

JOURNAL DES FEMMES

Centre de femmes l'Érige

L'ÉGALITÉ N'EST PAS UNE
OPTION, MÉLONS-NOUS DE CE
QUI SE PASSE AU-DELÀ DES
FRONTIÈRES!

-ANNE HIDALGO

Qu'en est-il de ton centre?- 2

Qui est l'équipe du Centre?- 3

3 ingrédients, 3 recettes -4

Un Noël pas ordinaire -4

Un bon livre -4

Dossier violence conjugale -5

Journée internationale des droits des femmes -6

Une sorcière pas comme les autres -7

Smoothies! -8

Femmes et vieillesse, la double invisibilité -9

Engagez-vous pour le communautaire -10

Violence obstétricales et gynécologiques -10

Semaine d'action des Centres de femmes du
Québec -10

Ton centre "Par et pour TOUTES les femmes" -11

Quand les mots se croisent -12

Dossier santé des femmes -13

Feel-toé -14

Mode Balado -14

Petites annonces -15



Bonjour chère membre du Centre de femmes l'Érige,

Nous te retrouvons pour ce deuxième exemplaire du Journal des femmes. L'arrivée de 2021 n'aura malheureusement pas permis de se défaire des particularités de 2020. Malgré cela, nous souhaitons, à toi et ta famille, que cette nouvelle année te procure tout le bonheur possible.

L'équipe continue de se réinventer pour rejoindre ses membres et espère que très bientôt nous pourrions voir revivre notre milieu de vie.

Au plaisir,

L'équipe de travail.

Joannie, Martine, Julie, Thalya, Mélinda.



TOUT AU LONG DU JOURNAL NOUS SONDEONS TON INTÉRÊT POUR DIFFÉRENTS TRUCS.
SURTOUT CONTACTES-NOUS POUR NOUS NOMMER TON OU TES INTÉRÊTS.

QU'EN EST-IL DE TON CENTRE?

Bien que nous aimerions recommencer les activités au Centre celui-ci ne peut pas faire exception des recommandations de la CNESST et de la santé publique. C'est pourquoi, jusqu'à avis contraire, la Collective du Centre de femmes l'Érige a décidé de prioriser le télétravail et le soutien téléphonique.

NOUS SOMMES LÀ POUR TOI!
POUR DISCUTER D'UNE SITUATION
PARTICULIÈRE. POUR T'ORIENTER VERS LES
BONNES RESSOURCES. SIMPLEMENT POUR
DISCUTER PARCE QUE TU TE SENS SEULE.
N'HÉSITE SURTOUT PAS!

*Lundi au jeudi
8h30 à 16h*

Une travailleuse sera sur place. Si elle n'est pas en mesure de prendre ton appel, laisse un message elle communiquera avec toi dans les heures d'ouverture du Centre.

SOS Violence conjugale: 1 800 363-9010

Prévention du suicide: 1 866 277-3553

Info social: 811 *2

Ligne d'écoute entraide: 1 855 365-4463

Hôpital/CLSC: 819 333-2311

N'OUBLIE JAMAIS QU'IL
EXISTE DES RESSOURCES
EN MESURE DE T'ÉCOUTER
ET TE SOUTENIR.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Afin de s'assurer de pouvoir faire une Assemblée générale annuelle démocratique, à laquelle tu pourras assister en personne, le Centre de femmes l'Érige a eu l'autorisation de reporter son AGA 2019-2020 en juin 2021. Parce que nous croyons en l'importance du par et pour les femmes, pour nous ça ne faisait aucun sens de faire l'AGA en visio sachant que ce n'est pas accessible pour toutes nos membres!

TU AIMERAS T'IMPLIQUER SUR LA COLLECTIVE?! IL Y AURA DES POSTES DE DISPONIBLES À LA PROCHAINE AGA! INFORME TOI AUPRÈS DES TRAVAILLEUSES POUR EN SAVOIR UN PEU PLUS SUR CE QUE C'EST ÊTRE MEMBRE DE COLLECTIVE OU COMMENT FAIRE POUR DÉPOSER TA CANDIDATURE.

Demeurez à l'affût

Étant donné les circonstances et mesures sanitaires, des activités peuvent peut-être être planifiées ou annulées à la dernière minute. Pour être mise au courant rapidement des activités ou des changements de situation, nous t'invitons à suivre notre page Facebook ou à communiquer avec nous pour recevoir l'information par courriel. Si tu n'as pas accès à Internet ou à un courriel, nous t'invitons à communiquer avec nous par téléphone régulièrement pour t'informer. Nous serons heureuses de discuter avec toi.

QUI EST L'ÉQUIPE DU CENTRE



Dans les derniers mois, plusieurs femmes sont devenues membres du Centre, C'est pourquoi nous nous sommes dit qu'il serait intéressant de nous présenter! Voici donc qui est l'équipe de travail du Centre de femmes l'Érige et un petit peu des mandats de chacune.



MÉLINDA GASCON, INTERVENANTE COMMUNAUTAIRE

Mélinda s'occupe principalement de l'intervention et de l'animation! C'est d'ailleurs elle que vous avez le plus de chance de croiser quand vous arrivez au Centre! Elle s'occupe d'organiser les ateliers de groupe, les déjeun'elles, les cafés, les ciné-causerie et les soupes populaires qui se retrouvent dans la programmation! Elle fait aussi beaucoup d'intervention individuelle que ce soit formel ou informel! Durant le confinement, Mélinda assure le contact téléphonique avec plusieurs femmes! Elle s'occupe de préparer les rencontres de collective et assure les suivis. Féministe assumée elle est toujours prête pour participer à une action collective surtout si elle peut être un peu tannante! Mélinda nous quittera sous peu pour donner vie à bébé pois. Elle nous manquera beaucoup, mais nous sommes heureuses qu'elle parte accomplir une autre sphère de sa vie de femme.



JOANNIE BOIVIN, INTERVENANTE COMMUNAUTAIRE

Où l'on retrouve Joannie au centre? Un peu partout. Présente pour soutenir tout projet, autant pour les réfléchir que les mettre en œuvre! Par son mandat de défense collective des droits des femmes, elle siège sur diverses tables de concertation autant locales que régionales. Elle termine justement un mandat de 3 ans comme représentante de la région dans notre Regroupement! Elle s'occupe de tout ce qui est financement, quand on parle de chiffre ses yeux brillent. Des problèmes avec une feuille de temps, de statistiques ou autres, elle est toujours à la rescousse. Si quelque chose est à réparer ou changer, c'est toujours la personne sur qui l'équipe peut compter. Elle aime beaucoup le milieu de vie, car ça lui permet de discuter avec les femmes dans l'informelle! Joannie a le leadership dans le sang.



JULIE FRENETTE, INTERVENANTE COMMUNAUTAIRE

Julie a plusieurs mandats au Centre! L'éducation populaire autonome et féministe (EPAF) et la défense collective des droits des femmes!! C'est d'ailleurs elle qui se cache derrière l'organisation de la Journée internationale des droits des femmes, des 12 jours d'actions, de la Marche mondiale des femmes et de toutes les mobilisations auxquelles le Centre participe. Elle participe à diverses tables de concertation que ce soit régional ou local. Disons qu'elle a plus d'une manifestation «derrière la cravate»! (D'ailleurs, Julie dirait que c'est une expression douteuse à utiliser dans un Centre de femmes hihi) Pour que le Centre puisse continuer de fleurir Julie excelle dans la rédaction des demandes de projet. Il y a beaucoup de son cœur dans nos magnifiques projets. Vous aimez notre page Facebook?! C'est grâce à ses talents et sa passion pour la création de contenu!



MARTINE FORTIER-GATUHIER, CHARGÉE DE PROJET

Elle s'occupe du projet de sensibilisation en violence conjugale financé par le Secrétariat à la condition féminine. Se terminant en mars 2021, le projet aura permis la création d'outils de sensibilisation et de promotion et une offre de formation pour la population en générale et les intervenants du milieu. Avant le confinement vous l'aurez peut-être aussi rencontré au vrac alimentaire ou lors de certains ateliers comme celui pour la confection de pain!



THALYA THIBAUT, STAGIAIRE AU BAC EN TRAVAIL SOCIAL

Son mandat? Avec le soutien des femmes de la collective provisoire et de l'équipe de travail du Centre de femmes l'Érige, travailler aux premières étapes de la fondation d'une maison d'aide et d'hébergement pour les femmes et enfants vivants en contexte de violence conjugale en Abitibi-Ouest. Son objectif : faire avancer le projet de la maison d'hébergement, jusqu'à la fin de son stage. Assurément, elle accomplit bien son mandat, c'est un plaisir pour l'équipe d'avoir Thalya à leur côté.

FAIT INTÉRESSANT!

Savais-tu que notre mode de gestion féministe mise sur des valeurs telles que l'égalité, la démocratie et le développement des intérêts de chacune? C'est pourquoi, nous n'avons pas de hiérarchie dans les titres et fonctions de chacune. Il n'y a donc pas de Directrice, Coordonnatrice ou Gestionnaire.

3 INGRÉDIENTS, 3 RECETTES

PRODUITS MÉNAGERS ÉCOLOS

Bicarbonate de soude: Parfait pour enlever la saleté et la graisse, il neutralise les odeurs dans l'air. De plus, il peut être utilisé comme abrasif pour le comptoir de cuisine, l'évier, la baignoire, le four, l'acier inoxydable, et l'aluminium. Bref, il est utile et on s'en procure en grande quantité!

Vinaigre blanc: En tant que liquide acide, le vinaigre blanc agit contre l'accumulation de résidus. En prime, il élimine les odeurs.

Le savon: Le savon pur comme le savon de Castille ou le savon à la glycérine est un bon choix écologique. D'autant plus qu'il s'agit d'un allié efficace pour éliminer la graisse.

QUOI FAIRE COMME RECETTES?

Nettoyant tout usage

On mélange 1/2 tasse de savon pur dans quatre litres d'eau chaude. Histoire de parfumer subtilement la maison, on ajoute quelques gouttes d'huile essentielle. On met ensuite le tout dans une bouteille avec un vaporisateur et le tour est joué!

Nettoyant à fenêtres et miroirs

On mélange trois c. à table de vinaigre dans deux tasses d'eau et on le met dans une bouteille munie d'un vaporisateur.

Pâte abrasive

Dans un bol, on mélange (dans l'ordre indiqué): une tasse de bicarbonate de soude, 1/2 tasse de savon pur, deux c. à soupe d'eau deux c. à soupe de vinaigre blanc. Cette pâte est très efficace pour enlever la saleté et la graisse (baignoires, évier, poubelles, cuvettes de toilettes)

Un Noël pas ordinaire

Comme vous le savez, 2020 aura été une année marquée par le changement et l'adaptation. Le Noël des femmes n'a pas fait exception. Après plusieurs réflexions, l'équipe a eu l'idée de faire de la livraison de petits cadeaux pour les femmes qui étaient inscrites.

C'est armé de nos masques et de nos panaches de reines que nous avons fait la distribution pendant deux jours de denrées alimentaires, de petites douceurs pour les femmes et de jouets pour les enfants.

28 femmes
17 enfants



Ce fût un énorme privilège pour nous d'aller à votre rencontre et de passer ces quelques minutes à prendre de vos nouvelles. Malgré que nous n'avons pas pu tenir notre repas de Noël traditionnel, nous avons trouvé que c'était beau et bon de faire autrement! Sachez que nous avons très hâte de pouvoir vous retrouver.

Un énorme merci aux commanditaires qui ont permis de rendre possible cette action.

Consommation plus inc
Boulangerie Lacroix
Tim Hortons de La Sarre
Jean Coutu
Clinique Dentaire Centre-Ville
Deschesnes
Hecla Québec
Et différents dons anonymes !!!

Un bon livre?

Besoin d'une lecture qui te permet de te changer les idées en toute légèreté? Mélinda a adoré ce livre et elle te le recommande. Elle dit l'avoir dévoré en quelques soirs seulement. En plus, c'est une auteure d'ici. Tu peux vérifier auprès de la bibliothèque pour l'emprunter.



MAISON D'HÉBERGEMENT L'ÉMERAUDE

Voici les nouvelles de notre future maison d'hébergement l'Émeraude. Actuellement, nous avons en place une formidable collective provisoire composée de six (6) femmes qui ont à cœur de militer à contrer la violence conjugale. Cette collective provisoire travail à l'avancement des étapes nécessaires à l'implantation de la maison d'hébergement comme la rédaction des Règlements généraux.

D'ailleurs, nous avons franchis quelques objectifs comme celui de l'enregistrement. Sous peu, nous serons un organisme enregistré dans le registre des entreprises. Éventuellement, nous organiserons une assemblée pour officialiser la fondation de notre magnifique maison d'hébergement l'Émeraude.

Reste à l'affut, nous aurons certainement, besoin de recruter des membres et bénévoles pour la réalisation de d'autres étapes cruciales. Peut-être verras-tu aussi dans les prochains mois un nouveau logo apparaître sur notre page facebook "Projet Maison d'hébergement l'Émeraude".

PROJET DE SENSIBILISATION EN MATIÈRE DE VIOLENCE CONJUGALE 2019-2021 TRANQUILLEMENT VERS LA FIN.

En 2018, nous avons déposé un projet au Secrétariat à la condition féminine du Québec (SCF) afin de demander un soutien financier pour la réalisation d'un projet de sensibilisation en matière de violence conjugale. En 2019, le Centre de femmes était heureux d'apprendre que le SCF acceptait d'appuyer notre projet jusqu'en février 2021.

MAIS NOUS SOMMES EN 2021, ALORS QU'EN EST-IL?

Nous en sommes à la réalisation des derniers détails de ce projet qui aura permis l'embauche de Martine dans notre équipe. Grâce à ce projet, nous avons réalisé plusieurs outils de sensibilisation et de promotion en plus de mettre sur pieds une offre de formations s'adressant à la population en générale et aux intervenants(es).

AFFICHES, BANDE DESSINÉE, CAPSULES VIDÉOS DE TÉMOIGNAGES, GUIDE À L'INTENTION DES INTERVENANTS(ES), ETC!!!

Bien sûr, la pandémie et les mesures sanitaires ont demandé à l'équipe de réajuster plusieurs étapes prévues dont le lancement des outils et la tenue des formations. C'est pourquoi, nous vous invitons à aller sur la Page Facebook du projet "Rien de tout ça n'est banal". Sur cette page vous pourrez y trouver toutes les informations en lien avec le projet et les formations.

D'ici à ce que tu puisses lire ce journal, il y aura probablement encore des ateliers auxquels tu peux participer. C'est offert en ligne et gratuitement!! Contactes Martine au Centre!!



SAVAIS-TU QUE NOUS AVONS TRAVAILLÉ EN COLLABORATION AVEC MEG POUR LA CONCEPTION DU VISUEL? C'EST AUSSI ELLE QUI A FAIT LE VISUEL DE LA BANDE DESSINÉE MICHEL ET LE LOUP QUE TU PEUX EMPRUNTER AU CENTRE.



ÉCOUTONS LES FEMMES

JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

Cette année, le thème retenu pour la journée internationale des droits des femmes est « Écoutons les femmes ». L'année 2020 aura démontré, une fois de plus, que les femmes ne sont pas suffisamment écoutées. Les inégalités que nous dénonçons depuis des années ont été exacerbées par la pandémie liée à la COVID-19.

Au Québec, les femmes ont davantage été exposées au virus que les hommes parce qu'elles sont plus nombreuses à occuper un travail qui avait été jugé essentiel pendant le confinement. Elles sont, paradoxalement, plus nombreuses à avoir perdu leur emploi par leur présence également importante dans des secteurs comme la restauration et le tourisme. Lorsque les écoles et les centres à la petite enfance ont fermé, elles sont généralement celles qui ont dû conjuguer avec la présence des enfants à la maison. C'est sans parler de la violence conjugale exacerbée par le confinement.

LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES EST UN MOMENT PROPICE POUR RÉFLÉCHIR À LA CONDITION DES FEMMES ET POUR CHERCHER DES SOLUTIONS VISANT À L'AMÉLIORER.

Elle puise ses racines dans diverses manifestations de femmes, dont les luttes ouvrières pour le suffrage universel féminin qui ont eu lieu en Amérique du Nord et en Europe au tout début du 20e siècle. La « véritable » origine du 8 mars, Journée internationale des femmes, serait principalement marquée par deux faits historiques : le Woman's Day en Amérique et la Journée des femmes en Europe.

LE 8 MARS AU QUÉBEC

À la fin des années 1960, l'intérêt pour la Journée internationale des femmes est avivé par le mouvement de libération des femmes qui prend naissance au Québec. Le 8 mars 1971, le Front de libération des femmes lance officiellement une campagne nationale pour l'avortement libre et gratuit. Une marche et un colloque sont alors organisés à Montréal. Les groupes de femmes, les syndicats et les groupes communautaires concourent également à faire du 8 mars une manifestation annuelle. Luttés contre la discrimination, revendications sociales et économiques, amélioration des conditions de travail sont des sujets avancés sur la place publique à la faveur de ce moment de réflexion et d'action.

À QUEL POINT LES CHOSSES AURAIENT ÉTÉ DIFFÉRENTES SI ON AVAIT ÉCOUTÉ LES FEMMES LORSQUE NOUS DÉNONÇONS LES INJUSTICES QUI NOUS AFFLIGENT DEPUIS DES ANNÉES?

Avec ce slogan, nous proposons de s'engager dans une action simple, mais transformatrice : écoutons les femmes, valorisons leur parole et leur travail. Par cet engagement, nous serions dans un Québec où les iniquités entre les femmes et les hommes disparaîtraient peu à peu jusqu'à l'atteinte d'une réelle égalité de faits. Cessons de s'imaginer ce Québec égalitaire et provoquons le changement en écoutant l'autre moitié du monde : Écoutons les femmes.

Source: <https://femmes.ftq.qc.ca/8-mars/>

LA CONTRIBUTION DE L'ONU

En 1977, l'Organisation des Nations Unies adopte une résolution pour inviter chaque pays de la planète à consacrer une journée à la célébration des droits des femmes et de la paix internationale. Le 8 mars est devenu cette journée de reconnaissance dans de nombreux pays.

ET LE 8 MARS CETTE ANNÉE?

Évidemment la situation actuelle ne nous permet pas de confirmer qu'il y aura une activité pour souligner le 8 mars.

Toutefois, sache que nous avons une idée derrière la tête et si c'est possible nous le ferons.

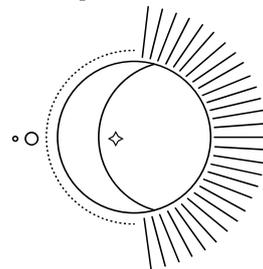
L'idéal est de te tenir informé en communiquant avec nous ou en suivant notre page Facebook.

En ces temps de trouble-fête, il y a l'appel à la solidarité et au calme .Pas toujours facile d'affronter nos vulnérabilités et nos peurs qui nous poursuivent à grands coups de fouet. On a toujours besoin de mots qui bercent et qui traduisent cet état d'incertitude, bouleversant nos pensées, mais qui en même temps nous apprend beaucoup sur nous et sur le monde. Qu'avons-nous besoin aujourd'hui pour demain? Ce petit temps de pause nous ouvre une porte pour faire un bilan de nos besoins et ainsi prendre le temps de nourrir notre créativité, notre corps, notre esprit, notre âme et aussi nos rêves les plus intimes comme les plus collectifs et retrouver le «Je» et le «Nous ensemble». Voici ! Je vous propose ma réflexion personnelle d'un hiver, confinée avec moi-même dans ma maison, ou je peux exprimer ma liberté et passer des moments de solitude vivante en toute sécurité.

IL ÉTAIT UNE FOIS... UNE SORCIÈRE COMME LES AUTRES!!!

Seule dans mon château de femme, un peu frileuse de l'hiver, qui chauffe le poêle à bois pour casser l'hiver en deux et la solitude. Je vois tout renaître en secret, j'ai tout mon temps pour sentir et deviner les choses. À écouter et à réinventer ma créativité. Mes émotions en quête de leurs authenticités, s'amuse à me distraire de l'hiver en dessinant des fleurs, des arbres à fruits et des jardins secrets remplis de lutins et de fées magiques.

Imaginez ma joie de voir les saisons se succéder mois après mois. L'hiver, le printemps, l'été, l'automne et de sentir que nous n'avons pas les mêmes envies, les mêmes besoins au fil de leur passage. Voilà que je plonge dans l'expérience de leurs particularités. Renouer avec ma nature, saison après saison, alors que l'hiver m'invite à un retour vers moi ainsi qu'à la douceur et au repos, à la lenteur, à prendre soin de moi pour mieux éclore au printemps. Bilans, écoute des nouvelles envies et voyages intérieurs. Je profite de ce temps calme (covid-19 oblige) pour déguster ma récolte de jardinière longuement transformée et conservée comme un trésor que je savoure à petites bouchées de reconnaissance pour mère nature et petits doigts de cuisinière affranchie. Et je prends le temps de concocter des tisanes de baies d'églantiers et de cèdre que je cueille à même l'hiver. Je bouille dans mon grand chaudron magique des branches de sapin sur mon poêle à bois pour embaumer ma tanière d'un parfum de forêt. Avec un livre à la main, je survole les mots et me perds le temps de quelques chapitres. Et je fais quelques petits feux dehors. Mon âme en avait besoin. Je me déconfiner de l'intérieur et de l'extérieur doucement et partage à l'occasion quelques précieux moments avec ceux que j'aime. J'entretiens l'étincelle d'or, cette source qui nourrit mon âme et qui ne se tarit jamais. Cette force vitale que je porte en moi qui m'accompagne, peu importe le temps.



Je m'offre un temps de qualité pour aller jouer et créer dans mon atelier d'artiste en arts-visuels, la musique n'est pas toujours au rendez-vous, mais je l'invite te temps en temps à me rejoindre (chanter, jouer du tambour, de la flûte et de l'accordéon), et bien sûr je prends le temps d'écrire de la poésie. Alors je crois bien que je suis heureuse, malgré une petite-moyenne (ça dépend des jours) anxiété de covid-19 que je m'efforce de surmonter. Je brave ce monde, j'essaie de créer des possibilités qui incitent mon regard à percevoir au-delà des illusions, dans la zone de l'émerveillement !

Je me tiens debout et j'essaie de comprendre avec mon cœur pour me sentir vivante moi aussi. Y'a des possibles et des incertitudes. J'ai besoin de retrouver d'où je viens et où je vais, de prendre soin et de mettre en action mes convictions. C'est un acte de foi et de confiance en quelques choses de plus grand que moi. Je surveille le réveil de ce monde. La pluie, le soleil, les saisons, les surprises, les inconnus arriveront .Il faudra bien s'adapter au climat et réussir la suite du monde, faire l'expérience ensemble ! Avec l'ampleur des changements que l'on devra affronter possiblement, il faut s'accrocher au but, changer le monde, se remonter le moral, dans cette société d'injustices et de consommation insensée. Il faut combattre le dragon!

Mais avant tout, prenez soin de votre santé mentale, et si votre tête ne sait plus, vos mains vous le diront !!! D'où l'importance de créer à tous les jours et de toutes sortes de façons, rien de mieux pour calmer l'anxiété!

UNE SORCIÈRE COMME LES AUTRES (SUITE)

Je profite de ce moment en terminant pour vous proposer un petit jeu d'écriture que j'aime tout particulièrement. Un petit jeu qui me dépose et m'aide à transférer les pensées qui me turlupinent en poésie du moment présent.

Le haïku est un poème japonais composé de trois vers. Élaboré sur le rythme 5/7/5, syllabes, il retranscrit la beauté fugace d'un instant de vie ; il exprime un sentiment éphémère, mais fort. Bref, c'est la frugalité par excellence !

Cet exercice d'écriture au rythme des syllabes (un groupe de sons que l'on prononce en une seule fois est appelé une syllabe. On sépare les syllabes entre une voyelle et une consonne. Exemples : sé/pa/rer, bu/reau..) Fais danser les mots en évoquant ce qui vous entoure, ou des émotions qui vous habitent dans l'instant présent. Ça devient une danse personnelle et c'est vous la meneuse. Essayez, ça fait un bien fou !!! Voici des exemples de mon cru :

5- Jar/din / in/té/rieur
7- Au/jour/d'hui/, tu/ illu/mi/nes
5- Mon/ re/gard/ cher/che

Le/ vi/vant/ re/vient
Les/ mou/tons/ se/ suc/cè/dent
Dé/comp/te/ des/ nuits

Par/ la/ fe/nê/tre
S'in/fil/tre/ la/ vi/van/ce
Ré/si/li/en/ce

Quo/ti/dien/ vi/de
Vi/de/ de /sens/ ou/bli/és
Je/ ré/flé/chis/ loin

Sur/ ma/ ga/le/rie
Le/ vent/ ré/veille/ un/ peu/plus
Grand/ net/to/ya/ge

At/ten/dre/ les/ fleurs
La/ beau/té/ dé/fail/lan/te
Res/pi/re/ un/ peu

Et cui, cui, cui mon histoire n'est pas du tout finie!

Signé : Une sorcière comme les autres !
Josée Lefebvre xox, inspirée d'un partage avec l'autre,
les oreilles grandes ouvertes
Et le cœur au bout des doigts !!!

Besoin d'énergie?

En cette période un peu particulière nous avons parfois tendance à laissé aller le "prendre soin de soi". En particulier lorsque vient le moment de se nourrir. C'est plate de faire un gros repas quand on est seule! Et avouons-le, le coût du panier d'épicerie qui ne cesse de bondir influence aussi nos choix en matière de repas. Voilà une petite idée, particulièrement apprécié par toute les filles de notre équipe: LES SMOOTHIES! Fruits et légumes frais ou congelés, ça permet de faire le plein d'énergie et de vitamines! Voici quelques petites recettes pour inspirer, mais laissé votre imagination vous guider.

Smoothie vélo-boulot

250 ml (1 tasse) de lait
125 ml (1/2 tasse) de yogourt à la vanille
125 ml (1/2 tasse) de compote de pommes
1 banane mûre
Sirop d'érable, au goût

Smoothie à la tomate et aux fruits rouges

1 tomate moyenne
315 ml (1 1/3 tasse) de fraises fraîches
180 ml (3/4 tasse) de framboises surgelées
125 ml (1/2 tasse) de lait
22 ml (1 1/2 c. à soupe) de sirop d'érable ou de miel
15 ml
(1 c. à soupe) de basilic frais

Smoothie vert vert vert

375 ml (1 1/2 tasses) de lait d'amande
1 pomme verte, pelée et épépinée
1 banane congelée
1 bonne poignée d'épinards
1 bonne poignée de kale
15 ml (1 c. à soupe) de graines de chia
2 dattes séchées
1 lime (pour son jus)

Les combinaisons sont innombrables!

Ajoutez-y du tofu mou ou du beurre d'arachide pour de la protéine! Mettez votre smoothie dans un bol avec des graines, des fruits frais ou séchés et vous avez un excellent déjeuner.

Amusez-vous!

Femmes et vieillesse, la double invisibilité

PLUS QUE JAMAIS, PENDANT LA CRISE SANITAIRE, ON A ISOLÉ, MALMENÉ, STIGMATISÉ, INFANTILISÉ NOS AINÉ·ES. QUELLE PLACE POUR LES VIEUX, MAIS SURTOUT LES VIEILLES DANS NOTRE SOCIÉTÉ DE LA PRODUCTIVITÉ ET DE LA RENTABILITÉ ? ET SI ON CHANGEAIT LE REGARD QUE L'ON POSE SUR LA VIEILLESSE...

Article: <https://www.rtb.be/>

À la lecture de cet article, nous avons constaté que les réalités sont les mêmes peu importe le pays et avons pensé qu'il pouvait aussi résonner pour les femmes vieillissantes de chez-vous. C'est pourquoi nous avons décidé de vous partager certains extraits.

Les vieilles sont là! Gommées à coups d'anti-âge, cachées derrière les portes fermées de maisons de retraite, invisibilisées par les médias. Où sont les vieilles? Elles sont là! Enfin, si on les laissait exister, au lieu de les stigmatiser. Comme on peut le lire dans l'article Femmes et vieillissements : nouveaux regards, nouvelles réalités de Recherches féministes : l'analyse des rapports entre le vieillissement et le genre implique de prendre en considération les effets combinés de l'âge, de la catégorie sociale, de la situation dans le parcours de vie ainsi que de génération. La question du genre, quand on parle de vieillesse, est un enjeu majeur puisque la population mondiale vieillit, et que le rapport de féminité augmente avec l'âge, ce qui signifie qu'il y a plus de vieilles que de vieux en Belgique.

Aussi, comme l'indique l'OMS : la pauvreté du grand âge est beaucoup plus élevée chez les femmes que chez les hommes. Que ce soit dans les régimes de retraite ou dans les systèmes de sécurité sociale, les inégalités sont légion. Dans les pays de l'OCDE, les prestations de retraite sont d'ailleurs en moyenne inférieures de 27 % pour les femmes. Sans oublier les stéréotypes qui touchent particulièrement les aînées. "Alors qu'un homme est valorisé par ce qu'il fait, une femme est jugée pour son apparence : jeune, mince, blanche, valide. Il n'y a pas de "vieille belle", car la femme âgée s'éloigne des rôles qui lui sont imposés par la société patriarcale : plaire et enfanter", analyse l'ASBL Espace Seniors pour le magazine Femmes Plurielles. Ces discriminations face au vieillissement ont un nom : l'âgisme.

L'image de la vieillesse

Dans son ouvrage "Sorcières", l'autrice féministe Mona Chollet rappelle que les vieilles femmes ont été les victimes préférées des chasses aux sorcières. Ces représentations ont traversé les siècles... Le beau vieux est jugé comme sexy avec ses cheveux "poivre et sel", tandis que la vieille est jugée avec répulsion, elle doit se cacher, colorer ses cheveux, lifter sa peau. Sa vieillesse est inacceptable, sa sexualité est niée, voire diabolisée.



Il n'y a pas de "vieille belle", car la femme âgée s'éloigne des rôles qui lui sont imposés par la société patriarcale : plaire et enfanter!

"Il y a double peine pour les femmes. Les femmes vieillissent dans le regard de la société beaucoup plus vite que les hommes", continue Laure Adler sur France Inter. Dans les images véhiculées, on a droit soit à la vieillesse "décrépitude", soit des aînées qui pètent la forme au nom de la jeunesse éternelle."

Or, ces discours valorisant la "bonne forme" produisent malheureusement de la discrimination. D'abord en renforçant les inégalités sociales et économiques, car "être en forme" est plus à la portée des classes aisées. Ensuite, parce que ces discours de promotion de la santé ne prennent pas en compte les inégalités sociales face au vieillissement : certains corps sont cassés depuis longtemps par un travail dur et sous-payé. Ainsi, l'âgisme vient donc renforcer le sexisme, mais également toutes les inégalités sociales", indique l'étude de Femmes Plurielles.

L'âgisme vient renforcer le sexisme, mais également toutes les inégalités sociales

Beaucoup de personnes meurent de solitude, d'abandon ou du virus, on a absolument besoin de retisser ce lien entre les générations. Ce n'est parce qu'il y a un déficit physique que la tête ne fonctionne pas, et même si la tête ne fonctionne pas il y a d'autres sens. L'humain doit être considéré comme tel jusqu'au bout de sa vie. La fragilité d'un·e aîné·e est quelque chose de très beau qui doit être soutenu et valorisé par tout le monde."

Sachez que nous entendons la détresse et l'isolement dont les femmes vieillissantes sont victimes depuis le début de cette crise. Nous sommes là pour vous! Osez nous téléphoner lorsque vous en ressentez le besoin! Vous n'êtes pas seule et vous êtes importantes!



Savais-tu que tu peux emprunter au Centre le DVD "NOUS' les femmes qu'on ne sait pas voir!" un projet collectif réalisé par le Centre de femmes La Marie Debout. Ce documentaire est décrit comme étant "Une réflexion par l'art sur le vieillissement des femmes. Une grande conversation intergénérationnelle qui ne se termine jamais."

ENGAGEZ-VOUS POUR LE COMMUNAUTAIRE

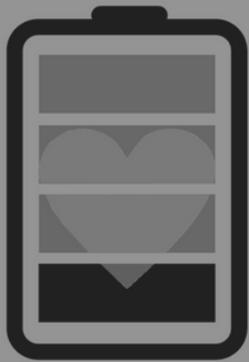


DOSSIER DÉFENSE DE DROITS

Engagez-vous pour le communautaire est une grande campagne nationale de mobilisation qui, depuis 2016, unit les différents secteurs de l'action communautaire autonome de partout au Québec. Elle vise une société plus juste où les droits humains sont pleinement respectés. Depuis le début de la campagne, ton Centre adhère et y participe pour toi et toutes les autres femmes! Et tranquillement, mais sûrement, la campagne recommence à prendre son élan.

CONCRÈTEMENT, NOUS RÉCLAMONS AU GOUVERNEMENT QU'IL SOUTIENNE ADÉQUATEMENT L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME (ACA) PAR L'AUGMENTATION DE SON FINANCEMENT ET LE RESPECT DE SON AUTONOMIE, TOUT EN RÉALISANT LA JUSTICE SOCIALE, NOTAMMENT EN RÉINVESTISSANT MASSIVEMENT DANS LES SERVICES PUBLICS ET LES PROGRAMMES SOCIAUX.

D'ailleurs, nous trouvons intéressant de vous informer que Thalya s'impliquera par la visioconférence au sein du comité de mobilisation régionale. De cette implication une action le 17 février prochain aura lieu. À cette date, ce sont une centaines d'organismes communautaires de partout au Québec qui se réuniront pour discuter des enjeux liés au financement, à l'autonomie des ressources et de la charge découlant de la pandémie actuelle.



Le milieu communautaire à une barre de l'épuisement!

Le 17 février, on se repose et on se recharge!



#engagezvousaca

VIOLENCES OBSTÉTRICALES ET GYNÉCOLOGIQUES

Les violences obstétricales et gynécologiques existent bel et bien, même ici au Québec. Cette forme de violence qui touche directement les femmes, est très peu connue et reconnue. Beaucoup de femmes qui vivent cette forme de violence ignorent parfois même l'avoir vécue, bien qu'elles en vivent les conséquences physique et psychologique. Heureusement, il existe un organisme qui peut vous soutenir si vous croyez avoir vécu cette forme de violence.

Le Regroupement Naissance-Renaissance (RNR) est un organisme féministe provincial d'action communautaire autonome qui agit comme force de changement social pour l'humanisation de la période périnatale. Sa présence sur de nombreux comités permet de faire reconnaître les droits, le pouvoir et l'engagement des femmes dans tous les aspects de leur expérience périnatale.

Mon médecin m'impose de prendre un moyen de contraception!
Le médecin a décidé, sans mon consentement, que c'était le moment que je sois stérilisé!

Ils m'ont fait une césarienne, sans m'expliquer pourquoi et ils sont partis avec mon bébé sans me dire où pendant des heures!

Ces phrases ce ne sont que quelques exemples des centaines de témoignages de femmes qu'elles entendent chez Naissance-Renaissance par année.



Nous t'invitons à consulter le site web:
<http://naissance-renaissance.qc.ca/>
Leur Page Facebook:
Regroupement Naissance-renaissance.

Tu y trouveras pleins d'informations. Tu pourras également y écouter des podcasts vraiment intéressants sur le sujet.

PARCE QUE TON CORPS T'APPARTIENT!
TU AS TOUJOURS LE CHOIX!

BÂTIR FÉMINISTE POUR UNE SOCIÉTÉ SOLIDAIRE!
SEMAINE D'ACTION DES CENTRES DE FEMMES DU QUÉBEC

La pandémie de la COVID-19 a affecté l'ensemble de l'humanité depuis le printemps dernier. Toutefois, nous ne sommes pas égaux devant la crise. Au cours des derniers mois, le fossé des inégalités s'est creusé. Les personnes en situation de pauvreté, les personnes que la société racise, les personnes âgées et les femmes sont frappées de façon disproportionnée par la crise. L'impact de la COVID sur les conditions de vie et de travail des femmes noires (im)migrantes en est un exemple éloquent. Il est donc essentiel de centraliser la relance économique post-covid autour des enjeux féministes.



Agir ensemble

RESTE À L'AFFÛT!! LES TRAVAILLEUSES DES CENTRES DE LA RÉGION SERONT EN ACTION POUR REPRÉSENTER L'INTÉRÊT DES FEMMES TOUT EN RESPECTANT LES MESURES!!

Au courant des derniers mois, le terme racisme systémique à fait la "une" dans l'espace public plus d'une fois. Poussant les hautes sphères de la société et même les gens à réfléchir à leurs gestes et paroles!

Ton Centre "Par et pour TOUTES les femmes".

L'R des Centres de femmes du Québec travaille actuellement à la mise sur pied d'une Politique contre le racisme qui aura pour but d'assurer que les Centres de femmes soient des milieux inclusifs et sécuritaires pour l'ensemble des femmes et enfants qui les fréquentent. C'est pourquoi nous souhaitons amorcer le travail en partageant avec vous certains extraits d'un article retrouvé sur la page web de Véronique Cloutier mettant en lumière l'autrice Marilou Craft qui revient sur cinq phrases que les personnes racisées entendent plus souvent qu'à leur tour. Elle nous explique pourquoi on devrait éviter de les dire. Bonne lecture et surtout, bonne réflexion!

À mesure que d'importantes conversations sur le racisme se déroulent dans l'espace public, il devient évident que celui-ci ne se résume pas à une idéologie haineuse et à des préjugés conscients. Si c'est le cas à une échelle sociale, comme en témoigne notamment la reconnaissance officielle du racisme systémique par la ville de Montréal, qu'en est-il de nos rapports interpersonnels?

En 1970, le Dr Chester M. Pierce, psychiatre et professeur à Harvard, utilisait pour la première fois le terme « micro-agression » pour définir les façons subtiles dont les personnes noires pouvaient être rabaissées au quotidien. Le terme est maintenant utilisé pour décrire l'effet d'échanges interpersonnels en apparence anodine, mais qui contribuent néanmoins au traitement différencié de groupes marginalisés. Les micro-agressions peuvent être si insidieuses et inconscientes qu'elles sont difficiles à déceler en temps réel. En voici cinq exemples.

« Tu viens d'où? »

Cette question, malgré sa bonne foi, est posée bien plus souvent aux personnes racisées qu'aux personnes blanches, même dans des contextes où elle est totalement inattendue. Elle peut mener à un interrogatoire intrusif, alors que la personne questionnée n'est pas nécessairement disposée à détailler son parcours et sa généalogie. À force de devoir sans cesse expliquer ou justifier ses origines, on peut avoir l'impression que notre propre communauté nous considère comme une personne différente ou étrangère. En ce sens, cette question illustre bien pourquoi certaines personnes sont dites « racisées ».

« Je ne vois pas les couleurs. »

Lorsqu'on ne voit pas la couleur d'une personne, c'est toute une dimension de son identité et de son expérience qu'on ignore du même coup. En affirmant qu'il n'existe pas d'autre race que la race humaine, on utilise l'argument (pourtant véridique) de la biologie pour nier la dimension sociale de l'expérience humaine. Certains groupes subissent toujours les effets de discriminations historiques. Ne pas voir les obstacles à leur avancement peut mener à croire que les personnes affectées en sont individuellement responsables. Pour contribuer à éliminer ces difficultés, il faut d'abord les reconnaître!

« J'adore les personnes noires. »

On se défend parfois de discriminer les personnes racisées en mentionnant en comptant dans son entourage. Certaines personnes vont même plus loin en affirmant une préférence pour une ethnicité particulière dans leurs relations amoureuses ou sexuelles. Bien que personne n'ait envie de subir un traitement défavorable à cause de son identité, l'inverse peut aussi susciter un malaise : il est inconfortable de sentir que nos proches réduisent notre identité à une seule de ses facettes, ou pire, qu'ils nous instrumentalisent ou nous fétichisent!

« Je ne suis pas raciste, mais... »

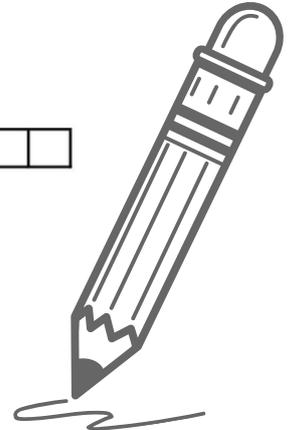
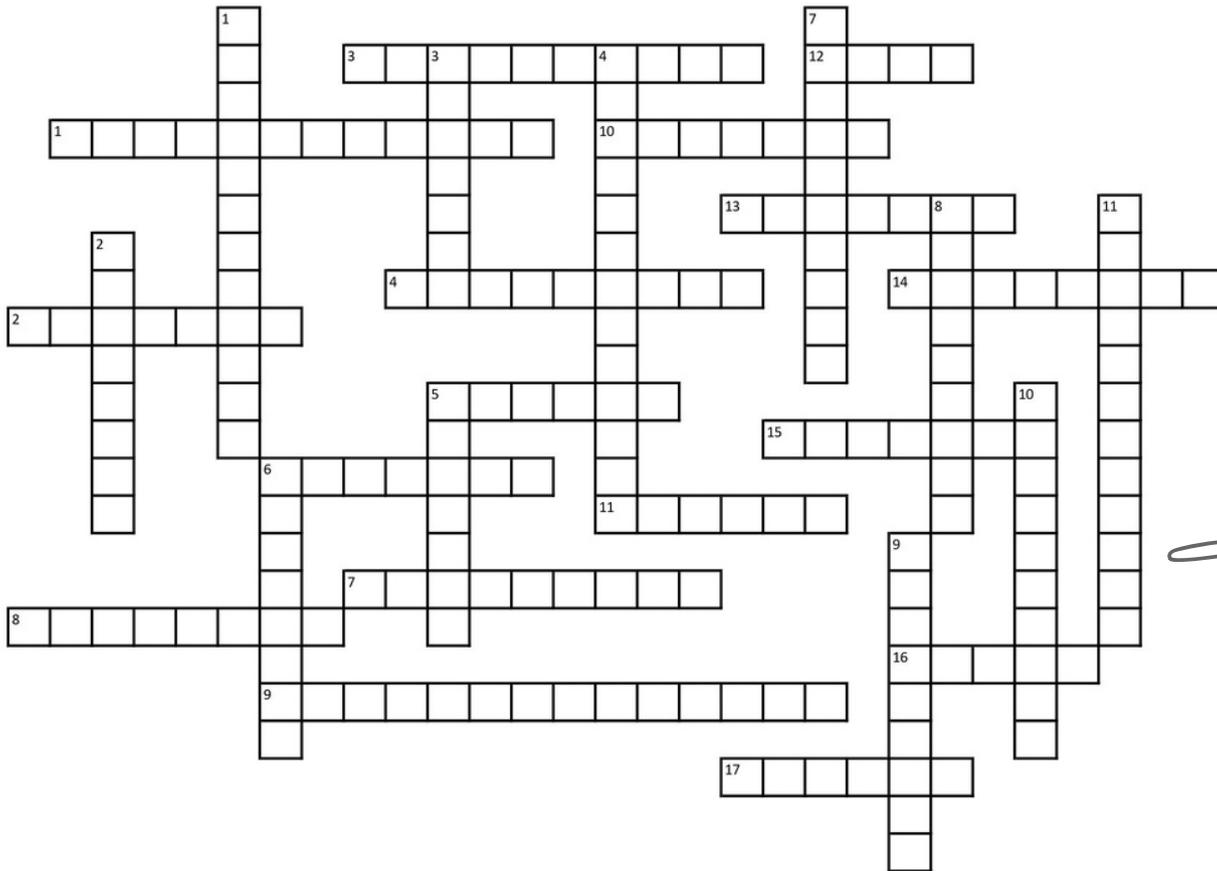
C'est un signe assez clair que le reste de la phrase peut être remis en question! Prenons l'habitude, lorsqu'on ressent le besoin de débiter une affirmation ainsi, de se demander en quoi elle pourrait être perçue comme raciste. S'agit-il d'un stéréotype ou d'une généralisation, par exemple? Est-ce un fait ou une opinion? D'où vient notre impression? De fil en aiguille, cette curiosité peut nous permettre de développer et ajuster notre point de vue.

Les avocats du diable

Enfin, il n'est pas rare que des personnes qui ne subissent pas directement le racisme se fassent « l'avocat du diable » en adoptant une posture raciste qui n'est pas nécessairement la leur, dans le seul but d'alimenter le débat. Pour les personnes dont la vie et le parcours sont impactés par le racisme, il ne s'agit pourtant pas de simples considérations théoriques! Pour elles, l'enjeu est réel, puisque leur qualité de vie est intimement liée au climat social. Lorsque nous parlons de discriminations que nous ne subissons pas nous-mêmes, il est important de ne pas oublier que notre détachement ne témoigne pas nécessairement d'une meilleure connaissance du sujet.

Bien qu'il soit difficile de repérer les micro-agressions, une chose est sûre : nous gagnons à écouter les personnes qui disent en subir les impacts. Leur expérience pratique est une précieuse source d'informations pouvant éclairer les angles morts et mener à une meilleure vue d'ensemble sur un enjeu aussi complexe que le racisme.

QUAND LES MOTS SE CROISENT... FÉMINISTEMENT EN PLUS!



Horizontale

- 1 Attitudes discriminantes envers les personnes grosses.
- 2 Discrimination violente envers un groupe d'humains spécifiques.
- 3 Lien existant entre des personnes qui ont des intérêts en commun.
- 4 Nom définissant une personne préconisant l'égalité entre les femmes et les hommes.
- 5 Principe impliquant le juste traitement, le respect absolu de ce qui est du à chacun.
- 6 Action de rendre accessible ou faire connaître quelque chose que l'on connaît avec d'autres.
- 7 Possibilité de décider pour soi librement.
- 8 Conforme à une norme (ex: de beauté)
- 9 Action de modifier quelque chose
- 10 Ce qui est défini comme bien selon des critères personnels et qui nous sert de référence.
- 11 Critères auxquels se réfère tout jugement de valeurs
- 12 État d'accord entre les membres d'un groupe, d'une nation
- 13 Principe moral qui exige le respect des droits et l'égalité
- 14 Les uns avec les autres
- 15 Discrimination fondée sur le sexe
- 16 Ensemble d'action menées pour gagner une cause
- 17 Règles juridiques en vigueur dans une société

Verticale

- 1 Lorsqu'une personne accepte volontairement la proposition d'une autre.
- 2 Qui n'exclut personne.
- 3 Possibilité d'agir, de penser, de s'exprimer selon ses propres choix
- 4 Action de réclamer ce dont nous avons droit et dont nous sommes privé
- 5 Rapport entre des individus qui ont les mêmes droits ou obligations
- 6 État d'une personne qui manque de ressources
- 7 La discrimination systématique d'un groupe sociale (racisme, homophobie, âgisme)
- 8 Un processus par lequel une décision est prise lorsque tous sont d'accord.
- 9 Groupe de personnes qui assure une tâche politique ou sociale de manière concertée
- 10 Régime politique dans lequel le peuple exerce sa souveraineté
- 11 Action de mobiliser

Voici une banque de mots pour t'aider!

femmes, grossophobie, force, mobilisation, droits, homophobie, lutte, démocratie, standard, consentement, commun, équité, revendication, normes, solidarité, Intersectionnalité, féminisme, féministe, racisme, égalité, collectif, ensemble, sociale, injustice, partage, liberté, néolibérale, transformation, inclusif, patriarcat, pauvreté, valeurs, consensus, collective, oppression, autonomie, justice, paix, sexisme



INCONTINENCE URINAIRE : MORATOIRE SUR LA POSE DE CERTAINES BANDELETTES

ARTICLE DE LA PRESSE, 16 JUIN 2020

Afin de mieux soigner les patientes victimes d'effets indésirables après s'être fait installer une bandelette pour prévenir leur incontinence, le Collège des médecins du Québec recommande la création de centres d'expertise et propose un moratoire sur la pose de certains modèles de bandelette.

Dans un rapport qui sera public mardi matin, le Collège émet également 16 autres recommandations, dont la création d'un registre des patientes opérées et l'utilisation d'un formulaire standardisé de consentement.

Au Québec, entre 30 % et 50 % des femmes qui ont eu des enfants présentent des problèmes de plancher pelvien, comme l'incontinence à l'effort, explique l'urogynécologue Jens-Érik Walter, qui a participé à la préparation du rapport.

Pour soigner ces patientes, « d'autres solutions existent avant la chirurgie », rappelle le Dr Walter. Mais depuis une vingtaine d'années, des bandelettes sous-urétrales sont installées à certaines patientes. Selon le rapport du Collège des médecins, la mise en place de ces bandelettes est une « intervention efficace [...] pour une grande majorité de femmes ». Mais pour 3 % à 15 % des patientes, des effets indésirables surviennent, comme des douleurs pelviennes, des infections urinaires, des pertes de mobilité et des douleurs lors des relations sexuelles.

Dans deux reportages diffusés en mars et en novembre 2019, Radio-Canada présentait l'histoire d'une patiente victime d'effets indésirables importants, qui se faisait proposer un retrait partiel de sa bandelette. L'un des reportages soulignait que plusieurs femmes se trouvaient dans la même situation et avaient de la difficulté à faire reconnaître leurs symptômes par leur urologue. Pour régler leur problème, une cinquantaine de Québécoises se sont fait opérer aux États-Unis à leurs frais (environ 25 000 \$) pour un retrait total de leur bandelette.

Le Collège des médecins souligne que ces reportages ont mis en lumière « le bris de confiance entre les femmes aux prises avec des effets indésirables liés à la bandelette sous-urétrale et les urologues du Québec ».

À la suite de ces reportages, le Collège des médecins a fait enquête. Des experts en urologie et en urogynécologie et plus de 400 patientes ont été sondés.

Les femmes sondées ont majoritairement rapporté que jamais on ne leur a expliqué les risques et inconvénients de la pose d'une bandelette. Elles ont aussi rapporté avoir dû consulter plusieurs médecins et intervenants pour tenter de régler leur situation. Un problème que visent à régler les centres d'expertise, qui devront offrir une approche multidisciplinaire aux patientes avec des médecins, mais aussi des physiothérapeutes et des spécialistes de la douleur chronique, entre autres.

Le Collège des médecins demande à Québec de rembourser les frais encourus par les patientes qui sont allées se faire opérer aux États-Unis. Le Collège recommande également un moratoire sur la pose de bandelettes transobturatrices (de type TOT et TVTO), utilisées dans certaines interventions chirurgicales. Le Collège souligne qu'il « manque d'évidence franche » sur les dangers de ces produits, mais que les commentaires exprimés par les patientes sondées « portent à croire que les bandelettes transobturatrices sont responsables d'un plus haut taux d'effets indésirables ».



Feel toé

Texte de Marie-France Lépine

Dans le tourbillon de la vie d'aujourd'hui, on oublie plus souvent qu'autrement de s'écouter. À travers les milles et une pensées qui se bousculent dans l'espace d'une minute à s'en rendre insomniaque la nuit, on a peine à s'entendre. Encore plus difficile de s'écouter.

S'écouter, c'est au-delà de ce que le monde pense, de ce que tu "devrais" faire ou dire pour faire plaisir à ceux qui t'entoure ou encore pire, pour être dans le moule.

S'écouter c'est loin de dire "oui" quand tout ton être dit non.

Ce qui est quand même bien faite avec l'être humain, c'est qu'on est directement pluggé avec un espèce de truc, qui malheureusement n'est pas exploité à sa juste valeur, qu'on ne prend pas le temps d'écouter... Le feeling.

Tsé, la petite voix
en dedans qui te dit
ce que tu veux
vraiment.

Qui te fait choisir de faire une activité plus qu'une autre.

Qui te fait choisir une personne plus qu'une autre.

Un travail plus qu'un autre.

Un choix plus qu'un autre.

Pis qu'au final, ben tu te rends compte que tout ton toi-même est en harmonie avec la décision que t'as pris. Ben c'est ça, le feeling. Ça se trompe jamais. Quand tu prends la peine et le temps de vraiment être à l'écoute, biensûr.

On ne peut pas tout planifier.

Personne n'est à l'abri de rien, même pas toi.

Tu sais pas de quoi ton demain aura l'air, si tu as la chance d'en avoir un.

La vie est courte.

La vie est belle.

Pis moins belle des bouts des fois.

Mais t'es capable de toute, peu importe ce qui arrive.

Alors fais-toi plaisir.

Feel-toé. Tu le mérites!

EN MODE BALADO



Tu te cherches un balado à écouter?
Voilà celui que nous te proposons!

*Laissez-nous raconter:
l'histoire crochie*

Un balado dans lequel les Premiers Peuples reprennent le bâton de parole pour raconter leur vision de l'histoire à travers 11 mots lourds de sens.

*Découverte
Nom de famille
Obeir
Sauvage
Réserve
Indian time
Pocahontas
Dieu
Bannique
Ecole
Réconciliation*

C'est grâce à la poétesse innue Marie-Andrée Gill qu'ensemble, mamu en innu aimun, décolonise nos esprits un mot à la fois.

Pour écouter gratuitement les 11 balados, va sur [ICI Radio-CANADA.CA](http://ICI.Radio-CANADA.CA) Première

Les dialoguenses

On t'invite à écouter ce podcast 100% féministe mené par le collectif Les Péripatétiennes, on dit oui!

Coup de cœur immédiat pour l'épisode Les Dialogueuses du militantisme féministe avec Judith Lussier, autrice-chroniqueuse-militante. Une discussion inclusive, saine et qui pousse vraiment à la réflexion. Tu peux l'écouter gratuitement par spotify.



Tu peux trouver les liens vers leur podcast ou vers divers articles féministes sur leur page Facebook: Les Péripatétiennes

Parce que le Centre n'arrête pas de rouler malgré le confinement, voici quelques-uns des autres dossiers sur lesquels les travailleuses travaillent actuellement.

Site web

La visibilité du Centre est un des mandats importants du Centre puisqu'il permet d'être de rejoindre un plus grand nombre de femmes.

Nous sommes très active sur Facebook, toutefois, nous sommes conscientes que ce ne sont pas toutes les femmes qui l'utilise. C'est pourquoi, nous travaillons actuellement au développement et la création d'un site Internet. Sur celui-ci vous trouverez de l'informations en lien avec le Centre, mais aussi au sujet de la condition féminine.

C'est un travail de important déjà entamé qui se concrétisera au courant des prochains mois.

Projet Entraide Abitibi-Ouest

Savais-tu qu'il y a un nouveau service de livraison d'épicerie pour les citoyens en contexte de vulnérabilité-COVID 19. Pour voir si tu es admissible tu dois contacter ta municipalité.

Femmes cherchent femmes

Tu aimerais t'impliquer bénévolement sur des comités pour soutenir la mise en place d'une maison d'aide et d'hébergement pour les femmes victimes de violence conjugale? Éventuellement, nous aurons besoin de femmes pour mettre la main à la pâte comme par exemple, pour une campagne de sociofinancement!! Tu as envie de te joindre à nous?

Contacte Thalya au Centre 819 333-9706 poste 226

Par et pour les femmes

Dans les dernières années, les travailleuses et la Collective ont essayé de nombreuses choses pour animer le Centre. Ateliers, formations, conférences, thématiques, dîners, etc. Nous t'invitons à communiquer avec nous pour nous partager tes idées, autant de thématiques que d'activités.

Plan gouvernemental en santé et bien-être des femmes 2020-2024

Depuis 2015, les groupes de femmes du Québec réclamaient la création d'un plan gouvernemental pour la santé et le bien-être des femmes. En 2017, le gouvernement annonçait l'arrivée du Plan d'action pour la santé et le bien-être des hommes, mais toujours rien pour les femmes!

C'est 4 ans plus tard que nous pouvons enfin saluer sa sortie! Il était temps!

Au courant des prochains mois et ce, pour les quatre prochaines années, votre Centre de femmes sera amené à travailler de concert avec des partenaires de la région dans la réalisation d'échanges et d'actions entourant ce plan. Comme Centre nous aspirons à s'assurer que les actions correspondent autant que possible aux besoins des femmes de notre secteur et tiennent en compte des réalités multiples et particulières vécues par elles.

Vrac alimentaire pour femmes

Malheureusement, nous ne sommes pas encore en mesure de t'assurer que le vrac alimentaire reprendra. La pandémie, mais aussi le déménagement de Nousrires à Rouyn, auront assurément fait beaucoup de mal à ce projet qui nous tenais vraiment à coeur et qui permettait de rejoindre beaucoup de femmes. Les prochaines semaines voir même les prochains mois nous en dirons plus. Nous t'invitons à nous contacter si tu souhaites en savoir davantage.

Casse-tête pour maman! Où faire garder mon enfant?

Le Centre est de plus en plus préoccupé par le manque de places en CPE et la fermeture de milieux de garde. Si c'est le genre de situation qui te touche nous aimerions connaître ce que cela a pour impact dans ta vie. Tu peux nous appeler pour en discuter. Aussi, afin de connaître un peu mieux la réalité des mamans de notre territoire nous allons créer un petit sondage en ligne. Surveille la page Facebook du Centre.