MEMBRES

- ♥ Apportez votre projet personnel et votre matériel
- ♥ Matériel disponible sur place
- ♥ Des projets simples et accessibles à tous seront proposés

Créons ensemble en toute bienveillance!

Café-causerie

ÉCHANGER • PARTAGER • S'INFORMER

THÈME :
**PARCOURS MÉDICAL,
DIAGNOSTIC ET ACCÈS AUX SERVICES**

- Un moment d'échange bienveillant et sans jugement
Autour d'un café, venez discuter et poser vos questions.
- Partage d'expériences et de vécus
- Mieux comprendre les ressources et services disponibles

MERCREDI 13 MAI 2026
10H À 12H

AU LOCAL
41 rue Beaupied
Notre-Dame-des-Prairies

Venez poser vos questions, partager votre parcours et repartir avec des réponses et du soutien.

ACTIVITÉS RÉSERVÉES AUX MEMBRES
Au plaisir de vous y voir!



Nouveauté – Club de marche estival

Nous sommes heureux de vous annoncer le lancement de notre **club de marche estival** !

- ✓ Activité accessible et conviviale
- ✓ Une rencontre aux deux semaines
- ✓ Dates et lieux déterminés selon la météo

👉 Contactez-nous pour vous inscrire ou obtenir plus d'informations.



👉 Nous recherchons des bénévoles


Envie de vous impliquer dans un projet porteur de sens ?

Nous sommes à la recherche de personnes pour :

- Organisation d'événements
- Création et correction de nos publications

👉 Contactez-nous pour en savoir plus !



 ENVOYER À UN AMI  SITE WEB 