



<i>Dans ce numéro</i>	
Lignes directrices	2
Conseil d'administration et travailleuses	2
Colloque Image corporelle	3-7
• Hypersexualisation des jeunes filles	4
• Les publicités sexistes	5
• L'industrie de l'amaigrissement	6
• Les chirurgies esthétiques	7
Une femme devant son miroir	8
Trophée Roses des sables	9
Centre de documentation	10-11
Les agressions à caractère sexuel	12-13
Octobre - Mois de prévention du cancer du sein	14
Activités passées	11, 14
Activités à venir	14
<b>Cahier spécial : Condition féminine Volet Entrepreneuriat et Politique</b>	15-19
Noëlla et Denyse, propriétaires du Ranch	15
Mise à jour du répertoire des femmes au pouvoir	16
Coupures harpériennes	17
Octobre - Mois de l'Histoire des femmes	17
Clins d'œil de nos élues	18
Parlement des sages	19

## Un p'tit mot pour vous

Bonjour à toutes,

**L**es arbres sont dénudés et octobre est presque achevé. Je me sens l'âme poète en cette journée de pluie.

Octobre, quel beau mois! Non pas parce que c'est le mois de mon anniversaire, mais parce que c'est le Mois de l'Histoire des femmes.

Connaissez-vous toutes les femmes qui ont milité pour obtenir les droits dont vous bénéficiez aujourd'hui?

### 1. Rosemary Brown, 1930-2003

Championne des droits de la personne, elle fut la première Noire élue à l'Assemblée législative de la Colombie-Britannique.

### 1. Thérèse Casgrain, 1896-1981

En 1951, lorsqu'elle est élue chef de la Fédération du commonwealth coopératif au Québec, elle devient la première

femme à assumer la direction d'un parti politique au Québec.

### 1. Agnes Macphail, 1890-1954

Elle a été la première députée en 1921 et l'une des deux premières femmes élues à l'Assemblée législative de l'Ontario en 1943.

Voici donc trois exemples de femmes qui ont marqué notre histoire de femmes et il en existe beaucoup d'autres qui ont su faire avancer la condition de la femme au Québec et au Canada.

Il y a aussi ces femmes de notre territoire, de notre municipalité qui ont été une source d'inspiration pour d'autres femmes. Des femmes qui ont défendu les droits des autres.

Pourquoi ne pas profiter du Mois de l'Histoire des femmes pour les connaître?

Je vous invite à participer aux activités, qu'elles soient au centre de femmes ou dans une autre municipalité du territoire Mékinac. Venez nous visiter, le Centre de femmes est là pour toutes les femmes de la MRC de Mékinac.

En terminant, je vous laisse sur une citation d'Alfred de Musset :

*« Prenez le temps comme il vient, le vent comme il souffle, la femme comme elle est. »*

France Déry,  
Coordonnatrice  
Femmes de Mékinac (Centre de femmes)



Source de l'image : levagabond.net

**Souviens-toi**

## L'image corporelle

**L'**image corporelle appelle notre réflexion, interpelle notre sensibilité sur notre aspect physique qui a souvent façonné ou parfois perturbé notre personnalité.

Ce que nous percevons comme apparence corporelle héréditaire et bagage génétique est le processus d'une longue évolution de notre genre féminin. Nous aimons ou détestons notre *image corporelle*, en tout ou en partie, selon les périodes de notre vie et les échos gratifiants ou dévastateurs de nos proches ou des médias.

Jeunes, nous espérons que le raffinement de notre adolescence et de nos 20 ans soit une sculpture parfaite d'où viendra notre estime de soi ou... la décrépitude.

Le mi-temps de la vie devrait nous gratifier de la plénitude et de l'équilibre : âme, corps, cœur et esprit nourrissant cette appropriation de notre estime de soi ou... la déception, voir même le rejet. Aujourd'hui, des interventions esthétiques ou des plans d'alimentation et de culture physique nous laissent l'opportunité de prévoir et de faire des choix drastiques... à considérer.

La vieillesse devrait nous parer de charmes particuliers et de cette sagesse qui captent le regard et nous renvoient une autre image corporelle.

Avec une ouverture positive, laissons pénétrer l'information, acceptons nos interrogations pour vibrer en équilibre avec notre moi. Partageons nos paroles et nos gestes gratifiants pour alimenter l'estime de soi et notre qualité de vie.

Des avenues planifiées se dégageront en interpellant chacune d'entre nous ainsi que la société.

Bonne journée,  
Solange Fernet-Gervais,  
C.M., C.Q., présidente

## *Lignes directrices*

Le Centre de femmes, Femmes de Mékinac est un lieu de rencontre, de soutien et d'actions. Il se veut un endroit chaleureux, attentif et basé sur les besoins des participantes. Dans un tel contexte, des règles importantes doivent être respectées par toutes les participantes aux activités du centre que ce soit lors d'une sortie extérieure ou d'une activité se déroulant au centre.

### **Respect de la confidentialité**

Chaque participante aux activités du centre a droit au respect de la confidentialité à son endroit. C'est pourquoi nous demandons aux participantes de respecter la confidentialité de ce qui se dit au centre. Ce qui se dit au centre, reste au centre.

### **Respect des autres**

La vulgarité, le dénigrement, le manque de respect d'autrui n'ont pas leur place lors des activités du centre. Une attitude respectueuse permettra à chacune de prendre sa juste place que ce soit lors d'une sortie ou d'une activité.

### **Courtoisie**

Chaque participante a le droit de s'exprimer. En contrepartie, on demande de laisser les potinages chez soi avant de venir au centre et de les reprendre seulement à la sortie. Votre attention sera alors portée sur le contenu des conférences et toutes pourront bénéficier pleinement des propos des conférencières et ressortir enrichies par leurs découvertes.

Merci de faire du Centre de femmes, Femmes de Mékinac, un lieu où chaque participante se sent libre de s'exprimer, de se confier et d'apporter son soutien aux autres tout en laissant les autres bénéficier des mêmes droits.

« *Autour d'Elles* » est publié en Février, Juin et Octobre de chaque année par Femmes de Mékinac (centre de femmes).

Les lectrices et lecteurs sont invitéEs à faire parvenir leurs commentaires et suggestions :

par courriel : [femmes\\_mekinac@globetrotter.net](mailto:femmes_mekinac@globetrotter.net) /  
par la poste : 211, rue St-Jacques, Sainte-Thècle, QC, G0X 3G0 /  
par télécopie : (418) 289-2589 /

Nous remercions toutes les personnes qui ont contribué à la production de ce numéro.

### *Conseil d'administration 2006-2007*

**Solange Fernet-Gervais**  
*Présidente*

**Nicole Bergeron**  
*Vice-présidente*

**Carolle Gauthier**  
*Secrétaire*

**Gisèle Renaud**  
*Trésorière*

**Liliane Fournier**  
**Micheline Dion**  
*Administratrices*

**Monique Lachance**  
*Représentante des travailleuses*

**France Déry**  
*Coordonnatrice*  
*Personne-ressource*

### *Les Travailleuses*

**France Déry**  
*Coordonnatrice*

**Monique Lachance**  
*Adjointe administrative*

**Lucie-Claude Gélinas**  
*Animatrice Intervenante*

**Thérèse Plamondon**  
*Réceptionniste Archiviste*

**Julie Bordeleau**  
*Agente de promotion et  
d'intervention en condition féminine*

**Nathalie Guindon**  
*Agente de projet et de formation*

**Hélène Cloutier**  
*Stagiaire en  
techniques de travail social*

# Colloque sur l'Image corporelle

Audacieuses, le défi d'être soi

Ce 3 octobre, nous étions 70 participantEs à assister à la présentation de quatre conférences super intéressantes. Des conférencières engagées pour la cause des femmes ont traité de sujets préoccupants et présents dans notre quotidien. L'hypersexualisation des jeunes filles, les publicités sexistes, l'industrie de l'amaigrissement et finalement les chirurgies esthétiques, ont su captiver l'assemblée qui se questionnait sur les véritables valeurs de chacune d'entre nous.

Les ateliers de discussion ont permis de débattre de ces enjeux actuels et de jeter un regard critique sur la pratique de l'industrie. Il en est ressorti des pistes de solutions réalisables et concrètes, véritables outils à mettre dans sa trousse personnelle.

Cette activité fut un véritable succès et a lancé une réflexion plus large à la grandeur de la Mauricie. C'est à suivre!

En pages 4 à 7, voyez un résumé de ce que chaque conférencière a présenté.

## Commentaires des participantEs

« J'ai aimé ma journée, il devrait y avoir plus de colloques pour les femmes. C'est enrichissant! Merci, merci à toute l'équipe du Centre de femmes Mékinac »

« Je félicite toutes les personnes qui se sont impliquées dans cette journée. C'était vraiment une très belle journée, très intéressante »

« Je me suis fait un Beau cadeau, une mise à jour pour une récente grand-mère. Je vous promets de revenir au centre. Bonne chance! »

« Merci pour cette journée! Votre initiative nous a permis d'être plus sensibilisées, informées et l'échange a été une grande expérience. Félicitations à toute votre équipe! »

« Colloque très intéressant, mais il faudrait trouver un moyen concret pour améliorer la situation de la femme perçue comme un objet »

« Des colloques du genre devraient être offerts plus souvent. Les conférencières étaient compétentes et formidables. »

« J'aurais aimé avoir plus de temps pour approfondir chaque sujet. Merci, je suis quand même très satisfaite. »

« Merci à vous! »

« Très belle réalisation! J'ai aimé l'accessibilité et la simplicité des conférencières. Elles étaient *connaissantes* de leur sujet. »

« Merci et continuez ce travail, car c'en est un d'amour de soi pour la collectivité. »

« J'ai vraiment adoré ma journée et je repars *crinquée* et motivée. Merci et félicitations, ce fut une réussite! »

« Merci beaucoup pour cette belle journée remplie de beaux sourires »

« Excellente journée très appréciée! Félicitations! Beau travail, les filles! »

« Activité très bien organisée! Beaucoup de renseignements! »

« Que cette belle journée se répète! Bien intéressant, de très belles idées et suggestions. Merci! »

« Félicitations! Une journée très intéressante et enrichissante! »

« J'ai passé une très belle journée »

« Très bon colloque! »

« Merci pour cette initiative, j'ai adoré! »

« Chapeau! »

« Très belle journée! »

### Merci à nos précieux partenaires financiers

Vous avez grandement contribué à la réalisation de ce colloque :

- Madame Julie Boulet, Députée de Laviolette et Ministre déléguée aux transports
- Monsieur Jean-Pierre Soucy, Député de Portneuf
- Monsieur Jean-Yves Laforest, Député Saint-Maurice—Champlain
- Caisse populaire Desjardins de Saint-Tite; de la Seigneurie des Grondines (centre financier de Lac-aux-Sables) et de Sainte-Thècle—Saint-Adelphe (centre financier de Sainte-Thècle)
- Municipalités de Sainte-Thècle; Saint-Adelphe; Lac-aux-Sables et Notre-Dame-de-Montauban
- Centre local de développement de Mékinac
- Les Filles de Jésus de Sainte-Thècle
- Commission scolaire de l'Énergie
- Centre de Santé et de Services sociaux de la Vallée-de-la-Batiscan
- Bibliothèque municipale de Sainte-Thècle
- Les Aides familiales de Mékinac
- Comptoir d'escomptes Moreau de Sainte-Thècle



À l'arrière : Lucie-Claude Gélinas, Nathalie Guindon, organisatrices du Colloque pour Femmes de Mékinac; Lillia Goldfarb de l'Y des femmes de Montréal, conférencière Hypersexualisation des jeunes filles.

À l'avant : Diane Lesage de la Coalition Corps-Accord, conférencière *L'industrie de l'amaigrissement*; Josée Quenneville et Jeanne Maranda de La Meute MédiAction, conférencières *Les publicités sexistes*; Lise Goulet du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes, porteur de la Campagne nationale d'action sur l'Image corporelle, conférencière *Les chirurgies esthétiques*.

# Hypersexualisation des jeunes filles

Avec Lilia Goldfarb de l'Y des femmes de Montréal



**ENJEUX** : L'industrie de la mode propose aux jeunes filles des modèles de beauté hyper sexy où la femme y est perçue comme un objet sexuel. Être sexy est un idéal à atteindre et les pratiques sexuelles vont de soi avec l'image projetée par les médias de la femme infantilisée avec une attitude séductrice.

Stimulées par toutes sortes d'images dont les images pornographiques de plus en plus accessibles grâce à Internet, elles se perçoivent elles-mêmes comme un objet de l'homme dominateur. La sexualité est banalisée, omniprésente et facile.

À l'adolescence, le corps de la jeune fille est prêt à la sexualité. Ses connaissances sexuelles sont assez étendues. Mais le manque de maturité affective la rend plus vulnérable aux abus de tout ordre. Les parents se sentent souvent dépassés et découragés face à ces comportements. Comment surmonter sa gêne afin d'afficher ses valeurs et entamer la communication? Comment faire pour favoriser le développement d'une bonne estime de soi?

## Problématique

À l'heure actuelle, le phénomène de l'hypersexualisation est dans toutes les écoles et dans tous les endroits fréquentés par les jeunes. Aucune statistique n'existe pour en évaluer l'ampleur.

On observe que les enfants sont touchés de plus en plus jeunes. Le vocabulaire pour parler de sexualité est connu même à trois ans dans certains cas. Plus de 60% des jeunes qui naviguent sur Internet sont tombés par hasard sur des sites pornographiques.

Les jeunes filles influencées par le phénomène de l'hypersexualisation sont plus vulnérables aux troubles de l'alimentation et aux infections transmises sexuellement, à la consommation (cigarettes, drogues, alcool), à la délinquance par l'idéalisation de l'acte de consommer, à l'exploitation sexuelle sous plusieurs formes, à la violence dans toutes ses facettes.

Donnons un exemple : une jeune fille de 12 ans peut pratiquer des activités sexuelles à l'école. Il est souvent facile de trouver un partenaire pour une fellation. En plus, elle peut demander une petite somme d'argent en échange. Si elle s'embarque dans d'autres pratiques sexuelles, elle aura probablement recours à l'alcool et à la drogue parce qu'elle n'est pas prête psychologiquement. Dans un climat où la sexualité est banale et la consommation (de tout ordre) glorifiée, il s'agit de l'argent facile, des actes sans importance. Elle peut en retirer aussi une reconnaissance sociale auprès de ses amiEs. Il n'est pas surprenant qu'ensuite, cette jeune fille soit dégoûtée de la sexualité. Comme elle a tout découvert là-dessus, elle ne voit plus l'apport que la sexualité peut avoir dans sa vie et il lui est plus difficile de vivre une saine sexualité dans sa vie de couple.

## Pistes de solutions

- Questionner les gouvernements et le milieu : Pourquoi n'y a-t-il pas de campagne de sensibilisation en milieu scolaire?
- Boycoter certains produits : vêtements trop sexy, accessoires qui érotisent la femme, vidéos qui abordent la sexualité de façon trop explicite.
- Offrir dans les écoles, une éducation à la sexualité plus globale dès le primaire.
- Supporter les parents et renforcer les habiletés parentales face à leurs enfants.
- Nous avons tous et toutes une responsabilité en donnant l'exemple.
- En tant qu'adulte, réévaluer nos valeurs, notre compréhension du monde, de l'amour et de la sexualité.
- Recadrer les discours sur la beauté, l'aspect physique, la sexualité et les relations amoureuses.
- Limiter l'utilisation d'Internet. L'ordinateur est un objet familial placé dans une pièce accessible à tous.
- Apporter aux jeunes des repères, des limites ainsi que des pistes de réflexion.
- Guider les jeunes vers l'autonomie affective et une image de soi positive.
- Développer et encourager un regard critique face à la publicité.

**Lilia Goldfarb** est cheffe des services de Leadership au Y des femmes de Montréal et coordonnatrice du projet de recherche sur la sexualisation précoce des jeunes filles, une recherche-action qui a débuté en 2004. Madame Goldfarb a participé activement à l'élaboration du guide présenté ici-bas. De plus, en partenariat avec le Service d'aide aux collectivités de l'UQAM et les professeures Francine Duquet et Anne Quéniart, elle effectue une recherche qualitative qui outillera ceux et celles qui travaillent auprès des enfants et des ados.

- <http://www.ydesfemmesmtl.org/> -

## Ressources

- **Maison de la famille** : Offre des services afin de renforcer les habiletés parentales. Atelier : *Vie de famille : de la discipline à l'amour* pour les parents d'enfants de 6 à 12 ans.  
581, rue St-Paul, Saint-Tite - (418) 365-4405  
mfamillegenp@globetrotter.net
- **Guide d'accompagnement pour les parents de filles préadolescentes** : Ce guide animé explore sept scénarios inspirés de situations réelles portant sur une fille préadolescente qui questionne un parent ou se questionne sur son apparence et sur la sexualité. Soyez avertis, les questions et le langage sont directs et peuvent vous troubler, mais ce langage est monnaie courante dans les cours d'école. Toutefois, nous avons considéré important d'outiller les parents pour comprendre les enjeux sous-jacents et pour répondre aux questions imprévues.  
<http://www.ydesfemmesmtl.org/site/209/default.aspx>

# Les publicités sexistes

Avec Josée Quenneville et Jeanne Maranda de la Meute MédiAction

**ENJEUX :** De plus en plus, des images provocantes sortent des planches à dessin des publicités. Dans la publicité, la femme est perçue comme un objet voire même un jouet. Il faut reconnaître ces publicités afin de se donner le pouvoir de s'opposer à l'utilisation du corps ou de la sexualité comme valeur marchande. Notre silence perpétue notre statut d'exploitée.

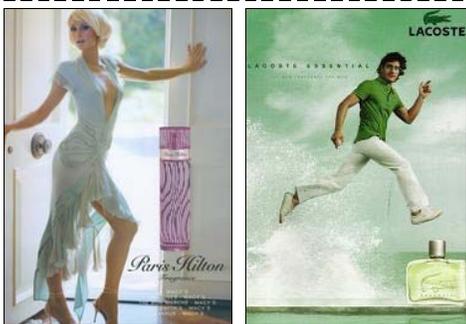
Les publicités sexistes ont un impact social et des effets néfastes sur notre santé physique et psychologique. Elles accentuent les inégalités entre les hommes et les femmes et contribuent à entretenir des relations de pouvoir qui engendrent la violence. Elles diminuent l'estime de soi chez les femmes en faisant la promotion d'une image de beauté trop parfaite. Elles maintiennent l'idée que la femme doit toujours être sexy et prête à plaire à tout prix. Elles violent notre droit à l'intimité et à la dignité par l'imposition d'images de corps dénudés ou érotisés. Elles dissocient l'amour du plaisir sexuel. Elles renforcent le phénomène d'hypersexualisation chez les jeunes avec ses conséquences telles que l'augmentation du taux d'infections transmises sexuellement, une grossesse non désirée, la montée de la prostitution juvénile et de la pédophilie.



## Comment reconnaître une publicité sexiste ?

Recherchez des signes d'inégalité :

1. L'un est habillé alors que l'autre porte peu ou pas de vêtements ou des vêtements très provocants.
2. L'un est " en contrôle " alors que l'autre apparaît écervelé, excité ou extasié.
3. L'un est projeté dans un rôle actif au travail, aux loisirs ; tandis que l'autre incarne l'inactivité, la passivité et se confond parfois même avec le produit.
4. L'un occupe une position de dominance dans l'image alors que l'autre est dans une position suggestive de vulnérabilité, de soumission ou même de victime.



## Les messages que nous transmettent les publicités sexistes

1. La femme est perfectible.
2. La femme est victime de violence.
3. Le seul pouvoir de la femme est son pouvoir de séduction.

## LES CODES DANS LA PUBLICITÉ

HOMME	FEMME
<b>ENVIRONNEMENT</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- À l'extérieur</li> <li>- Intellectuel</li> <li>- Affairé, occupé</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- À l'intérieur</li> <li>- Écervelée</li> <li>- Image floue, indescritable</li> </ul>
<b>ACTIVITÉS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sportif</li> <li>- Toujours en action</li> <li>- En groupe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fait partie du décor</li> <li>- En train de séduire</li> <li>- Seule</li> </ul>
<b>POSITION DU CORPS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dominant, debout</li> <li>- Si assis, les mains croisées ou dans les poches, bien stable</li> <li>- Tête droite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soumise, en offrande</li> <li>- Couchée ou à genou, dos arqué</li> <li>- Déséquilibrée, fragile, en positions saugrenues</li> </ul>
<b>HABILLEMENT</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habillé de la tête au pied</li> <li>- Parties sensibles du corps protégées (cravate)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dénudée ou peu de vêtement (jupe courte)</li> <li>- Parties sensibles (cou, poitrine) à découvert</li> </ul>
<b>ANGLE DE VUE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- En santé</li> <li>- Sûr de lui-même</li> <li>- Naturel</li> <li>- Solide, dégage de la force</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maigreur, pâleur</li> <li>- Effleure les choses, mains inactives (faux ongles)</li> <li>- Cheveux au vent</li> </ul>
<b>VISAGE</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regard droit</li> <li>- Rien de coquin</li> <li>- Bouche fermée</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ne regarde pas la caméra, yeux fermés, regard lointain</li> <li>- Bouche entrouverte, lèvres pulpeuses prêtes à...</li> <li>- Maquillée</li> </ul>



La Meute - MédiAction vous propose des actions concrètes à réaliser afin de contrer le sexiste dans la publicité :

1. **Boycottez** les produits dont les publicités sexistes dévalorisent la personne. Refusons que le corps serve à faire la promotion d'un produit ou d'un service.
2. **Exprimez-vous** en téléphonant, en écrivant des lettres :
  - aux compagnies fautives pour leur faire savoir que vous n'appréciez pas leurs publicités.
  - à vos maires, députés et ministres réclamant une loi cadre pour réglementer la pratique publicitaire.
3. **Joignez-vous** à La Meute - MédiAction :
  - Signez la pétition demandant au gouvernement provincial de légiférer.
  - Demandez « Décodage d'images », atelier pour sensibiliser votre milieu.

## Pour en savoir plus :

<http://www.lameute.org/>  
[lameutemediaction@yahoo.fr](mailto:lameutemediaction@yahoo.fr)

# L'industrie de l'amaigrissement

Avec Diane Lesage de la Coalition Corps-Accord



**ENJEUX :** Le chiffre indiqué par le cadran du pèse-personne est actuellement la plus grande préoccupation des femmes en ce qui concerne leur image corporelle. Bien que chacune d'elles sache consciemment que ces produits représentent souvent une supercherie et un danger réel pour la santé, l'industrie de l'amaigrissement représente au Canada un marché de 10 milliards de dollars et le seul but derrière la vaste gamme de produits et services offerts demeure essentiellement les profits réalisés.

Nous pouvons donc nous demander pourquoi ces produits sont si populaires lorsque l'on sait qu'ils sont coûteux, dangereux, mensongers et inefficaces. Alors pourquoi les utiliser? L'industrie, avec les moyens qu'elle possède inonde les médias de publicités qui proposent un format corporel standardisé. À nous de refuser ce modèle et de mettre l'industrie de l'amaigrissement au régime. Il demeure très important de prendre le temps de dénoncer ce qui nous semble inacceptable.

## *Maigrir pour le meilleur et non pour le pire*

En 2005, l'Association pour la santé publique du Québec produisait un rapport intitulé « **MAIGRIR POUR LE MEILLEUR ET NON POUR LE PIRE** ». Ce rapport faisait suite à une vaste analyse de 350 produits et services offerts sur le marché, un échantillon quand même réduit compte tenu de la multitude de produits offerts.

[http://www.aspq.org/DL/Maigrir\\_pour\\_le\\_meilleur.pdf](http://www.aspq.org/DL/Maigrir_pour_le_meilleur.pdf)

### *Conclusions de l'analyse*

- L'usage prolongé de produits amaigrissants cause des inconvénients tels que : fatigue, nausées, malaises généralisés, incapacité à bien fonctionner, baisse de l'énergie.
- Plusieurs des produits analysés ne sont pas compatibles avec la prise de médicaments. Les contre-indications ne sont pas spécifiées sur les produits.
- La majorité des produits contiennent une grande quantité de laxatifs et/ou de diurétiques. Ils provoquent l'évacuation de vitamines et de minéraux essentiels au bon fonctionnement du corps. Certains contiennent même de l'éphédrine, un produit pouvant causer des problèmes cardiaques et même la mort.
- L'absorption de ces produits fait partie du problème bien plus que de la solution car elle entraîne la perte de la masse musculaire. Il est important de savoir que les muscles sont essentiels au bon fonctionnement du corps, étant de véritables usines à brûler les gras.

## *Grosses promesses...*

### *... petits résultats*

38% des produits et services offerts sur le marché promettent des résultats sans efforts et / ou sans faire des modifications à ses habitudes de vie. En ce sens, l'imagination de l'industrie n'a pas de limites. Pensons au régime par chute de température corporelle, aux timbres amaigrissants, au bracelet contrôleur d'appétit et au régime issu d'une gageure et basé sur les groupes sanguins.

Pourtant, selon le docteur Gravel, responsable du département de nutrition de l'Université Laval, aucune méthode ne peut prétendre obtenir de résultat en moins de 2 à 5 ans et sans modifications de son mode de vie.

### *Pourquoi ça marche autant ?*

Les gens sont sensibles aux préjugés véhiculés par la publicité. Ceux qui ont un format corporel non valorisé subissent de l'intimidation et du harcèlement voire même du rejet. On est bombardé de publicités à tout instant.

L'industrie utilise la faiblesse de notre estime de soi à travers :

- Nos besoins d'appartenance, de reconnaissance et d'amour,
- Notre besoin de séduire,
- La faible étendue de nos sphères de valorisation,
- Notre recherche de bien-être et d'une bonne santé,
- Un environnement obésogène,
- Nos fausses croyances :  
Bien paraître = bonne personne;  
La beauté = réussite sociale.

## *Les profits des régimes*

Il n'existe actuellement aucune règle qui encadre les produits et services amaigrissants. La revue *Protégez-vous* produisait en 2005, un reportage qui établissait qu'il en coûte en moyenne 720\$ par année pour l'utilisation de produits conventionnels, 1 895\$ s'il s'agit de produits dits naturels (Attention! naturel ne veut pas dire sans danger) et de 500 à 600\$ pour des abonnements à des centres spécialisés offrant des programmes d'amaigrissement.

On peut y lire également qu'en 2001, un produit dangereux offert en vente libre était retiré du marché. Ce produit était fabriqué en Floride. La publicité était conçue au New Jersey, les commandes gérées au Nouveau-Brunswick et acheminées en partance de Toronto ou de New York. Les profits étaient déposés en Irlande et la compagnie enregistrée au Panama. Il en coûtait 5\$ environ pour la production et le produit était vendu 50\$. En 2005, ce produit est toujours disponible via Internet sous une autre appellation.

Pour en savoir plus :

**Coalition Corps-Accord**

<http://www.corpsaccord.com/>

- 1% des femmes se trouvent belles.
- 90% des femmes et 92% des jeunes filles sont insatisfaites de leur format corporel.
- 70% des adolescentes ont fait une tentative pour maigrir, le tiers avant 9 ans.
- 72% des femmes sont inquiètes d'avoir transmis à leur fille, leur propre insatisfaction par rapport à leur corps.

# Les chirurgies esthétiques, le droit d'être informée

Avec Lise Goulet du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes

**ENJEUX** : Nous vivons une époque où la jeunesse et la séduction font l'objet d'un culte. La société semble dire que le vieillissement n'est pas un processus normal et qu'on peut facilement modeler notre corps selon notre désir grâce aux progrès de la science. Par la mondialisation, un standard de beauté féminine domine de plus en plus notre société : Mince avec une poitrine généreuse, sans cheveux blancs, sans rides, de belles dents blanches alignées entourées d'une bouche pulpeuse, une peau ferme bien vêtue. Les pressions sociales sont très fortes pour nous voir adhérer au modèle dominant. L'ampleur du phénomène devient un enjeu de santé important.



Nous nous sentons de plus en plus inadéquates et la chirurgie esthétique semble être une solution sans danger. On présente la chirurgie esthétique comme un moyen banal de réaliser son rêve de beauté. L'illusion de pouvoir correspondre à ces modèles irréalistes devient progressivement une obsession dans nos vies. Et s'il arrive un pépin dans la réalisation de ce rêve bien cher payé, il faut aller au-delà de la honte de s'être fait trompée, briser le silence et rendre publiques les conséquences vécues par chacune.

## Historique

Les chirurgies esthétiques ont suivi l'essor de la médecine. La peur d'être exclu socialement en montrant un corps malade ou abîmé, a fait naître cette pratique qui s'offrait aux hommes.

Au début, la chirurgie esthétique se faisait sans anesthésie ni désinfection donc douloureuse et risquée. En ayant contracté la syphilis, certains hommes bien nantis se faisaient refaire le nez qu'ils avaient perdu.

L'évolution des interventions esthétiques s'est faite à travers les cultures et les stéréotypes culturels. Par exemple, en temps de disette, les corps potelés sont à la mode. Après la guerre, afin d'avoir plus de chances de trouver un mari, des femmes optaient pour des poitrines généreuses.

Aujourd'hui, le cinéma propose des normes de beauté à grande échelle. On cible les jeunes filles de plus en plus tôt. Les interventions esthétiques corrigent tous les « défauts » de notre corps, l'objectif principal de ce commerce étant bien sûr le profit.

Le modèle occidental touche toute la planète. Au Japon, des femmes et des jeunes filles se font retoucher leurs paupières. Des personnes d'origine africaine cherchent à réduire leurs lèvres. En Chine, des femmes se font étirer les jambes pour correspondre aux mannequins des magazines.

Les interventions les plus populaires au Québec sont le « lifting » du visage, l'augmentation mammaire et la liposuction.

## Risques et complications reliés aux chirurgies esthétiques

- Allergies
- Hémorragie secondaire
- Choc toxique, empoisonnement sanguin
- Infections
- Paralyse locale ou générale
- Trouble respiratoire
- Perte de sensibilité
- Asymétrie (liposuction)
- Embolie pulmonaire (caillot graisseux)
- Trouble de guérison de plaie
- Maladie auto-immune
- Nécrose (mort des tissus)
- Taux de suicide plus élevé chez les femmes ayant des prothèses mammaires

## Protection du public

Au Québec, tout médecin peut faire des interventions esthétiques. Les transformations d'ordre esthétique ou plastique ne résultant pas d'un problème de santé ou d'un accident ne sont pas couvertes par l'assurance médicale. La pratique est peu encadrée et se fait en clinique privée. Par exemple, bien que l'on ait prouvé les dangers sérieux des implants mammaires au silicone, on a trouvé un moyen légal de poursuivre cette pratique.

Le code civil, le code de déontologie des médecins et la Loi sur les services de santé et les services sociaux reconnaissent le droit à l'information. Cependant, aucune donnée sur le phénomène n'est complétée présentement. Comment les médecins peuvent-ils bien informer les femmes, en l'absence de données globales sur les conséquences des transformations esthétiques à court, à moyen et à long terme ?

## Les changements proposés au Québec

Au Québec, la campagne nationale d'action du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes demande la tenue de statistiques sexuées relatives à l'industrie des transformations esthétiques et un registre officiel des incidents liés aux interventions esthétiques réalisées.

Depuis 1992, ces demandes sont sur la table mais rien n'est encore fait. Agréer ces pratiques sans en connaître les conséquences, n'était pas acceptable il y a 15 ans, pas plus qu'en 2006...

**Réseau québécois d'action pour la santé des femmes** : <http://www.rqasf.qc.ca/>

**Pour en savoir plus** sur les enjeux liés aux chirurgies esthétiques, visitez :

**Chirurgie esthétique... du rêve au cauchemar** : [http://www.rqasf.qc.ca/grilles/grille\\_chirurgie.pdf](http://www.rqasf.qc.ca/grilles/grille_chirurgie.pdf)

## *Une femme devant son miroir*



À 3 ans, la petite fille se regarde et voit une reine.

À 8 ans, elle se regarde et voit Cendrillon ou la Belle au bois dormant.

À 15 ans, la jeune fille se regarde et voit Cendrillon, la Belle au bois dormant, une cheerleader, une actrice de cinéma. Si la jeune fille a ses règles, elle se voit grosse, laide, pleine de boutons et s'écrie : « Maman! Je ne peux pas aller à l'école comme ça! »

À 20 ans, la jeune femme se regarde et se considère comme trop grosse ou trop mince, trop petite ou trop grande, les cheveux trop raides ou trop frisés, mais décide qu'elle ira quand même à ses cours!

À 30 ans, la jeune femme se regarde et se voit trop grosse ou trop mince, trop petite ou trop grande, les cheveux trop raides ou trop frisés, mais décide qu'elle n'a pas le temps de changer son allure et se rend à son travail.

À 40 ans, la femme se regarde et se voit trop grosse ou trop mince, trop petite ou trop grande, les cheveux trop raides ou trop frisés, mais se dit qu'au moins, elle est propre, et part travailler.

À 50 ans, la femme se regarde et se dit : « C'est moi! » Elle sourit et va où bon lui semble!

À 60 ans, la femme se regarde, se rappelle que pour plusieurs personnes, c'est devenu difficile de bien se voir dans le miroir. Elle sourit, sort et va conquérir le monde!

À 70 ans, la femme se regarde et voit l'expérience et l'habileté. Elle sourit et sort profiter de la vie!

À 80 ans, la femme ne se regarde plus dans le miroir. Elle met son petit chapeau violet et sort juste pour le plaisir de voir le monde!

Quand on y pense, ne devrions-nous pas toutes prendre notre petit chapeau violet avant d'avoir atteint 80 ans?

Chacune de nous a besoin de se faire dire qu'elle est formidable!

La beauté d'une femme n'est pas dans ses vêtements, ni dans le joli minois qu'elle affiche ou la façon dont elle se coiffe.

La beauté d'une femme doit être vue dans ses propres yeux, parce qu'ils sont les portes de son cœur, là où l'amour réside.

La beauté d'une femme n'est pas dans un grain de beauté bien placé sur le haut d'une lèvre.

La vraie beauté d'une femme est réfléchie par son âme. L'amour, qu'elle donne, la passion qu'elle démontre, les années qui passent l'embellissent.



**Nous sommes toutes belles!**



## Trophée Roses des sables 2006

### Équipage 36 - Les Camellas

Sonia Leduc et Johanne Faucher de la MRC des Chenaux, sont deux des 80 roses qui étaient sur la ligne de départ le 13 octobre dernier au Hangar 15 à Bordeaux (Quai des Chartrons) en France.

Déterminée, Sonia et Johanne tiennent leur promesse d'aller à l'assaut du Sahara mais non pas sans rebondissements, les amenant bonne dernière au classement... Bien que le Trophée Roses des sables soit une compétition, c'est pour le caractère humanitaire que nos deux camellas ont entrepris l'aventure.

Le site Web de l'équipage 36 - Les Camellas : <http://www.ordiweb.com/lescamellas/>



*Sonia Leduc parraine cette fillette marocaine*

## Trophée Roses des sables Aventure féminine 4X4

### Trophée Roses des sables 2007

#### Équipage 3

Une délicieuse rencontre que celle des deux Roses des sables, Valérie Trépanier et Katia Hamelin qui vivront l'aventure au Maroc en octobre 2007 puisqu'elles se sont inscrites au célèbre rallye Trophée Roses des sables.

Lors de notre journée Portes ouvertes du 23 septembre dernier, elles ont présenté leur projet et les efforts qu'elles devront déployer pour amasser les quelques



\$20 000 nécessaires à leur participation. Il est à noter qu'elles transporteront 50 kg de dons humanitaires (articles scolaires) à destination des jeunes filles défavorisées du désert marocain.

Nous invitons toute la population de la région à les supporter financièrement. Merci à ces jeunes mékinoises d'avoir partagé leur passion avec nous.



Pour en savoir plus sur le Trophée Roses des sables, visitez :

Le site officiel du Trophée Roses des sables : <http://www.trophee-roses-des-sables.com/index.php>

La course en direct du 13 au 22 octobre : <http://www.trophee-roses-des-sables.com/>



## Le Centre de documentation

### Les services du Centre de documentation

- ▶ Consultation de documents
- ▶ Prêt
- ▶ Informations et renseignements



### La collection du Centre de documentation

La collection du Centre de documentation, spécialisée en Condition féminine, témoigne du caractère unique de Femmes de Mékinac (centre de femmes), et compte notamment près de 400 documents.

- ▶ Articles en Condition féminine
- ▶ Rapports, documents
- ▶ Mémoires
- ▶ Périodiques
- ▶ Quelques vidéocassettes
- ▶ Disques compacts
- ▶ Référence
- ▶ DVD

## Nos suggestions sur le thème de l'image corporelle

Lors du colloque, plusieurs personnes nous ont demandé les références des documents étalés sur la table. Voici quelques titres disponibles au centre que nous vous suggérons.



*Précocité de l'adolescence, stéréotypes sexuels et consommation*  
**Répertoire d'outils de sensibilisation**

Pierrette Bouchard et Isabelle Boily

Parution : 2005

Nombre de pages : 130

ISBN : 2-921806-09-6

**L'Obsession de la minceur, un guide d'intervention**  
 Centre de femmes de Verdun  
 Parution : 1991  
 Nombre de pages : 158  
 ISBN : 2-9802215-0-3

Un guide d'intervention qui s'adresse aux organismes, aux animatrices, et à toute femme préoccupée par son poids mais qui questionne cette obsession de la minceur. Le guide est divisé en deux parties. Un bloc sur les dix rencontres de l'atelier et un autre sur le suivi.

Cet ouvrage soulève des questions sur les pressions exercées par les différentes industries de la mode et de la beauté pour que les jeunes filles se conforment à des styles qui les amènent à tout miser sur l'apparence au détriment de leurs capacités artistiques, sportives et intellectuelles.

La dernière étape de ce projet témoigne quant à elle d'une préoccupation pour rejoindre les jeunes filles, leurs parents et toutes les personnes que ce phénomène inquiète.

## Nos suggestions - Puisées sur Internet

Certains documents disponibles au centre ont été trouvés sur Internet. Si vous n'avez pas Internet, vous pouvez vous procurer une copie imprimée de ces documents à votre centre de documentation en condition féminine. Vous pouvez aussi utiliser un de nos ordinateurs pour les consulter en ligne.

### Sexualisation précoce : Guide d'accompagnement pour les parents de filles préadolescentes

Guide animé explorant sept scénarios inspirés de situations réelles portant sur une fille préadolescente qui questionne un parent ou se questionne sur son apparence et sur la sexualité : Vêtements provocateurs et mode; Maquillage et magazine pour filles; Image corporelle et mannequins ultraminces; Séduction et vidéos-clips; Amour et respect; Sexualité et pression de groupe; Internet et sécurité.

<http://www.ydesfemmesmtl.org/site/209/default.aspx>

Animations Flash ou Version PDF (17 pages)



### La Gazette des filles

Édition spéciale Sept-Oct 2006 de La Gazette des femmes

56 pages. Exceptionnellement sur Internet.

<http://www.egalitejeunesse.com/pdf/Gazette-Sept-Oct-06.pdf>

### Apprendre aux filles à se soumettre aux garçons

Pierrette Bouchard et Isabelle Boily, 2005. 7 pages

Les auteures analysent des chroniques de revues qui apprennent aux filles à se soumettre aux garçons. Pour construire le rapport de dépendance des filles aux garçons, ces chroniques renforcent l'idée d'une différence irréductible entre les deux groupes de sexe. Les deux entités ne peuvent nouer des rapports que sur la base d'une complémentarité de leurs rôles. Cette logique de la différenciation dissimule mal la hiérarchisation des sexes dont découle la subordination des femmes où le groupe social des femmes est encouragé à se définir et à se situer en fonction de celui des hommes»

[http://sisyphe.org/articlesphp3?id\\_article=1595](http://sisyphe.org/articlesphp3?id_article=1595)

### Audacieuses, le défi d'être soi

Le RQASF a publié un numéro unique de la revue *Audacieuses, le défi d'être soi*, ensaché dans le magazine Châtelaine du mois de novembre 2005.



<http://www.rqasf.qc.ca/AD660-AudacieusesMag.pdf>

### Fiches pédagogiques sur l'obsession de la minceur

Lyne Dessureault, Marie-France Lalancette, Diane Lesage, 2005. 7 pages

Ces fiches ont pour objectif général d'aider nos jeunes à vivre un plus grand niveau de satisfaction à l'égard de leur corps. À travers des exercices adaptés à différents groupes d'âge, retrouvez la diversité et l'équilibre.

[http://www.travail.csq.qc.net/sites/1679/societe/femmes/minceur\\_fiche.pdf](http://www.travail.csq.qc.net/sites/1679/societe/femmes/minceur_fiche.pdf)

### Hé, les filles - Qui aura le dernier mot

Pierrette Bouchard et Isabelle Boily, 2005. Dépliant de sensibilisation s'adressant aux adolescentes. 2 pages.



25 septembre 2006

### Journée Portes ouvertes

Thérèse Plamondon et Aline Plante posent ici avec les délicieuses galettes aux carottes confectionnées par Aline. Dehors, nous sommes quatre membres à vendre des objets et à apprendre à s'en détacher.

## Galettes aux carottes

### Galettes :

- 1 tasse de beurre
- ¾ tasse de sucre
- 1 œuf
- 2 tasses de farine
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 1 c. à thé de vanille
- 1 tasse de carottes pilées

Préchauffez le four à 375° F.

Mélanger les ingrédients.

Les former en petites boules, les poser sur une plaque graissée et les écraser à la fourchette.

Cuire de 10 à 12 minutes.

### Glaçage à l'orange :

- 1 tasse de sucre en poudre
- 1 c. à soupe de beurre
- Zeste et jus d'une orange

Mélanger les ingrédients.

Étendre sur les galettes dès la sortie du four.

Servir encore chaudes avec un bon café.



Recette préparée par Aline Plante, bénévole à la Journée Portes ouvertes du 25 septembre 2006.

## Les agressions à caractère sexuel

### Consentir à une relation sexuelle, c'est...

- Pouvoir choisir de dire OUI ou NON en toute liberté;
- Choisir avec qui et quand partager notre intimité et ce, dans le respect réciproque;
- Être bien avec notre choix ainsi qu'avec notre partenaire;
- De ne pas avoir de pression, de chantage et de menaces;
- Qu'à tout moment, si tu ressens un malaise, tu as le droit de dire non et de changer d'avis.

Une personne n'est pas consentante lorsqu'elle est sous l'influence de l'alcool ou de la drogue et qu'elle ne peut, soit se défendre ou dire un OUI clairement à une relation sexuelle. Ne pas avoir la force de résister puisque notre corps est sous ces influences n'est surtout pas un OUI à une relation sexuelle.

Si je dis à mon chum que je ne veux pas avoir de relation sexuelle et qu'il insiste... je me dis que je ne peux pas lui refuser puisque justement c'est mon chum... ce n'est pas ça le consentement. Même si c'est mon chum, je peux dire NON et j'ai le droit d'être respectée.

« 54% des adolescentes ont rapporté qu'elles ont été agressées sexuellement dans le contexte d'une relation amoureuse. »



### Briser le silence c'est ...

- M'aider à dépasser la honte reliée au secret qui m'isole;
- M'aider à avancer et traverser l'étape du déni (nier ou refuser de croire que ça m'est arrivé) de l'agression sexuelle et à reconnaître la réalité;
- Me donner la possibilité d'être comprises et aidée;
- Me permettre de raconter mon histoire sans vivre de jugements;
- M'aider à être en contact avec mes sentiments;
- Me permettre de me sentir plus forte et de reprendre le pouvoir sur ma vie;
- Me donner des outils pour réduire les conséquences de l'agression sexuelle.

Suites page 13 : « Incapable de dire non... »

« 82 % des victimes sont des femmes »

« 97 % des agresseurs sont des hommes »

Source : Statistiques 2004,  
Les agressions sexuelles au Québec.

### Préjugés sur les agressions à caractère sexuel...

1. Les agresseurs sont de milieu économiques plus pauvres et sont issus de familles qui ont des problèmes. Certaines familles sont à l'abri des agressions à caractère sexuel.
2. Certains enfants ont des comportements érotiques envers les adultes ce qui seraient la cause d'une partie des agressions sexuelles commis à leur égard.
3. Les agressions ont toujours lieu dans un contexte de consommation d'alcool ou de drogue.
4. Un agresseur agresse parce qu'il trouve que sa victime est trop belle, trop irrésistible.
5. L'agresseur agit sous une pulsion sexuelle incontrôlable, de façon impulsive.
6. L'agresseur agresse pour pallier à un absence de relation sexuelle.
7. Les victimes « ont aimé ça ». Si l'agression est inévitable, il vaut mieux pour elles de s'abandonner et d'en profiter.
8. Les victimes se soumettent à la brutalité car l'agression se fait de façon précipitée, sous la présence d'une arme.
9. L'agression sexuelle est commise dans une allée sombre, à l'extérieur, de soir...
10. L'agression sexuelle est un crime commis par un maniaque sexuel, un malade mental.
11. L'agression sexuelle est un crime commis par un étranger.
12. Le viol est plus lourd de conséquences pour les victimes puisqu'il y a pénétration.

Les agressions sexuelles - Statistiques 2004. Ministère de la Sécurité publique. 2006  
[http://www.msp.gouv.qc.ca/prevention/statistiques/2004/agsexuel/stats\\_agressions\\_sexuelles\\_2004.pdf](http://www.msp.gouv.qc.ca/prevention/statistiques/2004/agsexuel/stats_agressions_sexuelles_2004.pdf)

Vous avez le droit d'être crues et comprises. Le CALACS vous ouvre ses portes afin de vous offrir l'espace pour parler, échanger et ce, en toute sécurité et confidentialité.

**CALACS Centre Mauricie / Mékinac**  
C.P. 21011, succursale Saint-Marc  
Shawinigan G9N 8M7

Téléphone : (819) 537-3115 (appels interurbains à frais virés acceptés)  
Télécopieur : (819) 537-4959

Courriel : [calacs\\_cmm@bellnet.ca](mailto:calacs_cmm@bellnet.ca)

## ***L'autre côté de la médaille...***

1. L'agresseur n'a pas un profil clair et défini, il peut être pauvre ou riche, scolarisé ou non, issu d'une famille sans histoire. La seule caractéristique qu'on peut lui donner c'est son besoin de contrôle face à sa victime.
2. Si un enfant a un comportement sexuel inadéquat, c'est peut-être qu'il a été victime d'une agression sexuelle.
3. L'agresseur utilise souvent comme argument, le fait qu'il a consommé des drogues et de l'alcool pour excuser son geste. Le fait de consommer ne justifie pas les comportements de l'agresseur.
4. Ce qui pousse l'agresseur, c'est la conviction qu'il a de réussir l'agression. Cette réussite est en fonction de la vulnérabilité de sa victime. L'apparence physique n'a donc rien à voir avec l'agression.
5. L'agression est une question d'abus de pouvoir et non pas de sexualité. La violence sexuelle est un moyen pour arriver à ses fins. Chaque être humain peut contrôler ses pulsions.
6. Il agresse surtout pour se sentir fort, puissant et dominateur.
7. L'agression sexuelle est un acte de violence et doit être différencié d'une relation sexuelle. Qui aime être violenté, être humilié ?
8. Les victimes se soumettent également de peur devant les menaces et les injures.
9. La plupart des agressions se déroulent dans un lieu clos, très souvent chez la victime ou chez l'agresseur.
10. La très grande majorité des agresseurs sont psychologiquement et sexuellement normaux, c'est-à-dire qu'ils fonctionnent normalement dans la société.
11. Plus souvent qu'on ose le croire, l'agresseur et sa victime se connaissent.
12. Les agresseurs minimisent la gravité de leurs gestes en évoquant la non pénétration. Les victimes du viol peuvent vivre relativement les mêmes conséquences qu'une victime ayant subi une autre forme d'agression sexuelle sans pénétration.

## ***Quelques statistiques ou données :***

1. Les victimes sont également de tous les milieux socio-économiques et issues d'une famille avec ou sans problème.
2. L'enfant ne peut légalement consentir ni ne peut forcer un adulte à avoir des activités sexuelles avec lui.
3. Dans la majorité des agressions à caractère sexuel, l'agresseur est en état de sobriété. Dans 15% des agressions sexuelles, ce sont les victimes qui ont été droguées à leur insu par l'agresseur en utilisant les drogues du viol.
4. Une canadienne est victime de viol à toutes les 17 minutes. 1 canadienne sur 4 est victime d'agression à caractère sexuel. L'âge des victimes varie de 6 à 90 ans. 98% des agresseurs sont des hommes.
5. Près de 70% des agressions sexuelles sont préméditées.
6. 50% des agresseurs vivent avec une femme. 95% des agresseurs ont des relations régulières avec une partenaire consentante.
7. 62% des victimes subissent des blessures. 9% des victimes sont grièvement battues. 1 femme sur 12 devient enceinte à la suite d'un viol.
8. 12% des victimes sont menacées avec une arme. 70% des victimes sont menacées verbalement.
9. 20% des viols et 49% des autres formes d'agression se produisent de jour. 56% des viols ont lieu au domicile de l'agresseur ou chez la victime.
10. 3% seulement des agresseurs sont considérés comme psychopathes.
11. Entre 70% et 85% des agresseurs sont connus de la victime. 1 fois sur 6, l'agresseur est un ami proche.
12. Chez les victimes, les conséquences varient selon chaque personne et ne sont pas en lien avec le type d'agression.

Source : Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS) du Centre-de-la-Mauricie / Mékinac au (819) 537-3115

## ***Incapable de dire non...***

Plusieurs raisons peuvent empêcher une victime de dévoiler l'agression sexuelle (dévoiler ne veut pas seulement dire une dénonciation aux autorités policières, mais aussi se permettre d'en parler à quelqu'un), elles peuvent garder le silence pendant plusieurs années puisqu'elles ont ...

- Peur des représailles de l'agresseur, peur d'être jugées, peur de ne pas être crues, peur que leur secret soit su de tout le monde, peur de perdre ses amiEs...
- De la méfiance envers les autres...
- Honte
- Reçues des menaces de l'agresseur
- Se sentent responsables de ce qui est arrivé et portent la culpabilité de l'agression...

Il existe des situations où les victimes d'agression à caractère sexuel n'ont pas pu réagir devant leur agresseur, par exemple :

- Nous n'avons pas les outils nécessaires ou la capacité de dire NON à l'agression sexuelle;
- Nous sommes sous l'influence de drogues ou d'alcool, nos facultés sont affaiblies et ne nous permettent pas de nous exprimer clairement ou de nous défendre;
- Nous sommes sous la menace de l'agresseur;
- Nous bloquons, nous avons peur de l'agresseur;
- Ça dure depuis l'enfance et nous avons peur de détruire notre famille;
- ... et d'autres encore...

Toutes ces raisons existent puisqu'elles ont été vécues par des enfants, des adolescentes et des femmes.

Les victimes se sentent coupables puisqu'elles disent ne pas avoir réagi aux agressions sexuelles... En réalité, le seul responsable est l'agresseur. L'agresseur utilise le chantage, la menace, les cadeaux, la vulnérabilité de sa victime, la force... Avec l'utilisation de ces moyens, le seul responsable ne peut être que l'agresseur.

Source : Ce document est inspiré du document *Rebâtir un nouveau monde, prévention des agressions sexuelles* du CALACS La Chantaline de Terrebonne.

## Octobre

### Mois de la prévention du cancer du sein

Voici les recommandations de la Société canadienne du cancer :

- Si vous êtes âgées de 50 à 69 ans, passez une mammographie tous les deux ans. Si vous êtes âgées de 40 à 49 ans, discutez avec votre médecin de votre risque de cancer du sein et des avantages et risques liés à la mammographie. Si vous êtes âgées de 70 ans et plus, demandez à votre médecin de vous conseiller un programme de dépistage fait sur mesure pour vous;
- Si vous êtes âgées de 40 ans et plus, passez tous les deux ans un examen clinique des seins effectué par un professionnel de la santé qualifié;
- Songez à effectuer votre auto-examen des seins (AES);
- Signalez tout changement à votre médecin.

### Témoignage de Mme L'Espérance

Madame L'Espérance (nom fictif) a 67 ans. Elle a été souvent sollicitée par son médecin pour aller passer un examen de dépistage du cancer du sein. Passer une mammographie est stressant. De plus, la popularité de ces tests fait en sorte que les femmes doivent attendre assez longtemps les résultats.

« Je suis allée passer une mammographie, c'est un peu difficile. Il y a la peur de se faire dire qu'on a un cancer du sein mais j'ai réussi quand même à le faire sur le conseil de mon médecin. »

« Le plus difficile a été l'attente du diagnostic. Durant toute la période d'attente, j'avais de la difficulté à dormir tellement c'était stressant. Mes amies me disaient que si on avait trouvé quelque chose, j'aurais déjà eu des nouvelles de mon médecin. Mais aucun mot n'a pu calmer mon angoisse. »

## Activités passées

11 octobre 2006

### Changer, est-ce possible? Avec Ginette Déziel



Mme Déziel a partagé avec nous une réflexion sur notre engagement face à soi-même et nous proposait des façons de mieux se réaliser pour un mieux-être personnel.

19 octobre 2006

### L'alimentation vivante

Avec Francine Boislard



Comme c'est l'habitude, cette rencontre nous propose un regard sur des façons différentes d'aborder l'alimentation. Cette fois, Madame Francine Boislard nous proposait de manger vivant, c'est-à-dire sans cuisson. Elle a réalisé devant nous une recette simple et nous a proposé de déguster des plats qu'elle avait préparés. Les femmes présentes ont apprécié les goûts nouveaux que l'on retrouve dans cette alimentation.

## Activités à venir

### Jeudi 2 novembre Rendez-vous gourmand

Atelier sur la fabrication du pain  
et la croûte à tarte de blé entier  
Avec Lucie-Claude Gélinas

Au local de l'Âge d'or de Hérouxville  
(1040, rue St-Pierre)

De 13 h 15 à 15 h 30

### Mercredi 22 novembre La petite douceur du mois

Invitée : Nicole Veillette des  
Aides familiales de Mékinac

Au Centre de femmes  
De 19 h à 21 h

### Les Lundis 6 et 13 novembre Ateliers Auto-massage

Avec Anita Champagne

Au Centre de femmes  
De 13 h 30 à 15 h 30

### Jeudi 30 novembre Assemblée de cuisine

Le pouvoir des couleurs  
Avec Claire Pellerin

Déjeuner 2\$ - Réservation obligatoire  
Au Centre de femmes  
De 9 h 30 à 11 h 30

### Mercredi 8 novembre Causerie-Atelier-Femmes- Échange

Mieux se connaître à l'aide des symboles  
Avec Anita Champagne

Salle municipale de Hérouxville  
De 19 h à 21 h

(1060 St-Pierre - porte du côté)

### Mercredi 6 décembre Journée de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes

Témoignage de Justine Perron,  
tante d'une victime du drame vécu  
à la Polytechnique de Montréal en 1989

Au Centre de femmes  
De 13 h 15 à 15 h 30

Aussi Ruban blanc et chandelle  
distribués au Centre de femmes

### Jeudi 16 novembre Rendez-vous gourmand Fabriquer du lait d'amandes, de noix d'acajou et de noisettes avec Ginette Gauthier

Au Centre de femmes  
De 13 h 15 à 15 h 30

**Vendredi 8 décembre**  
Merci de nous transmettre vos  
suggestions pour l'activité de Noël.



### Cahier spécial

**Condition féminine  
Volet Entrepreneuriat** 15-16

Noëlla Goulet et  
Denyse Francoeur,  
Entrepreneures 15

Mise à jour du  
répertoire des femmes  
au pouvoir Mékinac 16

**Condition féminine  
Volet Politique** 17-19

Les coupures  
harpériennes  
en condition féminine 17

Octobre - Mois de  
l'Histoire des femmes 17

Clins d'œil de nos élues 18

• Diane Sauvageau 18

• Alice Dionne 18

Le Parlement des sages 19

Le bulletin de liaison Autour d'Elles est une tribune ouverte où on laisse de plus en plus de place aux femmes entrepreneures. Toutes les femmes propriétaires ou co-propriétaires d'entreprise de la région de Mékinac sont invitées à témoigner de leur entreprise dans ces pages. Contactez-nous.

## Noëlla Goulet et Denyse Francoeur Entrepreneures

On voit tout de suite qu'elles connaissent leur boulot. Et travailler avec le public n'a aucun secret pour elles. Noëlla Goulet et Denyse Francoeur sont propriétaires du casse-croûte *Le Ranch* à Sainte-Thècle. Elles s'arrêtent quelques minutes pour témoigner de leur réussite.

Hélène Cloutier, stagiaire en techniques de travail social au centre y travaille à temps partiel. Elle connaît bien ce commerce qui en est presque à ses 15 ans d'histoire. Elle est avec moi pour réaliser l'entrevue. Noëlla et Denyse sont fières d'avoir offert un premier emploi à plusieurs jeunes filles qui sont devenues des personnalités ayant fait leur place dans le milieu.

Leur point de départ : la perte de leur emploi dans le restaurant où elles travaillent comme serveuse. Elles décident de se partir un commerce. Elles se trouvent un terrain.

Sans argent, la quête de financement commence. Elles n'ont que deux bras et leur cœur. La restauration n'est pas bien perçue dans le milieu financier et font face à beaucoup de refus. Ce n'est qu'à la dernière institution financière qu'elles visitent qu'elles rencontrent une femme qui leur fait confiance sans les connaître. Tout va alors très vite. La construction qui ne dure qu'un mois est un défi. Elles font la plupart des travaux elles-mêmes, reprennent presque tout deux fois.

Le 23 juin 1993, elles inaugurent leur casse-croûte. C'est un succès instantané. Pas besoin de faire de promotion, « Les filles se partent quelque chose », se disent les gens curieux. Leur réussite est assurée.

Le temps consacré à la vie familiale en mange un coup. Denyse s'organise avec son conjoint. Les deux premières années, Noëlla consacre tout son temps au com-

merce et compte sur la garderie pour ses deux garçons (4 et 8 ans).

« Ça demande du guts. Quand je regarde ça avec du recul, j'ai tout fait ça tout seule avec mes 2 petits gars. », confie Noëlla fièrement. « Il y a des soirs, je pensais : Est-ce que je suis en train de perdre quelque chose qui ne reviendra plus? Mais on avance là-dedans quand même. », avoue Denyse. Par contre, si les enfants avaient connu des problèmes, la vie de famille serait la priorité. Finalement, tout a bien été. « J'ai découvert mes forces. », poursuit Denyse.

Le message qu'elles donnent aux femmes qui veulent se partir en affaires : « Si tu as le guts de le faire, fonce. Vas-y jusqu'au bout. » Après tout, elles sont bien heureuses d'avoir vécu cette aventure toute seule. Elles n'ont pas de compte à rendre, font leurs propres exigences et se sentent plus libres.



# Mise à jour du répertoire des femmes au pouvoir

L'Édition 2007 de notre Répertoire des femmes de la M.R.C. de Mékinac au pouvoir fera une place importante aux femmes entrepreneures. Ce n'est pas juste un répertoire, c'est un outil de réseautage, une façon d'établir des liens avec une femme expérimentée. Les liens ainsi créés permettront à toutes d'atteindre leurs objectifs et de soutenir la relève entrepreneuriale et décisionnelle.

Vous êtes chef d'entreprise ?

Vous êtes intéressée à soutenir la relève ?

Vous êtes ou avez déjà été conseillère municipale ?

Vous êtes ou avez déjà été membre d'un conseil d'administration ?

Vous êtes ou avez déjà été membre d'un conseil d'établissement scolaire ?

Vous êtes ou avez déjà été active au sein d'un comité de loisir ou d'un organisme ?

Vous êtes ou avez déjà été membre d'un conseil d'administration d'institution bancaire ?

Femmes de Mékinac s'adresse à vous. Soyez la base de la pyramide et soutenez une femme qui veut en faire partie. Nous sommes actuellement à mettre à jour le répertoire des femmes de la MRC de Mékinac au pouvoir, Édition 2007. Ce bottin de référence qui s'adresse à toutes les femmes du territoire, vise à soutenir des jeunes femmes désireuses d'intégrer des lieux décisionnels ou partir en affaires. Grâce à ces informations, elles pourront établir des contacts auprès de vous, personnes expérimentées et ainsi vous aurez la chance de développer une relation de marrainage avec elles si vous le désirez.

Ne soyez pas surprise de recevoir une invitation personnelle à vous joindre aux femmes de pouvoir de la M.R.C. de Mékinac. Nous vous invitons, dès à présent, à participer à ce projet. Si cela vous intéresse, remplissez le coupon ci-dessous et retournez le nous, à Femmes de Mékinac (centre de femmes), le plus tôt possible.



## Titre recherché

Nous cherchons un titre pour l'Édition 2007 de notre Répertoire des femmes de la M.R.C. de Mékinac au pouvoir qui fera une place importante aux femmes entrepreneures et aux femmes qui ont fait le choix de s'approprier le pouvoir de décider. Faites-nous part de vos idées ou de votre choix préféré parmi les quelques suggestions suivantes :

**Femmes d'action**

**Pouvoir au féminin**

**Femmes réseautées de Mékinac**

**Réseau féminin de Mékinac**

**Réseautage au féminin**

**Outil de pouvoir au féminin**

**... votre suggestion ...**



## Coupon d'inscription pour le répertoire édition 2007

TITRE.....	DOSSIERS.....	PÉRIODE.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

NOM.....	PRÉNOM.....
Adresse.....	Ville.....
Téléphone.....	Code postal.....
Télécopieur.....	Courriel.....
Signature.....	

**CENTRE DE FEMMES**  
 211 rue Saint-Jacques  
 Sainte-Thècle  
 GOX 3G0  
 Téléphone : 418 289 2588  
 Télécopieur : 418 289 2589  
 Courriel:  
 femmes\_mekinac@globetrotter.net

## Les coupures harpériennes en Condition féminine

Vous avez sans doute entendu parler des menaces qui planaient sur l'organisme fédéral Condition féminine Canada et de son Programme de promotion de la femme (PPF) qui finance plusieurs groupes de femmes, au Québec comme dans le reste du Canada.

Déclaration des groupes de femmes à l'occasion de la rencontre des ministres de la condition féminine du Canada, du Québec, des autres provinces et des territoires, 1 octobre 2006, Saint Jean, N.B. :

« Dans la conjoncture politique actuelle, il est impératif que les groupes de femmes reçoivent un financement adéquat pour défendre les droits fondamentaux des femmes, comme l'équité salariale, et pour intervenir contre la violence faite aux femmes. Il est essentiel que nous ayons les moyens de défendre les programmes qui sont de nature à assurer la réalisation effective de nos droits constitutionnels, comme le Programme de contestation judiciaire. Et il est essentiel que des mesures soient mises en place - comme un réseau universel de garderies- pour assurer notre pleine participation dans la société. »

Le 4 octobre, Ottawa a amputé le budget de Condition féminine Canada de 5 millions de dollar. Les activités de recherche, de sondage et de revendication des droits des femmes sont les premières touchées par ces coupures. La ministre Oda a de plus précisé que les modalités du programme de promotion de la femme seraient changées. Déjà, l'Association nationale Femmes et droits et l'Alliance féministe pour l'action internationale ont dû fermer.

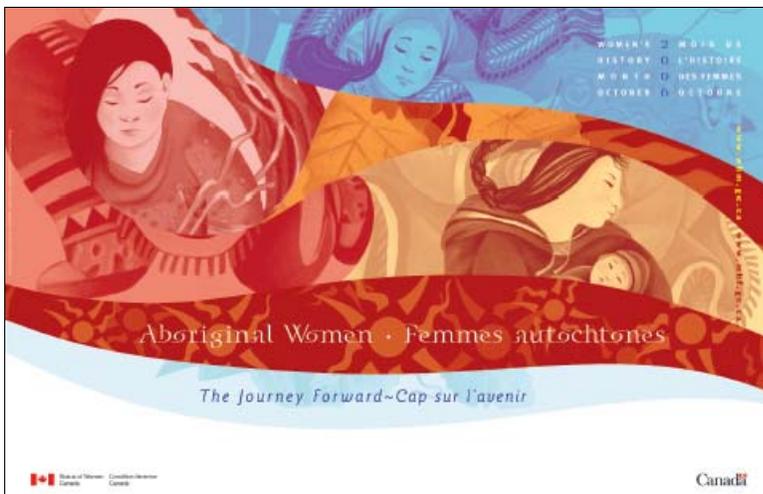
Malgré que cette année marque le 25<sup>ième</sup> anniversaire de la ratification par le Canada de la *Convention sur l'élimination de toutes les formes de discrimination à l'égard des femmes*, malgré la reconnaissance par Monsieur Harper lui-même, que « le Canada doit faire plus pour respecter ses engagements internationaux envers l'égalité des femmes », le désengagement de l'État est en marche, un inquiétant virage vers la droite. Qu'advient-il de l'élimination de la pauvreté, des violences et des discriminations dont sont encore victimes de trop nombreuses femmes, nécessitant des mesures spécifiques gouvernementales et législatives qui sont indispensables, toujours à parfaire, à améliorer, ou à créer? Avec ce recul, combien de femmes pourront accéder à la Chambre des communes?

Statistique Canada (Dans sa cinquième édition du recueil *Les femmes au Canada : rapport statistique fondé sur le sexe*, publié en mars 2006) illustre les larges écarts qui persistent entre les femmes et les hommes dans des domaines clés. Si les 25 dernières années ont vu une amélioration générale de la condition des femmes, force est de constater que toutes n'ont pas progressé. En matière d'égalité des sexes, le travail est loin d'être accompli. Ce n'est pas l'avis du gouvernement fédéral qui pense qu'il ne doit plus y avoir de programme spécifique pour les femmes, il n'est plus question de susciter des mesures en faveur de l'égalité des femmes ni de les aider à avoir accès aux processus décisionnels et non plus de participer à l'élaboration des politiques gouvernementales.

## Octobre Mois de l'histoire des femmes

### Femmes autochtones : Cap sur l'avenir

Le thème de cette année vise à sensibiliser la population aux contributions que les femmes autochtones ont apportées au Canada, à leurs collectivités et à leurs familles. Il vise également à faciliter la compréhension des réalités vécues par les femmes autochtones et des défis uniques auxquels elles sont confrontées.



Droits acquis par les femmes		
Droit à l'éducation supérieure	À Québec - 1925 À Montréal - 1908	Les femmes peuvent accéder aux carrières professionnelles.
Droit de vote	Au Québec - 1940 Au fédéral - 1918	Une exception - les femmes autochtones n'ont obtenu ce droit seulement qu'en 1960.
Droit à l'égalité juridique des époux - Droit des femmes à conserver leur nom	1981	Dorénavant, elles peuvent le transmettre à leurs enfants.
Modification au Code criminel des dispositions relatives aux voies de fait	1983	Reconnaissance de la notion de viol entre époux.
Réforme de la Loi sur le divorce	1986	Les époux peuvent ensemble demander le divorce. Il n'y a plus de notion de faute.
Droit à l'égalité économique des époux - Loi instituant le patrimoine familial	1989	La rupture de l'union entraîne le partage à parts égales des biens du patrimoine.
Perception automatique des pensions alimentaires	1995	Une des 9 revendications de la Marche des femmes 1995.
Loi sur l'Équité salariale	1996	Ne concerne que les salariées d'une entreprise comptant 10 employéEs ou plus.

La lutte des femmes pour leurs droits s'est faite pas à pas ou, comme le disait Thérèse Casgrain à propos du combat des femmes pour le suffrage universel : « Si on y met le temps, on arrive à cuire un éléphant dans un petit pot! »

## Clins d'œil de nos élues

Bonjour,

Lorsque j'ai posé ma candidature pour la première fois en politique municipale, je me suis posé la question : « Est-ce que j'en suis capable? ». La réponse fut : « Oui ». J'ai pris moi-même cette décision, personne ne m'avait approchée pour me solliciter à poser ma candidature. J'avais le goût de m'impliquer dans ce domaine même si je n'y connaissais pas grand chose.



La politique municipale est un domaine du pouvoir où on peut changer les choses. Les femmes doivent prendre leur place et s'approprier ce pouvoir qui appartient autant aux femmes qu'aux hommes. Pour ça, il faut arrêter de croire :

- Qu'on n'est pas capable;
- Qu'on n'y connaît rien;
- Qu'on n'a pas ce qu'il faut pour faire le travail.

Il y a différentes formations offertes pour les nouveaux élus. Donc, ces raisons ne tiennent plus. Car même les plus anciens conseillers doivent suivre des cours à cause des changements apportés à certaines lois qui viennent changer les façons de gérer la municipalité.

Pour se lancer en politique, il faut :

- Avoir le goût d'apprendre.
- Accepter que certaines fois, des personnes ne sont pas diplomates envers soi.
- Ne pas prendre les problèmes sur son dos.
- Garder son calme en toutes circonstances.
- Ne pas croire que les femmes vont voter pour vous.
- Se respecter, connaître ses limites, se faire respecter, prendre sa place et être soi-même.
- Avoir une bonne équipe derrière soi lors des élections.

Je vous encourage donc mesdames à vous impliquer en politique municipale. Il ne faut pas attendre qu'on nous fasse de la place mais il faut prendre sa place si on veut que les choses changent.

Alice Dionne, conseillère municipale  
Municipalité de Hérouxville

**Bonjour aux femmes de Mékinac,**

Je prends quelques minutes pour vous familiariser au rôle de conseillère municipale.

Voici quelques conditions qui facilitent le choix de se porter candidate en politique municipale :



- Il faut aimer son village et croire en son avenir;
- Être capable d'apprécier et exploiter les forces des membres de notre conseil municipal. Le travail d'équipe est important;
- Avoir le goût de participer aux prises de décision (ce qui, selon moi, est la partie du travail qui me séduit le plus);
- Aimer et vouloir être informée sur :
  - ⇒ Les lois qui nous régissent,
  - ⇒ L'environnement,
  - ⇒ La culture,
  - ⇒ La gestion de nos taxes,
  - ⇒ La gestion de nos déchets (important dossier d'actualité).

Nous avons à notre disposition d'excellentes formations qui nous donnent la possibilité de nous familiariser avec le milieu de la gestion municipale.

Je sais que le facteur temps à partager en dehors de nos activités familiales et professionnelles, freine beaucoup de femmes et hommes à tenter l'expérience. Lorsque je me trouve trop occupée, je pense à notre députée Julie Boulet, personne que j'admire pour l'avoir rencontrée à quelques reprises. Si Mme Boulet réussit à conjuguer son travail, sa famille (mère de 2 enfants), son conjoint, sa vie personnelle, je crois que nous pouvons organiser notre vie en fonction de nos tâches en politique municipale. Tâches qui, en passant, ne demandent qu'environ une quinzaine d'heures par mois.

Le rôle de conseillère m'apporte de la satisfaction personnelle. J'ai le sentiment et le pouvoir de faire avancer les choses pour le bien de notre municipalité. J'ai simplement saisi cette opportunité qui nous est offerte, à chaque citoyen, citoyenne.

Diane Sauvageau, conseillère municipale  
Municipalité de Grandes-Piles

## Le Parlement des sages

Initié par l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR), le Parlement des sages a comme objectif d'améliorer la compétence de ses membres qui doivent intervenir auprès des commissions parlementaires et de diverses instances décisionnelles pour défendre les droits des personnes retraitées et préretraitées dans des champs aussi variés que l'abus et la violence, les affaires juridiques, la consommation et l'économie, les finances et la fiscalité, l'hébergement, la santé et les services sociaux et le transport.



*Les sages*

---

### Mot de Michelle

Depuis sa création en 2000, le Parlement des sages a permis à des centaines d'ainés, de toutes les régions du Québec, de jouer, pendant quelques jours, la vie des parlementaires.

À l'occasion de cette 7<sup>ème</sup> législature, nous étions 4 de la zone Mékinac, soient Mesdames Solange Fernet Gervais, Paulette Lachance, Louise Trudel Rompré et moi, à occuper le poste de député. Comme vous pouvez le constater, les femmes étaient au pouvoir.

Un parlement est un lieu de débats, d'élaboration de politiques et de prises de décisions, où les activités sont organisées dans un ordre et un minutage précis. Bien que les règles qui entourent cette organisation puissent paraître complexes, le déroulement des travaux n'en reste pas moins très simple.

Cette année, les parlementaires entreprirent des discussions visant à légiférer sur :

- L'Office de l'hébergement des personnes âgées
- La création et le maintien des comités de milieu de vie dans les résidences pour les personnes âgées.

Nous avons compris que, pour être un bon député, il faut être bien préparé car les décisions prises ont des répercussions sur la vie des citoyens, d'où l'importance de son rôle.

Chaque citoyen, en allant voter, doit se faire un devoir de bien choisir son représentant en étudiant bien les enjeux politiques. Le comté sera plus en mesure de tirer son épingle du « jeu politique » qu'il aura un représentant capable de faire connaître les besoins du milieu et de bien les défendre.

Par Michelle Naud

### Mot de Solange

Le Président dit lors de l'assermentation: « Mesdames et Messieurs les députés, répétez après moi ». « Moi, Solange Fernet, je jure de... »

Le décorum est solennel et imposant dans cette enceinte où siège l'Assemblée nationale lors des sessions régulières ou spéciales de nos élu-es.

L'AQDR a le privilège depuis sept ans d'occuper ces lieux et de simuler une vraie session avec les deux projets de loi précités soumis à toutes les procédures d'une vraie Législature, même la tenue des Commissions parlementaires.

Les trois partis formant le Parlement des sages 2006 étaient composés comme dans la vraie vie de ce groupe d'âge, de deux tiers de femmes divisés en trois partis : le parti au pouvoir et deux oppositions.

Comment sembler être en désaccord avec des projets qui nous tiennent tous à cœur comme les résidences privées d'hébergement où 100 000 Québécois-es les considèrent comme leur milieu de vie. Nous avons toujours réussi à faire valoir des points de vue qui enrichissaient ou complétaient les projets adoptés. Paulette, Louise, Michelle et moi avons pu sans animosité revenir ensemble de Québec...

Cette expérience acquise sert de base à nos engagements dans d'autres structures évidemment.

Solange Fernet Gervais,  
députée de l'opposition du Comté Fernet,  
occupant le vrai siège de la députée Noëlla Champagne

---

### Question de Paulette

Monsieur le Président,  
Monsieur le Ministre de la santé,

Nous savons que les soins à domicile pour les aînés et les Aidants naturels sont des sujets d'actualité depuis quelques années. Un Aidant Naturel est une personne qui prend soin d'un proche souffrant d'une incapacité quelconque.

Comme les aînés sont de plus en plus nombreux, les cas de maladie chroniques augmentent également. Les besoins en soins formels ou informels augmentent également. La tendance vise à transférer la responsabilité des soins hospitaliers à la collectivité et d'accroître le rôle des Aidants Naturels.

La prise en charge devient une surcharge au conjoint(e) et aux travailleurs et cela implique une réorganisation de la vie quotidienne, Le partage de la responsabilité des soins aux aînés fait l'objet d'un débat.

Ma question s'adresse à Monsieur le Ministre de la Santé. Quel est la contribution de l'État, des Familles et du Système informel? Monsieur, nous demandons au Ministère de la Santé qu'un meilleur soutien financier soit dispensé aux familles qui aident un parent ou un proche âgé en perte d'autonomie. Les Aidants Naturels se retrouvent bien souvent à cours d'argent, leurs gains étant suspendus et leurs avantages réduits. Nous demandons de : Dispenser des formations; Promouvoir la création des ressources appropriées aux besoins; Offrir des services de soutien aux membres; Accorder des rabais sur les fournitures jetables; Augmenter les subventions monétaires afin d'assurer une meilleure qualité de vie.

Merci Monsieur le Président

Par Paulette Lachance

# Venez faire connaissance!



## Femmes de Mékinac

- Un organisme sans but lucratif qui oeuvre depuis septembre 1999 sur le territoire de la M.R.C. de Mékinac;
- Un groupe voué à la reconnaissance de l'implication féminine dans la politique locale (politique municipale entre autres);
- Une équipe dynamique qui travaille à l'amélioration de la condition féminine et qui oriente ses actions par le biais de l'éducation populaire;
- Un centre de femmes, membre de l'R des Centres de femmes du Québec, qui regroupe une centaine de centres de femmes.
- Un centre de femmes qui offre de l'information et des activités afin d'améliorer l'estime de soi, d'encourager une meilleure connaissance du potentiel féminin et une meilleure prise en charge personnelle sur les plans économique, physique et social.
- Un lieu où toutes les femmes trouveront un accueil chaleureux et une écoute attentive à leurs besoins.
- Femmes de Mékinac (*centre de femmes*) est subventionné par :



L' R D E S  
C E N T R E S D E  
F E M M E S  
D U Q U É B E C

Santé  
et Services sociaux  
Québec

Agence  
de développement  
de réseaux locaux  
de services de santé  
et de services sociaux  
Québec  
Mauricie et  
Centre-du-Québec



**211, rue St-Jacques  
Sainte-Thècle, (Québec)  
G0X 3G0**



Téléphone : **(418) 289-2588**  
Ligne d'écoute : **(418) 289-2422**  
Sans frais : **1-866-666-2422**



Télécopie : **(418) 289-2589**



Messagerie électronique :  
[femmes\\_mekinac@globetrotter.net](mailto:femmes_mekinac@globetrotter.net)



### Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi  
de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30

### Nous serons fermés

du 16 décembre au 7 janvier  
pour la période des fêtes



RETROUVEZ-NOUS SUR LE WEB !  
[www.femmekinac.qc.ca](http://www.femmekinac.qc.ca)