



Le Centre de femmes

# Centre'Elles

Comité d'action des femmes d'Avignon

## Rapport annuel d'activités 2018-2019



Présenté à l'assemblée générale annuelle du 6 juin 2019



# Table des matières

I.	L'ACTION DU CENTRE DE FEMMES .....	4
II.	RESSOURCES HUMAINES DE L'ORGANISME .....	6
III.	MOT DE LA PRÉSIDENTE .....	7
IV.	MOT DE LA COORDONNATRICE .....	8
1.	PORTRAIT DES FEMMES .....	10
1.1	LES FEMMES QUI FRÉQUENTENT LE CENTRE .....	10
1.2	LES FEMMES DE LA RÉGION – QUELQUES STATISTIQUES .....	12
1.3	LES FEMMES DE LA MRC AVIGNON - QUELQUES STATISTIQUES.....	14
2.	SERVICES INDIVIDUELS ET COLLECTIFS.....	17
2.1	RÉPONDRE AUX BESOINS DU MILIEU .....	18
2.2	ACCUEIL, ÉCOUTE, RÉFÉRENCES, INFORMATION, SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT .....	19
3.	PROJET ÉDUCATIF .....	23
3.1	L'ÉDUCATION POPULAIRE, UNE RICHESSE COLLECTIVE .....	23
3.2	LA COMMUNAUTÉ, UNE RICHESSE NÉCESSAIRE .....	23
3.3	LES DÎNERS « PARLER POUR PARLER », LES CAUSERIES ET LES ATELIERS PONCTUELS .....	24
3.4	LES ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX .....	33
3.5	LES RENDEZ-VOUS INFORM'ELLES.....	39
3.6	LES ATELIERS DE CRÉATION COLLECTIVE .....	43
3.7	LES ACTIVITÉS DE FORMATION.....	45
4.	ACTIONS POLITIQUES ET COLLECTIVES .....	47
4.1	ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION ET D'INFORMATION.....	47
4.2	ACTIVITÉS DE PARTICIPATION ET DE CONCERTATION .....	47
4.3	APPUI DIVERS ET ACTIVITÉS DE CONSULTATION.....	65
5.	GESTION ADMINISTRATIVE ET DÉMOCRATIQUE.....	69
5.1	COMITÉ DE COORDINATION .....	71
5.2	ÉQUIPE DES TRAVAILLEUSES .....	72
5.3	FINANCES.....	72
6.	ACTION BÉNÉVOLE ET MILITANTE.....	77
7.	UNE IMPLICATION, UN RAYONNEMENT .....	79
7.1	LE PRÊT DE NOTRE LOCAL.....	79
7.2	LES REPRÉSENTATIONS DES TRAVAILLEUSES.....	80
7.3	CENTR'ELLES EST MEMBRE.....	80
8.	CONCLUSION .....	83
9.	ANNEXES .....	86
9.1	LA RÉALISATION DU RAPPORT D'ACTIVITÉS .....	86

# I. L'action du Centre de femmes

Le Centre de femmes Centr'Elles est un organisme communautaire et féministe mis sur pied et géré par des femmes du milieu. Il est une initiative locale de femmes qui ont voulu offrir à la population féminine de leur communauté un lieu où elles peuvent identifier leurs besoins de façon autonome et se donner, ensemble, des moyens d'agir individuellement et collectivement.

Le champ d'intervention est la condition féminine dans son ensemble. Nous partons du principe que toute femme, même si elle vit des difficultés importantes, porte en elle un potentiel de changement, et ce potentiel peut grandir si elle trouve le soutien qui lui permet d'avancer.

## **Notre intervention...**

L'intervention féministe de Centr'Elles vise le changement plutôt que la réadaptation. Elle vise la prise en charge et la promotion collective. Elle vise l'action. Une des caractéristiques fondamentales de l'intervention féministe pratiquée à Centr'Elles est l'approche globale, car elle refuse de découper la réalité des femmes en mille et une problématiques isolées les unes des autres.

## **Cette intervention se situe à trois niveaux :**

- 1- Les services individuels et collectifs : « chez nous, pas de salle d'attente, pas de dossiers... ».
- 2- Le projet éducatif : « une multitude d'activités très diverses qui permet aux femmes, tout en s'informant, d'entreprendre une démarche d'autonomie ».
- 3- Les actions politiques et collectives : « c'est l'ensemble des gestes posés collectivement pour sensibiliser et changer des mentalités, pour revendiquer des droits ainsi que pour dénoncer des situations ou des mesures discriminatoires ».

Ces trois aspects de l'intervention de Centr'Elles sont reliés entre eux. Les femmes peuvent, si elles le désirent, s'impliquer bénévolement au Centre. Elles peuvent aussi participer à la gestion et au fonctionnement de l'organisme. De plus, les femmes sont invitées à participer aux actions politiques et collectives en étant des militantes actives. Le Centre de femmes est donc un milieu d'appartenance, d'apprentissage et d'action.

## **Notre gestion...**

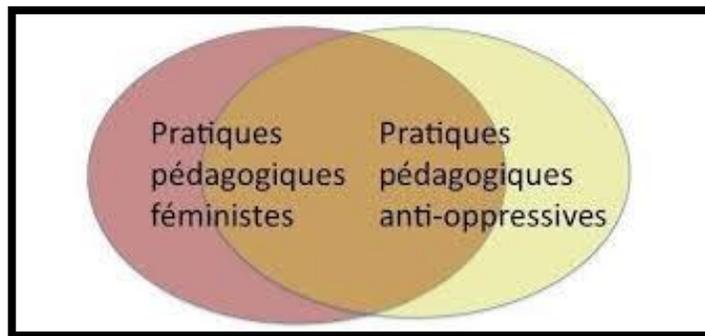
La gestion féministe de Centr'Elles vise à offrir un modèle organisationnel qui soutient la prise de parole des femmes ainsi que leur pouvoir d'être et d'agir (empowerment) au sein même de leur Centre de femmes. Il permet et favorise donc :

- 1- Une démocratisation des structures de pouvoir ;
- 2- Un travail de cogestion entre les travailleuses salariées et les élues ;

### 3- Une prédominance de la dimension humaine du travail.

De plus, nous démontrons pour les membres du Centre de femmes mais aussi envers le ministère de la Santé et des Services sociaux, une gestion saine et rigoureuse des fonds publics qui nous sont attribués pour remplir notre mission et ainsi atteindre nos objectifs. Depuis près de 35 ans maintenant, nous pouvons affirmer sans aucun doute et sans équivoque que nous avons de la rigueur, ce qui nous assure une gestion financière exemplaire.

C'est pourquoi, à chaque année, Centr'Elles effectue un rapport financier vérifié par unE comptable agréE à travers le processus de l'auditeur, selon les normes d'audit généralement reconnues du Canada.



## II. Ressources humaines de l'organisme

### Le comité de coordination 2018-2019 :

Gertrude Fallu, présidente (participante)

Noëlla Brière, vice-présidente (participante)

Mona Ricci, trésorière (participante)

Diane Landry, secrétaire (participante)

Pierrette Leblanc, administratrice (participante)

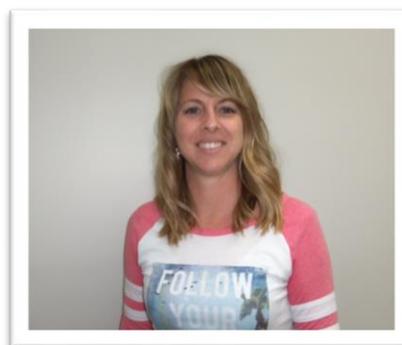
Hilda Murphy, administratrice (participante)

Nathalie Babin, administratrice et représentante des travailleuses (employée)

### L'équipe de travailleuses :



Nathalie Babin, coordonnatrice  
(52 semaines)



Mélanie Landry, intervenante-animatrice  
(44 semaines)



Nathalie Cyr,  
technicienne en comptabilité  
(contractuelle)

### III. Mot de la présidente

Bonjour Mesdames,

C'est avec un grand plaisir que je me joins au comité de coordination et aux travailleuses de Centr'Elles pour vous présenter le rapport d'activités 2018-2019. Le Centre de femmes a été une fois de plus très actif dans les activités et les projets.

Je tiens à souligner tout le travail accompli lors du spectacle Variétés au Féminin du 2 mars dernier organisé avec la Maison d'aide et d'hébergement L'Émergence dans le cadre de la Journée internationale des femmes. Bravo au comité organisateur ainsi qu'à chacune des participantes. Il y a du talent sur notre territoire. Par le fait même, je suis fière de spécifier que plusieurs femmes de Centr'Elles ont travaillé encore cette année au décor de ce spectacle. Je fais partie de ce groupe et je suis toujours aussi enchantée de participer aux ateliers de créations collectives. Après de nombreux projets collectifs réalisés, les femmes sont encore aussi heureuses d'y participer. Je les remercie personnellement pour leur implication.

De plus, nous avons eu de nombreuses activités de ressourcement telles que « Calmer l'anxiété à l'aide des plantes médicinales », « La gratitude, cette force qui change tout », la journée de Cabane à sucre, la journée « Santé des femmes », « la randonnée à la chute Robitaille dans le secteur des Plateaux de Matapédia et j'en passe.

Il ne faut pas oublier tout le soutien, le support, l'accompagnement et l'écoute qu'offrent les travailleuses aux femmes dans le besoin. Centr'Elles est un endroit chaleureux et confidentiel.

En tant que présidente, c'est toujours agréable pour moi de me joindre aux travailleuses. Je veux remercier mes collègues au sein du comité de coordination. Merci à Nathalie et Mélanie pour leur grande implication et pour toute l'énergie qu'elles apportent à chaque projet. Bon succès dans votre travail et bonne continuité! Merci aux femmes de participer en grand nombre à nos activités. Je suis reconnaissante envers vous toutes, vous faites rayonner Centr'Elles !

Je termine en vous souhaitant un bel été avec vos proches. Ce sera un plaisir pour moi de vous retrouver à l'automne.

Gertrude Fallu, présidente

## IV. Mot de la coordonnatrice

Je suis fière de vous présenter le bilan des activités réalisées à Centr'Elles pour l'année 2018-2019. Vous serez à même de constater par la lecture de ce dernier rapport d'activités que le Centre de femmes est toujours actif et bien ancré dans son milieu quant à la défense des droits et des intérêts des femmes et à l'amélioration des conditions de vie de celles-ci.

L'année 2018-2019 a sans aucun doute été marquée par la deuxième édition du spectacle *Variétés au Féminin*. Un spectacle qui a réuni sur scène une trentaine de femmes artistes ainsi qu'une vingtaine d'autres femmes, soit des bénévoles, des collaboratrices, etc. Il s'agit d'une grande envolée pour ce spectacle qui a su se démarquer, particulièrement cette année, par l'expérience déjà acquise et le secret de l'organisation. Le succès de notre deuxième édition nous a très certainement mené ailleurs, vers une démarche artistique assumée et assurée. Et que dire du comité organisateur! C'est un plaisir de travailler avec des femmes organisées, motivées et enjouées.

De plus, cette année, nous avons vu la *Journée internationale des femmes* devenir la *Journée internationale **des droits** des femmes*. Un ajout important afin de préserver les véritables motivations d'une si importante journée. Bravo au mouvement des femmes du Québec de « capitaliser » un événement aussi significatif pour l'avancement des droits des femmes et l'amélioration des conditions de vie de celles-ci

Par ailleurs, vous avez sûrement remarqué que depuis quelques mois, Centr'Elles s'est refait une beauté, ni plus ni moins qu'une cure de jeunesse! Et oui, nous avons enfin personnalisé le Centre de femmes à notre image et non plus à l'image d'une institution financière. Le comité de coordination, l'équipe de travail, ses membres, ses bénévoles et ses militantes peuvent être fiers de leur milieu de vie. Même la Ville de Carleton-sur-Mer nous a félicité pour nos travaux qui savent ajouter à la fierté de la Ville et de la municipalité de St-Omer.

En terminant, j'invite toutes les femmes de la MRC Avignon à venir nous voir à Centr'Elles. La porte est ouverte aux femmes de tous âges et de toutes conditions. Le Centre de femmes vous appartient et vous y êtes toujours les bienvenues. Que la vie soit bonne ou qu'elle soit un peu plus difficile, n'hésitez pas à venir nous voir. Soyez assurées que quelqu'une ou quelque chose de positif vous y attend. Sur ce, je vous souhaite à toutes un été plein de soleil !

Au plaisir,

Nathalie Babin, coordonnatrice

# Portrait des femmes qui fréquentent le Centre



# 1. Portrait des femmes

## 1.1 Les femmes qui fréquentent le Centre

Dans toutes les régions du Québec, et en particulier dans les milieux ruraux, les centres de femmes accueillent chaque année des milliers de femmes qui s'adressent à eux pour différentes raisons.

Centr'Elles n'échappe pas à la règle. Les femmes qui fréquentent le Centre proviennent de tous les milieux, sont de tous âges et de toutes conditions. La majorité de celles-ci sont cependant âgées de 40 ans et plus. Plusieurs de nos participantes sont également des femmes à la retraite. Nous constatons, depuis quelques années, une participation accrue de jeunes retraitées qui souhaitent s'investir afin de partager certaines de leurs connaissances au sein du mouvement des femmes, sortir du quotidien et briser l'isolement. Plusieurs sont de proches aidantes qui soignent unE conjointE, un enfant ou encore un parent malade. Ces femmes ont un grand besoin de prendre du temps pour elles-mêmes.



Pour celles âgées de 40 ans et moins, une grande majorité sont cheffes de famille monoparentale et/ou ont la responsabilité quasi exclusive des enfants. La plupart d'entre elles ont des revenus modestes ou vivent sous le seuil de la pauvreté.

Plusieurs sont travailleuses au foyer, à temps plein. Pour celles qui travaillent à l'extérieur, elles occupent majoritairement des emplois dans le secteur des services. Plusieurs ont un emploi saisonnier et/ou à temps partiel. Nous accueillons également des étudiantes de la polyvalente, du Centre de formation professionnelle L'Envol et du Cégep de la Gaspésie et des Îles de Carleton-sur-Mer.

Les femmes qui fréquentent le Centre sont souvent isolées (parmi elles, des femmes nouvellement arrivées dans la région ou vivant seules) et elles viennent pour diverses raisons mais plus particulièrement : s'exprimer, s'épanouir, se rencontrer et échanger avec d'autres femmes afin de cheminer en s'affirmant davantage. Elles créent des liens, ne se sentent pas jugées et se valorisent par ce qu'elles apportent aux autres. Peu à peu, elles brisent leur isolement, permettant ainsi d'acquérir leur autonomie et d'accéder à l'égalité dans toutes les sphères de leur vie.

## Membership

À Centr'Elles, nous avons le souci que chacune se sente bien. C'est pourquoi nous avons produit, il y a de cela quelques années, un dépliant destiné spécialement aux femmes qui souhaitent devenir membre du Centre de femmes.

En effet, ce dépliant met en lumière la mission, la philosophie féministe, les principaux objectifs de Centr'Elles. Par ce dépliant, nous souhaitons faire prendre conscience aux nouvelles membres de tous les avantages mais aussi des obligations que comportent de soutenir et d'adhérer à un organisme tel que le nôtre.

Après avoir clarifié la situation, ce dépliant se veut surtout une bonne façon de souhaiter la bienvenue à une nouvelle membre et répondre à tous ses besoins tout en ayant la chance de changer le monde et cela dans le plaisir!

<b>Membres de Centr'Elles</b>	<b>451</b>	<b>34 membres de la communauté anglophone et des Premières Nations</b>
-----------------------------------	------------	--

## 1.2 Les femmes de la région – Quelques statistiques...

### Pauvreté et disparité de revenus

La situation de pauvreté vécue par les femmes en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine est inquiétante. En 2015, **près de la moitié des femmes touchant un revenu (49,3 %) ont gagné moins de 20 000 \$**, alors que les hommes, d'un peu plus du tiers (36,4 %).

De plus, les femmes de la région à l'emploi sont moins bien rémunérées que les hommes : le revenu d'emploi moyen des femmes de la région était en 2016, de 33 412 \$, alors que celui des hommes était de 40 398 \$ - Table de concertation des groupes de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine. *Les grands enjeux régionaux en condition féminine, États des lieux Gaspésie-îles-de-la Madeleine*, Avril 2019, 19 pages.

### Revenus à la retraite : des inégalités frappantes

Ces inégalités salariales se reflètent au Québec et s'accroissent à la retraite. On peut constater que les femmes touchent un revenu total, tant du Régime public que de sources privées, de 27 201 \$ contre 45 815 \$ pour les hommes.

Si ces données provinciales sont inquiétantes, on peut poser l'hypothèse que la situation est plus problématique en Gaspésie, la région étant celle où les effets du vieillissement sont plus marqués. La proportion la plus élevée de personnes vivant sous le seuil de pauvreté dans la région se trouve d'ailleurs chez les 55 à 64 ans (9,1 % des femmes et 8,4 % des hommes) - Table de concertation des groupes de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine. *Les grands enjeux régionaux en condition féminine, États des lieux Gaspésie-îles-de-la Madeleine*, Avril 2019, 19 pages.

De plus, il est important de noter que les femmes de 50 ans et plus constituent une bonne proportion des femmes qui fréquentent Centr'Elles.

### Assurances-emploi

Selon le document « *Les grands enjeux régionaux en condition féminine, États des lieux Gaspésie-îles-de-la-Madeleine* », en 2015, les femmes de la région sont proportionnellement plus nombreuses que les hommes à ne pas avoir d'emploi ou à être en chômage. Par ailleurs, à l'échelle nationale, « seulement 35,2 % des chômeuses sont considérées comme admissibles aux prestations régulières d'assurance-emploi comparativement à 52,5 % des chômeurs ». Cela s'explique partiellement par le fait que les femmes de la population active sont plus nombreuses que les hommes à occuper un emploi à temps partiel ou offrant moins d'heures de travail. Quand elles sont admissibles, **la prestation médiane des femmes dans la région en matière d'assurance-emploi n'équivaut qu'à 68,7 % de celle des**

**hommes**, alors que pour l'ensemble du Québec, elle est plus élevée chez les femmes que chez les hommes (109 %).

## Violence conjugale

En Gaspésie et aux îles-de-la-Madeleine, la violence conjugale est perpétrée dans 79 % des cas envers les femmes. En 2015, chez les femmes adultes, le taux de victimisation en matière de violence conjugale était nettement plus élevé dans la région de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine que dans l'ensemble du Québec, soit 573,1 pour 100 000 comparativement à 454,6 pour 100 000. Chez les filles de 12 à 17 ans, ce taux était presque deux fois celui du Québec.

Enfin, il faut rappeler qu'au Québec, à **peine 20 % des victimes de violence conjugale dénoncent la situation. Dans les milieux plus éloignés, il y a lieu de croire que cette dénonciation est encore plus difficile, notamment dans les cas d'inceste.** - Table de concertation des groupes de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine. *Les grands enjeux régionaux en condition féminine, États des lieux Gaspésie-îles-de-la Madeleine*, Avril 2019, 19 pages.

C'est pourquoi le Centre de femmes prend toute son importance quant à l'écoute, le support et l'accompagnement. D'autant plus que le travail de prévention des centres de femmes y prend toute sa portée, son crédit et son efficacité afin de travailler à la racine de la problématique.

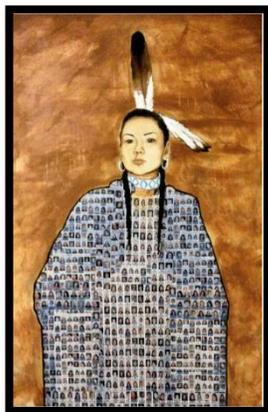
## Santé des femmes

- ✓ Bien qu'elles décèdent moins du cancer que les hommes, **les femmes de la région sont plus nombreuses que ceux-ci, en proportion, à être atteintes du cancer.**
- ✓ Si le taux de suicide chez les hommes (88 %) est plus important que celui des femmes, **en Gaspésie, les femmes sont plus nombreuses, en proportion, à avoir tenté de se suicider (4,4 % contre 2,7 % chez les hommes).**
- ✓ Les femmes de la région sont victimes de problèmes de santé mentale en plus grande proportion que les hommes.

### Conclusion :

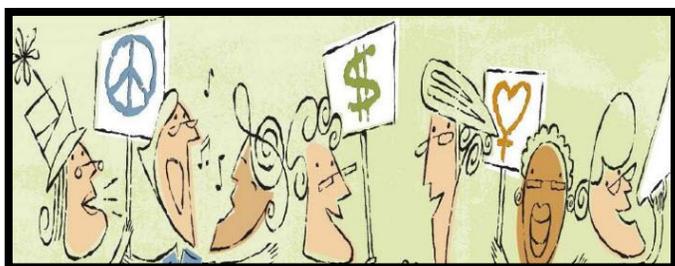
L'importance des centres de femmes, dont Centr'Elles, est capitale quant à la prévention et au travail d'intervention reliés aux grands enjeux et à l'état de la situation tant au Québec que dans notre région. L'état de la situation façonne inévitablement, au quotidien, les nombreux défis soulevés ci-haut quant à l'amélioration des droits des femmes et à l'amélioration de leur condition de vie.





En 2006, c'est dans notre MRC que la majorité des femmes autochtones résident, soit 67,7 % (1 540 sur 2 275 en Gaspésie). Il est à noter que nous avons deux (2) communautés autochtones sur notre territoire, soit la communauté de Gesgapegiag et celle de Listuguj. À Centr'Elles, nous avons développé, grâce à des projets spécifiques « Femmes, Women, E'pit » et « Ensemble, Together, Toqolugwejjig », des liens significatifs avec les femmes de la communauté de Gesgapegiag. De plus, lors de la Marche mondiale des femmes en 2010, nous avons travaillé ensemble afin de revendiquer pour défendre et faire reconnaître les droits des femmes autochtones à travers le Québec et le Canada.

### Les femmes aînées :



À travers la population féminine de notre MRC, c'est assurément chez les femmes aînées que la proportion des femmes y habitant est la plus élevée. Si nous prenons les catégories de femmes à partir de l'âge de la retraite, nous pouvons constater que les femmes âgées de

65 à 69 ans, en 2006, représentaient 50,7 % de la population. De 70 à 74 ans, les femmes représentaient 54,3 % de la population et enfin, de 75 à 79 ans, 55 % de la population.

De plus, selon les données du recensement de la population de *Statistique Canada*, le revenu total moyen des personnes de 65 ans et plus de la Gaspésie et des Îles se chiffre à 18 874 \$. Plus précisément, à 22 404 \$ chez les hommes comparativement à 15 812 \$ chez les femmes. Autrement dit, les femmes de 65 ans et plus de la Gaspésie et des Îles gagnent 70,6 % du revenu des hommes. Dans la MRC Avignon, les femmes de 65 ans et plus gagnent 66,6 % du revenu des hommes, ce qui représente la plus basse proportion pour notre région. La plus haute proportion revient à la MRC Haute-Gaspésie avec 82,3 % du salaire des hommes.

C'est connu, les femmes vivent plus longtemps que les hommes. Elles sont plus souvent seules après 65 ans, et ont plus de maladies chroniques. Parmi les personnes ayant plus de 80 ans, 63 % sont des femmes. Parmi ce groupe, 68 % sont veuves comparativement à 23 % des hommes.

### Les femmes et leur portrait économique :

Selon *l'Institut de la statistique du Québec (ISQ)*, en 2005, les femmes de la MRC Avignon gagnent 72,2 % du salaire des hommes. La plus basse proportion pour notre région se retrouve dans la MRC Bonaventure avec 70,8 % et la plus haute proportion revient à la

MRC Côte-de-Gaspé avec 81,4 % du salaire moyen des hommes. D'après les statistiques fiscales de *Statistique Canada* (recensement de 2006), le revenu moyen total des femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine s'élève à 21 852 \$, ce qui représente 75,8 % du revenu moyen total de 28 420 \$ des hommes, qui ont eux-mêmes un revenu moyen total nettement inférieur à leurs semblables du Québec.



Malgré toutes les avancées en matière d'égalité économique entre les femmes et les hommes, nous sommes à même de constater que nous sommes encore loin du compte. Malheureusement, encore de nos jours, les femmes ont un revenu annuel moyen inférieur à celui des hommes, peu importe leur groupe d'âge et leur niveau de scolarité. Cet état de fait le confirme : les femmes de notre région, tout comme de l'ensemble du Québec, sont plus touchées par la pauvreté et l'appauvrissement que les hommes.

### Les femmes cheffes de famille monoparentale :

La monoparentalité en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine, comme ailleurs au Québec, se vit au féminin. 74,3 % des familles monoparentales ont une mère comme cheffe de famille - *Les grands enjeux régionaux en condition féminine, États des lieux Gaspésie-îles-de-la-Madeleine*, Avril 2019).



Selon le recensement de *Statistique Canada* de 2006, on observe qu'entre les années 2000 et 2005, le revenu médian total des familles monoparentales dont le parent est de sexe féminin a augmenté dans chacune des MRC de la Gaspésie et des Îles. Par contre, c'est dans la MRC Avignon qu'il a le moins augmenté (29 037 \$ en 2005) avec 3,6 points de pourcentage alors que c'est dans la MRC Bonaventure où le revenu médian total des familles monoparentales dont le parent est de sexe féminin a fait le plus grand bond (34 351\$ en 2005), donc davantage en proportion avec 40,5 % d'augmentation.

De plus, le taux de faible revenu des familles monoparentales varie de 9,8 % dans la MRC Îles-de-la-Madeleine à 38,2 % pour la MRC Avignon. Il s'agit là d'une donnée préoccupante pour les femmes de la région étant donné qu'elles dirigent ces familles dans 74,3 % des cas - *Les grands enjeux régionaux en condition féminine, États des lieux Gaspésie-îles-de-la-Madeleine*, Avril 2019, 19 pages).

# Services individuels et collectifs



## 2. Services individuels et collectifs

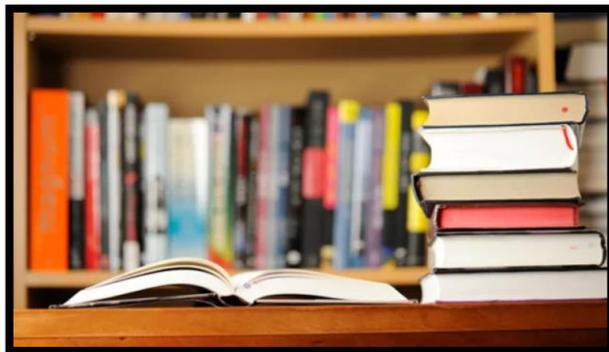
### 2.1 Répondre aux besoins du milieu

Le Centre de femmes Centr'Elles est accessible à toutes les femmes de la MRC Avignon, de tous âges et de toutes conditions.

Les heures régulières d'ouverture du Centre sont du lundi au vendredi de 8 h 30 à midi et de 13 h à 16 h 30. Cette année, Centr'Elles a été ouvert tous les mois, sauf pour les vacances du début de juillet à la mi-août. Tout au long de l'année, de façon occasionnelle, le Centre est ouvert le soir et la fin de semaine.

De plus, Centr'Elles a reçu environ **1 800 appels** et **500 visites** de femmes de notre MRC. **Nous avons rejoint de façon directe approximativement plus de 2 000 femmes** avec l'ensemble de nos activités et nous estimons à environ **3 000 les femmes rejointes par les activités grand public.**

Les femmes qui sont accueillies au Centre ont accès à plusieurs dépliants d'information tant sur l'ensemble de nos activités et de nos ateliers que sur une panoplie de sujets les concernant, et cela, de façon générale (justice, ménopause, suicide, normes du travail, régime de rentes, planification des naissances, etc.).



Les femmes ont également accès gratuitement à un centre de documentation regorgeant de livres, brochures, fascicules, recherches et statistiques gouvernementales de même que communautaires, et des cassettes audiovisuelles et DVD concernant la condition féminine dans son ensemble. Nous avons également des dépliants des ressources de la région. Le Centre

produit également des feuillets (feuilles de chou) qui sont distribués au besoin aux membres, non membres et aux partenaires.

De plus, depuis près de onze (11) ans, grâce à l'obtention de la bourse Solstice et du projet « Ensemble, Together, Toqolugwejjig » du programme de promotion de la femme de *Condition féminine Canada*, Centr'Elles est en mesure d'offrir certains de ses documents en anglais. Le Centre travaille afin d'offrir certains services et certaines de ses activités aux femmes unilingues anglophones. Par contre, il faut prendre en considération que les services anglophones sont encore offerts de façon partielle. Le maintien des services en anglais dépend encore de la capacité de recevoir des subventions ainsi que des besoins

réels manifestés de la part des femmes anglophones et autochtones qui fréquentent le Centre.

À Centr'Elles, les besoins des femmes sont au cœur de nos préoccupations. C'est pour cette raison que nous tentons d'offrir des activités régulièrement hors du Centre afin de rejoindre les femmes sur l'ensemble de la MRC. Nous avons le souci d'organiser des activités dans les différents villages qui composent notre MRC.

Par ailleurs, pour les femmes qui habitent aux extrémités est et ouest de notre MRC et qui désirent participer à nos activités à St-Omer, nous offrons la possibilité de rembourser les frais réels du coût de l'essence, et cela lorsque les participantes nous en font la demande et qu'elles privilégient le covoiturage. Grâce à ces remboursements, nous permettons ainsi aux femmes qui ont certaines difficultés financières de participer aux activités qui sont offertes par Centr'Elles.

De plus, à l'occasion, lors de nos différentes activités, nous distribuons à l'ensemble de nos membres des feuilles d'évaluation où elles sont invitées à exprimer leurs préoccupations et leurs besoins afin de nous faire part de leurs réflexions, commentaires ou opinions (sondages, évaluations, etc.) et cela, dans le but de mieux répondre aux besoins et aux intérêts réels des femmes.

## 2.2 Accueil, écoute, références, information, soutien et accompagnement

Centr'Elles offre des services d'accueil, d'écoute, de références, d'informations ainsi qu'un centre de documentation et un service de télécopies et de photocopies.

Une grande majorité de femmes qui ont eu recours aux services de notre Centre viennent pour différentes raisons telles que :

- ✓ Le manque de travail, la pauvreté, le manque de nourriture, la santé mentale, la séparation et le divorce, le besoin de soutien moral face aux difficultés qu'elles vivent (détresse psychologique), les relations parents/enfants, les rapports homme/femme, la santé physique, les problèmes d'alcoolisme et de toxicomanie, le besoin de briser leur isolement, le support aux proches aidantes, les problèmes avec la justice, l'accompagnement dans leur démarche (visite chez l'avocat, accompagnement au CHBC ou au CLSC, aide au budget, etc.), la sexualité et la contraception, l'information juridique, la défense des droits, la monoparentalité, la violence sous toutes ses formes telles que : violence conjugale, agressions sexuelles, inceste, etc.
  
- ✓ Cette année encore, nous avons remarqué plusieurs nouveaux visages au Centre de femmes ainsi qu'un plus grand nombre de visites au quotidien. Le déménagement dans notre nouveau local depuis maintenant cinq (5) ans ainsi que le fait que nous sommes au

centre de St-Omer, près des commodités (bureau de poste, église, CLSC, guichet automatisé, etc.), suscite un achalandage plus grand.

Nous continuons de remarquer une nette augmentation de femmes ayant des besoins de tous genres, particulièrement reliés à l'appauvrissement. Sans compter les cas plus lourds de problèmes de santé mentale. Certaines femmes semblent davantage désorganisées. Souvent, ces femmes vivent de l'anxiété, du désespoir et une certaine forme de détresse psychologique. Elles arrivent au Centre de femmes quand ça va mal, souvent en état d'urgence. Elles ont besoin d'aide afin de mieux gérer leur stress et leur insécurité face aux difficultés auxquelles elles font face. De plus, nous remarquons toujours une augmentation de femmes ayant des difficultés à subvenir à l'ensemble de leurs besoins de base (logement, nourriture, vêtements, etc.). Ces femmes souffrent très souvent de problèmes de santé mentale, accompagnés de deux ou trois autres problématiques telles que problème de santé physique, difficulté dans les rapports avec leur conjointE, leur famille ou carrément des problèmes d'appauvrissement (ce sont les problématiques constatées le plus fréquemment). Elles font appel au Centre de femmes après avoir essuyé plusieurs échecs quant à leurs démarches auprès de leurs familles, de leurs proches et de leurs amiEs. Ces femmes appellent ou arrivent au Centre de femmes parce qu'elles ne savent plus où s'adresser pour régler leurs problèmes. Plusieurs femmes ne sont pas en mesure d'avoir assez d'argent de côté pour pallier aux imprévus. Certaines d'entre elles vivent durement les mesures d'austérité des années passées qui ont frappé les unes après les autres (perte d'emploi, hausse des frais de garde, hausse significative des frais d'électricité, coupe dans les différents programmes). Trop souvent, les imprévus deviennent des situations qui se vivent au quotidien. Après avoir eu toutes les difficultés à joindre les deux bouts, et cela semaine après semaine et mois après mois, il leur est impossible de mettre des sous de côté. C'est souvent en prenant le temps de discuter avec elles que l'on constate que ces femmes souffrent de plusieurs autres problématiques. Ces femmes arrivent très souvent en nous racontant des tranches de leur vie où elles vivent en situation d'appauvrissement ou de pauvreté constante. Par exemple, il n'est pas rare qu'elles manquent de nourriture, accusent un retard dans le paiement de certains comptes, n'ont pas d'argent pour remplacer un appareil ménager qui vient de lâcher, n'ont pas les sous pour acheter les effets scolaires de leurs enfants, etc. Nous nous efforçons donc de les aider et de les appuyer dans leurs différentes démarches afin de régler leurs situations d'urgence pour ensuite reprendre confiance en elles-mêmes et en leur capacité à retrouver un meilleur contrôle de leur vie. De plus, nous les référons à d'autres organismes pour essayer de régler certains problèmes urgents (banque alimentaire, maison de la famille, aide juridique, comptoirs d'entraide, centre d'action bénévole, etc.).

Par ailleurs, nous constatons que les femmes sont de plus en plus référées par leur médecin de famille, psychiatre, psychologue, travailleuse sociale et /ou travailleur social ou autres organismes communautaires. Il est clair que les coupures et changements subis au sein du Réseau de la santé publique ces dernières années ont fait en sorte de créer une demande plus forte à Centr'Elles, sans toutefois avoir plus de financement.

Aussi, nous remarquons qu'il existe toujours de la détresse psychologique et des problèmes de santé mentale accrus. Nous constatons que, malgré une conjoncture économique locale et régionale difficile, ça semble se stabiliser quelque peu. Les femmes vivant dans la MRC Avignon sont tout de même toujours marquées par une situation économique précaire.

Lorsque le Centre ne peut répondre à certaines demandes plus spécifiques, les femmes sont dirigées, toujours de façon volontaire, vers les différentes ressources du milieu. Nous travaillons régulièrement en partenariat avec plusieurs organismes tels que :

✓ Les centres d'action bénévole, les comptoirs d'entraide, la Source alimentaire Bonavignon, Droits Devant, les CLSC, le CHBC, la maison d'aide et d'hébergement L'Émergence, le Centre Accalmie, Haven House, le CALACS, le CAVAC, l'Association d'entraide pour la santé mentale, Droits et recours en santé mentale GÎM, Nouveau Regard, les garderies, l'aide juridique, le Carrefour jeunesse-emploi, le Centre local d'emploi, le Service d'aide à l'emploi, le Cégep, le Centre L'Envol (service de l'éducation aux adultes), les écoles polyvalentes de Carleton-sur-Mer et de Matapédia, les Chevaliers de Colomb (paniers de Noël) et divers organismes communautaires et publics.

De plus, nous offrons la possibilité aux femmes de consulter gratuitement notre centre de documentation, voire même d'emprunter les documents ou les livres qu'elles désirent. Parmi les femmes qui utilisent le centre de documentation, nous retrouvons :

✓ Les étudiantes de la polyvalente, du Cégep et du Centre L'Envol (service de l'éducation aux adultes) de Carleton-sur-Mer, ainsi que des femmes qui font des rallyes-recherches ou qui veulent tout simplement s'informer sur un sujet concernant la condition féminine.

# Projet éducatif



### 3. Projet éducatif

Centr'Elles a un projet éducatif qui compte plusieurs activités : les ateliers, les causeries, les cafés-rencontres, les dîners « Parler pour parler », les conférences et les activités spéciales. Ces activités ont pour but d'informer et de sensibiliser les femmes sur des sujets qui les concernent, d'échanger sur des préoccupations communes et ainsi favoriser une démarche d'autonomie.

Il est à noter que plusieurs heures sont consacrées à la préparation de chacune des activités offertes aux participantes. Nous estimons qu'il faut en moyenne plus de cinq (5) heures de travail pour : faire la recherche nécessaire et documenter le sujet traité, rédiger les exposés, bâtir les outils d'animation requis pour une activité bien structurée, trouver la bonne personne-ressource, faire les achats et assurer la préparation technique ou encore, rédiger les rapports finaux.

#### 3.1 L'éducation populaire, une richesse collective

L'éducation populaire est au cœur de l'ensemble du projet éducatif de Centr'Elles. Le Centre de femmes favorise des démarches d'apprentissage et de réflexions critiques qui amènent les femmes vers une prise de conscience individuelle et collective de leurs conditions de vie. Ces démarches leur donnent les moyens d'avoir plus de contrôle sur leur quotidien, d'améliorer et de transformer les conditions affectives, sociales, économiques, politiques et culturelles dans lesquelles elles vivent. Conséquemment, le Centre permet aux femmes de se percevoir elles-mêmes comme des agentes de changement et comme des citoyennes actives qui participent à la vie démocratique et sociale de leur milieu.

#### 3.2 La communauté, une richesse nécessaire

La tenue de certaines de ces activités n'aurait pas toujours la même envergure sans l'apport considérable de certainEs acteurs et actrices de la communauté. En effet, nous travaillons en partenariat avec plusieurs personnes, organismes et instances tout au long de l'année afin d'offrir aux femmes qui fréquentent le Centre, des activités intéressantes, dynamiques et riches de sens. Centr'Elles, depuis plusieurs années, a su créer des partenariats et des échanges tant au niveau de **ressources professionnelles** (intervenantes des CLSC de St-Omer, Pointe-à-la-Croix et Matapédia, intervenantEs du Centre Accalmie, intervenantes de Nouveau Regard, intervenantes du Petit Bonheur, IntervenantEs de la Source alimentaire Bonavignon, intervenantEs des Centres d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle et Ascension-Escuminac, intervenantes des Centres de femmes et enseignantEs du Cégep, intervenantes de L'Émergence, Service d'aide à l'emploi Avignon, Service de santé communautaire Health, Centre Walgwam pour la communauté de Gesgapegiag, etc.), de

**prêts de matériel ou de locaux** (Centre Accalmie, Salle des 50 ans et plus de Saint-Alexis, Source Alimentaire Bonavignon, etc.), de **ressources financières** (députés, dons des participantes, location de local au sous-sol, MRC Avignon, Innergex, Caisse Desjardins de la Baie-des-Chaleurs, etc.) que des **commandites** (Marché St-Laurent de Nouvelle, Marché L. Viens Métro de Carleton-sur-Mer, Maxi New Richmond, Dixie Lee Carleton, Subway Carleton).

De plus, plusieurs femmes de la communauté participent comme bénévoles et militantes parce qu'elles croient à l'avancement et au développement de notre projet éducatif. Toutes ces femmes contribuent sans contredit au succès des activités organisées par le Centre.

Par ailleurs, Centr'Elles bénéficie de l'apport de certains médias locaux et régionaux pour faire connaître gratuitement ses activités à la population. Sans compter la collaboration des journaux municipaux et des bulletins paroissiaux de certaines municipalités de notre MRC. Des réseaux, tels que ceux des organismes communautaires partenaires, sont aussi nos alliés lorsque nous en avons besoin, afin de diffuser les informations reliées à nos activités. Par le fait même, plusieurs de ces organismes nous réfèrent de façon régulière des femmes susceptibles de participer à l'une ou l'autre des activités faisant partie de l'ensemble de notre projet éducatif.

### 3.3 Les dîners « Parler pour parler », les causeries et les ateliers ponctuels

Deux (2) dîners « Parler pour parler » ont été offerts par Centr'Elles cette année. Nous avons rejoint vingt-quatre (24) femmes. Cette activité est un bon moment pour les femmes qui sont sur le marché du travail. Celles-ci profitent de leur pause du dîner pour participer à nos activités.

Par ailleurs, quatre (4) causeries ont été proposées. Cinquante-quatre (54) femmes y ont participé avec intérêt. Cette activité est offerte particulièrement en après-midi.

Centr'Elles a également offert six (6) ateliers ponctuels, tant à St-Omer que dans les différentes localités de la MRC Avignon. Soixante-quatre femmes (64) y ont participé. Il est à noter que l'un de ces ateliers s'est tenu à deux reprises.

C'est donc cent quarante-deux (142) femmes qui ont participé au total à l'ensemble de ces activités.

## Les dîners « Parler pour parler »

Le 24 octobre 2018, « Lancement de la campagne Donne-toi de l'air de notre regroupement L'R des centres de femmes du Québec »

**Objectifs :** Informer les nouvelles participantes sur la mission de notre regroupement national, L'R des centres de femmes du Québec. Faire un rappel d'information sur les services offerts par les centres de femmes. Faire connaître la campagne nationale « Donne-toi de l'air » et en faire le lancement à Centr'Elles. Informer les femmes sur les buts et objectifs de cette campagne. Présenter les messages qui seront véhiculés dans cette campagne. À partir d'outils d'animation, échanger et discuter sur les raisons qui incitent les femmes à fréquenter le centre. Faire ressortir en groupe les bienfaits de fréquenter Centr'Elles. Donner la parole aux participantes en lien avec les thèmes de la campagne. Faire le lancement du livre créé par notre regroupement « Votre antiféministe, nos répliques de l'humour à l'affrontement physique ».

**Description de l'activité :** L'activité débute par une mise en contexte en faisant un rappel sur la mission de notre regroupement national L'R des centres de femmes du Québec. De plus, un léger survol est fait sur « C'est quoi un centre de femmes ? » afin d'informer les nouvelles participantes. Par la suite, les travailleuses présentent la campagne nationale à laquelle Centr'Elles participe, qui a comme principal but de faire connaître davantage le travail des centres de femmes de toute la province. Elles y abordent les buts, les objectifs, le public cible, la durée, les activités faites en lien avec cette campagne, etc. L'accent est mis sur les violences faites aux femmes car la campagne permettra de faire valoir notre travail en lien avec cette problématique. Tout en terminant le repas, Mélanie Landry entame une animation en lien avec les quatre messages de la campagne, soit : Les centres de femmes sont des milieux de vie... pour prendre soin de soi, pour s'entraider, pour agir ensemble et pour s'outiller. Les femmes ressortent les points saillants et les exemples concrets vécus à Centr'Elles en rapport avec chacun des quatre messages. Des échanges enrichissants et des discussions de fond ont lieu. Finalement, Nathalie Babin présente le livre « Votre antiféminisme, nos répliques » publié par notre regroupement. Elle en profite pour informer et sensibiliser les femmes au féminisme et à l'antiféminisme. C'est une belle



opportunité de discuter sur le sujet. Les participantes partagent des expériences personnelles vécues face à l'antiféminisme. L'activité se termine par le tirage de deux livres et d'articles promotionnels de notre regroupement. Les travailleuses sont agréablement surprises de toutes les discussions qui sont ressorties lors de ce dîner

« Parler pour parler ».

**Personnes-ressources / Partenaires :** Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 15

**Endroit :** Centr'Elles.

**Objectifs :** Informer les participantes sur la mission et les services de l'organisme en analphabétisation *Le plaisir des mots*. Sensibiliser au fait qu'une personne sur trois vit avec une situation d'analphabétisme. Briser les préjugés et mieux s'informer sur l'analphabétisation. Échanger et discuter en groupe sur le sujet.



**Description de l'activité :** Tout en partageant une soupe du midi, l'activité débute par la présentation de la ressource existante dans notre milieu par la directrice Josée Thériault. Tous les services offerts sont énumérés : cours de français, cours de mathématiques, cours d'informatique, ateliers d'éducation populaire en lien avec divers thèmes, etc. La mission et les valeurs que prônent cette école en analphabétisation sont discutées avec les femmes. Les participantes posent leurs questions afin d'en apprendre davantage sur l'organisme. Elles sont agréablement surprises de constater tout le travail fait par celui-ci. C'est à partir d'un PowerPoint que l'information concernant l'analphabétisation est présentée : les statistiques, les mythes et réalités, les caractéristiques des personnes analphabètes, la façon de détecter une personne analphabète, les conséquences de vivre avec un problème d'analphabétisation, etc. Plusieurs femmes partagent leurs expériences personnelles en lien avec le sujet. La rencontre se termine avec un quiz afin d'évaluer, de façon amusante, nos habiletés en mathématiques, en français et en éducation populaire. Cette causerie conviviale, interactive et informative fut bien appréciée par les participantes.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mme Josée Thériault, directrice du Plaisir des mots, Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 9

**Endroit :** Centr'Elles.



## Les causeries

Le 9 mai 2018, « La santé mentale des femmes, parlons-en ! »  
avec Mme Anick Lepage de Droits et recours en santé mentale GÎM

**Objectifs :** Faire connaître la mission et les services de l'organisme Droits et recours en santé mentale de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine, groupe de défense de droits très actif dans la région. Souligner la semaine nationale pour la santé mentale qui a lieu du 7 au 13 mai 2018. Partager et échanger ensemble sur le sujet. Informer les participantes de l'état actuel de la santé mentale des femmes sur le territoire. Donner la parole aux femmes en lien avec la santé mentale.

**Description de l'activité :** La rencontre débute avec une présentation de l'animatrice. Elle partage son parcours personnel et professionnel avec le groupe. Par la suite, elle informe les femmes de la mission, des objectifs et des services de son organisme en leur remettant un dépliant. Les participantes ne connaissent aucunement la ressource. Un tour de table est fait afin de connaître les attentes de chacune. Au fil de la rencontre, les femmes posent leurs questions et émettent leurs commentaires. Cela permet d'aborder divers sujets en lien avec nos droits tels que : la régie du logement, la CSST, les interventions et les soins en psychiatrie dans les hôpitaux, la SAAQ, etc. De plus, l'animatrice informe précisément de l'état actuel de la santé mentale des femmes en région. Beaucoup de contenu est offert aux participantes et elles sont très satisfaites de la rencontre.



**Personnes-ressources / Partenaires :** Madame Anick Lepage, directrice générale de Droits et recours en santé mentale GÎM et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 9

**Endroit :** Centr'Elles.

Le 6 décembre 2018, Déjeuner-causerie  
« Journée nationale de commémoration et d'action  
contre les violences faites aux femmes »

**Objectifs :** Souligner la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes en lien avec la tuerie de l'École Polytechnique de Montréal en 1989. Permettre aux participantes de prendre un moment pour se souvenir, réfléchir et agir contre toutes les formes de violences. Aborder le sujet de la violence conjugale, une problématique bien présente dans notre société. Conscientiser au fait que toutes formes de violences engendrent extrêmement de conséquences néfastes dans la vie des femmes. Réfléchir et échanger ensemble sur cette problématique afin de mieux la comprendre et

la démystifier. Présenter les services et la mission de la Maison d'aide et d'hébergement pour femmes et enfants victimes de violence conjugale, L'Émergence.

**Description de l'activité :** En premier lieu, Mélanie fait une introduction concernant la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes ainsi que sur les douze jours d'action contre la violence faite envers les femmes. Elle présente aux participantes le napperon de sensibilisation produit l'an passé conjointement avec Femmes en Mouvement, le Centre de femmes de la MRC Bonaventure. En cette journée spéciale, Le napperon est mis sur les tables dans le cadre du déjeuner. La travailleuse invite les participantes à se servir pour le repas. Par la suite, la causerie est lancée en compagnie de l'intervenante de L'Émergence. En premier lieu, elle aborde l'histoire de la Journée de commémoration du 6 décembre et présente la mission ainsi que les services de son organisme. Ensuite, le vif du sujet est lancé et elle questionne les femmes sur le terme de la violence : qui peut être violentE ? A-t-on déjà utilisé la violence ? Pour quelles raisons ? etc. L'intervenante profite du moment pour faire la différence entre la violence et le conflit ainsi que pour amener une définition commune de la violence conjugale. Les formes de violences sont amenées afin de bien informer les femmes : verbale, psychologique, physique, économique, sexuelle, etc. Elle nous sensibilise au fait que la violence est sournoise, qu'elle s'installe petit à petit dans un couple et qu'elle devient répétitive. Elle présente à l'aide d'un schéma le cycle (escalade) de la violence conjugale. Des expériences personnelles touchantes en lien avec la violence conjugale sont amenées par des participantes. Par la suite, la différence est faite entre la colère et la violence. Elle aborde le fait que la colère n'est pas bien vue chez les femmes. Tout au long de la rencontre, l'intervenante présente un PowerPoint pour transmettre son information ainsi que des capsules vidéo. De plus, elle fait participer deux femmes à un jeu de rôle pour expliquer un concept dans une relation inégalitaire. Finalement, la rencontre se termine sur une note positive en relatant les signes d'une relation de couple saine.



**Personnes ressources / Partenaires :** Marie-Christine Allard de la Maison d'aide et d'hébergement L'Émergence et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 21

**Endroit :** Centr'Elles.

Le 7 février 2019, « Visite de l'artiste Nadia Aït Saïd »  
dans le cadre du suivi de son projet Madras

**Objectifs :** Reprendre contact avec l'artiste Nadia Aït Saïd dans le cadre de son projet Madras, projet auquel le Centre de femmes a collaboré au cours des dernières années. Lui présenter et lui remettre tout le travail accompli par les participantes au cours des dernières années en lien avec l'œuvre. S'informer sur la continuité de son travail et voir à la possibilité de faire partie du projet à nouveau. Offrir une rencontre amicale et conviviale afin de continuer à créer des liens entre nous.



**Description de l'activité :** La rencontre débute avec un échange entre l'artiste et les femmes. Nadia Aït Saïd nous fait un survol de son projet afin de nous remettre dans le contexte. Les participantes lui font part de leur expérience face à tout leur travail accompli. Nous lui partageons tous les bienfaits recueillis au fil des semaines. Chacune fait part de son expérience personnelle. Par la suite, nous lui présentons toutes les courtepointes produites pour son projet. Nous prenons le temps de regarder en détail l'immensité du travail accompli. Une grande fierté règne au sein du groupe de femmes. Des photos et des vidéos sont prises pour se souvenir de ces beaux moments. L'artiste n'a plus de mots pour exprimer sa reconnaissance et sa gratitude envers les participantes. Après une bonne collation, Nadia présente aux femmes la suite de son projet. Elle leur explique l'autre étape de son oeuvre et comment y participer. Il s'agit de faire la création de « cagoules » avec du carton et des tissus. Une grande majorité des participantes sont emballées et veulent poursuivre le travail avec elle. Il est donc convenu que des participantes de Centr'Elles s'investissent à nouveau dans Madras. À suivre...

**Personnes-ressources / Partenaires :** Madame Nadia Aït Saïd, Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 10

**Endroit :** Centr'Elles.

Le 13 mars 2019, café-rencontre « La gratitude, cette force qui change tout »  
avec Mme Raymonde Arsenault

**Objectifs :** Informer les participantes sur le thème de la gratitude et sur sa définition d'après le livre de Robert Emmons. Démontrer quels en sont les bienfaits dans notre vie et comment peut-on créer l'habitude. Amorcer une réflexion individuelle et collective, partager et échanger ensemble sur le sujet. Intégrer des moyens concrets et des exercices pratiques faciles à réaliser afin que la gratitude amène un nouveau regard sur notre vie.

**Description de l'activité :** La rencontre débute avec une présentation de l'animatrice de la rencontre. Elle partage son parcours personnel et professionnel avec le groupe. Avant de se lancer dans le vif du sujet, elle informe les femmes des raisons qui l'ont amenée à faire une conférence sur la gratitude. Par la suite, elle débute sa conférence par la présentation

de deux livres qui lui ont permis d'en apprendre davantage sur ce thème. Elle informe les participantes de la définition en apportant des exemples concrets de la vie quotidienne. Tout au long de sa présentation, l'animatrice permet aux femmes d'expérimenter trois exercices pratiques afin d'appivoiser et d'intégrer la gratitude dans leurs habitudes de vie. De plus, elle alimente la rencontre avec un contenu informatif intéressant. Des échanges, des partages et des questions ont lieu en fin de conférence.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Madame Raymonde Arsenault, membre de Centr'Elles et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 14

**Endroit :** Centr'Elles.



## Les ateliers ponctuels

12 avril 2018, Atelier « Calmer l'anxiété à l'aide des plantes médicinales »

**Objectifs :** Permettre aux femmes de s'initier encore une fois à l'herboristerie et d'être mieux informées sur le sujet. Sensibiliser les participantes au fait que la nature possède des vertus qui peuvent nous soigner. Informer sur la façon de bien prendre soin de sa santé mentale. Conscientiser au fait que nous sommes toutes responsables de notre propre santé. Présenter diverses plantes qui viennent atténuer les symptômes d'anxiété ainsi que les bienfaits qu'elles possèdent. Apprendre à diminuer, à calmer et à prévenir l'anxiété. Informer sur l'importance de la prévention afin d'avoir une bonne santé mentale.

**Description de l'activité :** L'atelier débute par une présentation de l'animatrice ainsi que d'un tour de table avec les attentes des participantes. Madame Larocque partage aux femmes son parcours personnel et professionnel. Elle présente l'horaire de l'atelier et fait une introduction sur le sujet. Dans la première partie de l'atelier, elle informe les participantes au sujet de l'anxiété, la peur et le stress. Elle aborde les symptômes et les causes de chacun. Par la suite, les plantes qui ont comme propriété de calmer l'anxiété sont présentées. Les participantes ont l'opportunité de sentir, toucher et goûter à celles-ci. De plus, chacune des plantes est mise en valeur et bien décrite par l'animatrice. Elle informe des vertus de chacune, de la façon de les consommer, des contre-indications, etc. Il est question de l'importance de la prévention en lien avec l'herboristerie. Tout au long de la rencontre, les femmes posent leurs questions à l'animatrice et émettent leurs commentaires. Les participantes ont la chance de boire une tisane faite à partir de plantes, préparée par Madame Larocque. Les femmes sont très satisfaites de toute l'information reçue et elles envisagent fortement d'utiliser les plantes médicinales.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Madame Marie-Claire Larocque, herboriste et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 11

**Endroit :** Centr'Elles.

Les 20 et 27 septembre 2018, Ateliers d'écriture « Écrire pour mieux se connaître »

**Objectifs :** Permettre aux femmes de participer et de s'initier à un atelier d'écriture. Informer les femmes des bienfaits de l'écriture et de son effet thérapeutique. Apprendre aux participantes à mettre sur papier leurs émotions. Permettre une connexion à soi et une connaissance de soi afin de cheminer personnellement.

**Description de l'activité :** L'atelier débute par une présentation de l'animatrice. Elle partage aux femmes son parcours personnel et professionnel ainsi que les raisons qui l'ont amenée à l'écriture. Elle informe les femmes des livres qu'elle a écrits. Elle donne des exemples concrets de bienfaits qu'elle a vécus en lien avec l'écriture. Elle aborde les avantages à pratiquer l'écriture au cours de sa vie. Ensuite, un tour de table est fait afin

d'apprendre à se connaître. De plus, chaque femme doit se donner une qualité suite à sa présentation. Pour le premier atelier, l'animatrice propose trois exercices sur la connaissance de soi. Pour ce faire, elle divise les participantes en sous-groupe. Ces exercices ont pour but : de reconnaître nos valeurs et nos qualités, de s'aimer tel que nous sommes, de lâcher prise sur des situations vécues, d'appivoiser notre propre bonheur, de faire ressortir le positif de notre vie, etc. En conclusion, un retour en grand groupe est fait. Les participantes échangent à leur tour sur leurs expériences personnelles en lien avec le sujet. Pour le deuxième atelier, un retour est fait sur la dernière rencontre car de nouvelles femmes sont autour de la table. Par la suite, l'animatrice propose des exercices d'écriture concrets aux participantes. Elle remet aux femmes un plan de travail afin de guider leur rédaction. L'emphase est mise sur le positif. Elle propose de faire ressortir le positif de notre vie, de notre existence. Une période de temps est laissée pour l'écriture et le recueillement. L'animatrice met en sous-groupes les nouvelles femmes afin de leur transmettre une partie du premier atelier. Finalement, un retour en grand groupe est fait afin de conclure l'atelier. Plusieurs prises de conscience sont faites en lien avec l'écriture et la connaissance de soi. Des échanges, des partages, des confidences et des discussions ont lieu tout au cours des deux rencontres. Les participantes sont très satisfaites de leur cheminement.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Madame Nathalie Mecteau et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 12 pour l'atelier du 20 septembre 2018 – 14 pour l'atelier du 27 septembre 2018.

**Endroit :** Centr'Elles.

Les 20, 27 mars et 2 avril 2019,  
Ateliers « Rêvez, croyez et vivez » avec Natalie Mecteau

**Objectifs :** Permettre aux femmes de s'outiller afin d'atteindre leur plein potentiel. Échanger et partager en groupe à partir d'exercices simples. Permettre une connexion à soi et une connaissance de soi afin de cheminer personnellement.

**Description de l'activité :** La première rencontre de cette série d'ateliers amène les femmes à mettre en lumière leurs rêves, les projets, leurs désirs, les besoins et leurs aspirations. L'animatrice débute l'atelier en racontant sa propre expérience de réalisation d'un rêve afin d'introduire le sujet. Cela donne suite à des échanges et des partages personnels en groupe. En seconde partie, les participantes font un exercice leur permettant de se visualiser dans 1 an en répondant aux questions : « Dans un an, je ferai... je serai... je posséderai... je rencontrerai... ». Elles sont invitées à mettre de la couleur, faire du collage et du dessin sur leur feuille d'exercice. Un document intitulé « ma réalité et mes croyances limitatives » est remis aux femmes. La deuxième rencontre de cette série d'ateliers a pour but de faire sortir les participantes de leur zone de confort.



Le sujet est lancé à partir de pensées qui sont lues avec les femmes. L'animatrice partage avec le groupe des exemples de son vécu personnel afin d'alimenter la rencontre. Les femmes sont invitées à échanger sur des situations personnelles vécues, ce qui amène un moment de partage très émotif. Les participantes se soutiennent entre elles avec l'aide de l'animatrice et des travailleuses de Centr'Elles. En conclusion, un document intitulé « Un plan pour la croissance personnelle » est remis aux femmes. La dernière rencontre consiste à écouter une chanson en lien avec la réalisation de nos rêves. Chaque participante doit prendre en note ce qu'elle ressent, ce qu'elle comprend, ce qu'elle imagine et ce qu'elle rêve en écoutant les paroles de la chanson. De beaux échanges ont lieu entre les femmes. Chacune a l'occasion d'exprimer son rêve. Une série d'ateliers qui se termine sur une note positive : Osez croire en ses rêves qu'elle que soit la grandeur de ceux-ci. Finalement, plusieurs prises de conscience sont faites en lien avec la connaissance de soi. Des échanges, des partages, des confidences et des discussions ont lieu tout au long des trois rencontres. Les participantes sont très satisfaites de leur cheminement.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Madame Natalie Mecteau, Mélanie Landry et Nathalie Babin de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 13 pour l'atelier du 20 mars 2019 – 8 pour l'atelier du 27 mars 2019 et 6 pour l'atelier du 2 avril 2019.

**Endroit :** Centr'Elles.

### 3.4 Les événements spéciaux

Le 18 avril 2018, Activité « Cabane à sucre » - Rencontre Inter-Centre avec le Centre de femmes de la Vallée de la Matapédia

**Objectifs :** Continuer de créer des liens avec les participantes et les travailleuses du Centre de femmes de la Vallée de la Matapédia. Permettre aux femmes d'échanger et de discuter au sujet de leur réalité. Offrir aux participantes une rencontre inter-centres de femmes. Participer à une activité récréative en groupe et donner la chance aux femmes de visiter une cabane à sucre.



**Description de l'activité :** La journée commence avec une visite du Centre de femmes de la Vallée. Nous sommes accueillies par les travailleuses et quelques femmes. Après un bon café, nous reprenons la route afin de nous rendre à la cabane à sucre. C'est à cet endroit que les deux groupes de femmes se donnent rendez-vous pour le dîner et pour passer l'après-midi ensemble. En premier lieu, Mélanie et Nathalie expliquent les raisons qui ont amené les deux centres à organiser de telles rencontres et font un historique de nos rencontres inter-centres précédentes. Après le repas, les trois animatrices des deux centres invitent les femmes à participer à une activité brise-glace afin de se présenter et apprendre à se connaître. L'animation permet aux participantes des centres de femmes

de créer un premier contact. Plusieurs femmes se sont déjà croisées dans nos rencontres précédentes. L'ambiance chaleureuse donne place à des discussions informelles et créent des liens entre elles. Par la suite a lieu la partie de sucre, ce moment donne place à l'échange entre les femmes. Pour conclure la journée, nous avons droit à une visite guidée du fonctionnement de la cabane à sucre et de la fabrication de produits de l'érable par le propriétaire. Finalement, nous prévoyons de répéter l'expérience encore une fois.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mélissa Horan du Centre de femmes de la Vallée de la Matapédia, Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles ainsi que le Transport Jos Dugas et fils de Nouvelle.

**Femmes présentes :** 42 (19 femmes de Centr'Elles et 23 femmes du Centre de femmes de la Vallée)

**Endroit :** Sucrierie Huguette et Renaud Gagné de St-Tharcisius (Amqui).



#### Le 28 avril 2018, « Journée santé des femmes »

**Objectifs :** Permettre aux participantes de s'informer sur des sujets concernant la santé globale des femmes. Partager et discuter entre elles de leurs trucs santé sous différentes sphères. Offrir une journée de ressourcement aux femmes tant sur le plan psychologique et physique qu'émotionnel. Faire prendre conscience aux participantes de l'importance de s'accorder du temps pour soi, de prendre une pause et de lâcher prise sur la vie quotidienne. En apprendre davantage sur les divers sujets proposés.

**Description de l'activité :** La journée débute avec des stations « santé » d'une durée de trente minutes. Les participantes sont séparées en sous-groupes de 7 à 8 femmes afin de participer à chacun des ateliers. Lors de ces stations, les thèmes abordés sont : le massage sur chaise, la découverte de soi par la création intuitive, les bienfaits du mouvement et l'alimentation saine. Les personnes-ressources offrent aux femmes de l'information des plus pertinentes en lien avec leur sujet. Par la suite, c'est dans une ambiance conviviale et autour d'une bonne soupe du midi que les femmes prennent un temps d'arrêt. Ce moment permet de faire plus ample connaissance entre elles. Suite au repas, la journée se termine en grand groupe avec une causerie sur la gratitude offerte par l'organisme Nouveau Regard. C'est donc une présentation PowerPoint, des moments de partages et d'échanges ainsi qu'un atelier d'écriture qui englobent la dernière partie de cette journée. Les femmes sont fascinées par toute l'information reçue dans le cadre de cette journée.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mélanie Landry et Nathalie Babin de Centr'Elles, Mme Magalie Poulin - massothérapeute agréée - Clinique Santé Aux Pieds Marins, Mme France Leblanc - Ateliers de Ludie, Mme Cristelle Arsenault - physiothérapeute - Clinique Amplitude, Mme Diane Veillette - naturothérapeute, Mme Alexandra Loubert et Mme Mylène Lepage de l'organisme Nouveau Regard qui a pour but de venir en aide aux parents et amiEs des personnes atteintes de maladie mentale.

**Femmes présentes :** 32

**Endroit :** Centr'Elles.

### Le 7 juin 2018, « L'assemblée générale annuelle »

**Objectifs :** Permettre aux membres de s'informer sur ce qui a été fait durant l'année à Centr'Elles, d'exercer leur participation dans la vie associative et démocratique du Centre et de se prononcer sur les priorités à retenir pour l'année suivante. Offrir aux femmes une belle rétrospective de l'année autant sur le plan des activités et des états financiers que sur le fonctionnement du Centre de femmes.

**Description de l'activité :** La soirée débute avec l'Assemblée générale annuelle. Par la suite, Nathalie Babin explique aux membres les raisons pour lesquelles le prix hommage Chantal-Poulin n'est pas remis pour une deuxième année consécutive. De plus, le nouveau comité de coordination est nommé. Une mention spéciale est faite à Mme Juliette Arseneau qui termine 3 mandats de 2 ans au sein du CA. Après l'assemblée, un souper est servi aux membres présentes. Le repas est préparé par le Restaurant La Seigneurie de l'Hostellerie Baie Bleue de Carleton-sur-Mer.

**Personnes-ressources / Partenaires :** L'animation de l'AGA est assurée par Nathalie Babin et Mélanie Landry. Mme Gertrude Fallu préside l'assemblée. Nathalie Cyr assure le secrétariat et fait la présentation des états financiers au 31 mars 2017. Mélanie Landry fait la présentation PowerPoint du Rapport annuel d'activités 2017-2018. Nathalie Babin présente le plan d'actions de Centr'Elles de 2018-2019.

**Femmes présentes :** 31

**Endroit :** Salle à manger du Restaurant La Seigneurie de l'Hostellerie Baie Bleue de Carleton-sur-Mer.

### Le 19 juin 2018, « Sortie de groupe et pique-nique »

**Objectifs :** Permettre aux participantes de se voir une dernière fois avant la période estivale. Offrir une journée de ressourcement aux femmes en passant du temps en plein air. Briser l'isolement des femmes. Faire prendre conscience aux participantes de l'importance de s'accorder du temps pour soi, de prendre une pause et de lâcher prise sur la vie quotidienne. **Description de l'activité :** La journée débute à 10 h avec une marche dans le sentier du parc de la Pointe Taylor. Nous passons deux heures à marcher en bordure de la rivière à contempler les beautés de la nature. De nouvelles femmes font partie du groupe, nous apprenons à nous connaître et des liens sont créés. De beaux échanges et discussions ont lieu entre elles. Par la suite, étant donné que la température n'est pas très



clémentine, nous nous donnons rendez-vous à l'intérieur de la Marina pour notre pique-nique. Nous passons du bon temps et sommes toutes contentes de clôturer la saison ensemble.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mélanie Landry et Nathalie Babin de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 12

**Endroit :** Sentier du parc de la Pointe Taylor et Marina de New Richmond.

#### Le 13 septembre 2018, « Ouverture officielle et 5 à 7 moules et frites »

**Objectifs :** Permettre aux participantes de se retrouver après la période estivale. Accueillir de nouvelles participantes au centre. Faire le lancement officiel de notre programmation d'activités de l'automne et promouvoir nos priorités d'action pour les prochains mois. Faire connaître les divers projets qui auront lieu cet automne. Informer les femmes sur la campagne électorale.

**Description de l'activité :** L'ambiance décontractée permet aux participantes de jaser entre elles et de se revoir. Avant le repas, un mot de bienvenue est fait par Mélanie Landry et Nathalie Babin. Par la suite, elles présentent la programmation automnale des activités. L'accent est mis sur les prochains événements importants tels que les activités entourant le projet de création collective pour l'élaboration du décor du spectacle Variétés au Féminin, les auditions du spectacle qui auront lieu en novembre, la visite de l'artiste Nadia Aït Saïd afin de lui remettre notre travail de courtepoinées en foulards, la conférence de Karène Larocque associée à notre cause, la conférence Internet et fraudes offerte par Desjardins, la possibilité d'offrir une série d'ateliers au printemps 2019, etc. Ensuite, le souper a lieu. En dernière partie, Nathalie Babin informe les femmes sur la campagne électorale et les invite à venir rencontrer les candidatEs lors de la rentrée des organismes communautaires de la MRC Avignon à Maria. De plus, un tour de table est fait afin de présenter toutes les femmes présentes. La soirée se passe dans la bonne humeur et une ambiance festive règne à Centr'Elles. Toutes sont contentes de se retrouver et les participantes sont enchantées de leur passage au Centre de femmes.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 29

**Endroit :** Centr'Elles.

#### Le 28 septembre 2018, « Randonnée des Trotteuses de grands chemins »

**Objectifs :** Offrir une journée de ressourcement aux femmes en passant du temps en plein air. Faire prendre conscience aux participantes de l'importance de s'accorder du temps pour soi, de prendre une pause et de lâcher prise sur la vie quotidienne. Briser l'isolement des femmes. Créer des liens avec les femmes de l'ouest de la MRC Avignon. Découvrir le territoire desservi par le Centre de femmes. Admirer les créations faites par la population dans le cadre du Festival des cordes de bois du secteur Matapédia-Les Plateaux.

**Description de l'activité :** La journée débute à 10 h avec une marche dans le sentier de la chute Robitaille. Étant donné la complexité du sentier, chaque participante respecte son propre rythme. Quelques-unes se rendent directement en bas de la montagne pour y voir la chute. Nous passons près de deux heures à marcher en forêt à contempler les beautés de la nature. De nouvelles femmes font partie du groupe, nous apprenons à nous connaître et des liens sont créés. De beaux échanges et discussions ont lieu. Par la suite, la température clémente nous permet de faire notre pique-nique à l'extérieur à l'entrée du sentier. Nous passons du bon temps et nous sommes heureuses de dîner ensemble. Par la suite, une femme de St-Alexis-de Matapédia nous guide à travers le village afin de nous faire découvrir les créations faites dans le cadre du Festival des cordes de bois. Les participantes ont du plaisir à voir les divers chefs-d'œuvre. Notre journée de ressourcement se termine au restaurant Chez Casimir de Matapédia afin de relaxer autour d'un bon café avant de reprendre la route vers St-Omer. Les femmes ont grandement apprécié l'activité.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mélanie Landry et Nathalie Babin de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 19

**Endroit :** Sentier de la chute Robitaille à St-Alexis-de Matapédia et restaurant Chez Casimir de Matapédia.



## Le 22 octobre 2018, « Randonnée des Trotteuses de grands chemins »

**Objectifs :** Offrir un moment de ressourcement aux femmes en passant du temps en plein air. Faire prendre conscience aux participantes de l'importance de s'accorder du temps pour soi, de prendre une pause et de lâcher prise sur la vie quotidienne. Briser l'isolement des femmes. Créer des liens entre les participantes. Découvrir les beaux coins de nature sur le territoire desservi par le Centre de femmes.

**Description de l'activité :** La randonnée débute en après-midi dans le secteur des Arpents verts à St-Omer. Chaque participante respecte son propre rythme pour marcher. Nous passons plus d'une heure à marcher en forêt à contempler les beautés de la nature. De beaux échanges et discussions ont lieu entre les femmes. Par la suite, la température fraîche nous incite à nous rendre au centre de femmes autour d'un bon café. Nous passons du bon temps entre nous afin de relaxer. Nous sommes contentes d'être ensemble.



C'est de cette façon que se termine notre activité de ressourcement. Les femmes ont grandement apprécié l'activité.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mélanie Landry et Nathalie Babin de Centr'Elles.

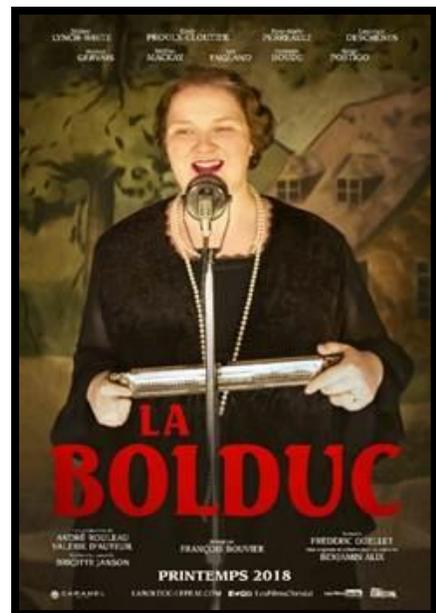
**Femmes présentes :** 7

**Endroit :** Arpents verts de St-Omer et Centr'Elles.

## Le 30 octobre 2018, « Après-midi-cinéma dans le cadre du mois de l'histoire des femmes »

**Objectifs :** Informer les participantes sur le mois de l'histoire des femmes au Canada décrété en 1992. Faire connaître la journée internationale des filles le 11 octobre et la journée de l'affaire « personne » le 18 octobre. Permettre aux femmes de découvrir la vie d'une femme gaspésienne célèbre, Mary Travers dite la Bolduc, à partir du récent film « La Bolduc ».

**Description de l'activité :** Mélanie Landry débute l'activité en offrant aux participantes de l'information concernant le mois de l'histoire des femmes au Canada. Elle informe les femmes de la Journée internationale des filles qui a lieu le 11 octobre ainsi que la journée de l'affaire « personne », le 18 octobre (En 1929, où la définition juridique de « personnes » a été modifiée pour y



inclure les femmes. Ensuite, le visionnement du film « La Bolduc » débute pour le reste de l'après-midi. Quelques extraits du film en lien avec le rôle des femmes à l'époque font réagir les participantes. Un retour sur le sujet est fait à la fin du film. Les participantes ont apprécié l'activité et espèrent bien que le concept de cinéma se reproduise.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Mélanie Landry de Centr'Elles.

**Femmes présentes :** 10

**Endroit :** Centr'Elles.

### Le 12 décembre 2018, « Souper traditionnel de Noël »

**Objectifs :** Permettre aux femmes de se voir à la période des fêtes dans une ambiance festive. Briser l'isolement des femmes seules à cette période importante de l'année. Permettre aux femmes de se divertir et avoir du plaisir entre elles. Partager un repas entre nous.

**Description de l'activité :** La soirée débute avec une prise de parole des deux travailleuses. Un mot de bienvenue, des remerciements et quelques informations spéciales sont faits. Nous informons les femmes des différents projets faits au cours de l'automne 2018 au Centre de femmes. L'accent est mis sur le projet de décor du spectacle Variétés au Féminin. Par la suite, le souper traditionnel de Noël est servi. Cette année, encore une fois à la demande des participantes, nous offrons une nouveauté pour le concept du repas. Nous avons fait préparer des cipailles et les femmes en sont enchantées. L'activité se poursuit par l'animation musicale colorée de Mme Sylvie Gallant. Des chansons de Noël sont chantées par le groupe. Les femmes en profitent aussi pour danser et rire entre elles. Le plaisir est grandement au rendez-vous, des prix de présences sont offerts aux participantes tout au long de la soirée.

**Personnes-ressources / Partenaires :** Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles, Madame Sylvie Gallant pour l'animation musicale ainsi que le Marché St-Laurent de Nouvelle pour la préparation du repas, le restaurant Dixie Lee pour la salade et Madone Labillois pour les desserts.

**Femmes présentes :** 52

**Endroit :** Centr'Elles.

## 3.5 Les Rendez-vous inform'Elles

Ces rencontres du Centre de femmes ont été mises sur pied afin de donner entièrement la parole aux femmes. Depuis quelque temps, l'équipe de Centr'Elles a remarqué que les femmes fréquentant le Centre ressentent le besoin de s'exprimer ouvertement, sans balises et sans contraintes, sur des sujets qui les touchent quotidiennement. Après réflexion, l'idée est donc venue d'offrir un groupe d'échange, d'écoute et de soutien qui réponde à leurs besoins et à leurs intérêts. Ces Rendez-vous inform'Elles sont devenus un point de rencontre incontournable pour les femmes de la MRC Avignon. Ils sont offerts cette année plus précisément à St-Alexis-de-Matapédia et à Maria. Pour Centr'Elles,

proposer de telles rencontres sur le territoire, permet de rejoindre le plus grand nombre de femmes dans tout le secteur.

**Les buts et les objectifs :** C'est un espace ouvert à toutes celles qui veulent discuter de sujets qui touchent la vie des femmes. Elles ont envie de partager leurs opinions, leurs réussites, leurs expériences, de briser leur quotidien, de jaser de l'actualité, etc. C'est l'occasion en or de permettre aux femmes de se réseauter, de s'informer, de créer des liens et de trouver des pistes de solutions. Chacune a une place pour s'exprimer et échanger en toute simplicité. Les sujets de discussions sont choisis lors des rencontres avec le groupe.

**La philosophie de base :**

- Ces rencontres sont basées sur une démarche collective afin de développer la solidarité entre les femmes.
- Nous travaillons avec l'approche globale qui tient compte des 4 dimensions de l'être, soit : le cœur, le corps, la tête et l'esprit.
- La vision féministe est une priorité, c'est-à-dire que nous voulons améliorer les conditions de vie des femmes. Nous croyons en des rapports égalitaires entre les femmes et les hommes et les femmes entre elles, nous croyons en leur potentiel, nous ne voulons pas prendre la place des hommes mais prendre notre place et nous défendons nos droits et nos intérêts.

**Les règles de fonctionnement :** Les femmes qui participent aux Rendez-vous inform'Elles se doivent de respecter les principales règles de fonctionnement afin d'assurer la bonne organisation du groupe. Il s'agit de la confidentialité, le respect, l'écoute, le non-jugement, la ponctualité, le plaisir, ne pas prendre sur leurs épaules ce qui ne leur appartient pas, être autonome, rester soi-même, se donner le droit à l'erreur, se donner le droit d'être différente, s'entraider, etc. De plus, en groupe, chacune des participantes est responsable d'identifier ses attentes et ses besoins. Chacune vient au groupe avec des besoins et s'engage aussi à entendre ceux des autres et à respecter leur l'opinion. La communication ouverte et franche est essentielle. Il est important de mentionner que l'animatrice ne possède pas la vérité. Elle a un rôle qui la place au même niveau que les femmes. L'animatrice est une ressource et un guide pour le groupe mais elle partage aussi son vécu et son cheminement de femme. Ce mode de fonctionnement de l'animatrice amène à des rapports égalitaires entre toutes les femmes du groupe. Finalement, à chaque rencontre, les participantes signent un contrat signifiant qu'elles adhèrent à ces règles de fonctionnement.

**À St-Alexis-de-Matapédia à la salle des 50 ans et plus, deux rencontres des Rendez-vous inform'Elles ont eu lieu.**

**Le jeudi 12 avril 2018 de 13 h 30 à 15 h 30 – Thème « Renforcer son système immunitaire par les plantes médicinales » avec Mme Marie-Claire Larocque, herboriste.  
Déroulement et objectifs :**

- Présentation de l'invitée et tour de table : L'animatrice informe le groupe de son parcours personnel et professionnel. Elle demande aux femmes de se présenter et de s'exprimer sur les raisons qui les incitent à participer à un tel atelier.
- Introduction du sujet : L'animatrice présente l'horaire de l'atelier. Elle sensibilise les participantes au fait que la nature possède des vertus qui peuvent nous soigner. L'atelier est une initiation à l'herboristerie afin d'être mieux informées et d'en apprendre sur ce sujet.
- Remise de documents : Elle remet aux participantes des documents en lien avec la rencontre. On y retrouve l'information de chacune des plantes médicinales présentées.
- Faire connaître aux femmes diverses plantes ainsi que les bienfaits qu'elles possèdent. Plusieurs plantes ayant comme propriété de renforcer notre système immunitaire, sont présentées. Les participantes ont l'opportunité de sentir, toucher et goûter à celles-ci - L'animatrice les informe sur l'importance de la prévention en herboristerie.
- Informers les participantes : sur le fonctionnement de notre système immunitaire et sur la façon de bien en prendre soin. Conscientiser au fait que nous sommes toutes responsables de notre propre santé. L'animatrice aborde le sujet de la maladie et elle présente d'autres plantes qui ont comme propriété de guérir quand nous sommes malades.
- Causerie et partage en groupe : Au travers cette foulée d'informations intéressantes, les femmes posent leurs questions au fur et à mesure.
- Conclusion : Les participantes ont la chance de boire une tisane faite à partir de plantes préparées par l'animatrice. Les femmes sont très satisfaites de toute l'information reçue et elles envisagent fortement d'utiliser les plantes médicinales.
- Évaluation de la rencontre.

**Femmes présentes : 12**

**Le jeudi 21 mars 2019 de 13 h 30 à 15 h 30 – Thème « La gratitude, cette force qui change tout » avec Mme Raymonde Arsenault.**

**Déroulement et objectifs :**

- Présentation de l'invitée : L'animatrice informe le groupe de son parcours personnel et professionnel. Elle informe les femmes sur les raisons qui l'ont amenée à faire une conférence sur le sujet.
- Introduction du sujet : L'animatrice présente le sujet de sa conférence. Elle débute par la présentation de deux livres qui lui ont permis d'en apprendre davantage sur la gratitude.
- Présentation des objectifs de la rencontre : Informer les participantes sur le thème de la gratitude et sur la définition d'après le livre de Robert Emmons. Démontrer quels en sont les bienfaits dans notre vie et comment on peut créer l'habitude. Amorcer une réflexion individuelle et collective. Partager et échanger ensemble sur le sujet. Intégrer des moyens concrets et des exercices pratiques faciles à réaliser afin que la gratitude amène un nouveau regard sur notre vie.
- Informers les femmes : L'animatrice alimente la rencontre avec un contenu informatif intéressant et elle informe les participantes de la définition de la gratitude en apportant des exemples concrets de la vie quotidienne.
- Exercices d'animation : Tout au long de sa présentation, l'animatrice permet aux femmes d'expérimenter trois exercices pratiques afin d'apprivoiser et d'intégrer la gratitude dans leurs habitudes de vie.

-Causerie et échange en groupe : Suite à cette foulée d'informations intéressantes, les femmes posent leurs questions et partagent sur le sujet.

-Conclusion : Les femmes sont très satisfaites de toute l'information reçue et elles souhaitent intégrer la gratitude à leur mode de vie.

-Évaluation de la rencontre.

**Femmes présentes : 23**

**À Maria à la Maison Marie-Grace – Maison d'aide et d'hébergement L'Émergence, deux rencontres des Rendez-vous inform'Elles ont eu lieu.**

**Le mardi 24 avril 2018 de 13 h 30 à 15 h – Thème « Avoir un bon sommeil sans médicament »**

**Déroulement et objectifs :**

-Activité d'introduction intitulée : « Comment voyez-vous votre propre sommeil ? ». En seulement un mot les participantes doivent décrire leur sommeil - Discussions et échanges - La majorité des participantes ont de la difficulté avec leur sommeil. Les femmes abordent leur passé de violence conjugale en lien avec le sujet.

-Lecture d'un document informatif sur le sommeil, sur les heures de sommeil nécessaires, qu'est-ce qu'un sommeil réparateur, apprendre à bien dormir. Réactions et commentaires des participantes.

-Lecture d'un document informatif sur les 10 pistes efficaces à suivre pour acquérir un bon sommeil - Réactions et commentaires des participantes.

-Activité d'animation intitulée « L'insomnie, si on en parlait... Les principales causes » - Discussions et échanges en groupe.

-Informer les femmes sur un principe de base en lien avec le sommeil : Se questionner sur notre quotidien en général : « Est-ce que j'ai eu une bonne journée ? », « Est-ce que je vis un stress présentement, une situation problématique quelconque ? », « Est-ce que je peux m'éviter ces stress ? », « Qu'est-ce que je peux changer de mon quotidien qui nuit à mon sommeil ? ». Conscientiser les participantes au fait que notre quotidien affecte notre sommeil.

-Conclusion.

-Évaluation de la rencontre.

**Femmes présentes : 5**

**Le mercredi 23 mai 2018 de 13 h 30 à 15 h – Thème « Culpabilité quand tu nous tiens »**

**Déroulement et objectifs :**

-Activité d'introduction intitulée : « Dire « non » sans se sentir coupable ». Cerner la culpabilité que l'on vit quotidiennement. Prendre conscience d'où elle vient. Apprendre des tactiques de déculpabilisation.

-Lecture d'un texte de mise en situation sur le sujet et réflexion « Nos souvenirs de culpabilité ». Réactions des participantes.

-Questionnaire sur la culpabilité : Partage des résultats et échange.

-Activité d'animation intitulée « La culpabilité en 5 blocs » - La culpabilité face à la société, aux plaisirs personnels, aux enfants, aux conjoints, à la famille et aux tâches ménagères. Discussions et échanges en groupe.

-Prendre conscience que la culpabilité est typique à la condition des femmes. Constaté qu'elle est inutile et destructrice. Apprendre à la désamorcer et à la refuser.

-Conclusion.

-Évaluation de la rencontre.

**Femmes présentes : 5**

### 3.6 Les ateliers de création collective

Depuis déjà quelques années, le Centre de femmes travaille avec un groupe de participantes à élaborer différents projets créatifs collectifs d'envergure. Tout a débuté en 2014 par un immense projet de tricot-graffiti, dédié à un rassemblement national prévu à Trois-Rivières, dans le cadre de la Marche mondiale des femmes en l'an 2000. Il n'en fallait pas plus pour que ces femmes souhaitent changer le monde! Depuis ce temps, différentes œuvres de création n'ont cessé d'être imaginées et initiées, à travers des démarches artistiques engagées dans le cadre des activités de Centr'Elles.

Pour participer à ces nombreuses créations, pas besoin d'être une artiste, ce sont simplement des participantes qui ont envie d'avoir du plaisir, de créer des liens et qui souhaitent contribuer à des œuvres collectives hors du commun.

Cette année, deux projets créatifs d'envergure ont vu le jour au Centre de femmes :

**Ateliers de créations collectives en collaboration avec Madame Élyse St-Onge des Créations Ly dans le cadre d'un projet pilote – Peinture sur tuiles de plafond pour décorer le Centre de femmes.**

Ces ateliers ont eu lieu sur une période de 2 mois, soit en mars 2018 et avril 2018. Ce sont une douzaine de participantes qui ont gravité autour de ces ateliers. Elles ont contribué à un art collectif, créatif et novateur. Il s'agissait plus précisément à faire de la peinture sur des tuiles de plafond. Nul besoin d'avoir du talent en peinture, les participantes se sont laissées guider par leur intuition dans leurs créations. Le résultat final fut spectaculaire et les femmes ont été surprises par leur talent. Ce projet-pilote initié par Mme Élyse St-Onge pourrait éventuellement se faire dans les établissements de la santé du territoire afin d'embellir leur environnement. À Centr'Elles, ce sont 16 tuiles qui furent produites afin de décorer les plafonds du Centre de femmes.

Ce sont 5 ateliers qui ont eu lieu les vendredis après-midi à Centr'Elles :

Le 16 mars 2018 : 10 participantes

Le 23 mars 2018 : 12 participantes

Le 6 avril 2018 : 8 participantes

Le 13 avril 2018 : 7 participantes

Le 27 avril 2018 : 10 participantes

**Ateliers de créations collectives pour l'élaboration du décor du spectacle « Variétés au Féminin » fait en collaboration avec la Maison d'aide et d'hébergement L'Émergence, dans le cadre de la Journée internationale des femmes 2019.**

Un deuxième projet fabuleux a eu lieu cette année à Centr'Elles. Ces ateliers se sont déroulés sur une période de 5 mois, soit d'octobre 2018 à février 2019. Ce sont une quinzaine de participantes qui ont gravité autour de ces ateliers. Il s'agissait plus précisément de créer le décor du spectacle Variétés au Féminin de mars 2019. À partir de caissons de bois, elles ont élaboré un décor collectif et novateur. La première étape consistait à peindre en blanc les caissons. Par la suite, chaque femme devait, à l'intérieur de leur caisson, représenter un talent qu'elle possède, un rêve qu'elle souhaiterait réaliser ou un moment auquel elle aspire. Les participantes se sont simplement laissées guider par leur intuition créative et leurs réalisations furent impressionnantes.

Donc, des femmes associées à Centr'Elles et à la Maison d'aide et d'hébergement L'Émergence ont travaillé fort afin de créer un décor dynamique, chaleureux et enveloppant. Durant des mois, ces femmes se sont impliquées activement afin d'appuyer la directrice artistique de Variétés au Féminin, Marie Nowak, dans l'élaboration de la mise en scène du spectacle. La créativité débordante, l'effort soutenu et le plaisir du travail bien fait ont permis, sans contredit, la présentation d'un décor à l'effet visuel éblouissant et incomparable pour chacune des femmes artistes qui se sont produites sur la scène du Quai des arts en mars 2019.

Ce sont 13 ateliers qui ont eu lieu à Centr'Elles :

Le 12 octobre 2018 : 13 participantes, le 19 octobre 2018 : 11 participantes, le 26 octobre 2018 : 12 participantes, le 2 novembre 2018 : 9 participantes, le 9 novembre 2018 : 6 participantes, le 16 novembre 2018 : 4 participantes, le 23 novembre 2018 : 10 participantes, le 30 novembre 2018 : 9 participantes, le 7 décembre 2018 : 9 participantes, le 10 janvier 2019 : 6 participantes, le 17 janvier 2019 : 7 participantes, le 31 janvier 2019 : 6 participantes et le 14 février 2019 : 8 participantes – Dîner pour souligner la fin du projet.

En résumé, lors de ces ateliers de créations collectives, ce sont des femmes impliquées qui ont eu envie d'avoir du plaisir, de mettre leur cœur à l'ouvrage et qui souhaitaient tout simplement contribuer à ces projets artistiques. Au cours de ces deux séries de rencontres, des échanges et partages sur divers sujets en lien avec le quotidien des femmes ont lieu. Plusieurs sujets d'actualité et de condition féminine ont fait partie des discussions autour de la table. C'est toujours dans un esprit de confidentialité et de confiance que les femmes ont échangé entre elles. De plus, un climat amical de solidarité et d'entraide habitait le Centre de femmes à chaque fois. Au fil des ateliers, les femmes ont développé un travail d'équipe hors pair et une grande complicité. Ces rencontres mettent à profit leur estime de soi, leur confiance en elles et valorisent grandement leurs capacités créatives. De plus, les femmes ont grandement cheminé tant sur le plan individuel que collectif.

### 3.7 Activités de formation

Tout au long de l'année, les travailleuses, les membres du comité de coordination et les bénévoles du Centre de femmes sont appelées à suivre différentes formations. Il s'avère extrêmement important de suivre ces formations qui nous permettent de mieux poursuivre notre travail et nos interventions auprès des femmes. Ce ressourcement est à la base même de notre motivation et de notre efficacité. Voici donc les formations que nous avons suivies cette année :

<b>Formations</b>			
<b>Date et lieu</b>	<b>Titre de la formation</b>	<b>Formatrices</b>	<b>Participant·es de Centr'Elles</b>
<b>25 avril 2018 Maria</b>	De bons règlements généraux	Véronique Allard, agente de liaison ROCGİM	Nathalie Babin
<b>4 Mai 2018 Maria</b>	Gestion du Régime de retraite des groupes communautaires et de femmes	Anne-Marie De la Sablonnière, RRFS-GCF	Nathalie Babin
<b>9 mai 2018 New Richmond</b>	Gestion documentaire électronique – Bureau vert (sans papier)	SADC BDC, formation GEDCOM	Nathalie Babin
<b>22 mai 2018 St-Omer</b>	Médias sociaux	Nastassia Williams, ROCGİM	Mélanie Landry
<b>14 juin 2018 Rimouski</b>	Des outils pour mieux comprendre l'actualité	Lysane Picker-Paquin, travailleuse à la CLEF Mitis-Neigette alphabétisation populaire	Mélanie Landry
<b>14 juin 2018 Rimouski</b>	Réussir une entrevue médiatique efficace et sans stress	Véronique Thibault, journaliste	Nathalie Babin
<b>30 octobre 2018 Montréal</b>	Les rudiments des placements	RRFS-GCF et l'ARASQ	Nathalie Babin
<b>23 janvier 2019 Pt-à-la-Croix</b>	Maltraitance envers les aîné·es	Lucie Dufresne, CISSS de la Gaspésie	Nathalie Babin
<b>26 février 2019 Montréal</b>	Les placements, niveau intermédiaire	RRFS-GCF et l'ARASQ	Nathalie Babin

# Actions politiques et collectives



## 4. Actions politiques et collectives

Voici l'ensemble des actions politiques et collectives réalisées par le Centre cette année :

### 4.1 Activités de sensibilisation et d'information

#### Publication des bulletins de liaison « Info-Centr'Elles » et des « feuilles de chou »

Le bulletin « Info-Centr'Elles » a été publié à deux (2) reprises cette année. L'équipe de travail n'a pas produit de « feuilles de chou ». Nous distribuons environ quatre cent soixante-dix (470) « Info-Centr'Elles » à chaque édition. Deux cent soixante (260) sont envoyées par la poste à nos membres qui n'ont pas d'adresse courriel et deux cent dix (210) envois sont faits aux femmes inscrites à notre liste d'envois courriel, en plus de tous nos partenaires et alliés. Les autres copies sont disponibles au Centre pour les nouvelles participantes non-membres. Nous avons donc envoyé deux (2) « Info-Centr'Elles » qui donnent de l'information express aux membres en plus de les informer sur des sujets de la condition féminine et sur des sujets d'actualité qui concernent les droits et les intérêts des femmes.

#### Liste d'adresses de messagerie électronique des membres



En janvier 2012, le Centre de femmes a créé une liste d'adresses de messagerie de ses membres afin d'être en mesure de leur faire parvenir des courriels. Après avoir récolté ces adresses, Centr'Elles a mis sur pied une liste qui est passée de plus de quatre-vingts

(80) à près de trois cents (300) membres depuis ce temps. Le Centre de femmes a pour objectif de continuer d'élargir sa liste d'adresses de messagerie électronique auprès de ses membres afin de faire de moins en moins d'envois par la poste.

Par cette initiative, Centr'Elles veut établir un contact privilégié et rapide afin de joindre ses membres pour les informer, les sensibiliser et les inviter à signer des pétitions ou encore à participer à une action. Cette liste d'adresses permet également à Centr'Elles de transférer des messages d'intérêt public venant d'une membre qui, par exemple, veut diffuser de l'information vers les autres membres faisant partie de cette liste (Ex. : recherche d'un électroménager pour une femme en difficulté, programmation d'un cinéma alternatif de la région). Il est à noter que les messages envoyés aux membres s'inscrivent dans la mission, les objectifs ainsi que les valeurs véhiculées par le Centre de femmes. Ceux-ci parlent des conditions de vie des femmes, d'environnement et d'écologie, de biens communs, de justice sociale, d'économie et tout autre sujet d'éducation populaire et/ou d'information concernant les droits et les intérêts des

femmes ainsi que la condition féminine dans son ensemble. Cette année, Nathalie Babin, qui s'occupe de cette liste, a envoyé régulièrement des messages. La réponse est favorable. De plus, depuis la mise sur pied de cette liste de messagerie, plusieurs membres ont pris la peine d'écrire au Centre. Nous avons donc constaté que ce moyen est simple, rapide, aucunement coûteux et est soucieux de l'environnement.

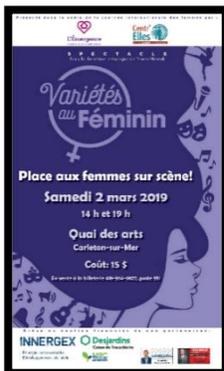
## Page Facebook

En janvier 2014, Centr'Elles a créé une page Facebook ([www.facebook.com/centrelles](http://www.facebook.com/centrelles)). Cette page a été créée afin de diffuser de l'information aux personnes intéressées à suivre notre page. Cette plateforme sur le net nous permet principalement d'informer les femmes sur nos activités et nos actions, et cela, très rapidement. De plus, c'est une façon de sensibiliser les gens sur les différents dossiers politiques de condition féminine, de passer nos messages et de nous faire connaître (notre mission, nos buts et objectifs, nos services, nos différents volets, etc.). Cela nous permet également de commenter, informer et partager sur tous les sujets d'actualité qui concernent les droits et intérêts des femmes ainsi que sur nos principaux dossiers (pauvreté, violences faites aux femmes, santé physique et mentale, isolement). Jusqu'à présent, nous avons plus de quatre cents (400) personnes (principalement des femmes et des organismes) qui suivent notre page. Ce sont donc les travailleuses qui alimentent cette page de façon régulière afin de rendre le contenu instructif et intéressant.

## Matériel promotionnel

Depuis quelques mois déjà, Centr'Elles travaille sur différents outils promotionnels. Par ailleurs, un nouveau dépliant, des cartes d'affaires, des enveloppes et une bande déroulante ont été conçus avec une toute nouvelle image au couleur de notre logo. De plus, nous travaillons sur la conception d'un site Web afin d'élargir notre visibilité dans notre milieu et sur le net. Ce tout nouveau matériel nous permet donc d'offrir une image renouvelée, rassembleuse et rajeunie.

## Journée internationale des droits des femmes : 8 mars



Cette année, le Centre célèbre la *Journée internationale des femmes* de plusieurs façons. En effet, Centr'Elles en collaboration avec la maison d'aide et d'hébergement L'Émergence a organisé, pour une deuxième édition, le spectacle intitulé *Variétés au féminin*. Ce spectacle se veut un rendez-vous festif qui met en valeur sur scène des talents féminins de tous genres : chant, danse, monologue, sketch humoristique, slam, lecture de textes, pièce musicale, poésie, etc. L'événement *Variétés au Féminin* a permis, entre autres, de découvrir une quinzaine de performances renversantes, voire à couper le souffle, d'une vingtaine de femmes et de filles de la communauté. Cette initiative est inspirée

du *Show de femmes* organisé annuellement par le Centre Louise-Amélie de Sainte-Anne-des-Monts et qui rencontre un vif succès depuis plusieurs années.

Ce spectacle a été mis sur pied et avait principalement comme objectifs de :

- Réserver une scène exclusivement aux femmes et aux filles de la communauté.
- Mettre en lumière le talent de 20 femmes ou filles.
- Mettre en lumière le talent des accompagnateurs (guitaristes, etc.).
- Offrir à la population un spectacle diversifié : chants groupes musicaux, monologues danses poésie, lecture de textes, pièce musicale, slam, sketch humoristique, etc.
- Créer un évènement festif accessible (prix d'entrée symbolique).
- Susciter la participation de femmes de tous âges et de toutes conditions.
- Permettre aux participantes de vivre une expérience positive et gratifiante sur scène avec le support que cela exige pour y arriver.

À travers cette grande aventure, Centr'Elles et L'Émergence ont travaillé plusieurs mois à préparer un spectacle de qualité, tout en offrant aux femmes et aux filles de vivre une expérience enrichissante à travers une réelle démarche artistique dans un environnement semi-professionnel.

La présentation du spectacle consistait entre autres à :

- Tenir de nombreuses réunions du comité organisateur/comité de travail.
- Promouvoir l'évènement (médias, réseaux sociaux, affiches promotionnelles, journal communautaire et municipaux, etc.) et réception des candidatures : d'octobre 2018 jusqu'en décembre 2018.
- Tenir une audition : le 16 janvier 2018 avec un technicien à la salle de spectacle du Quai des arts à Carleton-sur-Mer.
- Tenir une générale le 28 février 2019 avec la metteuse en scène et un technicien dans la salle de spectacles du Quai des arts de Carleton-sur-Mer.
- Présenter le spectacle le 2 mars 2019 en deux (2) représentations à 14h et 19h au Quai des arts de Carleton-sur-Mer.



Un comité organisateur composé de six (6) personnes (Nathalie Babin et Mélanie Landry de Centr'Elles, Nancy Gough, Marie-Christine Allard et Katherine Gravel de L'Émergence ainsi que Marie Nowak, metteuse en scène) a été mis sur pied dès le début afin de planifier l'évènement, l'organiser, le financer ainsi que le promouvoir. Plusieurs heures de travail ont été comptabilisées par les deux organismes

et une somme d'argent divisée à parts égales a été investie afin de rendre le projet réalisable. De plus, des partenaires financiers ont été sollicités et des commanditaires ont

été nécessaires. Huit (8) rencontres ont eu lieu afin de préparer ce spectacle à grand déploiement.

Centr'Elles a également mis sur pied un comité de participantes bénévoles pour la réalisation du décor du spectacle ainsi qu'à l'accueil la soirée même. Plusieurs heures (plus de 40) ont été nécessaires pour réaliser le décor sur scène ainsi que celui qui ornait le foyer du Quai des arts. Treize ateliers ont eu lieu précisément de l'automne 2018 au printemps 2019 pour réaliser ce décor. Ce projet collectif d'envergure a été également réalisé en collaboration avec les femmes de la Maison Mary-Grace (2<sup>e</sup> étape) de L'Émergence. Il s'agit d'une démarche artistique collective à laquelle les femmes ont travaillé fort afin de créer un décor dynamique, chaleureux et enveloppant. Durant plusieurs mois, ces femmes se sont impliquées activement afin d'appuyer la directrice artistique, Marie Nowak, dans l'élaboration de la mise en scène du spectacle. La créativité débordante, l'effort soutenu et le plaisir du travail bien fait ont permis, sans contredit, la présentation d'un décor à l'effet visuel éblouissant et incomparable pour chacune des femmes artistes qui s'est produite sur la scène.



Le thème national de cette année, « **Le respect, ça se manifeste!** », est celui choisi par le mouvement des femmes du Québec afin de souligner cet événement important.

Après des années d'austérité qui ont affecté grandement les femmes, 2018 a été une année déterminante pour le mouvement féministe partout dans le monde, comme au Québec, notamment en raison de l'ampleur de l'impact de la vague #MoiAussi ou #MeToo. L'année 2019 sera certainement marquée par l'arrivée au pouvoir d'un parti n'ayant jamais gouverné.

Face à la montée de la droite, du conservatisme, des intolérances raciales et religieuses et des inégalités, nous nous unissons pour exiger le RESPECT.

- Parce que nous sommes nombreuses à subir de la violence, à vivre dans la pauvreté, à travailler au salaire minimum, à être monoparentale, à gagner un salaire moindre malgré des compétences équivalentes ;
- Parce que nous sommes plus nombreuses à assumer les tâches ménagères, à prendre soin d'un enfant ou d'un parent malade ;
- Parce que nous sommes moins nombreuses dans les lieux de pouvoir, qu'ils soient politiques, économiques ou culturels, et moins nombreuses dans les livres d'histoire ;

- Parce que la plupart des vérités énoncées ci-hauts touchent de façon encore plus criante certaines d'entre nous qui sommes autochtones, racisées, handicapées, transgenres, en situation de pauvreté, etc ;
- Et aussi, parce qu'avec un spectacle comme celui que nous allons vous présenter aujourd'hui, nous permettons à des femmes et des filles de s'exprimer, de s'extérioriser et d'ainsi partager leurs talents, leurs espoirs et leurs rêves...

**Tant que le monde ne sera égalitaire et ouvertement féministe, nous continuerons d'exiger le respect et de manifester, sans jamais laisser aucune femme de côté.**

Des affiches promotionnelles ont été placées à travers la MRC Avignon, des courriels ont été envoyés aux membres et de l'information a été transmise par notre page Facebook afin de faire la promotion de l'activité. Aussi, Nathalie Babin a accordé six (6) entrevues : soit trois (3) à CIEU-FM, deux (2) à CHNC ainsi qu'une (1) à CHAU-TVA. Elle a fait connaître l'activité du 8 mars 2019, sensibilisant la population sur le thème choisi et les revendications quant aux inégalités que les femmes subissent encore aujourd'hui et à l'importance du respect des droits des femmes, en plus de faire la promotion de Centr'Elles.

Ce fut une expérience enrichissante et formatrice pour chacune d'entre nous, tant les femmes artistes que le comité organisateur. Nous avons vendu tous les billets de la salle du Quai des arts pour la première représentation et l'ensemble des billets pour la deuxième sans compter les nombreux commentaires positifs. C'était un moment agréable et mémorable qui nous a permis de mieux connaître l'énergie, le dynamisme et la créativité des femmes de la MRC Avignon.

De plus, le 6 mars 2019, Centr'Elles a tenu un kiosque d'information auprès des jeunes du Cégep de la Gaspésie et des Îles, campus de Carleton-sur-Mer, sur l'égalité des sexes. Cette activité de sensibilisation se déroulait en collaboration avec le CALACS La Bôme Gaspésie, la maison d'aide et d'hébergement L'Émergence et la travailleuse de milieu Maggie Lévesque, du Cégep de la Gaspésie et des Îles. Cette activité consistait à présenter un vox pop sur l'égalité des sexes auprès des jeunes. Ce vox pop a été réalisé par les étudiantEs du Cégep. Mélanie Landry y a également présenté la mission, les services et les objectifs du Centre de femmes.



Par ailleurs, Centr'Elles a collaboré avec Cinétoile à la projection du documentaire *Quand les pouvoirs s'emmêlent*, de la réalisatrice québécoise Yvonne Dufour à la salle Hydro-Québec du Quai des arts de Carleton-sur-Mer, vendredi le 8 mars 2019. Ce documentaire propose une réflexion sur les liens entre le pouvoir, la religion et les droits des femmes. La

projection a été suivie d'une discussion.

Pour conclure, nous sommes satisfaites du travail effectué et de la réponse des femmes qui ont participé au spectacle *Variétés au Féminin* ainsi que de la réponse des jeunes du Cégep et de la population en général quant à nos différentes activités et événements qui soulignaient la Journée internationale des droits des femmes. Nous pouvons affirmer c'est mission accomplie!

### **Semaine d'action des centres de femmes**

Du 23 au 27 avril 2018, les centres de femmes sont en action dans toutes les régions du Québec pour sensibiliser la population à la venue des prochaines élections provinciales et ainsi réclamer la justice sociale! En Gaspésie et aux îles-de-la-Madeleine, les cinq (5) centres de femmes de la région se mobilisent pour l'occasion. À Centr'Elles, nous avons produit une vidéo que nous avons mise sur notre page Facebook afin de dénoncer :

- Les coupures dans le réseau des services de garde, de l'éducation et du réseau de la santé ;
- Les séries de compressions à l'aide sociale ;
- La disparition de plusieurs postes bien rémunérés en région pour les femmes par la fermeture des CRÉ et des CLD ;
- La fermeture des bureaux régionaux du conseil du statut de la femme.

Pour contrer la destruction de notre filet social que la population du Québec s'est donnée et qui s'effrite au cours des années politiques néolibérales :

- Plus de services publics ;
- Plus de programmes sociaux ;
- Plus pour un milieu communautaire solide et bien implanté ;

Nous ne croyons plus aux belles promesses :

- Nous votons pour un réinvestissement massif dans les services publics ;
- Nous votons pour une plus grande accessibilité aux services publics ;
- Nous votons pour un réel plan de lutte pour éliminer la pauvreté.

Nous disons « NON » aux promesses qui laissent pour compte les femmes, les populations les plus vulnérables, qui favorisent les mieux nantis et qui mettent en danger le filet social que nous nous sommes donné après tant de luttes! Lors des prochaines élections, les centres de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine ainsi qu'à travers le Québec voteront pour la justice sociale!

## 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes

À l'occasion des Journées d'action contre la violence faite aux femmes, et dans la mouvance de l'éveil collectif du mouvement [#moiaussi](#), nous souhaitons rappeler l'importance de soutenir, d'accompagner et de fournir des ressources adaptées à toutes les femmes et les filles victimes de violence. C'est pourquoi nous appelons les Québécoises et les Québécois à unir leurs voix et réitérent l'urgence d'agir collectivement pour mettre fin à l'inacceptable.



Centr'Elles a donc participé aux 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes, soit du 25 novembre au 6 décembre 2018. Pendant ces 12 jours, les féministes de partout au Québec se mobilisent afin de sensibiliser la population à l'ensemble des violences envers toutes les femmes et afin de poser des actions concrètes pour éliminer ce fléau. Centre'Elles s'est donc inscrit dans le calendrier des activités répertoriant ainsi l'ensemble des actions qui se passent dans l'ensemble des régions du Québec.

## 23 octobre : Journée nationale de l'action communautaire autonome et Semaine nationale de visibilité de l'action communautaire autonome du 22 au 28 octobre 2018



Dans le cadre de la *Journée nationale de l'action communautaire autonome* et de la *Semaine de visibilité de l'action communautaire autonome*, qui a pour thème cette année « **Nos luttes, nos victoires !** ». Centr'Elles participe, avec la Table des organismes communautaires Avignon (TOC Avignon), à une campagne de visibilité régionale. Cette année, les organismes communautaires de la TOC Avignon décident

de produire un napperon qui est distribué dans tous les restaurants de la MRC Avignon. Sur ce napperon, on peut voir les logos et les coordonnées de tous les organismes communautaires de la MRC en plus du slogan « Je tiens à ma communauté, je soutiens le communautaire ! ».

Les principales visées de l'action communautaire autonome sont la transformation sociale, la justice sociale, la participation citoyenne et le respect des droits humains. Elle détermine les actions des organismes communautaires autonomes, transcende leurs gestes, vit dans leurs paroles et nourrit leur mission. La Semaine nationale de visibilité de l'action communautaire autonome a justement pour but de démontrer qu'à travers les avancées auxquelles elle contribue, l'action communautaire autonome, ça change votre monde !

Les violences envers les femmes revêtent les proportions d'une pandémie, car elles touchent tous les pays. Elles violent les droits et les libertés fondamentales des victimes. Les violences n'ont pas qu'un effet dévastateur sur la vie des femmes, elles touchent aussi leur famille et leur communauté. Des études menées sur les cinq continents donnent à penser qu'aucune société ne peut se prétendre épargnée par cette violence. Les violences qui s'exercent contre les femmes et les jeunes filles transcendent les frontières sociales, culturelles, ethniques et religieuses. Selon les Nations Unies, plus d'un milliard de femmes, soit une femme sur trois, seront battues, violées ou tuées par un homme qui, très souvent, partage leur vie.

#### À propos de V-Day

V-Day est un mouvement activiste mondial qui existe depuis 15 ans et dont l'objectif est de mettre un terme à la violence contre les femmes et les filles en levant des fonds et en générant une prise de conscience à travers des représentations caritatives de la pièce d'Ève Ensler « Les monologues du vagin ». En 2012, plus de 5800 événements V-Day ont été produits à travers le monde. **Le « V » de V-Day signifie Victoire, Valentine et Vagin.**

À l'occasion de cet événement, nous avons créé une page Facebook «1 milliard de femmes debout BDC» [www.facebook.com/1MilliardDeFemmesDeboutBdc](http://www.facebook.com/1MilliardDeFemmesDeboutBdc) afin de permettre à la population de s'informer. Suite à cet événement, nous avons gardé cette page Facebook. Depuis, et cela de façon régulière, nous alimentons cette page en y insérant des articles, des vidéos et des recherches qui parlent des violences faites envers les femmes partout dans le monde et ici au Québec et au Canada. Centr'Elles et Femmes en Mouvement sont tous deux gestionnaires de cette page afin de continuer de sensibiliser la population sur les injustices et les inégalités qui touchent les femmes du monde entier sur le phénomène des différentes violences faites envers les femmes. L'an passé, Centr'Elles et Femmes en Mouvement ont fait une mise à jour majeure de cette page afin d'élargir le public cible. Nous souhaitons susciter la réflexion sur les inégalités, sur les violences faites aux filles et aux femmes, sur la pauvreté ainsi que sur l'ensemble de leurs conditions de vie.

Cette année, Centr'Elles et Femmes en Mouvement ont continué d'alimenter cette page et le nombre d'abonnéEs ne cesse d'augmenter.

## Historique

Il y a six ans, les femmes membres du conseil d'administration de Femmes en Mouvement sont venues à la conclusion que, malgré leurs efforts répétés, elles ne réussissent pas à rejoindre les femmes issues des communautés autochtones et anglophones de la MRC Bonaventure. Au même moment, le Centre de femmes de la MRC Avignon fait le même constat. Nous avons donc, en collaboration avec Femmes en Mouvement, au printemps 2006, sollicité et obtenu un financement de 10 000 \$ de la Fondation Solstice.

Cet argent nous permet d'engager une animatrice-intervenante anglophone qui a comme principal mandat d'inviter les femmes anglophones et autochtones, membres et non membres, à participer à des « rencontres de cuisine », activité qui se tient déjà chez les femmes francophones. Cette activité propose aux femmes d'ouvrir leur cuisine à leurs sœurs, leurs amies, leurs collègues de travail, etc., et accueillir les travailleuses des centres pour quelques heures. Lors de ces rencontres, nous faisons une présentation de nos organismes et les participantes sont conviées à discuter des principales préoccupations et difficultés qu'elles et leurs familles rencontrent. Cette nouvelle travailleuse partage donc son temps de travail entre Centr'Elles et Femmes en Mouvement.

Ce fut un véritable succès! Plus de 170 femmes anglophones et autochtones participent à cette activité dans la Baie-des-Chaleurs. Parallèlement à ces rencontres et en collaboration avec les deux centres, un projet d'envergure est réalisé : le montage et la représentation de la pièce de théâtre « Les Monologues du Vagin ». Cela nous permet de former, pour la première fois de notre histoire, un groupe de femmes issues des trois communautés qui travaillent côte à côte pendant plusieurs semaines. Une première mondiale jouée en trois langues qui rejoint plus de 450 personnes des trois communautés.

Fortes de ce succès, les travailleuses de Centr'Elles et de Femmes en Mouvement rédigent un projet qui est déposé à Condition féminine Canada dans le cadre du Programme promotion de la femme. Ce projet, qui dure trois (3) ans et demi, se termine en décembre 2010. Ce projet consiste, entre autres, à développer un esprit d'ouverture et de partage entre les femmes francophones, anglophones et des Premières Nations. Il vise la pleine participation de ces femmes à la vie économique, sociale et culturelle de la Baie-des-Chaleurs.

Aujourd'hui, même si ce projet d'envergure avec Condition féminine Canada est terminé, et que nous n'avons plus d'intervenante-animatrice pour continuer un travail plus exhaustif avec les femmes des communautés anglophones et des Premières Nations, nous avons le souci et le désir de continuer d'entretenir des liens de qualité avec celles-ci.

Nous gardons toujours en tête l'objectif transversal de ce beau projet qui est de créer des liens de solidarité entre les femmes des communautés francophones, autochtones et anglophones de la Baie-des-Chaleurs afin d'établir un dialogue qui nous amène à une meilleure compréhension mutuelle...

En poursuivant notre travail en collaboration avec les communautés anglophones et des Premières Nations, nous essayons de tendre vers une société plus juste et plus égalitaire. Nous croyons que cela nous donne la possibilité d'inventer un monde où toutes ont une place, soit celle qui leur revient. Par des actions concrètes et des activités permettant l'échange de nos cultures respectives, nous encourageons les femmes des différentes communautés à mieux se connaître, à mieux connaître leurs droits, à les défendre et à agir sur leurs conditions de vie et celles de leur famille. Bien qu'il reste encore beaucoup de chemin, nous savons qu'il est possible de changer les choses, car nous avons déjà commencé... Et surtout, nous poursuivons sans relâche ce travail.

### **Prix hommage Chantal-Poulin**

Lors des activités entourant son 20<sup>e</sup> anniversaire de fondation à l'automne 2005, le Centre de femmes Centr'Elles lance officiellement le Prix hommage Chantal-Poulin. Par ce prix, Centr'Elles veut souligner l'apport considérable d'une de ses membres fondatrices, Madame Chantal Poulin, décédée en septembre 2002 des suites d'un cancer.



Madame Poulin s'est impliquée activement pendant plusieurs années à Centr'Elles. En 1985, elle travaille avec conviction à mettre sur pied le Centre de femmes de la MRC Avignon afin d'aider les femmes de la région à développer leur autonomie tant sociale et affective que financière. Elle a à cœur l'amélioration des conditions de vie des femmes de la Baie-des-Chaleurs.

C'est pour cette raison que Centr'Elles nomme, avec l'accord de la famille de Madame Poulin, le Prix hommage en son honneur. De plus, Madame Poulin était une artiste dans l'âme qui adorait l'art, la Gaspésie et sa nature. Centr'Elles choisit donc d'offrir comme présent à sa récipiendaire, et cela chaque année, l'œuvre d'une femme

artiste de la région. Par cette initiative, le Centre de femmes veut faire connaître, tout à la fois, une fondatrice engagée, une femme de cœur et une femme artiste.

Cette année, Centr'Elles n'a pas remis le Prix hommage Chantal-Poulin. Cette situation ayant été expliquée à l'Assemblée générale annuelle, la proposition a été faite de mettre un comité sur pied afin de réfléchir à la vocation de ce prix, de ses critères de sélection et à la viabilité d'un tel prix, etc. C'est à suivre.

### **Service d'accompagnement aux rapports d'impôts (déclaration de revenus)**

Au printemps 2019, Centr'Elles a offert un service d'accompagnement aux rapports d'impôts gratuitement à toutes les femmes ayant un revenu annuel de 25 000\$ et moins. Grâce à ce soutien, les femmes étaient assurées de bénéficier des déductions et des

crédits d'impôts auxquels elles avaient droit. Cette aide était offerte avec la collaboration de Francis Caron, professeur auprès des élèves en Techniques de comptabilité et de gestion du Cégep de la Gaspésie et des Îles – Campus de Carleton-sur-Mer, la deuxième année. Neuf (9) femmes ont reçu ce service en tout. Ce soutien aux femmes leur assurait de bénéficier des déductions et des crédits d'impôts auxquels elles avaient droit.

### Activités promotionnelles de Centr'Elles



En 2018-2019, les travailleuses font différentes promotions telles que des entrevues radiophoniques (CIEU-FM, Radio-Canada Matane, CHNC-CHGM, CIMS), télévisées (CHAU TVA, V-Télé et Télévision communautaire), ainsi que des articles, communiqués de presse et communiqués dans différents journaux quotidiens ou locaux (Le Soleil, l'Écho de la Baie, bulletins paroissiaux et municipaux) afin de promouvoir le Centre, ses activités et ses actions. Soulignons particulièrement la présence soutenue et régulière de Centr'Elles dans les différents médias. En effet, Nathalie Babin effectue huit (8) entrevues radiophoniques afin de promouvoir nos activités et Mélanie Landry participe à deux (2) entrevues radiophoniques.

De plus, il est à noter que les travailleuses doivent organiser et participer à des conférences de presse afin d'informer la population au sujet des différents projets et enjeux sur lesquels le Centre, le mouvement des femmes et le mouvement communautaire autonome travaillent de pair. Par le fait même, les travailleuses doivent donc maîtriser plusieurs dossiers ainsi que développer une bonne analyse politique afin d'être en mesure de défendre les droits et les intérêts des femmes sur la place publique.

## 4.2 Activités de participation et de concertation

### Table de concertation des groupes de femmes Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine



La Table de concertation des groupes de femmes Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine est un réseau féministe d'échanges, d'appui, d'informations et d'actions politiques. De plus, elle intervient dans toutes les situations qui mettent en jeu les intérêts et les droits des femmes et ce, au plan local et régional d'abord, puis au niveau national et international. Centr'Elles est un membre actif de la TCGFGÎM qui compte neuf (9) groupes de femmes. Une rencontre (1) rencontre de deux (2) jours et une (1) rencontre de une journée ont eu lieu au cours de l'année.

Le plan de travail porte principalement sur les axes suivants : 1- Vie associative et gestion interne 2- Défense des droits collectifs 3- Améliorer la connaissance régionale des enjeux en condition féminine 4- Intervenir sur des enjeux de condition féminine sur le territoire GÎM.

Centr'Elles est très actif comme membre au sein de la Table. Voici donc les comités où siègent les travailleuses de Centr'Elles afin de participer en toute solidarité au développement et au bon fonctionnement de ses dossiers, actions, activités et différents projets afin que la Table puisse s'assurer de notre support et de notre collaboration.

Nathalie Babin participe au comité de coordination pour sa première année d'un deuxième mandat. Elle participe à dix (10) rencontres. Ce comité travaille activement à s'assurer du bon fonctionnement de la Table, tant en respectant sa mission et ses objectifs qu'en assurant une saine gestion financière et administrative. En plus, Nathalie Babin participe au comité de mobilisation. Elle participe à une (1) rencontre. Ce comité souhaite organiser des actions de mobilisation et ainsi être dans l'action quant au respect de l'égalité entre les femmes et les hommes. Nathalie Babin participe également au comité santé des femmes. Elle participe à deux (2) rencontres. Ce comité, après avoir travaillé à sa remise sur pied, a eu une toute première rencontre officielle. Le comité conseil santé des femmes est essentiel dans la région de la Gaspésie et des îles-de-la-Madeleine afin de s'assurer que les besoins des femmes soient pris en compte sur l'ensemble du territoire.



Nathalie Babin, après avoir participé au comité Accès sages-femmes Baie-des-Chaleurs et représenté la Table de concertation des groupes de femmes au sein de cette instance, a vu une grande victoire se dessiner. En effet, la clinique sage-femme Baie-des-Chaleurs va voir le jour sous peu dans la région. Une grande

victoire pour le comité de citoyenNEs Accès Sages-femmes Baie-des-Chaleurs, qui après plus de dix (10) années à militer sans relâche en faveur d'un tel service, se voit enfin exhaussé !

En conclusion, les travailleuses de Centr'Elles participent également tout au long de l'année aux différentes formations ainsi qu'aux différents événements mettant de l'avant le travail et les outils produits par la Table de concertation des groupes de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine.

## Table régionale des centres de femmes de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine et l’R des centres de femmes du Québec

Centr’Elles se concerte avec les centres de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine (Femmes en Mouvement, Femmes Entre-Elles, le Regroupement des femmes La Sentin’elle et le Regroupement des femmes de la Côte-de-Gaspé) de façon formelle et structurée. Les centres sont amenés à discuter de dossiers et à poser des actions appuyant ainsi le travail politique de son regroupement, soit l’R des centres de femmes du Québec. Durant l’année, les travailleuses participent à deux (2) rencontres des centres de femmes de la Gaspésie et des Îles et à une (1) conférence téléphonique au cours de laquelle elles discutent de dossiers politiques régionaux concernant les femmes. C’est aussi l’occasion d’échanger sur nos pratiques et de se donner des outils pour améliorer le fonctionnement des centres de femmes.



Cette année, Centr’Elles, comité d’action des femmes d’Avignon s’est porté volontaire pour servir de courroie de transmission entre l’R et notre région à travers différents webinaires qui servaient à s’outiller et s’alimenter concernant nos actions. Nathalie Babin a donc participé à deux (2) webinaires portant sur la campagne « Donne-toi de l’R » afin de préparer et coordonner les actions à travers la province tout au long de l’année. Suite à

l’analyse et l’évaluation du mode de fonctionnement de notre Table régionale, nous avons mis en place de nouvelles façons de fonctionnement afin de dynamiser et bonifier notre structure de concertation. Ce fut un bel exercice. Finalement, nous nous sommes approprié et nous avons régionalisé les éléments promotionnels de la semaine nationale d’action des centres de femmes du Québec, du 23 au 27 avril 2018, pour revendiquer un réinvestissement massif dans les services publics, pour sensibiliser la population à la venue des prochaines élections provinciales et ainsi réclamer la justice sociale !

Les centres de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine, tout comme beaucoup de centres de femmes du Québec, font partie de l’R des centres de femmes du Québec. Ce regroupement national compte quatre-vingt-quinze (95) centres de femmes membres de partout à travers la province.

Cette année, l’R et les centres de femmes du Québec ont réalisé les activités suivantes :

### Activités régulières :

1. Participation à la vie associative ;
2. Participation aux rencontres régionales ;
3. Appui aux différentes luttes selon la conjoncture sociopolitique ;
4. Journée nationale des centres de femmes du Québec (1<sup>er</sup> mardi d’octobre) ;

5. Mobilisation (manifestations, visites aux députéEs, activités spéciales) ;
6. 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes (du 25 novembre au 6 décembre 2018) ;
7. Participation au congrès et à l'Assemblée générale annuelle ;
8. Répondre aux demandes d'information, aux consultations et aux enquêtes.



Cette année, le trente-quatrième (34<sup>e</sup>) congrès de l'R des centres de femmes du Québec se tenait du 12 au 14 juin 2018 dans la ville de Rimouski. Durant ce congrès, les travailleuses participent à l'assemblée générale annuelle ainsi qu'à différents ateliers afin de consolider et développer ses pratiques d'intervention et cela, dans l'avancement de l'action collective. Nathalie Babin et Mélanie Landry ont participé à ce congrès ainsi que

quatre (4) membres du comité de coordination. C'est également un moment de ressourcement et de réflexion sur ce qui nous rassemble et fait la force de notre réseau : le travail quotidien des femmes, les mandats des centres, notre projet féministe dans une perspective de transformation de la condition des femmes et au cœur de tout ce projet, le travail au quotidien avec les femmes.

En 2018, c'est sous le thème : « #LRVISIBLE » que les quatre-vingt-sept (87) centres de femmes du Québec réfléchissent. La programmation proposait donc une série d'ateliers permettant d'échanger sur nos pratiques féministes, de réfléchir à des questions d'actualité et de se partager nos trucs, de manière à insuffler un peu d'R à nos milieux de vie. Nous avons, entre autres, réfléchi à nos pratiques de communications et nos moyens de mobilisation pour les rendre plus actuels et plus efficaces. Comment les technologies de l'information et des communications peuvent être utilisées pour soutenir la mission des centres de femmes, que ce soit pour briser l'isolement des femmes, pour intervenir individuellement ou en groupe ou encore pour faire des actions collectives.

### **Table des organismes communautaires de la MRC Avignon (TOC) et Regroupement des organismes communautaires Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine**

Les organismes communautaires sont rassemblés au sein du ROCGÎM afin de se doter d'un outil qui permet la concertation ainsi que la défense et la promotion de l'action communautaire autonome en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine. De plus, les organismes communautaires se retrouvent via les différentes tables des organismes (TOC) dans chacune des MRC à travers la Gaspésie et les Îles. Centr'Elles fait donc partie de la TOC Avignon qui s'est réunie à trois (3) reprises. La TOC Avignon regroupe plus de vingt (20) organismes de tous les secteurs d'activités confondus.

Voici les principales actions menées par la Table des organismes communautaires de la MRC Avignon :

### ✓ **La rentrée du communautaire – la campagne électorale**

Le 14 septembre 2018, le Centre d'action bénévole St-Alphonse/Nouvelle et le ROCGÎM ont organisé la rentrée des organismes communautaires. Il s'agissait d'une rentrée mobilisatrice pour l'ensemble des organismes communautaires de la TOC Avignon et Bonaventure. Nous en avons profité pour lancer le logo officiel de la TOC Avignon en plus de recevoir chacunE des candidatEs aux différents partis dans la course aux élections provinciales d'octobre 2018. Nous étions invitéEs à participer avec les participantEs ainsi que les membres de nos conseils d'administration respectifs lors d'un événement festif et accueillant en pleine campagne électorale. Les médias étaient invités et plusieurs entrevues ont été réalisées afin de faire connaître l'action communautaires autonomes et ses enjeux. De plus, les candidatEs étaient invitéEs à prendre la parole afin de répondre à des questions précises sur les enjeux du mouvement communautaire. Une terrasse était installée avec musique d'ambiance, hots -dogs, blé d'inde, breuvage gratuit pour toutes et tous. Deux travailleuses de Centr'Elles y ont participé avec 5 participantes. Il est à noter que plusieurs membres de Centr'Elles étaient présentes à titre de bénévoles et militantes. Nathalie Babin a fait une entrevue en direct à CIEU-FM afin de promouvoir Centr'Elles et l'événement.

### ✓ **Comité transitoire en développement social**

Le 29 janvier 2019, Nathalie Babin a participé à sa première rencontre au comité transitoire en développement social afin d'y représenter les membres de la TOC Avignon. Ce comité a pour but de mettre en place le plan de communauté en développement social dans la MRC Avignon afin d'agir ensemble pour notre monde dans notre MRC et ainsi améliorer la qualité et les conditions de vie des citoyenNEs. De ce plan de communauté découle de grands thèmes tels que : Vitalité et occupation du territoire, Développement des compétences, Bien-être individuel et collectif et Pauvreté et besoins de base. Nathalie Babin a participé à une (1) rencontre.

### ✓ **Assemblée générale spéciale**

Le 8 mai 2018, Nathalie Babin a participé à l'assemblée générale spéciale du ROCGÎM au Centre culturel à Paspébiac. Cette assemblée avait pour but d'informer ses membres sur les orientations ministérielles du PSOC, de la gestion régionale de celui-ci ainsi que des postures stratégiques prévues afin d'évaluer le réel positionnement des membres et des suites à donner.

Cette année, Nathalie Babin participe à la journée d'orientation et à l'assemblée générale annuelle qui se tiennent les 26 et 27 septembre 2018 au Club de golf à Ste-Anne-des-Monts. Lors de ces deux (2) journées, le ROCGÎM et ses membres ont, entre autres, discuté de : 1. PSOC mission globale / orientations ministérielles PSOC 2. Développement

social régional 3. Présentation / conférence de Yv Bonnier-Viger, directeur de la Santé publique en Gaspésie 4. Mobilisation et promotion.

Il est à noter que Nathalie Babin est membre du comité de mobilisation du ROCGÎM, jusqu'en septembre 2018. Elle est représentante de la TOC Avignon au sein du comité. Elle a participé à deux (2) rencontres en personne et à une (1) rencontre sur la plateforme Zoom. Les mandats de ce comité sont, entre autres : Organiser les actions prévues au plan de mobilisation du ROCGÎM ; favoriser et supporter les actions de mobilisation des membres ; travailler à la vulgarisation des informations et des enjeux de l'action communautaire autonome et enfin, au besoin, assurer une représentation politique.

De plus, Nathalie Babin a également fait partie du comité délégation TOC qui avait pour but de revoir et clarifier les différents mandats de délégation à la TOC à travers sa politique de délégation déjà existante. Elle a participé à deux (2) rencontres de ce comité avant de présenter le document révisé à l'ensemble des membres pour le valider.



Le 17 octobre 2007, Centr'Elles et Femmes en Mouvement invitent différents organismes communautaires et citoyenNEs à venir manifester devant les bureaux de la vice-première ministre et députée de Bonaventure, Madame Nathalie Normandeau. Cette mobilisation a pour but de sensibiliser la ministre et la population aux préjugés qui persistent sur les personnes vivant en situation de pauvreté et dénoncer les différentes situations que rencontrent ces personnes dans la vie de tous les jours.

C'est à la suite de cette manifestation que l'idée de nous regrouper autour de la problématique de la pauvreté nous est venue. Nous avons donc invité des organismes communautaires, différentes instances et des personnes vivant en situation de pauvreté à se joindre à nous afin d'instaurer un comité régional en Gaspésie du Collectif pour un Québec sans pauvreté. Ce collectif s'est donné comme mission d'être un mouvement et un espace citoyen nous permettant de parler d'une voix commune de l'impact de la pauvreté dans notre région et des solutions que nous souhaitons mettre de l'avant pour agir de façon concrète contre celle-ci. Nous avons invité toutes ces personnes à une première rencontre le 31 janvier 2008 afin de faire la petite histoire du Collectif pour un Québec sans pauvreté. Plusieurs organismes communautaires, organisations syndicales, comités de pastorales et personnes vivant en situation de pauvreté y ont participé. C'est ainsi que naît le 6 mai 2008 le Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté. Nous voulons qu'il soit à la fois un mouvement et un espace citoyen qui vise à générer de façon pluraliste et non partisane, avec les personnes en situation de pauvreté et toute personne ou organisation qui veut contribuer, les conditions nécessaires pour établir les bases permanentes d'un Québec sans pauvreté. La naissance de ce collectif nous permet aussi de faire partie d'un **Collectif pour un Québec sans pauvreté** et d'ainsi participer plus efficacement aux différentes actions proposées par cet organisme national afin d'élargir solidairement avec l'ensemble du Québec.

Rappelons qu'en novembre 2000, à la suite d'une consultation populaire panquébécoise, le **Collectif pour un Québec sans pauvreté** dépose une proposition de loi pour l'élimination de la pauvreté au Québec. Deux ans plus tard, l'Assemblée nationale adopte à l'unanimité la loi visant à lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale. Nous comptons, au 31 mars 2018, dix-sept (17) organismes membres et cinq (5) membres individuels. Nous nous sommes rencontrés à quatre (4) reprises au cours de l'année.

Cette année, le Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté a principalement travaillé à :

### ✓ Rencontre avec Yv Bonnier-Viger, directeur de la Santé publique de la Gaspésie

Le 3 mai 2018, les membres du Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté rencontraient Monsieur Bonnier-Viger pour connaître les tenants et aboutissants d'un projet pilote sur le revenu minimum garanti qui pourrait être à l'essai en Gaspésie. Monsieur Bonnier-Viger a travaillé avec des collègues de travail à développer l'idée d'un tel projet afin d'améliorer les conditions de vie des personnes vivant en situation de pauvreté en Gaspésie mais aussi éventuellement pour l'ensemble du Québec.

Monsieur Bonnier-Viger voulait également connaître l'opinion du Collectif face à un tel projet ainsi que valider l'ensemble des enjeux reliés à l'implantation d'un revenu minimum garanti pour l'ensemble des citoyenNEs de notre milieu.

### ✓ La nuit des sans-abris

Le Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté a participé, le 18 octobre 2018, à la Nuit des sans-abris qui se voulait un événement de sensibilisation à la situation de la pauvreté, de désaffiliation sociale et d'itinérance, problématique qui concerne de plus en plus de québécoisEs.

Cette action, organisée en avant du Quai des arts de Carleton-sur-Mer par la travailleuse de milieu du Cégep de Carleton-sur-mer, se voulait une activité d'éducation populaire en lien avec les conditions de vie des personnes démunies. Plusieurs personnes-ressources du milieu prenaient la parole pour décrire le visage de la pauvreté dans la Baie-des-Chaleurs et ainsi soulever différents enjeux liés à la lutte à la pauvreté. Mélanie Landry y a participé pour représenter Centr'Elles ainsi que 3 femmes membres.

### ✓ Participation à la rencontre du Collectif pour un Québec sans pauvreté les 28 et 29 novembre 2018 à Québec

Le 28 et 29 novembre 2018, Mélanie Landry a participé à la rencontre régulière du Collectif pour un Québec sans pauvreté à Québec. Elle y a représenté le Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté afin d'assurer le lien entre le collectif national et le collectif régional. Cette rencontre a permis de faire un suivi des principaux dossiers et des actions qui en découlent quant à lutte à la pauvreté et à l'exclusion sociale ainsi qu'en lien avec la lutte aux préjugés. Elle a également fait un suivi quant aux principaux enjeux qui préoccupent notre région.

### ✓ Campagne des cartes de Noël « La pauvreté : Une loterie qui ne fait que des perdants! »



Voulant établir une tradition, le Collectif profite encore une fois de l'approche du temps des Fêtes pour lancer une campagne de sensibilisation. Développées avec l'objectif de sensibiliser le plus grand nombre de personnes aux enjeux de la pauvreté ainsi qu'à la nature politique de ces derniers, les quatre cartes de Noël du Collectif mettent en images ces cibles prioritaires.

La campagne du temps des Fêtes du Collectif sous forme de cartes postales est de retour pour une sixième année d'affilée.

**POUR ÉLIMINER LA PAUVRETÉ, CE N'EST PAS DE CHANCE QUE LE QUÉBEC A BESOIN, MAIS DE VOLONTÉ POLITIQUE.**

Pour le Collectif, la campagne des cartes de Noël est devenue une belle tradition du temps des Fêtes pour essayer de sensibiliser la population à la pauvreté et à l'exclusion sociale au moyen d'une série de cartes postales de Noël.

Elles peuvent tout simplement servir à transmettre vos vœux de Noël à vos proches, mais elles peuvent aussi contribuer à alimenter les discussions familiales pendant les Fêtes.

Elles peuvent même être utilisées comme outil de sensibilisation pour le grand public ou des femmes et des hommes politiques.

Chaque année, par exemple, le Collectif envoie ses cartes de Noël aux 125 députés québécois. Vous aussi pourriez décider de faire parvenir des cartes aux députés ou aux ministres de votre choix pour leur rappeler leurs responsabilités en matière de lutte à la pauvreté, aux inégalités et aux préjugés envers les personnes en situation de pauvreté.

Plusieurs groupes profitent de la campagne des cartes de Noël pour organiser des activités de distribution à l'entrée d'un centre commercial, à un coin de rue ou au bureau. L'objectif est que les cartes circulent le plus largement possible.

Centr'Elles a distribué 600 cartes de Noël sur le territoire de la MRC Avignon quelques semaines avant Noël (en novembre et décembre). Le Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté en a distribué plusieurs milliers sur tout le territoire gaspésien.

Le 5 avril 2014, le Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté a créé sa page Facebook afin d'informer et sensibiliser la population sur les enjeux liés à la pauvreté et l'appauvrissement, sur les nombreux préjugés que vivent les gens vivant en situation de pauvreté. Nathalie Babin est l'une des administratrices de cette page Facebook. Elle travaille donc à l'alimenter de façon régulière afin que celle-ci demeure animée et ainsi s'assurer d'une visibilité sur le Web. Trois (3) rencontres du Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté ont eu lieu cette année et une (1) conférence téléphonique.

De plus, depuis avril 2018, Nathalie Babin est membre du comité exécutif du Collectif pour un Québec sans pauvreté. Actif depuis 1998, le Collectif pour un Québec sans pauvreté regroupe 37 organisations nationales québécoises, populaires, communautaires, syndicales, religieuses, féministes, étudiantes, coopératives ainsi que des collectifs régionaux dans la plupart des régions du Québec. Des centaines de milliers de citoyenNES adhèrent à ces organisations qui ont dans leur mission la lutte à la pauvreté, la défense des droits et la promotion de la justice sociale. Depuis le début, le Collectif travaille en étroite association AVEC les personnes en situation de pauvreté. Nathalie Babin a participé à deux (2) rencontres à Québec et une (1) par vidéo-conférence cette année.

## Réseau des Alliés LGBT



À Centr'Elles, nous sommes membres du Réseau des Alliés LGBT (lesbiennes, gais, bissexuelLEs et transgenres) de la Gaspésie et des îles-de-la-Madeleine. Les intervenantes sont des personnes-ressources ouvertes, informées et sensibles aux difficultés, aux attentes, aux besoins et aux réalités vécues par les personnes LGBT de notre région.

Nous sommes donc en mesure de connaître et comprendre les personnes LGBT afin qu'elles puissent recevoir, en toute confiance, l'aide et les services que le Centre de femmes est en mesure de leur offrir. Les travailleuses participent aux différentes formations offertes par le Réseau des alliés. Elles souhaitent répondre aux besoins et comprendre les réalités des femmes lesbiennes qui viennent au Centre. De plus, les intervenantes de Centr'Elles ont rendu visible, à l'intérieur du Centre, l'affichette « Bienvenue à la diversité sexuelle » ainsi que le drapeau « Arc-en-ciel » afin que les personnes LGBT puissent comprendre qu'elles sont les bienvenues.

## Table multisectorielle pour contrer les abus envers les personnes âgées de la Baie-des-Chaleurs

La table multisectorielle pour contrer les abus envers les personnes âgées de la Baie-des-Chaleurs regroupe une quinzaine de partenaires du milieu communautaire, institutionnel, de la santé et des services sociaux, ainsi que d'autres organismes des MRC d'Avignon et de Bonaventure. Le Collectif s'est donné comme mission de « regrouper les personnes et les organismes qui s'intéressent à la prévention de l'abus et de maintenir les liens entre eux, de sensibiliser la population à la problématique de l'abus et de favoriser la diffusion de l'information sur les abus et sa prévention.

Depuis l'automne 2017, Nathalie Babin participe à cette table afin d'y représenter les femmes âgées de la Baie-des-Chaleurs. Cette instance souhaite s'outiller, s'informer et se réseauter afin de mettre en lumière les différents enjeux auxquels font face les âgées. Nathalie Babin a participé à une (1) rencontre de cette table.

## Forum de la Fédération des maisons d'hébergement pour femmes sur l'intervention féministe intersectionnelle.

Les 16 et 17 octobre 2018 s'est tenu le Forum sur l'intervention féministe intersectionnelle « Collaborer pour mieux intervenir : créer des ponts et outiller les milieux pour accompagner les femmes violentées vivant de multiples problématiques sociales ». Plus de 200 travailleuses sociales, directrices et membres d'organismes partenaires étaient

réunies pendant ces deux (2) journées pour discuter des enjeux entourant les violences envers les femmes dans une perspective d'intervention féministe intersectorielle. Nathalie Babin y a participé afin de représenter les centres de femmes membres de l'R des centres de femmes du Québec, les centres de femmes de la Gaspésie et les Îles-de-la-Madeleine et la vision des régions.

### Comité vie communautaire, santé et bien-être

Centr'Elles fait partie de ce comité chapeauté par la MRC Avignon comme acteur de développement social. Ce comité qui a pour objectif le bien-être individuel et collectif des individuEs de notre communauté travaille à développer la vie communautaire dans un souci d'intégration et de soutien social. De plus, ce comité vise à permettre à la population de vivre dans un environnement qui leur assure la santé, le bien-être et la sécurité. Centr'Elles participe en ayant le souci de faire transparaître les enjeux concernant les conditions de vie des femmes et les enjeux qui y sont rattachés.

### Conférence « Destination confiance » de Karène Larocque



Le 23 octobre 2018 a eu lieu la conférence « Destination confiance » de Karène Larocque. Centr'Elles a participé en collaboration avec l'organisme Nouveau Regard en organisant chacun un kiosque d'information sur nos organismes respectifs. Il s'agit d'une collaboration constructive avec Karène Larocque, psychologue à la promotion d'une bonne santé mentale. Une partie de la vente des billets a été remise à chacun des deux (2) organismes. Deux travailleuses de

Centr'Elles ont participé en plus de plusieurs membres de Centr'Elles qui étaient présentes à la conférence.

### Collaboration avec les différents partenaires du milieu

**Du 7 au 13 mai 2018 :** Centr'Elles a participé à la chronique « Objectif santé » dans le journal Écho de la Baie afin de sensibiliser la population à la Semaine de la santé mentale du 7 au 13 mai 2018 ayant pour thème : « Agir pour donner du sens ». Le mouvement met ainsi l'accent sur l'une des sept (7) astuces (agir, ressentir, s'accepter, se ressourcer, découvrir, choisir, créer des liens) proposées l'an dernier pour nous permettre de « recharger nos batteries » et de préserver notre bien-être mental.

**Le 10 mai 2018 :** Le centre de femmes Centr'Elles et la maison d'aide et d'hébergement L'Émergence ont organisé, au Quai des arts de Carleton-sur-Mer, un 5 à 7 afin de célébrer la réussite du spectacle et mettre en lumière le travail des femmes artistes et des femmes

qui ont participé au décor dans le cadre du spectacle *Variétés au Féminin*. Une projection vidéo du spectacle a été présentée et un goûter a été servi.

**Le 17 septembre 2018 :** Le Bureau d'aide à la résistance citoyenne et sa caravane « La Gaspésie à cœur, le tour de la question : eau et hydrocarbures », nous ont fait parvenir une lettre de remerciement pour notre collaboration quant à l'organisation de leur tournée. Des conférences, des causeries et des témoignages ont eu lieu dans 6 villes et municipalités, permettant de rencontrer plus de 250 résidents et résidentes de la Gaspésie.

**Le 16 janvier 2019 :** Mélanie Landry de Centr'Elles et Katherine Gravelle de la maison d'aide et d'hébergement L'Émergence ont organisé un après-midi et une soirée pour accueillir les femmes artistes du spectacle *Variétés au Féminin* afin de remettre tous les documents nécessaires et les informations pertinentes à la bonne marche du spectacle.

**Le 5 février 2019 :** Centr'Elles reçoit Madame Véronique Gauthier, sage-femme et coordonnatrice du Service sage-femme dans la Baie-des-Chaleurs. Elle vient nous présenter son travail qui consiste à implanter une clinique Sage-femme dans la Baie-des-Chaleurs, en plus de tous les services que cette clinique offrira aux familles. De plus, elle souhaite connaître la mission et les services du centre de femmes.



### 4.3 Appuis divers et activités de consultation

Tout au long de l'année, nous avons effectué diverses demandes d'appui. Plusieurs lettres, télécopies et courriels sont envoyés afin d'appuyer des causes, des organisations et autres qui travaillent à améliorer la qualité de vie des femmes et de la population en général, à défendre leurs droits ainsi qu'à faire valoir la justice, l'équité, la liberté, la solidarité et la paix pour tous et toutes.

Voici quelques exemples :

APPUIS DIVERS		
DATE	DESTINATAIRES	OBJETS
27/08/18	Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN)	Pétition en ligne : Nous refusons que le retour de l'éducation à la sexualité soit un rendez-vous manqué!
22/11/18	Coalition de groupes communautaires, syndicaux et étudiantEs	Déclaration commune pour le salaire minimum à 15 \$ l'heure
22/01/19	Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF)	CA\$\$\$H Horizon budget pour hausser le financement des organismes communautaires autonomes en santé et services sociaux
28/01/19	Finances Québec, Ministère des Finances – Éric Girard	Consultations pré-budgétaires
18/02/19	Réseau québécois de l'action communautaire autonome (RQ-ACA)	Campagne « J'aime le communautaire »
20/03/19	Le Plaisir des mots	Appui au projet « Gagnant sur toute la ligne » qui s'adresse aux gens analphabètes

# Gestion administrative et démocratique



## 5. Gestion administrative et démocratique

### 5.1 Comité de coordination

Plusieurs fois au cours de l'année, le comité de coordination se rencontre pour déterminer les activités, les évaluer, prendre connaissance des différents dossiers, discuter, prendre position et coordonner tout ce qui concerne les affaires du Centre.

C'est avec beaucoup de générosité que les membres du comité de coordination contribuent à améliorer la situation de Centr'Elles et s'assurent que les actions entreprises répondent adéquatement aux besoins des femmes du milieu. De nombreuses heures bénévoles sont consacrées à la lecture de documents, à la rédaction des procès-verbaux, à la supervision des états financiers, à la collaboration dans l'organisation d'activités et à la participation aux sous-comités.

Soucieuses de remplir leur mandat avec toute l'efficacité et la rigueur que cela exige, les membres du comité de coordination participent activement aux nombreuses discussions et réflexions afin de garder le cap sur des orientations en lien avec la mission de Centr'Elles.

Le comité de coordination est également un lieu d'apprentissage à la vie démocratique et à l'analyse féministe des événements de l'actualité. Cet apprentissage est essentiel afin de comprendre les enjeux importants pour les femmes d'ici et d'ailleurs. Il y a eu au cours de l'année 2018-2019 six (6) réunions ordinaires du comité de coordination.

De plus, les travailleuses et les membres du comité de coordination se sont organisées un souper de Noël afin de garder les liens et de se voir dans un autre climat que celui du travail.

L'Assemblée générale annuelle est une étape importante dans la vie associative de notre organisme. C'est à ce moment que l'ensemble des membres est appelé, entre autres, à se prononcer sur des priorités à retenir pour l'année qui suit. L'Assemblée générale annuelle nécessite une préparation importante. C'est l'heure des bilans de toute une année! La rédaction du rapport d'activités ainsi que la préparation des états financiers demandent un temps appréciable.

<b>Nombre de femmes présentes à l'assemblée générale annuelle le 7 juin 2018 :</b>	<b>31</b>
--	-----------

## 5.2 Équipe des travailleuses

L'équipe des travailleuses doit se rencontrer régulièrement afin de garder une constance et une continuité dans le travail. Ces rencontres visent à planifier et coordonner le travail, à se transmettre de l'information et à se donner un temps d'échange à la fois sur différentes situations problématiques qui peuvent survenir au Centre, ainsi que sur ce que les travailleuses vivent et ressentent. Il y a eu plus d'une dizaine de rencontres d'équipe cette année. Plusieurs autres rencontres informelles ont eu lieu afin de permettre le suivi de plusieurs dossiers, événements, actions et projets tout au long de l'année.

Il est également à noter que plusieurs rencontres de planification et d'évaluation du travail ont lieu entre chacune des travailleuses et la coordonnatrice afin de s'assurer d'atteindre les objectifs visés quant aux différents projets et aux différents dossiers faisant partie intégrante du plan d'actions de Centr'Elles pour l'année en cours.

## 5.3 Finances

### Gestion financière

La gestion financière comprend la tenue de livres, les versements de l'employeur, le réajustement dans les prévisions budgétaires, les paies, le paiement des factures, etc. La gestion financière exige un temps appréciable au cours de l'année. Un travail rigoureux est effectué dans la tenue de la comptabilité courante afin de s'assurer de la plus grande transparence et d'une saine gestion financière. À la fin de l'année financière, tout ce qui concerne les finances doit être préparé et fermé pour qu'ensuite la firme comptable procède à la vérification.

De plus, Nathalie Babin continue de faire la mise à jour régulière du guide de gestion de Centr'Elles (version papier et informatisée) afin de réunir dans un même cartable tous les documents nécessaires au bon fonctionnement et à la bonne gestion du Centre de femmes. La création d'un tel outil de travail est indispensable afin de :

- Permettre l'accessibilité à tous les documents utilisés quant au fonctionnement et la saine gestion tant des ressources humaines et matérielles que financières ;
- Assurer la continuité et l'efficacité dans le travail de gestion lorsque la coordonnatrice doit être remplacée ;
- Permettre l'accessibilité de l'ensemble des documents à chacune des employées ainsi qu'aux membres du comité de coordination afin d'assurer une démocratisation de la gestion ;
- Assurer un accueil préparé et organisé pour toute nouvelle employée, membre du comité de coordination, bénévole et militante.

## Demandes de financement

Nous avons, au cours de l'exercice, envoyé des demandes à nos bailleurs de fonds habituels dont le Programme de soutien aux organismes communautaires du Centre intégré de santé et des services sociaux de la Gaspésie. Il est à noter que cette année, le Centre de femmes Centr'Elles s'est vu féliciter par le Centre intégré de santé et des services sociaux de la Gaspésie pour la qualité de son rapport d'activités suite à la reddition de compte 2017-2018 effectuée à partir des grilles d'analyse du Programme de soutien aux organismes communautaires. Centr'Elles a donc répondu à tous les éléments et les exigences demandés par le CISSS de la Gaspésie. Le Centre de femmes a eu le commentaire suivant : « Excellente reddition de compte qui démontre le dynamisme de l'organisme au sein de sa communauté ».

De plus, cette année, Centr'Elles a fait, conjointement avec la Maison d'aide et d'hébergement « l'Émergence, des demandes d'aide financière à certains partenaires concernant le spectacle du 8 mars (Journée internationale des femmes) : *Variétés au Féminin*. Il s'agit de demandes pour de petits montants soit au Député Monsieur Rémi Massé, au député Monsieur Sylvain Roy, Innergex, la MRC Avignon sous le fonds d'engagement social ainsi que la Caisse Desjardins de Tracadieche. Ces demandes de financement totalisent environ une somme de 3000\$.

## Entretien du bâtiment

Dans les dernières années, le comité de coordination a affecté des sommes afin de s'assurer d'un entretien adéquat de notre bâtiment. Suite à l'achat de celui-ci, il y a 5 ans déjà, le comité de coordination avait le souci de s'assurer de garder le Centre de femmes en excellent état. C'est pourquoi au printemps et à l'automne 2018, la coordonnatrice, appuyée du comité de coordination, a procédé à quelques travaux d'entretien. En effet, l'équipe s'est occupée de faire la réfection du toit (changement du bardeau d'asphalte), de peindre la bordure d'aluminium qui fait le tour de la toiture ainsi que de réparer le crépi du solage et le repeindre. Il ne va pas sans dire que ces travaux ont donné un air de jeunesse au Centre de femmes qui en avait bien besoin après plus de vingt ans d'existence. D'autres travaux seront à venir tout comme d'autres sommes ont été affectées, et cela dès la rencontre du comité de coordination du 29 novembre 2018.

## 5.4 Assurances collectives et régime de retraite par financement salarial des groupes communautaires et des femmes

Le Centre de femmes Centr'Elles et ses employées ont conjointement décidé d'adhérer à des assurances collectives ainsi qu'à un régime de retraite. L'employeur et les employées cotisent chacun leur part afin d'assurer des protections appropriées ainsi qu'un avenir adéquat. Cette décision commune s'inscrit dans la volonté d'améliorer les conditions de vie de ses travailleuses, soit en adhérant à des valeurs véhiculées depuis plusieurs années par le mouvement des femmes et le mouvement communautaire.

Depuis 2006, le Centre de femmes avait un régime de retraite simplifié avec Sécurité financière Desjardins. Au mois de novembre 2012, les travailleuses ont décidé d'un commun accord de cotiser au Régime de retraite par financement salarial des groupes communautaires et de femmes (RRFS-GCF). Les travailleuses souhaitaient un régime de retraite plus adapté à leurs besoins.

De plus, Nathalie Babin fait partie du comité de retraite par financement salarial des groupes communautaires et des femmes (RRFS-GCF) à titre de représentante des personnes inactives.

ÉluEs par l'assemblée annuelle des personnes participantes et des employeurs, le comité de retraite (en quelque sorte le comité de coordination) est composé de treize (13) personnes.

<b>7 600 participantEs</b>	<b>734 groupes</b>	<b>135 retraitéEs</b>	<b>69 millions en caisse</b>
----------------------------	--------------------	-----------------------	------------------------------



Le Régime de retraite des groupes communautaires et de femmes est un outil collectif pour améliorer la sécurité du revenu à la retraite des personnes salariées des groupes communautaires et de femmes, des entreprises d'économie sociale et des organismes à but non lucratif du milieu culturel.

Ce régime vise à assurer la sécurité du revenu des travailleuses et des travailleurs des organismes communautaires au moment de leur retraite, compte tenu du montant modeste des prestations provenant des régimes publics. Il vise à éviter que les personnes salariées des groupes communautaires et de femmes, après avoir consacré leur vie à améliorer la qualité de vie des populations et à la défense de leurs droits, ne se retrouvent pas elles-mêmes pauvres lors de leur retraite. L'objectif : développer un outil qui permette aux travailleuses et travailleurs du

communautaire de sortir de la pauvreté et de vivre leur retraite dans la dignité. Nathalie Babin a participé à trois (3) rencontres de 2 jours à Montréal cette année.

En conclusion, Centr'Elles souhaite un très joyeux anniversaire au Régime de retraite des groupes communautaires et de femmes qui a dix (10) ans cette année. Longue vie!

# Action bénévole et militante



## 6. Action bénévole et militante

L'action bénévole et militante est un apport considérable au Centre de femmes. En effet, sans la participation et la contribution inestimable de ses bénévoles, le Centre ne serait pas tout à fait ce qu'il est présentement. Depuis quelques années, Centr'Elles a connu plusieurs bénévoles généreuses et disponibles.

À Centr'Elles, plusieurs dizaines de bénévoles et militantes ont gravité autour du Centre de femmes. Il y a eu les membres du comité de coordination ainsi que les femmes qui se sont impliquées dans l'organisation du 8 mars (*Journée internationale des droits des femmes*) et du spectacle *Variétés au Féminin*, du 6 décembre (*Journée de commémoration et d'action contre les violences faites envers les femmes*), du 17 octobre (*Journée nationale contre la pauvreté et l'exclusion sociale et Journée mondiale du refus de la misère*) et le 23 octobre (*Journée nationale de visibilité de l'action communautaire autonome*). De plus, il y a toutes celles qui ont participé aux différentes manifestations et qui ont aidé à préparer et animer les activités éducatives (les causeries, la journée santé des femmes, le souper communautaire de Noël, etc.), ainsi que toutes les autres femmes qui nous ont aidées au Centre lors d'envois postaux ou lors d'événements particuliers.

Il nous semble important de souligner tout le travail qui se fait à travers l'action bénévole et militante de notre Centre de femmes. Sur ce, nous souhaitons remercier personnellement toutes celles qui se sont impliquées à la réalisation et à l'avancement de la mission de notre organisme, à défendre avec ferveur les droits et les intérêts de toutes les femmes. Votre appui et vos encouragements sont incommensurables ! Sans vous toutes, ça ne serait pas pareil.

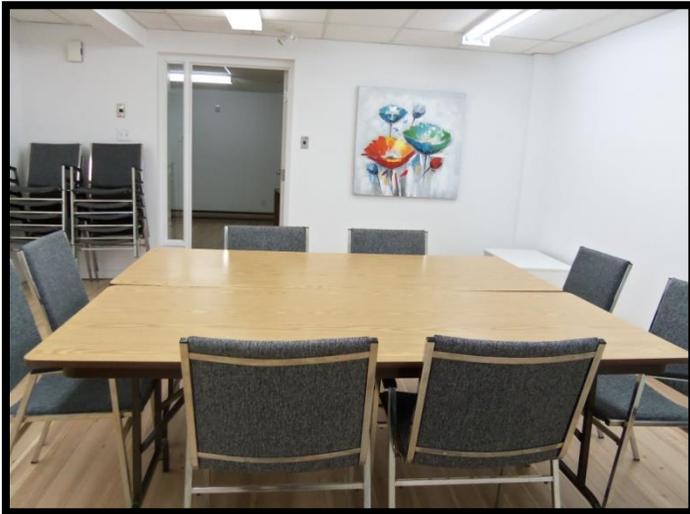
<b>75 bénévoles et militantes</b>	<b>Toutes associées à diverses tâches d'organisation d'activités ou de gestion</b>	<b>Total : (+ ou -) 750 heures de travail</b>
-----------------------------------	--	---

# Une implication, un rayonnement



## 7. Une implication, un rayonnement

### 7.1 Le prêt de notre local



Suite à l'achat du nouveau bâtiment, le Centre de femmes a voulu faire profiter la communauté de cette acquisition. Cette ancienne caisse populaire qui se voulait une coopérative appartenait à ses membres. Pour Centr'Elles, ce bâtiment doit continuer de servir à la population. C'est pourquoi nous prêtons ce local à différents organismes qui tout comme nous, s'impliquent et rayonnent dans la communauté de par leur mission ainsi qu'en

travaillant avec les gens à la base.

Voici les organismes auxquels nous avons prêté notre local :

#### **Table de concertation des groupes de femmes GÎM**

Avril 2018 – Comité de coordination

Mai 2018 – Entrevue télévisée

Mai 2018 - Comité de coordination

15,16 et 17 mai 2018 – Rencontre régulière, assemblée générale annuelle, journée réflexion sur la campagne électorale

Septembre 2018 – Rencontre des travailleuses

#### **Table des organismes communautaires de la MRC Avignon (TOC Avignon)**

Octobre 2018 – Rencontre régulière

Octobre 2018 – Rencontre comité Vie communautaire, Santé et Bien-être

#### **Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté :**

Janvier 2019 – Rencontre régulière

## 7.2 Les représentations des travailleuses

Les travailleuses du Centre sont appelées à travailler pour différents comités afin de représenter le Centre de femmes. Cela représente plusieurs rencontres et plusieurs heures de travail afin de s'y préparer et de rendre les différents dossiers à terme :

- ✓ **Comité 8 mars – Spectacle Variétés au Féminin** (Nathalie Babin, Mélanie Landry) ;
- ✓ **Comité 6 décembre** (Nathalie Babin, Mélanie Landry) ;
- ✓ **Comité de coordination de la TCGFGÎM** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Comité Santé des femmes de la TCGFGÎM** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **TOC Avignon** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Comité Régie interne de la TOC Avignon** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Comité Développement social de la TOC Avignon** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Comité mobilisation du ROCGÎM** (Nathalie Babin)
- ✓ **Exécutif du Collectif pour un Québec sans pauvreté** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté** (Nathalie Babin, Mélanie Landry) ;
- ✓ **Comité exécutif du Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Comité de retraite du communautaire et des femmes (RRFS-RCF)** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Comité Accès Sages-femmes Baie-des-Chaleurs** (Nathalie Babin) ;
- ✓ **Table contre la maltraitance aux aînésEs de la Baie-des-Chaleurs** (Nathalie Babin).

## 7.3 Centr'Elles est membre de

### Mouvement des femmes et féministe :

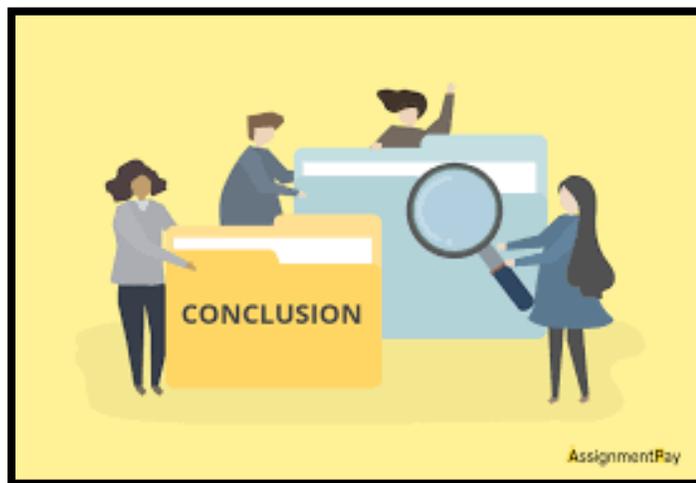
- ✓ L'R des centres de femmes du Québec ;
- ✓ Fédération des femmes du Québec (FFQ) ;
- ✓ Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF) ;
- ✓ Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la condition féminine (CDÉACF) ;
- ✓ NetFemmes, Sisyphe, Mouvement des femmes (paper.li) ;
- ✓ Table de concertation des groupes de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine (TCGF GÎM) ;
- ✓ Table régionale des centres de femmes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine.

### Mouvement communautaire :

- ✓ Fédération des associations de familles monoparentales et recomposées du Québec (FAFMRQ) ;
- ✓ Carrefour de participation, ressourcement et formation (CPRF) ;

- ✓ Mouvement Démocratie Nouvelle (MDN) ;
- ✓ Collectif pour un Québec sans pauvreté ;
- ✓ Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté ;
- ✓ Regroupement des organismes communautaires Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (ROC GÎM) ;
- ✓ Table des organismes communautaires de la MRC Avignon (TOC Avignon) ;
- ✓ Radio communautaire CIEU-FM ;
- ✓ L'aut'journal, l'aut'courriel et l'aut'hebdo.

# Conclusion



## 8. Conclusion

À l'aube de ses 35 ans, le Centre de femmes a une fois de plus rayonné dans la communauté de multiples façons au cours de la dernière année. Tout d'abord, sans aucun doute, en se faisant une beauté extérieure. En effet, des travaux de peinture ont été faits afin d'améliorer et préserver l'extérieur du bâtiment. Sans oublier la participation toujours aussi grandissante des membres à travers les activités, les projets et les actions de Centr'Elles. Les femmes s'impliquent avec dynamisme et engagement à chaque fois qu'elles franchissent la porte. Sans elles, il nous serait impossible d'assurer le mandat et la mission de notre Centre de femmes. En plus, nous tenons à mentionner que notre spectacle « Variétés au Féminin », fait conjointement avec la Maison d'aide et d'hébergement L'Émergence depuis deux ans, assure quant à lui, un grand rayonnement pour Centr'Elles sur le territoire. La visibilité supplémentaire qu'apporte cet événement nous fait connaître davantage auprès de toute la population.

Comme toujours, l'implication assidue de l'équipe de travail nous permet de vous présenter ce rapport annuel d'activités bien rempli. Année après année, chacune des travailleuses met les efforts, la motivation et la passion nécessaires afin d'assurer le succès de l'organisme. Notre priorité commune est de veiller à ce que Centr'Elles demeure bien implanté dans son milieu. Nous constatons que par le biais de l'intervention féministe, notre ressource continue de répondre aux besoins croissants des femmes de la MRC Avignon. Étant nos dossiers prioritaires la pauvreté, les violences faites aux femmes, l'isolement des femmes, la santé mentale et physique sont au cœur de nos pratiques quotidiennes.

Nous profitons de l'occasion pour porter une mention spéciale au comité de coordination qui maintient la bonne stabilité et la réussite de Centr'Elles au fil des ans. Chacune des membres du comité de coordination s'implique avec dévouement, générosité et assiduité au sein de son mandat d'administratrice. Tous nos remerciements sont offerts à Mesdames Gertrude Fallu (présidente), Noëlla Brière (vice-présidente), Mona Ricci (trésorière), Diane Landry (secrétaire), Hilda Murphy (administratrice), Pierrette Leblanc (administratrice) et Nathalie Babin (représentante des travailleuses).

De plus, nous tenons à remercier également toutes les participantes, les bénévoles et militantes qui gravitent parmi nous. Elles font partie intégrante de Centr'Elles. Nous sommes très reconnaissantes de l'apport de leur travail. L'implication, la vitalité et la présence constante de ces femmes sont enrichissantes pour le centre. Ensemble, nous avons à cœur la lutte féministe et nous aspirons à un monde meilleur pour toutes.

Finalement, ce rapport annuel d'activités 2018-2019 reflète encore une fois une année bondée de grandes réalisations. Nous sommes enchantées face à tous ces accomplissements. L'équipe de travail, les membres du comité de coordination ainsi que toutes les femmes présentes ont su ensemble bien mener à terme notre mission et nos objectifs. Notre vision commune d'atteindre l'égalité, la liberté, la paix et la justice pour toutes les femmes d'ici et d'ailleurs est essentielle. Et en toute solidarité, nous

poursuivrons notre travail afin de revendiquer les droits, d'améliorer les conditions de vie, de changer les mentalités et de dénoncer les injustices ainsi que la discrimination.

# Annexes



## 9. Annexes

### 9.1 La réalisation du rapport d'activités

**Rédaction :** Nathalie Babin et Mélanie Landry  
**Mise en page :** Nathalie Babin  
**Correction :** Karine LeBlanc, Nathalie Babin et Mélanie Landry