



Centre des femmes du Ô Pays

Bulletin d'information

Février 2009

Sommaire

Le Centre des femmes du Ô Pays fête son 30ième	2
La résilience	4
L'âne	5
Plus de femmes dans les conseils municipaux	6
Le féminisme	7
Services offerts	8
Journée internationale des femmes	8

Mots de femmes



Le Centre des femmes du Ô Pays: 30^e Journée internationale des femmes en 2009 !

C'est le 8 mars 1980, par la volonté d'un petit groupe de sept femmes intéressées à l'amélioration de la condition féminine, que s'organise la première « fête des femmes » dans le Haut-Pays. Plus de soixante femmes du milieu se réunissent à la municipalité de Lac-des-Aigles. Ces femmes démontrent un grand intérêt à ce genre d'activités qui créent un sentiment d'appartenance.

C'est ainsi que se forme un noyau de femmes sous le nom du Collectif des femmes du Ô Pays qui réalise en 1982 une étude des besoins des femmes du territoire. Ce territoire rural comprend dix municipalités :

Squatec, Biencourt, Lac-des-Aigles, Saint-Guy, Esprit-Saint, Trinité-des-Monts, Saint-Narcisse, Saint-Marcellin, Mont-Label et Sainte-Blandine.

Le Collectif poursuit ses actions sur l'amélioration et la prise en charge par les femmes de leur santé. Les membres du Collectif se donnent différentes formations dont l'intervention féministe, l'auto santé, l'animation et l'intervention en violence conjugale.

En 1983-1984, on effectue un sondage sur les besoins de garde des enfants. Cela amène la création d'un comité de travail qui permet la mise sur pied de l'Agence de garde en milieu familial L'Enfant d'Or.

Le Collectif entreprend des démarches pour son incorporation qui devient officielle en février 1985. On élabore des ateliers sur différents thèmes : la santé mentale, la ménopause, le cancer du sein et la violence conjugale et on organise une tournée dans les groupes de femmes du territoire.

En 1988, le Collectif change sa dénomination sociale pour celle de Centre des Femmes du Ô Pays. Au cours des années, un centre de documentation est mis à la disposition des femmes et plusieurs ateliers de sensibilisation sont élaborés par les travailleuses et présentés aux femmes du territoire, dont l'obsession de la minceur, la relaxation, les femmes et l'argent, le dépannage maison et la valeur de la production domestique.

Le 8 mars 1990, le Centre souligne le 50^{ie} anniversaire du droit de vote des femmes.

De plus, en 1990, le Centre met en place le service de relation d'aide pour les services d'écoute, d'accueil et d'accompagnement socio-juridique. Au fil des ans, les formations *Antidote* I et II sont organisées. A ce jour, dix-sept groupes de *Antidote* I et dix groupes de *Antidote* II sont réalisés ainsi que 3 groupes de *Antidote et dépendances multiples* et 4 groupes de *la Commode ronde : une force en virevolte*.

En 1996, le Centre des femmes travaille à la mise sur pied des Cuisines collectives du Haut-Pays en collaboration avec la Maison de la famille du Témiscouata.

Le Centre organise plusieurs colloques et produit des bêtins de ressources et des journaux de sensibilisation sur différents sujets dont l'égalité économique des femmes, le sexisme, la violence conjugale, la monoparentalité, les métiers non traditionnels, les femmes dans les instances décisionnelles et les femmes entrepreneurs.



En 1995, 2000 et 2005, le Centre des femmes s'implique dans l'organisation des activités entourant la **Marche mondiale des femmes**; quelques femmes du Centre se rendent à Québec pour participer aux manifestations de la Marche et pour recevoir la Charte mondiale des femmes pour l'humanité.

Le 8 mars 2004, le Centre des femmes célèbre le 25^e anniversaire de la Journée internationale des femmes dans le Haut-Pays avec le spectacle de la chanteuse Laurence Jalbert à l'auditorium de la polyvalente de Squatec.



En mars 2007, le Centre des femmes, situé au sous-sol du CLSC, déménage dans de nouveaux locaux de l'édifice de la clinique médicale de Lac-des-Aigles.

En 2007-2008, 1958 interventions individuelles et de groupes sont réalisées au Centre, dont 236 participations aux activités éducatives et 47 prêts de livres du centre de documentation.

En mars 2008, la Journée internationale des femmes est soulignée à Biencourt avec la présentation de la pièce de théâtre « Portraits de femmes » réalisée par la troupe Les Immortelles du Témiscouata.

Cette année, le 6 mars 2009, le Centre souligne la 30^e Journée internationale des femmes dans le Haut-Pays, à la salle municipale de Lac-des-Aigles.

Nous aurons la chance d'accueillir Denise Guénette, monologuiste, comédienne et chanteuse qui nous présentera son spectacle d'humour « J'ai pas vu l' temps passer ». Cette excellente interprète est d'ailleurs venue souligner notre 15^e anniversaire à l'Hôtel Chevalier de Squatec, en 1994. Avant le spectacle, il y aura un vin d'honneur ainsi qu'un souper. Il est important de se procurer son billet à l'avance pour participer à cette soirée.



Le Centre des femmes du Ô Pays s'adresse à toutes les femmes, de tous les âges et de toutes conditions. Les services y sont gratuits et confidentiels. Les femmes viennent au Centre pour rechercher de l'information, pour rencontrer d'autres femmes, pour y trouver écoute, support, aide ou par plaisir. Il n'est donc pas nécessaire de subir de la violence conjugale pour venir au Centre des femmes : c'est une ressource communautaire qui permet d'améliorer les conditions de vie de toutes les femmes du territoire.

Le Centre fait partie de l'R, un regroupement provincial de 103 Centres de femmes situés dans toutes les régions du Québec. Le Centre est aussi impliqué dans plusieurs lieux de concertation, dont la Table de concertation contre la violence conjugale et familiale du Témiscouata, le Mouvement d'action communautaire du BSL et la Table de concertation des groupes de femmes du Bas-Saint-Laurent.



Merci à toutes les femmes, membres du conseil d'administration et travailleuses, qui se sont impliquées au Centre des femmes depuis 1980 :

Aline Rivard, Andrée Dacier, Barbara Hébert, Brigitte Charron, Catherine Morin, Chantal Fournier, Colette Dulac, Denise Brisson, Diane Morin, Élisabeth Ouellet, Fabienne Beaulieu, France Hélarry, Francine Dubé, Françoise Bossé, Ghislaine Valloires, Ginette Drapeau, Ginette Dumont, Ginette Leblond, Huguette Bergeron, Huguette Fortin, Huguette Rioux, Jeannine Beaulieu, Jeannine Dionne, Lorraine Lepage, Lise Leblanc, Lisette Bouchard, Louise Dufour, Lucette Ouellet, Lucie Pelletier, Lyne Bourgoin, Maria Bourgoin, Marie Bellavance, Marielle St-Pierre, Maude Verreault, Monique Dubé, Monique Geneau, Monique Pelletier, Nicole Ayotte, Nicole Wright, Noëlla Lévesque, Normande Rioux, Pauline Charron, Pauline Pelletier, Régine Lebel, Rita Leclerc, Roseline Escarras, Rosiane Dubé, Stella Paradis, Stéphanie Bourgoin, Sylvie Dubois, Thrérèse Dumont, Violette Saindon, Yolande Pelletier.

La résilience ?

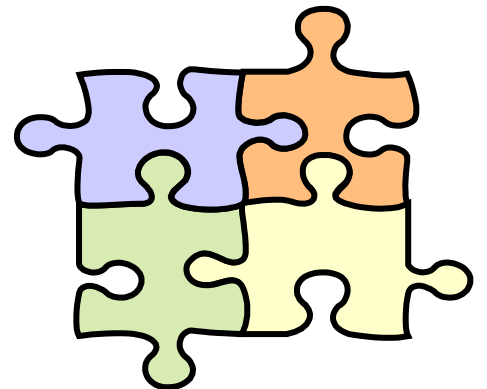
Cette capacité que nous avons de rebondir, de nous en sortir, une qualité que nous devons au fait d'avoir surmonté l'épreuve d'un passé difficile. Voilà [la résilience](#). Cette capacité d'adaptation est le résultat de mécanismes de renforcement ou de défense qui s'installent à l'intérieur de soi, ce qui porte l'humain jusqu'à un nouveau niveau d'évolution. C'est Boris Cyrulnik, psychiatre français, qui a commencé à parler de la résilience pour démontrer l'appui qui peut être donné à une victime. La définition de la notion de résilience vient des sciences. Elle désigne le fait qu'une matière reprend sa forme initiale après avoir subi un choc. Boris Cyrulnik applique cette idée aux sciences humaines par le fait qu'une personne a la capacité de se réparer, de rebondir après avoir été victime d'un traumatisme. Les êtres humains ont la possibilité de surmonter les traumatismes et les blessures les plus profondes. La résilience nourrit l'espoir.

Un jour ou l'autre, nous nous demandons toutes et tous « Comment j'ai fait pour passer au travers de telle ou telle épreuve? » Il s'agit d'une combinaison de force intérieure, d'appui de l'extérieur et d'apprentissage à partir de l'expérience acquise.

Pour se « réparer », les personnes traumatisées ont besoin de trouver un lieu d'attachement sécurisant, un lieu d'apprentissage, un lieu de découverte de soi. Comme préalable à la résilience, il faut considérer que nous avons toutes et tous le potentiel et les habilités requises pour diriger notre vie et prendre les décisions qui vont dans notre intérêt. Il faut valoriser, pour chacun, le droit à l'autonomie, au respect et à la liberté. La résilience, c'est aussi un processus de reprise de possession de soi. Le témoignage est important, il permet de donner du sens à une situation qui n'en a pas à l'origine.

Vous désirez faire de la lecture sur la résilience, le Centre des femmes possède trois livres de Boris Cyrulnik : **Les vilains petits canards**, **Un merveilleux malheur** et **Autobiographie d'un épouvantail**.

La résilience est comme un casse-tête : chacune des épreuves ou traumatismes est un des morceaux de notre vie qui finalement prennent une certaine forme pour donner un sens à un tout !



L'âne

Un jour, l'âne d'un fermier tomba dans un puits. L'animal gémit pitoyablement pendant des heures et le fermier se demanda quoi faire. Finalement, il décida que l'animal était vieux et le puits devait disparaître de toute façon, ce n'était pas rentable pour lui de récupérer l'âne.

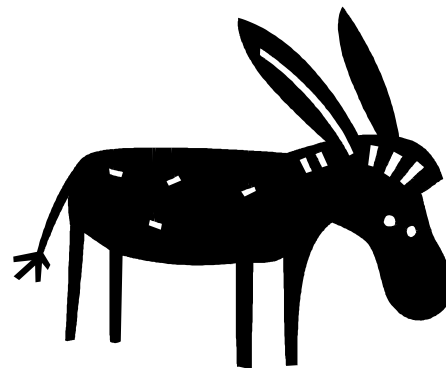
Il invita tous ses voisins à venir l'aider. Ils saisirent tous une pelle et commencèrent à enterrer le puits. Au début, l'âne réalisa ce qui se produisait et se mit à crier terriblement. Puis à la stupéfaction de chacun, il se tut. Quelques pelletées plus tard, le fermier regarda finalement dans le fond du puits et fut étonné de ce qu'il y vit.

Avec chaque pelletée de terre qui tombait sur lui, l'âne faisait quelque chose de stupéfiant. Il se secouait pour enlever la terre de son dos et montait dessus. Pendant que les voisins du fermier continuaient à pelleter sur l'animal, il se secouait et montait dessus. Bientôt, chacun fut stupéfié que l'âne soit hors du puits et se mette à trotter !

Morale : la vie essaiera de t'engloutir avec toutes sortes d'ordures. Le truc pour te sortir du trou est de te secouer pour avancer. Chacun de tes ennuis est une pierre qui te permet de progresser. Tu peux sortir des puits les plus profonds en n'arrêtant jamais... Il ne faut jamais abandonner !

Secoue-toi et fonce ! Rappelle-toi les cinq règles simples pour être heureuxE :

- Libère ton cœur de la haine.
- Libère ton esprit des inquiétudes.
- Vis simplement.
- Donne plus.
- Attends moins.



A ne jamais oublier, surtout dans les moments les plus sombres.

Plus de femmes dans les conseils municipaux

Le 1er novembre 2009, des élections municipales se tiendront simultanément dans toutes les municipalités du Québec.

Malgré que la participation des femmes en matière municipale ait pris de l'ampleur depuis les dernières années, saviez-vous que, dans le Bas-Saint-Laurent, on compte seulement 15,7 % de femmes au poste de maire et 28,6 % à celui de conseillères municipales ? On est encore bien loin d'une représentation équitable des femmes. Il y a urgence d'agir, car malgré les belles avancées dans le passé, la participation des femmes stagne, sinon régresse.

Aussi, les conseils municipaux sont des lieux d'influence majeurs. Les décisions qui y sont prises ont une influence directe sur la qualité de vie, le développement socioéconomique, l'habitation, l'environnement et l'aménagement du territoire. Il est important de valoriser le rôle d'élus municipaux et de stimuler la participation des femmes. Être conseillère municipale et mairesse, c'est être au

cœur des changements concrets dans la qualité de vie d'une communauté.

Selon madame Christine St-Pierre, ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, **il est impératif qu'un plus grand nombre de femmes s'engage en politique municipale. Il en va de l'amélioration de notre démocratie et d'une représentativité équitable au sein des instances décisionnelles.**

En effet, la faible participation des femmes à la **vie publique municipale les prive d'un pouvoir important sur leur milieu de vie. Par ailleurs, certains sièges au plan régional ne sont réservés qu'à des élus, par exemple, les centres locaux de développement (CLD) ou les conférences régionales des élus (CRÉ), ce qui a un impact sur la présence des femmes dans ces lieux de décision.**

Vous avez des idées et le désir d'en faire profiter votre communauté ?
Faites le grand saut et présentez votre candidature
aux élections municipales de novembre 2009.

La Table de concertation des groupes de femmes du Bas-Saint-Laurent vous invite
au 3^e **rassemblement annuel du Réseau de solidarité municipale**
qui se tiendra le 24 avril 2009 à Rivière-du-Loup.

Ce colloque abordera, entre autres, la question de la représentation équitable des femmes et des jeunes en politique municipale. La pièce *Le grand saut* **du théâtre Parminou** y sera présentée. Ce sera également l'occasion de la remise du **Prix municipalité équitable 2009**.

Toutes les femmes intéressées à participer à ce rassemblement peuvent communiquer avec le Centre des femmes du Ô Pays.



Le féminisme

LE FÉMINISME, c'est croire à l'égalité entre les femmes et les hommes. C'est aussi croire au potentiel des femmes. C'est vouloir améliorer les conditions de vie des femmes, défendre leurs droits, accroître leur autonomie et favoriser la solidarité entre elles.

Le féminisme est un mouvement diversifié dont les luttes ont évolué au fil des années et selon les pays. Le féminisme est créé et principalement porté par des femmes, bien qu'il soit également activement soutenu par des hommes qui sont proféministes.

La première vague féministe, connue sous le nom de mouvement des suffragettes, s'est étalée des années 1870 à 1930 environ. Les femmes ont finalement obtenu le droit de vote, le droit d'occuper des fonctions politiques et la reconnaissance de leur statut de « personne » à part entière devant la loi.

La deuxième vague féministe, ce fut le mouvement de libération des femmes que nous avons connu de 1960 au milieu des années 1990. Ce mouvement a permis aux femmes d'obtenir la reconnaissance de l'égalité entre les sexes par la Charte canadienne des droits et libertés, l'accès aux postes supérieurs dans le milieu des affaires comme en politique, le choix d'avoir ou non des enfants (contraception et décriminalisation de l'avortement), le droit d'obtenir de meilleurs salaires, une meilleure protection contre la violence conjugale et de meilleurs arrangements sociaux relativement aux soins des enfants.

Depuis 1995, avec les différentes Marches mondiales des femmes (1995, 2000, 2005 et la prochaine en 2010), le féminisme tente de plus en plus de créer une solidarité internationale entre toutes les femmes afin d'améliorer l'ensemble de leurs conditions de vie et ce, dans tous les pays.

Nous entendons souvent des discours selon lesquels l'égalité entre les femmes et les hommes est atteinte, que les femmes ont les mêmes chances que les hommes, que les luttes féministes ont permis de faire des avancées, mais que, maintenant, il faut passer à autre chose. Ces idées sont fausses et il est important de les démentir.

En effet, si l'égalité est atteinte, comment pouvons-nous expliquer qu'en 2009, les femmes canadiennes soient encore plus pauvres que les hommes ? Comment se fait-il que la contraception soit encore la responsabilité des femmes et que l'avortement ne soit pas accessible de façon gratuite et universelle dans toutes les provinces du Canada ? Pourquoi ce sont encore les femmes qui accomplissent la plus grande partie des tâches ménagères et pourquoi la majorité des familles monoparentales sont-elles dirigées par des femmes ? Pourquoi les femmes occupent-elles la majorité des emplois précaires (à temps partiel, occasionnels, sur appel) et des emplois au salaire minimum ? Comment se fait-il qu'en 2008 les femmes soient encore victimes de violences de toute sorte (violence conjugale, agressions sexuelles, meurtres, etc.) ? Comment pouvons-nous expliquer que le Canada soit une des plaques tournantes du trafic des femmes et des enfants ? Pourquoi l'image de la femme-objet hypersexualisée est-elle aussi présente dans les médias et dans l'imaginaire collectif ?

Il est certain qu'il reste encore plusieurs luttes à mener pour atteindre l'égalité réelle entre les hommes et les femmes et que le féminisme est toujours d'actualité.



Services offerts



Accueil et références

Aide individuelle

Informations diverses

Centre de documentation



Écoute téléphonique

Accompagnement

Groupes Antidote

Ateliers thématiques

Gratuits et confidentiels



30e Journée internationale
des femmes dans le Haut-
Pays !



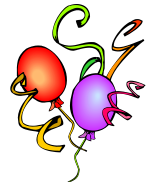
Vendredi 6 mars 2009 à 17 h 30

à la salle municipale de Lac-des-Aigles,

Vin d'honneur, souper et spectacle d'humour,

de monologues et de chansons avec Denise Guénette

« J'ai pas vu l' temps passer »



Les billets au coût de 12 \$ sont en vente au Centre des femmes
Pays.

Centre des femmes du Ô Pays

Conseil d'administration

Lucie Pelletier, Squatec

Marielle St-Pierre, Biencourt

Ginette Leblond, Squatec

Lisette Bouchard, Biencourt

Marie Bellavance, Squatec



Équipe de travail

Louise Dufour

Stella Paradis

Lyne Bourgoïn

Colette Dulac

Cynthia Damboise, stagiaire

74 A, rue Principale Case postale 159 Lac-des-Aigles, Québec G0K 1V0

Téléphone : (418) 779-2316 (appels à frais virés acceptés)

Télécopieur : (418) 779-3025

Courriel : cfop@globetrotter.net