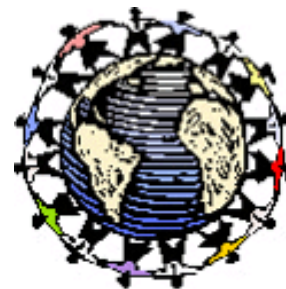


Autour D'Elles



Bulletin de liaison

Mars 2002, Numéro 3

Femmes de Mékinac - Centre de femmes



Dans ce numéro :

Flash actualité	2
Suite de la marche mondiale	2
Questions insolites ...	3
Activités à venir	4
Antidote	4
Concertation violence ?	5
Service d'écoute	5
Ne manquez pas	6
Côté santé	6

Un p'tit mot pour vous ...

Comme vous pouvez le constater notre bulletin de liaison portera dorénavant le nom de "Autour D'ELLES". Il nous semble que ces termes significatifs illustrent bien le but de ce journal bi-annuel qui se veut être un outil d'information et de contact entre nous et vous et de vous à nous, bien que ce dernier côté gagne encore à être utilisé par vous, lectrices et membres de femmes de Mékinac. Je vous invite donc à nous

écrire votre joie, vos inquiétudes ou tout simplement ce qui vous anime et que vous avez envie de partager. Soyez partie prenante de ce journal pour qu'il devienne un recueil de nous toutes dans notre vécu, notre histoire et notre cheminement de femmes. Faites parvenir vos textes au Centre de Femmes et il nous fera plaisir de les intégrer dans notre prochain bulletin qui sortira à l'automne.



DES NOUVELLES DE L'ORGANISME

▼ Les travailleuses du Centre ont maintenant des contrats de travail.

Les membres du conseil d'administration ont travaillé fort afin de mettre en place un outil précieux qu'est un contrat de travail. En effet, ce nouvel outil permet à chaque travailleuse de savoir quelles sont ses tâches de travail, quels congés lui sont octroyés etc... Il est aussi un outil de référence pour l'employeur dans le cas où un litige viendrait à survenir. Nous considérons que c'est

un avancement pour le centre et nous sommes fières de la tâche accomplie.

Cet été, le Centre sera fermé pour la période estivale. Il en est ainsi pour plusieurs centres de femmes compte tenu du peu de financement que nous recevons, cela nous permet de faire des économies du côté des salaires. Alors veuillez noter que le Centre de femmes de Mékinac sera fermé du 1er juillet au 12 août 2002.

Nos services sont de plus en plus connus et un nombre croissant de femmes s'en prévalent, le nombre de membres augmente régulièrement alors c'est un signe que nous sommes un organisme en bonne voie de développement.

Continuez de nous soutenir et n'oubliez pas l'assemblée générale le 26 mars prochain. Vous pourrez également en profiter pour renouveler votre carte de membre.



FLASH Actualité

Par Lucie-Claude

.....
Lorsque nous avons reçu la dernière édition de la Gazette des femmes en janvier dernier, j'ai été intriguée par le titre en première page :

« La fin des menstruations avancée médicale ou folie furieuse ? »

Je suis restée bouche bée quand au début de l'article. Un obstétricien gynécologue, du nom de Michel Fortier, affirme que « plus les femmes sauront que l'option existe, plus elles seront nombreuses à s'en prévaloir ».

Alors là je me suis dit: « mais où allons-nous ? »

Je ne sais pas si vous serez d'accord avec moi mais je considère que les menstruations sont un symbole de ma féminité, qu'elles ont un lien direct avec mon corps, qu'elles me révèlent un cycle qui se vit en moi et que, non, moi je ne suis pas prête à m'en passer! Sans compter que je me méfie de toutes ces hormones qui sont soit disant sans effet secondaire...

Par chance un peu plus loin dans l'article, je trouve un réconfort en sachant que plusieurs femmes sont comme moi et émettent les commentaires suivants :

« J'aurais l'impression d'être déjà ménopausée », « Je tiens à avoir à chaque mois la preuve irréfutable que je ne suis pas enceinte », « Avec ces nouvelles pilules nous serons sous hormones de 12 ans jusqu'à notre mort », « est-ce comme ça que nous voulons vivre ? »

Dangereux ou pas d'en finir avec les menstruations ? Je vous laisse vous faire votre idée. Vous pouvez consulter le numéro de janvier – février de la Gazette des Femmes pour en savoir davantage.

.....

Poursuite de la Marche Mondiale des femmes

Lors de la Marche Mondiale des Femmes où une des 20 revendications portait sur les travailleuses du sexe, la Fédération des Femmes du Québec avait reçu alors le mandat d'organiser une consultation afin de permettre au mouvement des femmes de se positionner plus clairement sur cette question très controversée à l'intérieur même du mouvement féministe. Nous avons nous aussi organisé une journée de rencontre pour discuter avec vous de cette question le 22 janvier dernier. Merci à toutes celles qui y étaient et lors de l'assemblée générale de la FFQ, nous serons en mesure d'en savoir un peu plus sur la position qui sera privilégiée par le mouvement des femmes.

Toujours lors de la Marche de l'an 2000, il avait été demandé au gouvernement que soit financée sur 10 ans une campagne de sensibilisation à la violence faite aux femmes. Une trousse de sensibilisation a été mise sur pied à cette fin par le Regroupement des centres de femmes du Québec.

Le comité d'action sur la violence faite aux femmes a lancé le 6 décembre dernier sa campagne de vigilance contre les violences que l'on impose aux femmes.

POURQUOI UNE CAMPAGNE?

Parce que lors d'un sondage réalisé le 14 novembre dernier auprès de 75 maisons d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale, 38 centres de femmes et 20 CALACS, 700 femmes et enfants se sont réfugié-e-s dans une maison d'hébergement, 1989 femmes ont consulté un des organismes pour un problème relié à la violence faite aux femmes et 758 femmes étaient en attente d'un service. Ces informations reflètent une seule journée typique et ne rassemblent pas toutes les données sur d'autres violences à l'endroit des femmes.

QU'EST CE QUE LA VIOLENCE CONTRE LES FEMMES?

Elle se manifeste par la violence conjugale, le harcèlement physique, psychologique ou sexuel au travail, à l'école ou à la maison, l'agression sexuelle, l'inceste, la discrimination à l'égard des lesbiennes, des femmes handicapées, des ex-psychiatisées, des détenues, des immigrantes, des prostituées, dans le racisme. Elle se vit partout : dans la famille, au travail, dans la rue, à l'école...

(voir suite de la marche en page 3)

Questions insolites

Regard féministe sur le SIDA



Questions insolites : regard féministe sur le SIDA est un document produit par Interaction Femmes Santé, un collectif féministe créé en 1983 et qui s'intéresse à la santé des femmes en lien avec la réalité socio-économique de celles-ci.

Ce document, très bouleversant rédigé par le regroupement IFS pose et répond à des questions courantes concernant le SIDA.

Bouleversant, car il éveille en nous une méfiance face à toutes ces théories qui sont selon ce que j'ai pu y lire très controversées. À titre d'exemple : « selon l'hypothèse classique, il n'y a pas de remède au SIDA. Toute personne porteuse du VIH finira par développer le SIDA et succombera à cette maladie. Tout séropositif est fortement encouragé à suivre le traitement médicamenteux qu'il a les moyens de s'offrir quels que soient les symptômes de la maladie. Même s'il ne présente aucun symptôme, il doit encore faire face aux conséquences mortelles de son état et aux effets indésirables des médicaments qui finissent par miner son organisme. Toutefois, le nombre de séropositif dont la santé reste longtemps bonne, en particulier des femmes, des hommes et des enfants qui n'ont pas suivi de traitement médicamenteux, constitue un groupe qui ne cesse de grossir. Jour après jour, des voix discordantes et inquiètes se font entendre pour demander si le SIDA

Poursuite de la Marche Mondiale des femmes

(suite de la page 2)

ET VOUS? QU'EST-CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE?

Vous pouvez participer en :

- ✓ Vous adressant à votre député-e chaque fois que vous serez témoin d'une situation de violence envers une ou des femmes en utilisant la lettre type que vous trouverez sur le site : (www.ffq.qc.ca/ffq.html)
- ✓ Signant la déclaration du comité d'action contre la violence faite aux femmes (www.ffq.qc.ca/ffq.htm)
- ✓ Dénonçant la banalisation verbale ou judiciaire de cette violence ainsi que tous les propos et comportements alimentant la violence faite aux femmes que se soit dans votre famille, dans votre milieu de travail, dans les médias.
- ✓ Portant le ruban blanc chaque fois que vous êtes témoin d'une violence envers une ou des femmes.
- ✓ Distribuant le tract décrivant la campagne à votre entourage (www.ffq.qc.ca/ffq.html)

Préparé par la Fédération des femmes du Québec au nom du comité d'action contre la violence faite aux femmes.

est vraiment la maladie mortelle et l'épidémie que l'on a voulu nous faire croire. »

« Il semble que les statistiques du SIDA soient souvent manipulées de façon à créer l'illusion d'une augmentation des cas de SIDA lorsque c'est effectivement le contraire qui se produit » Ainsi une baisse de 50% des cas de SIDA chez les Canadiennes entre 1995 et 1996 a été présenté par les médias comme une augmentation importante et continue... « À qui profite-t-il de présenter les choses ainsi? »

Je ne peux rapporter ici tout ce que contient ce document de 42 pages, mais si vous voulez le consulter pour en savoir plus sur ces QUESTIONS INSOLITES concernant le SIDA, le document est disponible dans notre centre de documentation et il nous fera plaisir de vous le fournir pour consultation.

ACTIVITÉS À VENIR

LE 8 MARS : LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES

Deux thèmes sont suggérés :

L'un par la FFQ, *Contre les violences faites aux femmes, la paix en toute complicité*

L'autre par le CONSEIL DU STATUT DE LA FEMME, *Nouvelles Réalités - Solidarités Nouvelles*

Toute la journée on vous attend avec un bon café.

Quiz, jeux, devinettes. Viens t'amuser avec nous et apporte ton lunch pour le dîner.

En après-midi nous vous proposons une rencontre avec Suzan Béland qui a fait un pèlerinage à St-Jacques de Compostelle et qui nous invite à la créativité.

LE 9 MARS : DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES

Nous vous invitons à une soirée de théâtre avec la Troupe de théâtre PARMINOÙ une pièce interactive ayant pour titre Trop sur le dos... Gros sur le cœur, vous sera présentée à l'auditorium de l'école secondaire Paul Lejeune dès 20hr. Billet en vente au coût de 5\$ au 289-2588.

LE 26 MARS : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

AU CLSC-CHSLD Vallée-de-la-Batiscan salle 51 dès 19h30

Prix de présence et renouvellement des cartes de membres.

LE 10 AVRIL : CAUSERIE-ATELIER-FEMME-ÉCHANGE

Sujet : la Ménopause avec Yolande Nobert, infirmière du CLSC-CHSLD

À la sacristie de l'église de Hérouxville dès 13hr

LE 18 AVRIL : RENDEZ-VOUS GOURMAND

Un dîner à la cabane à sucre.
Contactez-nous pour plus de détails.

LE 8 MAI : CAUSERIE-ATELIER-FEMME-ÉCHANGE

Sujet : La culpabilité avec Julie Goyette
Au presbytère de St-Joseph-de-Mékinac dès 13hr

LE 16 MAI : RENDEZ-VOUS GOURMAND

Des idées de salades pour la saison estivale
Au Centre de femmes de Mékinac dès 13hr

ANTIDOTE



Notre premier groupe de femmes ANTIDOTÉES est maintenant sur le point de se terminer. Je voudrais dire à toutes celles qui ont participé, à quel point j'ai apprécié ces rencontres et qu'en tant qu'animatrice-éclaireuse, le contact avec vous toutes m'a fait grandir moi aussi. Je souhaite que ces graines que nous avons semées toutes ensemble porteront des fruits et qu'elles inciteront d'autres femmes à entreprendre cette croisade merveilleuse avec soi-même. Je vous rappelle que le programme ANTIDOTE est basé sur l'estime de soi et qu'il s'étale sur 10 rencontres.

Partir à la découverte de soi est un voyage rempli de surprises, de peines et aussi de grandes joies.

.....

*Pour la fête des mères
12 mai.*



Brunch bénéfique annuel à la cabane à sucre chez Angello Trépanier

Tirage de beaux prix de présence.

Billets en vente : 15\$ pour les membres,
18\$ non-membre
6,50\$ enfants 5-12 ans

.....

La table de concertation Violence

Saviez-vous que Femmes de Mékinac était l'organisme porteur de la Table de concertation violence dans Mékinac ? Mais c'est quoi au juste une Table de concertation ? Étant conscient que notre MRC n'est pas à l'abri de la violence faite aux femmes, plusieurs organismes soit : le CLSC-CHSLD, la S.Q., la maison d'hébergement pour femmes violentées de Shawinigan (La Séjournelle) et Accord Mauricie se sont réunis afin de mettre en commun leur expertise et ainsi proposer des moyens d'actions, des façons de fonctionner qui soient le plus efficace possible. En premier lieu, le but était d'identifier les ressources et services disponibles sur notre territoire et de mettre en place un protocole d'entente entre tous

afin de maximiser les efforts pour venir en aide aux personnes victimes de violence. Dans un deuxième temps, des gestes plus concrets seront posés afin de renseigner la population sur ces services et de les rendre le plus accessibles aux personnes qui auraient à les utiliser.

Dans le but de mettre sur pied un service de transport pour des femmes qui auraient à quitter leur domicile vers une maison d'hébergement (La Séjournelle), un service de transport bénévole sera mis sur pied sur notre territoire. Si ça vous intéresse, vous pouvez communiquer avec nous au 289-2588. Une formation sera offerte à ces bénévoles.

Service d'écoute téléphonique



Une oreille attentive fait souvent toute la différence... Pouvoir parler à quelqu'un qui ne nous jugera pas et qui saura par son écoute nous soutenir dans un moment difficile de notre vie, voilà un service précieux et indispensable à un centre de femmes.

Notre service d'écoute téléphonique sera en fonction très bientôt. Des personnes bénévoles ont reçu une formation à cette fin et tout se met en place pour vous offrir à vous et à toutes personnes résidant sur le territoire de la MRC de Mékinac un service d'écoute de qualité.

Le projet débutera au printemps et sera disponible les lundi, mardi et mercredi après-midi.

Nous sommes conscientes que ce peu de temps d'écoute ne répondra que partiellement au besoin et nous comptons bien élargir ce service dès l'automne prochain.

Surveillez l'hebdo local pour plus de détails concernant ce futur service et si vous souhaitez vous impliquer comme personne bénévole, d'autres formations seront offertes.

Informez-vous auprès de Lucie-Claude ou Julie au 289-2588.



NE MANQUEZ PAS

Samedi le 9 mars

dans le cadre de la journée internationale des femmes

Trop sur le dosgros sur le cœur

On ne peut plus ignorer les abus et violences physiques que subissent encore trop de femmes. *Trop sur le dos, gros sur le cœur* dénonce cette violence mais aussi les violences verbales et psychologiques, ces violences insidieuses, quotidiennes, qui minent notre estime de soi et nos relations avec les autres.

Le texte de Sylvie Lemay nous présente, avec beaucoup de finesse et de justesse, des situations de femmes à la maison, au travail, dans la rue et ailleurs dans le monde; des femmes qui disent non à toute forme de violence. *Trop sur le dos, gros sur le cœur* nous permet de bien les identifier et nous apprend à les reconnaître. La pièce révèle aussi que les exigences de performance dans nos milieux de vie peuvent conduire à se faire violence à soi-même ainsi qu'à notre entourage.

Trop sur le dos, gros sur le cœur démontre que la complicité des femmes et aussi celle des hommes, notre prise de parole commune pour dénoncer toute forme de violence sont nécessaires pour améliorer la situation des femmes. La pièce est mise en scène par Normand Carrière, interprétée par Valérie Gasse et Manon Dionne et animée par Sylvie Lemay.

Informations et billet au coût de 5\$: 289-2588

CÔTÉ SANTÉ

Voici 15 petits trucs pour retrouver et conserver votre vitalité

- ✓ 1. Cultiver la joie
- ✓ 2. Savoir s'observer
- ✓ 4. S'exprimer
- ✓ 5. Rechercher le calme
- ✓ 6. Choisir la lenteur
- ✓ 7. Stopper les stimulants
- ✓ 8. Se reposer
- ✓ 9. Commencer sa journée du bon pied
- ✓ 10. Développer sa créativité
- ✓ 11. Faire de l'exercice
- ✓ 12. S'oxygéner
- ✓ 13. Bien se nourrir
- ✓ 14. Accueillir chaque saison
- ✓ 15. Équilibrer sa sexualité



Il ne reste plus qu'à mettre tout ça en pratique et n'oubliez pas que maintenir l'équilibre dans un processus de changement est très important. Mieux vaut aller doucement et le faire dans le plaisir... N'oubliez pas que, plusieurs petits changements finissent par amener une grande transformation.

(tiré du Guide Ressources de février 2002)