

Femmes d'ici

Été 2015 • Volume 49, numéro 4

Mille mercis
madame
Girard

46 ans de dévouement

Ambition au féminin

Le m_____ maillot de bain



SOMMAIRE

Été 2015

- 4 Entrevue départ
retraite Lise Girard**
Marilyse Hamelin
- 6 L'ambition au féminin**
Lise Courteau
- 11 L'éducation à
la sexualité**
Josée Rocheleau
- 12 Troubles de l'image
corporelle**
Marilyse Hamelin
- 13 Drame estival —
achat maillot de bain**
Lise Thériault
- 14 Congrès provincial
Beauce**
Lorraine Couture et Jocelyne Rancourt
- 16 Combattre et guérir
le cancer**
Lise Girard
- 18 Thèmes de l'année
2015-2016**
- 19 Kathy St-Cyr, mairesse**
Nancy Poirier
- 20 Hélène Pichette,
journaliste**
Hélène Cornellier

CHRONIQUES

- 2 Au fil du temps**
Nicole Drolet
- 3 Éditorial**
Paula Provencher
- 8 L'Afeas en action**
Marilyse Hamelin
- 15 Varia.ca**
Lise Thériault
- 23 Nouvelles de l'association**
Lise Girard



Oui, mille mercis,
madame Girard, et
bonne retraite
si bien méritée!

Au fil du temps

Par Nicole Drolet



Souvenir réconfortant!



Le voilà enfin, cet été tant attendu et, disons-le, bien mérité.

Suite aux froidures de l'hiver, toutes les activités estivales sont à nouveau les bienvenues.

Un des éléments incontournable de cette belle saison est sans contredit le plaisir de l'eau sous toutes ses formes. Ce plaisir peut être, selon l'activité, amusant, relaxant et surtout des plus énergisant. Imaginons seulement une petite fontaine qui agrmente un beau moment de lecture. Les grands comme les petits y trouvent leur compte en cette belle saison.

Il y a quelques années, j'ai senti le besoin de retourner sur le lieu des étés de mon enfance. Il s'agit bien sûr d'un chalet familial situé au bord de l'eau. Le souvenir de ce lieu d'une autre époque demeure encore bien vivant de nos jours, grâce aux films et aux photos qui en témoignent.

Il n'a suffi que d'un pique-nique sur l'eau devant cet endroit si cher à mon cœur pour y ressentir un bien-être indescriptible. Un regain d'énergie comme au temps de mon enfance. C'est comme si le passé faisait un beau clin d'œil au présent. Revisiter à l'occasion ce lieu est devenu maintenant pour moi comme un rituel des plus essentiels.

Ce retour aux sources m'a fait réaliser combien ce contact avec l'eau me manquait.

Que ce soit en vacances, en expéditions ou pour une simple randonnée, cet élément est devenu un incontournable dans tous nos projets.

Le chemin de la vie est parsemé d'épreuves et d'embûches qui mettent souvent notre énergie à rude épreuve. La nature, quant à elle, se veut réparatrice en mettant à notre disposition des lieux, des événements ou des activités de toutes sortes afin de rétablir un certain équilibre dans nos vies.

En cette belle saison, accordons-nous quelques bons moments pour soi afin de mieux refaire le plein d'énergie!

Bon été! ■



Le jardin Afeas



Nous sommes déjà rendues à l'été. On voit poindre les fleurs et les petits fruits qui sont la promesse d'une belle récolte, le moment venu. Il me semble que nous venons à peine de commencer notre année.

Comme un carrousel, le travail accompli partout au Québec tourne dans ma tête avec une musique joyeuse. Je vois toutes les rencontres Femmes d'ici, les représentations, les courriels, les téléphones, les formations données, les activités bénéfiques qui ont été organisées et réalisées par les Afeas locales, régionales et provinciales. Des heures, des journées, des mois de travail et de dévouement nous ont filé entre les doigts.

Maintenant que le renouvellement est fait, que les assemblées générales annuelles et les élections sont passées, que les rapports sont déposés, le repos de « la guerrière » est arrivé. C'est le temps des vacances ! Après les gros froids d'hiver qui nous ont fait geler de bord en bord, espérons que les canicules ne viendront pas trop tôt pour nous faire suer maintenant ! Certaines ont planifié un voyage pour aller visiter un pays, une ville, un musée ou se prélasser au bord de la mer, ou encore des vacancières se bercent à Balconville. Quels que soient vos choix, profitez pleinement d'un repos bien mérité.

Pendant que nous refaisons nos forces, commençons à penser aux procédures pour rajeunir

notre clientèle. Nous avons notre plan d'action pour le membership actuel; il y a aussi la possibilité de devenir membre en ligne en allant sur le site web de l'association et d'autres incitatifs seront mis en place.

Quant à la refonte des règlements qui sera adoptée au congrès provincial, en tout ou en partie, elle entrera en vigueur en 2016. Nous avons donc un an pour nous familiariser avec les changements.

Le congrès d'orientation va débuter en même temps que les Fêtes du 50^e anniversaire de l'Afeas. Dès l'automne, nous serons en mode action. Ça prend des forces vives, ça prend des volontaires, des femmes dynamiques, des femmes qui croient en l'avenir de notre association, des femmes déterminées à réussir la transition entre les générations.

Toutes les connaissances doivent être mises à profit. Vous êtes les championnes de la persévérance. La preuve : plusieurs d'entre vous, êtes des membres engagées depuis de nombreuses années, certaines même depuis la fondation. Vous êtes de vaillantes pionnières !

Nous avons besoin de renforcement, de nouvelles personnes sur nos comités, de jeunes femmes à la découverte de notre mouvement. Des femmes qui auront le même regard que

nous la première fois que nous avons mis les pieds à l'Afeas. Vous souvenez-vous de votre première « réunion mensuelle », comme on les appelait, c'était merveilleux ! Ce l'est tout autant maintenant, c'est seulement que notre regard s'est habitué et s'est familiarisé avec toutes ces belles réussites au fil des années.

Nous avons tout l'été pour penser et nous reposer. À notre retour, une fois la belle saison terminée, quel élan donnerons-nous à notre association ? Êtes-vous de celles qui croient fermement que le meilleur est à venir ? Avec la notoriété, la crédibilité chèrement acquise, l'expertise développée au fil des années, trouverons-nous le secret pour communiquer notre passion pour un si beau mouvement et ses grandes réalisations ?

En faisant le tour de notre jardin, prenons soin de la rose Afeas. Cette fleur a besoin de notre savoir-faire. Ratissons, retournons et cultivons la terre. Semons de jeunes pousses qui embelliront notre mouvement. Elles nous apporteront un renouveau et un vent de fraîcheur. Les nouvelles venues, jumelées à nos membres actuelles, viendront agrandir nos rangs et apporteront la luminosité dont le jardin Afeas a besoin.

Je vous invite à être les jardinières qui sèmeront et porteront fruit à notre association.

Bonnes vacances ! ■



Depuis 1969 que Lise Girard œuvre au siège social de l'Afeas. Pilier, référence, compétence, les adjectifs ne manquent pas pour qualifier la secrétaire générale qui part à la retraite. Entrevue de fond.

Par Marilyse Hamelin

Chère Lise, quel a été le dossier le plus marquant de ta carrière ?

Je crois bien que c'est le dossier de l'avortement. Ça a été tout un cheminement à l'Afeas pour finalement adopter une position en faveur de l'accès à l'avortement libre et gratuit. On a dû procéder par étape en soutenant dans un premier temps les comités d'avortements thérapeutiques. Puis, pour convaincre certaines, il a fallu utiliser l'argument « oui, personnellement vous pouvez être contre l'avortement, mais ce n'est pas une raison pour empêcher les autres femmes d'avoir accès à un service sécuritaire pour leur santé. »

Au final, c'est une femme qui a fait pencher la balance, en août 1980. C'était le congrès provincial et Christiane Bérubé s'apprêtait à être élue présidente par acclamation. Celle-ci s'est levée en pleine assistance, est allée au micro et a dit que si les femmes ne votaient pas en faveur d'un accès libre et gratuit à l'avortement, elle ne pourrait pas moralement défendre cette position et devrait se retirer de la présidence. C'est ce qui a pesé dans la balance.

Il faut dire que l'Afeas est un mouvement de masse, démocratique, et il faut faire cheminer tout le monde en même temps, les convaincre.

Le dossier de l'avortement a nécessité plusieurs années de cheminement dans notre réseau.

Est-ce qu'à une certaine époque tous les espoirs étaient permis en matière d'égalité homme-femme ?

C'est sûr que l'on a fait beaucoup de progrès à l'époque de la révision du Code civil, section famille, ça a été tout un coup de barre. Les femmes étaient désormais considérées comme les égales de leurs maris, c'était la fin de l'autorité du « bon père de famille ». Cela s'est échelonné sur plusieurs années, jusqu'au partage du patrimoine familial, à la fin des années '80.

Quel serait le dossier prioritaire pour les années à venir ?

La conciliation travail-famille et la place des pères dans la sphère familiale. On commence à le sentir ! On voit qu'il y a un changement quant au partage des tâches dans la cellule familiale. On dirait que plus les gens sont éduqués, plus ils vont vers ces changements-là. Il faut dire que le modèle traditionnel de pourvoyeur n'était pas facile pour les hommes non plus. Toute cette pression pour faire vivre la famille et le stress en cas de perte d'emploi, ce n'était pas plus drôle pour eux.

Mais, tant que les hommes ne seront pas complètement investis dans l'éducation des enfants, les femmes vont continuer de pâtir côté carrière, tant du côté salarial que des opportunités de promotion. Jusqu'à nouvel ordre, ce sont toujours les femmes qui portent les bébés et la société n'est pas organisée pour les soutenir. Elles doivent encore trop souvent mettre leur carrière en veilleuse si le père ne s'implique pas suffisamment.

Je crois que les femmes de l'Afeas sont sensibles à cet enjeu, surtout quand elles ont des filles, des petites-filles, qu'elles doivent garder les petits pour pallier aux horaires des garderies pas toujours adéquats, elles aussi vivent les enjeux de conciliation travail-famille par extension.

Crois-tu qu'un jour l'égalité dans les faits entre les femmes et les hommes sera atteinte ?

Pas de mon vivant, je ne crois pas. C'est certain qu'au Québec on a plus de chance que dans d'autres pays. Mais ça va être long. Il ne faut pas perdre de vue nos acquis, les progrès

qui ont été faits. Justement, dans les années 1970 à 1985, on a avancé tellement vite que désormais on a l'impression de stagner.

Nous sommes beaucoup moins inégales que nous l'étions, alors c'est un cheminement plus long de prendre conscience des inégalités qui persistent aujourd'hui. Au fond, il y a des injustices de nos jours que l'on ne voit pas pour l'instant, mais que l'on va réaliser plus tard. Un peu comme les femmes dans les années 60-70, elles n'étaient pas toutes revendicatrices à manifester dans la rue et n'avaient pas nécessairement conscience des inégalités entre les hommes et les femmes. Et pourtant, il fallait l'accord du mari pour faire soigner les enfants, pour avoir une hystérectomie, il fallait un procédé accusatoire pour divorcer, etc. Aujourd'hui, on dit « ben voyons donc », mais, un jour, en repensant aux années 2010, on se dira la même chose. Les changements de mentalité, c'est long.

Il n'en demeure pas moins que si l'égalité a progressé dans les faits, au niveau économique, ça reste difficile. Les Québécoises gagnent toujours en moyenne 75,3% du salaire des hommes, malgré la loi sur l'équité salariale.

Comment abordes-tu ton prochain départ à la retraite ?

J'ai toujours dit que je ne prendrais pas ma retraite à 65 ans, mais plusieurs choses m'ont fait changer d'avis. D'abord, il y a ma famille qui tapait du pied, mes frères et sœurs qui me disaient « on pourrait voyager... ». Puis, même si je suis en parfaite santé, j'ai vu des gens autour de moi tomber malade, ça fait réfléchir. Et puis, surtout, je pense que c'est le bon moment pour moi, mais aussi pour l'Afeas avec tout ce qui s'en vient : le congrès d'orientation, le renouvellement, le changement des règlements. Il nous faut du sang neuf, de nouveaux visages. Le message doit passer, nous avons besoin de nouvelles administratrices, de jeunes administratrices. Je souhaite la venue à l'Afeas d'une réelle volonté de passer le flambeau à la prochaine génération.

Avec les changements de règlements, notre mode d'élection va changer. Il faut trouver des candidates jeunes et les faire élire. Il semble que nous ayons de la difficulté à passer ce cap-là, mais je crois que le temps est venu pour les femmes du réseau de passer le relais à la jeune génération. ■

40 ans de complicité

Ça fait plus de quatre décennies qu'elles travaillent ensemble. Quand elle est entrée à l'Afeas à titre de préposée au service des abonnements, Lise Gratton avait à peine 16 ans. Du personnel, elle en a vu passer, mais, toujours, comme un socle, sa patronne est restée, Lise Girard.

Autre époque autres mœurs, lors de son entretien d'embauche dirigé par Lise Girard en 1974, Lise Gratton avait dû effectuer une dictée à la main, puis retaper le texte à la dactylo pour voir combien de mots à la minute elle tapait.

« Comme les outils et les méthodes de travail, notre relation aussi a évolué, raconte Lise Gratton. Parfois, à la blague, je dis qu'on est une sorte de vieux couple. »

Le souvenir le plus marquant ? L'année 2010, lorsqu'il a fallu couper de nombreux postes à l'Afeas. « Là j'ai découvert une autre Lise, qui a laissé entrevoir ses émotions, sa peine, elle se dévoilait davantage », raconte celle qui est aujourd'hui adjointe administrative.

Ce qu'elle préfère du fait de travailler avec Lise Girard ? « Le lien de confiance entre nous deux ! La capacité de Lise de déléguer. On se comprend plus que jamais. C'est comme si on se reposait l'une sur l'autre. Et son humour aussi ! On a le même, on aime se "picosser", on se connaît, on connaît nos points faibles, ça ne nous fait rien de nous taquiner, personne n'en prend ombrage ».

Si tout le monde connaît Lise Girard pour son efficacité et sa rapidité, son adjointe tenait à témoigner de qui est sa patronne. À l'image d'un mariage qui dure au travers des années qui passent, Lise Gratton éprouve beaucoup de tendresse à l'égard de sa complice des quarante dernières années. « J'aime beaucoup la personne qu'elle est devenue. Avec le temps, elle dévoile davantage son côté vulnérable et sensible, et ça, ça me rejoint beaucoup. »

Évidemment, l'annonce du départ à la retraite de la secrétaire générale de l'Afeas a été un dur



coup à encaisser pour Lise Gratton. « On tisse des liens pendant 40 ans et quand la complicité est à toute épreuve, c'est le temps de prendre la retraite, regrette-t-elle. Des liens aussi solides, c'est long à bâtir, alors évidemment que c'est une lourde perte. » Une perte qu'elle qualifie de deuil, comme dans une séparation : « tout n'a pas toujours été facile, on a eu nos moments moins heureux, mais, ce qui en ressort, c'est les liens que nous avons tissés ».

Si elle va regretter sa complice, Lise Gratton demeure confiante pour l'avenir. L'Afeas est en pleine période de transition pour rejoindre davantage les nouvelles clientèles et elle estime que l'arrivée d'une nouvelle directrice générale s'inscrit tout à fait dans ce grand mouvement de renouvellement. ■

Les membres du conseil d'administration remercient et félicitent chaleureusement Lise Girard pour ses 46 ans de travail à l'Afeas. Son professionnalisme, sa compétence et ses multiples talents ont été un gage de succès pour notre association. Nous disons pour toujours, notre reconnaissance et notre appréciation à notre secrétaire générale et bonne retraite bien méritée madame Girard !

Paula Provencher, présidente provinciale, au nom des membres de l'Afeas



L'ambition au

Par Lise Courteau

Les femmes sont-elles ambitieuses ? Sont-elles plus ou moins ambitieuses que les hommes ? Sont-elles plus ambitieuses maintenant qu'avant ? Devenons-nous plus ambitieuses avec le temps ? Devons-nous devenir plus ambitieuses ?

Si nous regardons dans plusieurs dictionnaires, la définition du mot pourrait nous faire croire qu'il serait prétentieux de l'être. En effet, selon le dictionnaire Larousse, l'ambition se définit ainsi : désir ardent de posséder quelque chose, de parvenir à quelque chose ; désir ardent de gloire, d'honneurs, de réussite sociale ; prétention de réussir quelque chose.

Selon Bénédicte Champenois-Rousseau, sociologue et membre du bureau d'HEC au féminin, « il y a une connotation négative à l'ambition, qui sera encore plus sanctionnée chez les femmes. On accepte d'un homme qu'il exprime ses ambitions, là où une femme se verra reprocher son arrivisme ». Un point de vue que rejoint Vincent Cespèdes, philosophe et auteur de *L'ambition ou l'épopée de soi* : « Nous avons tendance à associer à l'ambition la quête vaine et égoïste de gloire, aux "dents qui rayent le plancher", mais beaucoup moins souvent à la possibilité de changer le monde ».

De nos jours, il n'est plus à établir que les femmes ont autant de potentiel professionnel que les hommes. Elles sont plus que jamais auparavant diplômées, ont accumulé de l'expérience et ont de l'ambition. Les femmes canadiennes constituent la majorité des personnes inscrites dans des programmes collégiaux et la proportion de celles âgées de 25 à 54 ans, titulaires d'un baccalauréat ou d'un diplôme universitaire de niveau supérieur, a plus que doublé en deux décennies.

Être ambitieuse, c'est avant tout s'autoriser à l'être.

Pour l'ambition, comme pour tant d'autres choses, les femmes sont un peu perdantes. Elles n'occupent que peu de postes à responsabilité et sont peu représentées dans les instances administratives. De plus, elles auront souvent à lutter contre d'autres femmes qui les traiteront en rivales. Les femmes ambitieuses peuvent aussi faire peur. Certaines femmes ont du mal à s'approprier ce terme qui reste encore associé à la vilaine, la méchante carriériste.

Souvent, nous voyons des femmes qui se privent. En tant que femmes, on nous encourage à nous « épanouir émotionnellement » en nous racontant des histoires de patronnes qui ont littéralement abandonné leur carrière pour se lancer dans d'autres sphères d'activités. On propage l'idée que l'ambition ne nous rendra pas heureuses. Attention ! Est-ce vrai ? Ou est-ce que ce ne sont que des histoires ? À chacune d'essayer et de décider.

Gardez en tête que l'ambition n'a pas à être agressive. C'est juste une aspiration à une vie meilleure, la satisfaction de faire de son mieux, d'arriver un cran au-dessus, de pouvoir se faire plaisir.

Frédérique Cintrat, ambitieuse assumée, auteure du livre *Comment l'ambition vient aux filles*, dit : « L'ambition est un moteur qui fait aller de l'avant. Il faut l'assumer. On parle toujours d'un "projet ambitieux", pourquoi serait-ce moins positif d'être une "personne ambitieuse" ? Quand j'ai interrogé des femmes sur le sujet, certaines me disaient qu'elles n'étaient pas la bonne personne pour en parler, comme si le mot avait cette connotation négative. Mais au fil de l'entretien, elles découvraient qu'elles étaient ambitieuses de fait ! Comme Christine, qui a fondé une école

féminin

de danse. Elle règle ses spectacles au millimètre tout en étant infirmière libérale et directrice artistique d'une troupe à la campagne. Avec toujours cette envie de faire mieux, d'aller plus loin. L'ambition, ça peut être de créer son entreprise ou de gravir les échelons, mais c'est aussi de se dire "je vais réaliser mon spectacle", savoir ce qui me convient. Il faut réhabiliter l'ambition parce que c'est un moyen d'accomplissement de soi, tout en sachant que son incarnation diffère d'une personne à l'autre. ».

Génération Y

Selon une étude réalisée par la firme PricewaterhouseCooper (PwC), les femmes de la génération Y (elles ont entre 18 et 35 ans) seraient plus ambitieuses que les femmes des générations qui les ont précédées. Confiance en soi et ambition seraient leurs mots clés. On voit parmi ces femmes une nouvelle génération de talents et celles-ci recherchent plus d'équilibre entre leur carrière et leur vie privée.

Toujours selon cette étude, les femmes de la génération Y recherchent en premier lieu chez leur employeur les opportunités d'évolution de carrière.

- 49 % des femmes de la génération Y qui débutent leur carrière pensent pouvoir atteindre les plus hauts niveaux de responsabilité dans leur entreprise ;
- 86 % des femmes de la génération Y forment un couple dans lequel les deux partenaires sont actifs, et 66 % d'entre elles gagnent autant ou plus que leur partenaire ;
- près de la moitié d'entre elles affirment que leur employeur continue d'avantager les hommes en cas de promotions internes ;
- 71 % pensent que les opportunités professionnelles ouvertes aux hommes et aux femmes ne sont pas égales.

Dans une autre étude intitulée *L'avenir du travail — guide de réorientation* menée par la firme Deloitte, on nous dit : « Oubliez tout ce que vous avez entendu sur le comportement des Y au travail. Séparées par des années, voire des décennies, la génération Y et les autres générations ont des attitudes à l'égard du travail qui, aux yeux de certains, sont étonnamment semblables. Les Y et les autres générations ont des manières différentes de travailler et de faire les choses, et cette dynamique pourrait transformer en profondeur le milieu de travail et le rendre à l'avenir plus social, plus souple, plus technologique et moins hiérarchisé ».

« Tous les humains se ressemblent, conclut cette étude, et tout ce qui distinguerait les Y des autres générations tient en fait à des conceptions différentes du travail et à l'adoption de plus en plus rapide de nouvelles technologies et de nouveaux médias... Fait important cependant, la valeur accordée au travail est largement similaire d'une génération à l'autre. Les deux groupes se trouvent simplement à des étapes différentes de leur vie et de leur carrière respectives ».

L'effet A

Isabelle Hudon, femme d'affaires québécoise, chef de la direction à la Financière Sun Life au Québec, en avait assez de lire des études sur la place des femmes dans les hautes sphères. Il était temps, selon elle, de poser des gestes concrets pour changer les choses. D'où l'idée de *l'Effet A* (effet ambition), un projet lancé à la fin janvier 2015.

Le concept de cette initiative est fort simple : demander à cinq dirigeantes d'expérience de relever un défi de leur choix, leur donner 100 jours pour atteindre leur objectif et documenter leurs progrès sur un site Web (www.effet-a.com). Les projets qu'elles s'engagent à mettre sur pied (ou à amener plus loin) peuvent prendre différentes formes, tant qu'ils permettent à la fois d'aider la cause des femmes et de démontrer qu'il est possible, et même stimulant, de dépasser ses limites.

« Les femmes ont une grosse dose d'ambition, mais elles ont aussi une certaine timidité à l'afficher et à l'affirmer », dit Madame Hudon. Avec *l'Effet A*, elle souhaite rendre légitime

cette ambition et donner aux femmes le courage de se dépasser.

L'aspect « actions concrètes » du projet a permis de recruter des femmes d'envergure pour la première cohorte : Sophie Brochu, pdg de Gaz Métro ; Marie-Josée Lamothe, directrice générale stratégie de marques chez Google Canada ; Isabelle Marcoux, présidente du conseil de Transcontinental ; Kim Thomassin, associée directrice de McCarthy Tétrault ; en plus d'Isabelle Hudon elle-même. « L'objectif est d'amener les femmes à afficher leur ambition, à la vivre et à l'utiliser pour propulser leur carrière », explique Isabelle Marcoux.

Au-delà de leur volonté d'inspirer d'autres femmes, ces dirigeantes ultra-sollicitées ont accepté de participer à *l'Effet A* car elles espèrent que les projets qu'elles y développeront seront copiés par d'autres et que l'initiative durera. La deuxième cohorte, déjà en recrutement, devrait prendre son envol à l'automne.

Ambition ou rêves ?

Pour la plupart d'entre nous, avoir de l'ambition c'est avant tout de réaliser ses rêves. Petites ou grandes ambitions ? Petits rêves ou grands rêves ? Peu importe, affrontons les défis, un à la fois, et réalisons nos ambitions ou nos rêves. Un rêve écroulé ? Trouvons-en un nouveau à réaliser. L'ambition est un moteur qui nous permet de continuer et aussi de repartir. Mais en même temps, l'ambition n'a jamais rien de définitif car nos rêves peuvent changer. Sachez exactement ce que vous voulez. Acceptez de sortir de votre zone de confort. Ayez du courage. Acceptez que cela ne plaise pas à tout le monde. Croyez en vous, même quand plus personne n'y croira ! ■

Sites Internet consultés :

- www.pwc.com
- www.questiondentreprise.com
- www.deloitte.ca
- www.effet-a.com
- www.businessofeminin.com
- www.deloitte.com

Conciliation travail-famille

Milieux de travail : un monde de possibles !

Voici donc le troisième et dernier volet de notre série sur la conciliation travail-famille. S'il a été jusqu'à présent question du partage des tâches, des services de garde et des ressources pour les proches aidants, il demeure que l'attitude de l'employeur et des collègues constituent des facteurs cruciaux pour assurer aux parents et proches aidants un accès à des mesures de conciliation leur permettant de bien équilibrer les différentes sphères de leurs vies.

Par Marilyse Hamelin

Le Québec possède des acquis majeurs en matière de conciliation, comme le Régime québécois d'assurance parentale, que l'on ne retrouve pas nécessairement ailleurs en Amérique du Nord. Ces acquis sont le résultat de luttes concertées menées par le mouvement des femmes, le mouvement syndical et d'autres mouvements sociaux pour faire avancer les lois, programmes et politiques en faveur des travailleurs et travailleuses avec des responsabilités familiales.

Malgré les avancées importantes que représentent ces acquis, ils ne font pas nécessairement l'unanimité dans la population, et certains acteurs, dont le Conseil du patronat, exercent même beaucoup de pressions pour limiter leur coût ou leur application, d'où l'importance de demeurer vigilant pour en assurer le maintien. À titre d'exemple, on peut penser au retrait préventif pour les travailleuses enceintes, un dossier sur lequel a travaillé l'Afeas, qui est constamment remis en cause par les employeurs.

Voici les effets pervers du manque de mesures de conciliation travail-famille dans les entreprises et organisations :

- l'absentéisme et retards au travail des employés;
- une moins bonne performance au travail;
- un plus grand roulement du personnel;
- le refus d'affectation ou de promotion;
- des difficultés de recrutement;
- et une formation insuffisante de la main d'œuvre en raison du manque de temps à y consacrer.

Le Conference Board of Canada a mené une enquête auprès d'entreprises modèles ayant instauré des mesures de conciliation famille-travail, dont voici les résultats :

- 86 % des entreprises répondantes ont affirmé que les mesures étaient très efficaces ou plutôt efficaces pour augmenter la productivité;
- 89 % ont affirmé que les mesures étaient très

efficaces ou plutôt efficaces pour réduire l'absentéisme;

- 97 % ont affirmé que les mesures étaient très efficaces ou plutôt efficaces pour améliorer le moral des employés.

Santé Canada estime à 2,7 milliards \$, annuellement, les pertes financières découlant de l'absentéisme au travail pour cause d'obligations familiales. Il semble que l'absence de politiques claires de conciliation travail-famille dans les entreprises aient un prix. Lorsque les employeurs questionnent les frais liés à l'implantation de politiques de conciliation famille-emploi dans leurs entreprises, ils auraient aussi avantage à évaluer les coûts liés à l'absence de telles politiques.

Parmi les mesures de conciliation pouvant être instaurées, voici celles qui ont trait à l'horaire de travail :

- implantation de l'horaire flexible (arriver plus tôt, finir plus tôt ou vice-versa);
- ouverture à des aménagements du temps de travail (ex : travailler à temps partiel ou à plein temps sur 4 jours par semaine);
- programme 70-9, possibilité de répartir 70h de travail sur 9 jours au lieu de 10, la 10^e étant un jour de congé.

La professeure Diane-Gabrielle Tremblay, titulaire de la Chaire de recherche sur les enjeux organisationnels de l'économie du savoir, a constaté que ce sont en majorité les femmes qui se prévalent de ces types de mesures d'aménagement de l'horaire encore aujourd'hui. Les travailleuses utilisent les mesures d'aménagement du temps de travail en raison des soins à donner, de l'horaire de la garderie ou de l'école et des tâches domestiques.

D'ailleurs la professeure Tremblay a constaté que les femmes bénéficiaient davantage de la compréhension et du soutien de leur supérieur immédiat en matière de conciliation et

qu'il faudra sans doute agir sur les mentalités pour favoriser la participation des pères au partage des responsabilités familiales. Combien de jeunes pères de famille se sont en effet fait dire « Il n'a pas de mère cet enfant-là ? » lorsqu'ils doivent aller chercher leur petit malade à la garderie...

Les femmes vont également être portées à faire des compromis quant à leur lieu de travail. Le trajet résidence-travail des femmes du Québec est en moyenne de 30 minutes comparativement à celui des hommes, qui est de 60 minutes. Ces données illustrent que les femmes hésitent davantage que les hommes à s'éloigner de leur progéniture pour le travail.

De plus, les femmes vont aussi hésiter et souvent refuser des promotions qui pourraient leur occasionner de plus longues journées de travail. On peut espérer une évolution des mentalités à venir, mais visiblement cela prend du temps.

Voici en vrac d'autres mesures favorisant la conciliation famille-travail :

Organisation du travail :

- horaire connu au moins une semaine à l'avance.

Congés :

- banque de congés rémunérés pour des raisons personnelles.

Lieu de travail :

- possibilité de télétravail complet, régulier ou occasionnel, par exemple lors des journées pédagogiques ou la semaine de relâche.

Services :

- service de garde en milieu de travail ;
- programme d'aide aux employés (counseling).

Enfin, voici quelques moyens supplémentaires qui peuvent également être offerts par les employeurs afin de faciliter la conciliation travail-famille :

- réduire l'heure du dîner de dix minutes pour permettre à un parent de récupérer du temps en fin de journée ou le matin ;
- offrir la possibilité d'échanger un quart de travail avec un collègue pour obligations familiales.

Notons toutefois qu'une entreprise peut se doter des meilleurs horaires de travail ou se vanter d'avoir des politiques exceptionnelles en matière de conciliation travail-famille, mais si la direction des ressources humaines, le supérieur immédiat ou les collègues poussent un soupir de désespoir à chacune de ses absences, le travailleur ou la travailleuse ne se sentira pas à l'aise de bénéficier des mesures de conciliation prévues.

Ainsi, si les problèmes de perception et de compréhension des enjeux de conciliation de certains patrons sont bien réels, il y a aussi les propres craintes du travailleur qui entrent en jeu. « Je dois encore m'absenter, que va penser mon patron... ? ». Il est bien difficile pour certaines et certains de se détacher de la crainte du jugement des collègues et du patron.

Un bref retour sur la problématique des proches aidants...

Selon la professeure à la retraite de l'UQAM Nancy Guberman, il est plus facile de demander

lui-même son temps de travail. Ce mécanisme conduit à exclure des femmes des emplois à temps plein puisqu'elles sont plus souvent proches aidantes que les hommes.

L'employeur aurait tout intérêt à se montrer compréhensif avec un salarié en quête de temps pour prendre soin de ses parents malades, car cela crée une loyauté importante chez ces employés.

L'exemple pourrait être donné par le gouvernement provincial. Les horaires flexibles existent déjà, mais le télétravail est peu développé comparativement au reste du Canada et aux États-Unis. Une telle évolution correspond d'ailleurs aux



un congé pour s'occuper de ses enfants que pour soigner ses parents. Demander un congé pour prendre soin de son père ou de sa mère serait un des derniers tabous dans les organisations.

Et, selon Diane Gabrielle Tremblay, il n'y a pas actuellement au pays d'organisation proposant un soutien structuré aux employés aidants. On leur propose de prendre leurs congés de maladie et leurs vacances, parfois on facilite le travail à domicile. Les responsables de ressources humaines affirment qu'ils octroient une faveur à l'employé en s'occupant de ça.

De plus, la réaction de l'organisation aux demandes d'accommodement dépend de l'ancienneté du salarié, selon les chercheuses et les chercheurs. Si on connaît la personne depuis longtemps on fera le maximum pour l'aider, sinon on en fera un peu moins.

En fin de compte, l'employé diminuera de

souhaits des nouvelles générations de travailleuses et travailleurs, pour qui l'équilibre entre la vie familiale et le travail devient une priorité absolue. Dans un marché en pénurie de main d'oeuvre, c'est une option à ne pas négliger.

Pour une politique gouvernementale

Il reste encore beaucoup de chemin à faire pour concilier la vie professionnelle et la famille, et donc pour atteindre l'égalité des chances homme-femme. Le soutien institutionnel et organisationnel influe sur le taux d'activité des femmes, mais aussi sur la possibilité pour les hommes d'assumer véritablement leur rôle de père.

Il est regrettable qu'il n'y ait pas à ce jour de loi cadre entourant la conciliation famille-travail. Il est plus que nécessaire de remettre cette politique à l'ordre du jour et c'est ce que compte plaider l'Afeas sans relâche. ■



La collaboration.

À nos yeux, une véritable révolution dans le domaine médical.

Chez Janssen, nous cherchons des réponses aux questions les plus complexes que se pose la médecine. Nous croyons que la collaboration est une force. Il ne devrait y avoir aucune barrière dans la quête de traitements révolutionnaires.

La collaboration va au-delà des nouveaux traitements. De la découverte préliminaire à l'accès et à la distribution, nous choisissons des partenaires qui partagent nos aspirations : de meilleurs résultats pour nos patients.

Notre mission, c'est notre moteur. Nos patients, notre source d'inspiration. Nous œuvrons avec le monde pour le bien-être de tous.

www.janssen.ca



Janssen Inc.



Membre
19 Green Belt Drive
Toronto (Ontario)
M3C 1L9

vx150001F
© 2015 Janssen Inc.
www.janssen.ca

L'image présente des mannequins et est
utilisée à des fins d'illustration seulement.

L'éducation à la sexualité doit-elle se faire à l'école ou à la maison ?

Faire l'éducation à la sexualité de son enfant peut être une expérience particulièrement enrichissante pour certains parents, alors que pour d'autres cela comporte de nombreux défis.

Par Josée Rocheleau

Les parents et les élèves, les sondages le montrent, souhaitent massivement que l'école dispense une forme ou l'autre d'éducation à la sexualité. D'autres encore soutiennent que l'école ne devrait pas s'aventurer sur le terrain de l'éducation sexuelle, considérée être du ressort exclusif des parents.

Quoi enseigner ?

L'école doit-elle uniquement faire la promotion de la santé physique et apprendre ce que sont la puberté, les MTS, la contraception, la grossesse et ainsi de suite ? Certains parents préféreraient, comme aux États-Unis, l'abstinence sexuelle jusqu'au mariage. Cependant, c'est sous cette enseigne que les grossesses non désirées ou les grossesses chez les adolescentes atteignent le plus haut taux. Pour d'autres, il vaut mieux une solide et riche éducation à la sexualité qui commence jeune (entre 4 et 7 ans), comme aux Pays-Bas, où l'on enregistre le plus bas taux de grossesse d'adolescentes. Quel que soit notre point de vue, une question demeure. Qui enseigne quoi ?

Qui enseigne quoi ?

Et à qui de l'expliquer ? Si certains parents ne se sentent pas à l'aise d'aborder le sujet, qu'en est-il des professeures et professeurs ? Sont-ils plus en mesure de répondre aux questions des élèves quand leurs formations de base sont les mathématiques ou le français ? Devrait-on s'assurer qu'ils aient une formation en la matière ou engager des spécialistes ? Qu'en est-il du multiculturalisme, des différents points de vue de chaque croyance religieuse ? Est-ce que l'éducation sexuelle peut s'expliquer de façon « neutre » ? La sexualité fait partie du quotidien des adolescentes et des adolescents qui vivent des changements physiques et psychologiques ; peut-on vraiment éviter d'aborder ce sujet ? Que ce soit à l'école ou à la maison ?

Des réponses

Personnellement, je suis pour l'éducation sexuelle à la maison, et je suis aussi pour l'éducation sexuelle à l'école. On ne se cachera pas que les adolescentes et les adolescents en discutent entre eux, mais que les informations, les valeurs qui sont véhiculées ne sont pas toujours adéquates et que les questions demeurent.

Je suis donc disponible pour répondre à toutes les questions que mes enfants (des garçons) oseront me poser. Aussi, j'espère profondément qu'ils puissent trouver à l'école des personnes qui sauront être disponibles pour eux, pour les questions qu'ils n'oseront pas me poser (je suis leur mère après tout !). Cela peut être un professeur de français, d'anglais ou de musique avec qui mon enfant se sent suffisamment à l'aise pour aborder ces sujets ou une personne-ressource spécialisée en sexologie. Le plus important pour moi demeure que mes enfants aient de vraies réponses satisfaisantes.

Par contre, qu'advient-il des parents, des professeures et professeurs, qui sont mal à l'aise d'en discuter, des gens qui n'ont pas la réponses ?

Un document existe sur Internet et on peut le consulter en ligne ou le commander en format papier :

Entre les transformations, les frissons, les passions... et toutes les questions
Petit guide à l'usage des parents pour discuter de sexualité avec leur adolescent

On y trouve des références sous formes de brochures gratuites, de livres pour les parents, des livres pour les jeunes, des personnes et des organismes à contacter, des vidéos à voir, des sites Internet à consulter ainsi que des références bibliographiques. Les réponses s'adressent aux élèves de l'éducation préscolaire, de l'enseigne-

ment primaire et de l'enseignement secondaire. Que vous soyez à l'aise ou pas de discuter avec notre enfant de la sexualité, ce document saura vous donner les outils pour répondre à ses questions et/ou le diriger vers une ressource qui saura le faire.

En tous les cas, les réponses qu'il aura seront vraies et adaptées et non pas transmises par des rumeurs « facebookiennes » qui ne font que gâcher une étape si importante dans la vie de nos enfants. ■

<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2014/14-307-01W.pdf>

Troubles de l'image corporelle :

Mon corps, cet ennemi intime

Avec l'arrivée de l'été, c'est le retour de l'angoisse liée au port du maillot de bain pour bien des femmes. Avec les photographies retouchées dans les magazines, sans compter les stars aux corps de déesse qui retouchent leurs propres photos sur les réseaux sociaux pour se rapprocher encore davantage de la « perfection », il y a de quoi se sentir dépassée pour la femme moyenne qui a des mensurations normales !

Par Marilyse Hamelin

Marie-Claude Lortie de La Presse écrivait, 1^{er} avril dernier : « ...au pays, la taille moyenne d'une femme est de 1,62 m (5'3") pour 66 kg (146 livres). On est loin des brindilles qu'on nous impose partout : au cinéma, à la télé, dans les journaux et magazines... Vu autrement, on pourrait dire qu'une femme de taille moyenne est considérée comme ronde en raison de ces standards de beauté irréalistes et inatteignables. Et que dire des femmes qui, malgré un léger surpoids, sont actives et en santé ? Que leur renvoie comme image de soi les médias ? ».

Récemment, la chroniqueuse du magazine *Châtelaine*, Geneviève Pettersen, nous révélait ses propres contradictions en avouant ne pas toujours être en adéquation avec ce qu'elle prône : « Je me sens mal parce que je n'arrête pas d'écrire partout qu'on devrait cesser d'être obsédées par nos corps et que les imperfections ne devraient pas nous déranger. [...] Plus facile à dire qu'à faire. Et comme je suis une femme paradoxale, je dois vous faire une confession : hier, je me suis regardée dans le miroir et j'ai pleuré. J'ai pleuré parce que je me trouvais moche avec mes cernes et mes cheveux en bataille, parce que j'ai encore un ventre six semaines après mon accouchement [...] comment puis-je prôner une image corporelle saine et me laisser envahir par de telles pensées ? ».



À mon avis, la chroniqueuse n'est sûrement pas la seule femme déchirée entre le sentiment d'être inadéquate et le désir de s'accepter. Mais, il y a pire. Si cela est difficile pour une femme adulte, imaginez l'impact de la représentation des femmes dans les médias sur les très jeunes filles !

Comme de fait, au Québec, une fillette de 10 ans sur deux voudrait être plus mince, selon une étude d'Annie Aimé, professeure de psychologie à l'Université du Québec en Outaouais et spécialiste des problèmes liés au poids.

Ces chiffres sont alarmants. On est en droit de se demander : « quoi faire pour aider les jeunes filles ? ». C'est tout simple, il faut donner l'exemple ! L'impact de l'image véhiculée par la maman et les femmes adultes signifiantes est vital sur le développement d'une image corporelle saine et une estime de soi chez les jeunes filles.

Aider les parents pour aider les enfants

Pas facile toutefois de ne pas laisser entrevoir à son enfant qu'on se trouve grosse ou moche quand c'est ce que l'on ressent au plus profond de soi. Il y a tout un travail de réflexion à faire, tout comme du ménage dans notre tête. En tant qu'adultes, nous devons exercer notre sens critique, relativiser les images que nous envoient les médias et apprendre à s'accepter telles que nous sommes.

Comment ? Le mieux est de bouger. En effet, être active, faire du sport, se faire masser, tout cela aide à se sentir en paix, en harmonie avec notre corps.

De plus, les sources de valorisation pour une femme sont nombreuses et surtout pas limitées à son physique ! Ce que nous accomplissons, toutes nos petites et grandes réussites, nous font rayonner. Car, ne l'oublions pas, la beauté qui émane de nous provient surtout de la confiance en soi que l'on dégage.

Quand le problème est plus profond

Pour celles qui n'y arrivent tout simplement pas et qui en souffrent, d'autres avenues sont possibles, comme de consulter un psychologue. En s'appuyant sur les recherches récentes, les thérapies comportementales et cognitives, et en particulier la thérapie d'acceptation et d'engagement, peuvent nous aider à accepter notre apparence physique et à cesser de lutter contre nos complexes. ■

En complément, deux suggestions de sites internet à visiter sur le sujet :

Groupe Équilibre (image corporelle, santé et poids) - www.equilibre.ca

ANEB Québec (Anorexie et boulimie Québec) - www.anebquebec.com

Drame estival

Par Lise Thériault

Votre amie vous invite pour une fin de semaine à son chalet, une magnifique résidence située en bordure d'un lac limpide. L'invitation est trop belle, vous ne pouvez refuser. Tout à coup, votre excitation se transforme en angoisse : faudra se mettre en costume de bain !

Vous en avez un dans le fond d'un tiroir, quelque part. Démodé, bien sûr. Sans compter que, même si vous n'avez pas pris une once depuis vos 20 ans, il doit être trop petit. Le tissu des costumes de bain rétrécit au lavage, c'est bien connu.

Bon, pas le choix ! Vous devez vous astreindre à magasiner un maillot. Tâche pénible, habituellement vous mettez des semaines à vous en remettre. Mais, que voulez-vous, il faut bien que ça se fasse !

Ça fait trois semaines que vous n'avez pas mangé de dessert et vous n'avez pris qu'un verre de vin parce que la belle-sœur a tellement insisté. Vous devriez donc avoir réuni assez de conditions gagnantes pour passer au travers de cette corvée, sans trop de séquelles traumatisantes.

Alors, allons-y ! Direction centre d'achats. On commence par les grandes surfaces parce que les vendeuses sont moins présentes. On peut essayer autant qu'on veut, elles ne viennent pas nous demander si « ça va », elles n'insistent pas pour voir « comment ça fait ».

Évidemment, nous savons ce que nous voulons mais ce n'est pas nécessairement ce qui nous va. Et cette dichotomie fait mal. On a sillonné Internet pour voir les nouvelles tendances : push up, bandeau, licou, tankini, culotte bikini, jupe culotte, culotte garçonne ? Et quelqu'un peut-il nous expliquer pourquoi les costumes de bains doivent être fleuris ? Et les fleurs si grosses ?

Il faut choisir : camoufler ou assumer ?

Camoufler... !

C'est une opération à toutes fins utiles. Lorsqu'on a quelques pouces de tissu sur le corps, il semble très difficile de cacher vergetures, cellulite ou autres imperfections comme les... bourrelets. Oui, bien sûr, le petit panneau qui retient un

peu (si peu en fait) le ventre, ou la jupette qui ajoute un peu de tissu peuvent faire illusion mais non tromper l'œil vigilant de la voisine de plage, non plus que notre regard sévère sur notre reflet dans le miroir.

Il y a la couleur aussi. Les rondes se font conseiller de prendre des couleurs foncées « ça amincit ». Ce n'est pas qu'un costume de bain noir va nous amincir, c'est qu'il n'attirera pas les regards. Nuance.

...Ou assumer !

Consolons-nous ! Il semble que chaque femme trouve quelque chose dans son corps qu'elle n'aime pas. Même les vedettes les plus célèbres, les mannequins les plus riches, toutes voudraient, et certaines le font, changer quelque chose.

Pas besoin de passer par le bistouri. Choisissons le costume qui nous fait le plus plaisir.

Notre planche de salut viendra du cache-maillot. Vous savez, ce vêtement assorti au maillot, ample, qui arrive juste au-dessus du genou ou même, pour les plus timides, à la cheville ? Jamais nous n'allons avouer le porter pour camoufler. Non, nous le portons pour nous préserver du soleil trop fort, ou de la brise un peu fraîche. Et ce n'est certainement pas notre voisine en paréo qui va nous dénoncer... ■

La Beauce

À l'image de sa nature et de ses bâtisseuses, la Beauce est diversifiée, insoumise, façonnée par sa rivière Chaudière et sa vallée!

Par Lorraine Couture et Jocelyne Rancourt

L'équipe de l'Afeas régionale Québec-Chaudière-Appalaches, et ses 396 membres Afeas, sont heureuses de vous accueillir en Beauce, plus précisément à Ville Saint-Georges pour le 49^e congrès provincial.

Notre ville est située à 20 minutes au sud de la ville de Québec dans la région touristique de Chaudière-Appalaches, laquelle comprend dix municipalités régionales de comté. Un accueil chaleureux vous attend dans la MRC de Beauce-Sartigan où l'on retrouve seize municipalités locales avec une population de 52 344 authentiques Beauceronnes et Beaucerons.

Doris Lussier, avec son personnage du Père Gédéon, a su nous faire découvrir la vie de ces habitants et leur joie de vivre qu'il nommait amicalement les « Jarrets noirs ». Le festival de « Woodstock », le plus « Peace and Love » au

Québec, a su attirer des milliers de campeurs annuellement pour célébrer la musique de nombreux artistes. Ce spectacle en plein air reviendra en 2016 pour sa 21^e édition.

Différentes activités sont offertes aux visiteuses et visiteurs, sur différents thèmes. En voici quelques-uns :

- **Art et culture** — Internationale de sculpture de la mi-août à la mi-septembre.
- **Agrotourisme** — Les Roy de la pomme cidrière, Produits d'érable Cumberland.
- **Sports, plein air** — Domaine de la Seigneurie, Parc des Sept Chutes, Arboretum.
- **Patrimoine** — Église St-Paul-de-Cumberland, Jardin Harbottle, Église St-Georges.

Les 21, 22, 23 août prochains, seront des journées remplies de discussions, d'hommages,

de kiosques d'artisans, d'heureuses agapes à saveur locale, le tout agrémenté par le sourire et les petites attentions des bénévoles.

À vous d'y revenir encore et encore ! Comme on dit chez-nous: on est prêt pour recevoir la visite ! ■

Congrès provincial

C'est sous le thème « Place à l'audace » que se tiendra le 49^e congrès annuel de l'Afeas, les 21-22-23 août prochain. Deux femmes exceptionnelles ont accepté d'agir comme co-présidentes d'honneur de cet événement : Anne-Marie Rodrigue, de IGA Rodrigue et filles/IGA Familles Rodrigue et Groleau ; Marie-France Poulin, vice-présidente du Groupe Camada et de Kalia.



Originaire de Tring-Jonction, en Beauce, Marie-France Poulin a débuté sa carrière en 1985 dans l'entreprise familiale, la société Maax. Après la vente de la société Maax en 2004, Madame Poulin devient Vice-présidente de Groupe Camada, autre entreprise familiale, une société de capitaux privés spécialisée en investissements en entreprises et dans le secteur immobilier. Parallèlement à cela, en 2007, elle démarre conjointement avec deux mem-

bres de sa famille l'entreprise Kalia spécialisée dans la conception, la fabrication et la distribution de produits et d'accessoires de salle de bains et de cuisine haut-de-gamme. Mère de trois enfants, Madame Poulin est aussi impliquée dans sa communauté. Elle a été membre de plusieurs campagnes de levées de fonds au profit d'organismes communautaires, conférencière invitée à plusieurs occasions et membre de plusieurs conseils d'administration.



Co-propriétaire IGA RODRIGUE ET FILLES/ IGA FAMILLES RODRIGUE ET GROLEAU.

Originaire de Saint-Georges-de-Beauce, Anne-Marie Rodrigue est bachelière en relations industrielles de l'Université Laval. Il y a 10 ans, avec sa sœur Manon, elles ont déménagé l'entreprise familiale Supermarché Roger Rodrigue pour rouvrir un magasin trois fois plus spacieux (33 000 pieds carrés) à quelques coins de rue. Puis, en

2013, Mme Rodrigue et son associé, M. Groleau, ont ouvert un second supermarché, le IGA Familles Rodrigue et Groleau, toujours à St-Georges-de-Beauce. Au total, Anne-Marie Rodrigue dirige 220 employés. Elle s'implique dans sa communauté et a notamment participé au défi des têtes rasées de Leucan, en 2013. ■



Cette rubrique entend vous suggérer des choses à voir ou à faire, réfléchir avec vous... ou vous faire sourire !

Par Lise Thériault

Votre revue sur internet

Plusieurs d'entre vous s'en sont offusquées : certaines membres n'ont pas d'ordinateur. Elles ne sont pas concernées par toutes ces technologies qui nous assaillent de toutes parts. Hélas ! On aura beau haïr l'ordinateur, il ne va pas disparaître.

L'initiation à l'ordinateur se fait souvent par le courriel, ou Facebook, ou Word, toutes ces fonctions rébarbatives pour celles qui, en partant, ne voient pas l'utilité d'apprendre tout ça. Il serait peut-être plus rassembleur de commencer par Skype. Plutôt que de se contenter de parler avec le petit-fils qui est à l'autre bout du monde, on peut aussi le voir. Quelle grand-mère peut résister à ce plaisir ?

Donc, chaque membre Afeas qui possède une tablette ou un ordinateur portable pourrait organiser des sessions d'initiation à l'ordinateur en choisissant des fonctions ludiques susceptibles de faire tomber la résistance des femmes qui se disent « pas intéressées ».

Votre revue devrait faire partie de ces sessions d'initiation. Vous le savez, l'Afeas, comme d'autres associations, doit gérer ses finances de façon responsable. C'est pourquoi la revue d'été est présentée sur le site Internet Afeas plutôt que d'être acheminée par la poste traditionnelle.

Ceci nous permet d'économiser 13 000 \$ en frais postaux et frais d'impression. Cette économie permet de garder, du moins pour le moment, les frais d'adhésion à 35 \$ par année.

Chaque nouvelle façon de faire une chose amène un inconfort. Personne n'est obligé d'aimer l'ordinateur. Mais comme cette technologie est là pour rester, autant tenter de la maîtriser et d'en garder le contrôle, plutôt que d'en être la victime...



Parlant de la revue

À chaque parution de votre revue, quelques personnes se plaignent de ne pas la recevoir. L'imprimeur et Postes Canada sont responsables de l'envoi de la revue. Il faut évidemment que les renseignements fournis par l'Afeas soient exacts.

Vérifications faites, la liste des membres est mise à jour au fur et à mesure que les Afeas locales donnent les changements.

Donc, si vous ne recevez pas votre revue, téléphonez au bureau au 514-251-1636 et parlez avec Ginette Hébert. Si vous préférez, vous pouvez la joindre à hebert@afeas.qc.ca. Ginette se fera un plaisir de faire les vérifications nécessaires et de s'assurer que vous recevrez les numéros de votre revue Femmes d'ici produits sur papier, en temps et lieu.



Rédactrices recherchées

Le Comité de la revue vous invite à faire connaître votre intérêt pour écrire des articles dans la revue Femmes d'ici. Pour chaque parution, le comité analyse les sujets qui seront traités et choisit quelle personne serait apte à rédiger tel ou tel article.

Nous croyons qu'il est important d'avoir une banque de rédactrices, ce qui permet d'avoir différents points de vue et divers styles d'écriture, enrichissant ainsi la revue.

Vous n'avez jamais fait ça ? Alors, c'est peut-être le temps de commencer. Faites-nous connaître votre intérêt en envoyant un petit mot à Lise Gratton, à gratton@afeas.qc.ca. Si vous n'avez pas d'ordinateur, le téléphone ou Postes Canada fonctionnent toujours !

Faire une liste

La majorité d'entre nous faisons une liste pour l'épicerie, ou pour les tâches à accomplir. Pourquoi ne pas faire une liste de nos capacités ? Certaines fois, nous avons le réflexe de refuser un nouveau défi par timidité. En faisant l'inventaire de nos capacités, nous trouverons des talents inexploités ! Par exemple, vous ne faites pas partie d'une chorale, mais, par contre, vous savez que vous chantez juste et, qui plus est, vous aimez ça. Pourquoi ne pas vous lancer ? ■



Combattre et guérir le cancer !

Par Lise Girard



La Société canadienne du cancer publiait récemment ses statistiques cancer 2015. Au cours des 15 prochaines années, elle anticipe une augmentation de 35 % des cas de cancer. Alarmiste ? Probablement pas. De nos jours, même sans statistiques, ne sommes-nous pas en mesure de constater cette croissance des cas de cancer ? Combien de personnes parmi nos connaissances en ont été atteintes ? Combien d'entre nous ont reçu un diagnostic de cancer ?

Depuis quelques mois, l'Afeas s'intéresse plus particulièrement aux cancers féminins : cancers du sein, des ovaires, de l'utérus. Elle travaille en étroite collaboration avec la Coalition priorité cancer qui réclame une politique nationale de prévention qui touche à la fois les saines habitudes de vie, de même que les risques environnementaux et professionnels reliés au cancer. De son côté, l'Afeas mobilise son réseau pour un accès équitable aux nouveaux traitements pour le cancer.

Dans le dernier numéro Femmes d'ici (numéro printemps), nous vous présentions le cas de Marie-Ève (cas réel, nom fictif) atteinte d'un cancer du sein et qui, faute de ressources financières, n'avait pas accès à un nouveau traitement efficace (Perjeta), parce que non remboursé par la Régie d'assurance maladie du Québec. Eh bien, une déception de plus pour Marie-Ève !

En effet, au début de juin, une nouvelle liste de médicaments remboursés par la Régie de l'assurance maladie du Québec était publiée.

Malheureusement, le Perjeta n'apparaît toujours pas sur cette liste. Augmentation du stress et de l'angoisse chez Marie-Ève. Ces mois peuvent faire la différence dans sa survie et elle n'a toujours pas l'argent nécessaire pour payer ce traitement. Même si déjà neuf provinces canadiennes remboursent ce nouveau traitement jugé efficace, le Québec se laisse encore tirer l'oreille. Marie-Ève continue à côtoyer d'autres femmes qui bénéficient avec succès de ce nouveau traitement parce qu'elles ont des assurances privées ou les moyens financiers de l'assumer... mais pas elle !

La présidente de la Coalition Priorité Cancer au Québec, Nathalie Rodrigue, réagit : « Pour le bien-être des patients, il est essentiel de rendre rapidement accessibles les meilleurs médicaments contre le cancer. Le Québec a pris du retard par rapport à toutes les autres provinces canadiennes pour le remboursement des médicaments contre le cancer ; cela est discriminatoire pour les patients québécois ».

La Coalition a accueilli favorablement la loi 28 qui permet dorénavant au ministre de la Santé et des Services sociaux, le Dr Gaétan Barrette, de négocier des ententes pour l'inscription de nouveaux médicaments, lesquelles pourraient générer des économies sur les coûts des médicaments. La présidente de la Coalition rappelle que le Premier ministre Philippe Couillard a fait part de son intention que le Québec participe à l'Alliance pancanadienne pharmaceutique, regroupant les autres provinces canadiennes, pour l'achat de médicaments. ■



En mai, l'Afeas, dans le cadre de sa mobilisation pour un accès équitable aux nouveaux traitements pour le cancer, rencontrait Élisabeth et son conjoint. Tout comme Marie-Ève, Élisabeth est atteinte d'un cancer du sein. Elle et son conjoint ont mis en ligne une pétition pour faire approuver le remboursement par la RAMQ du médicament Perjeta qui est couvert dans maintenant 9 provinces, mais pas au Québec. Pour signer la pétition, taper les mots suivants dans le moteur de recherche Google : « Ajout perjeta Elisabeth D ». Le premier lien qui apparaît vous amène sur la page de cette pétition. ■

Les cancers féminins ! Le saviez-vous... ?

	Diagnostic	Traitements possibles	Nouveaux cas au Canada (2014)	Probabilité d'être atteinte	Probabilité d'enmourir	Taux de survie à 5 ans
Cancer de l'ovaire Le cancer de l'ovaire, bien qu'il croisse rapidement, cause rarement de la douleur ou d'autres symptômes. Très difficile à détecter. Il se propage facilement parce que les cellules cancéreuses qui se détachent de l'ovaire ou de la trompe ont directement accès à la cavité abdominale.	Les examens des ovaires, de la région pelvienne, du sang et du tissu ovarien sont utilisés pour détecter et diagnostiquer les tumeurs de l'ovaire.	Chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie	1 750	1 sur 72	1 sur 92	45 %
Cancer de l'utérus Le cancer de l'utérus se développe presque toujours à partir de lésions dites précancéreuses causées par des virus comme celui du papillome humain (VPH). Avec un dépistage régulier, ces cancers peuvent être évités.	Test PAP (prélèvement de cellules), examen du col, examen pelvien, échographie, biopsie.	Chirurgie, chimiothérapie, radiothérapie, thérapie hormonale, chirurgie, curetage...	Col utérus : 1 450 Corps utérus : 6 000	Col utérus : 1 sur 149 Corps utérus : 1 sur 38	Col utérus : 1 sur 478 Corps utérus : 1 sur 166	Col utérus : 74 % Corps utérus : 85 %
Cancer du sein 90 % des cancers du sein sont des adénocarcinomes (carcinomes canaux) provenant des cellules des canaux galactophores. Il y a environ 30 différents sous-types d'adénocarcinomes canaux. Il existe aussi d'autres types moins courants de cancer du sein.	Mammographie, biopsie, analyses hormonales, imagerie par résonance magnétique (IRM)	Radiothérapie, chirurgie, chimiothérapie, hormonothérapie, thérapie ciblée	24 600	1 sur 9	1 sur 30	88 %

Source : Société de recherche sur le cancer, www.societederecherchesurlecancer.ca

Vague orange et... féminine

Le 5 mai dernier, madame Rachel Notley est devenue la deuxième femme à être élue au titre de première ministre albertaine. Elle devenait la troisième femme à la tête d'une province canadienne, après mesdames Christy Clark de la Colombie Britannique et Kathleen Wynne de l'Ontario.

Avocate de 51 ans, mariée et mère de deux enfants, Rachel Notley a été initiée à la politique par son père, Grant Notley, qui a dirigé le Nouveau Parti Démocratique (NPD) de l'Alberta durant de nombreuses années.

Cette victoire du NPD a été soulignée et qualifiée de « vague orange », orange étant la couleur représentative du NPD. En effet, le 4 mai, le NPD avait quatre députés et le 5 mai, il en avait 53. Résultats semblables à la dernière élection pancanadienne qui a mené le NPD à former l'opposition officielle à Ottawa.

Cette victoire est aussi une « vague féminine ». Vingt-cinq membres du caucus sur cinquante-trois sont des femmes. Cette presque parité en fait le caucus comprenant le plus grand nombre de femmes de tous les caucuses canadiens.

Cette information a été très peu véhiculée, la presse préférant focaliser sur le fait que la majorité des élues et des élus n'ont pas d'expérience politique. Il est vrai qu'il n'y a pas de formation spécifique pour devenir députée ou député. Mais, dans toutes les sphères de l'activité humaine, il y a une première fois. Et ce n'est pas comme si toutes les politiciennes et tous les politiciens expérimentés donnaient satisfaction.

Madame Notley est maintenant à la tête de la province canadienne classée comme troisième réserve mondiale de pétrole. Elle aura fort à faire pour concilier les intérêts économiques et écologiques de sa province. Pour cela, elle sera appuyée par un caucus formé de presque autant de femmes que d'hommes, de personnes de tous âges, apportant avec elles une variété d'expériences professionnelles.

L'avenir nous dira si cette formule composée d'éléments si diversifiés est la bonne. ■

Activités femmes d'ici 2015-2016



Mères porteuses

Volet 1: Avant que la technique s'en mêle !

Volet 2: Méthodes pour fabriquer un bébé.

Volet 3: Porter un enfant pour une autre.

Projet rassembleur 2015-2016

Fruits et légumes moches, gaspillage.



Opération Tendre la Main 2015

Le ruban blanc contre la violence !

16^e Journée nationale du travail invisible *5 avril 2016*

Concours Super-Maman, Super-Mamie



Journée internationale des droits des femmes *8 mars 2016*



Katy St-Cyr, une membre Afeas, devenue maire de la municipalité de Wotton

Par Pierrette Poirier

Katy a joint les rangs de l'Afeas en 2006. Elle participe aux réunions et aux activités du groupe mais ce qui l'intéresse par-dessus tout, ce sont les sujets d'étude. Comme membre du comité d'étude-action, elle offre certaines formations. Ainsi, en 2009, elle prend connaissance du dossier « Vivre et grandir à travers ses émotions ». À partir de ce sujet, elle fait un témoignage qu'elle intitule « Au cœur de ma vie » pour nous faire part des changements survenus dans sa vie.

En 2012, elle joint le groupe *Femmes et politique municipale de l'Estrie* et y reçoit une formation sur la vie municipale. Ensuite, elle devient administratrice du groupe *Ma place en politique*. En 2013, le projet rassembleur de l'Afeas est *Mon réseau, mon influence, ma force*. Comme Katy a déjà manifesté son intention de se présenter à la mairie, l'Afeas de Wotton l'invite à expliquer son projet. Voici en quels termes elle se présente : « Je veux apporter du dynamisme à ma municipalité, lui donner un nouveau souffle, être la porte-parole officielle de la municipalité, rétablir les communications

entre les organismes et la municipalité et créer une équipe de travail solide avec les autres élus et la directrice générale ».

Lors d'une soirée publique où les candidates et candidats devaient se présenter, elle s'est démarquée par son dynamisme et sa connaissance des dossiers. Elle a conquis son auditoire et a été élue avec 430 voix contre 306 pour le maire sortant. Notons que tous les postes ont été comblés par de nouvelles personnes donc, une administration complètement renouvelée : quatre conseillères, deux conseillers et une mairesse. Madame St-Cyr est la première femme élue à cette fonction depuis la fondation de la municipalité de Wotton, en 1849. À la MRC des Sources, elle est présentement la seule femme parmi les sept maires.

Diplômée en administration des affaires et mère de quatre enfants âgés de 11 à 20 ans, Katy occupait jusqu'à tout récemment un poste de gestion en ressources humaines à la Résidence CHSLD Wales de Richmond. Ne pouvant concilier les deux tâches, elle a modifié son travail



pour occuper un travail à temps partiel et mieux remplir ses fonctions à la mairie. Depuis le début de son mandat, Katy est présente aux activités des organismes et de l'école. On la retrouve aussi présidente d'honneur du *Défi Têtes rasées* de la MRC des Sources.

Suite aux séances du conseil municipal, elle se rend à la radio CJAN pour faire un rapport des principaux points abordés à la réunion. Elle écrit une chronique dans le bulletin municipal. Elle a également une page Facebook, en plus de se rendre disponible le samedi matin pour rencontrer les citoyennes et les citoyens.

Pour mieux connaître les besoins de la population, elle et quelques autres candidats avaient promis de tenir un forum municipal, une promesse qui s'est réalisée dès le printemps 2014.

De plus, à la séance du conseil d'octobre, suite à des cas d'intimidation envers les élus et élus, le conseil a adopté une politique de *Tolérance Zéro* à l'égard de toutes les situations d'agressivité, d'intimidation et de menace accompagnée de trois mesures d'intervention, le cas échéant.

Pour se tenir en forme et prendre soin de sa santé, Katy pratique la marche et la course et se joint à des groupes de Bootcamp (cours à obstacles).

Notre mairesse, fière membre Afeas, se décrit comme une femme de défis qui aime être au service de sa population et, par-dessus tout, une passionnée des gens et de leur devenir ! ■



Hélène Pichette : journaliste pionnière



Qu'est-ce qui prédestinait cette sherbrookoise à devenir journaliste ?

Rien, si ce n'est son immense curiosité, son plaisir d'apprendre, son intérêt pour la justice et l'avancement social... et un « pur hasard » !

Par Hélène Cornellier

Aînée d'une famille de six enfants, Hélène Pichette fait ses études à Sherbrooke, sa ville natale. Pour ses parents, les filles et les garçons devaient étudier, ils ne privilégient pas un sexe contre l'autre en ce domaine. Son père, catholique, syndicaliste et fêru de justice sociale ; sa mère, catholique, femme à la maison et indépendante d'esprit. Elle-même, devenue mère, doit concilier famille et travail, faisant des choix en fonction d'un équilibre entre les deux. Maintenant grand-mère, elle profite de son nouveau rôle avec grand plaisir.

Du primaire, elle passe au cours classique à l'Université de Sherbrooke (1967-1970) au moment où les cégeps ouvrent leurs portes. Après des essais d'études en théâtre et en littérature, elle décide de partir vers la Californie, en passant par Toronto.

Une fois-là, un remplacement de deux semaines à la radio francophone de Radio-Canada s'offre à elle. « C'est un pur hasard ! J'avais du culot. (...) Quand je suis tombée dedans, c'est un monde qui s'est ouvert ! ». Puis un poste

s'ouvre à la salle des nouvelles et, malgré son jeune âge, elle l'obtient. « J'apprenais tout le temps. On était une petite équipe, 2 ou 3 avec le patron ». C'est le coup de cœur professionnel : le journalisme, l'actualité, les dossiers sociaux, politiques et économiques, tout la passionne. Là débute son métier pour les 40 années à venir.

De journaliste chercheuse... cadre

De 1972 à 2013, tout au long de sa carrière de journaliste comme chercheuse, grand reporter et cadre, Hélène Pichette saisit les opportunités et alterne travail, voyage et famille.

Au départ, elle travaille à Radio-Canada (radio/télévision, Toronto/Montréal) ; puis part visiter l'Angleterre, la France, l'Algérie, le Kenya et l'Amérique du Sud. De retour, elle s'installe en Estrie où naissent ses deux enfants. Au cours de cette période (1980-1984), elle agit comme chercheuse pour l'émission de télévision de Winston McQuade à Montréal (Radio-Canada), puis pour les nouvelles à Sherbrooke (Télé 7, Radio Québec), comme co-rédactrice de la publication *Depuis que le monde... est monde*



Photo : Jorge Martinho, 2015.

de Naissance-Renaissance et pigiste pour une maison d'édition. De retour à Montréal, elle travaille à *Nord-Sud* à Télé Québec (1984), puis au *Point* à Radio-Canada (1985-1988).

En 1988-1989, gagnante de la Bourse Southam (Université de Toronto), Hélène Pichette approfondit son intérêt pour les questions liées à l'économie internationale et aux relations entre le Canada et le Tiers-Monde. Période extraordinaire vécue comme un ressourcement : « On avait des discussions fascinantes parce qu'on était en 1988, donc en plein débat sur le libre-échange, poursuit Hélène Pichette. (...) Quand je suis revenue, j'étais bourrée d'idées et d'énergie ». (FPJQ, Vol. 23, no 1, déc.-janv 1999)

Par la suite (1989-2013), elle occupe des postes de cadre à TVA (Montréal et Québec) et à Radio-Canada (Montréal). Elle agit tour à tour comme gestionnaire en information, chef des nouvelles et productrice, directrice de l'information et rédactrice en chef, chef de pupitre, affectatrice nationale aux nouvelles radio. Entre 1996 à 2001, Hélène Pichette revient au journalisme d'enquête pour les émissions *Le Point*

et *Zone libre* (Radio-Canada). De plus, elle assume la présidence de la Fédération professionnelle des journalistes du Québec (1999-2001), « poste qui se révèle plus exigeant que je ne m'y attendais, nous dit-elle, car la FPJQ commençait à se positionner de plus en plus sur divers sujets ».

Une nouvelle vie : documentariste

Son immense curiosité, ses expériences de travail, tant aux nouvelles qu'en reportage, l'amènent à vouloir fouiller ses sujets pour en comprendre les différentes facettes. Le documentaire devient la réponse à ces besoins.

Hélène Pichette développe son expérience à partir de 2001, comme documentariste autonome et dans le cadre des émissions *Le Point* et *Zone libre*. Ses sujets sont variés : « Que se passe-t-il avec nos garçons ? » sur les garçons à l'école, « Bienvenue en enfer » sur les services d'injections supervisés, « Les nouveaux conquistadors » sur les compagnies minières canadiennes à l'étranger. L'un d'eux, « Troc Made in Québec » sur les négociations entourant la réouverture de l'usine de camions Kenworth à Ste-Thérèse, reçoit plusieurs prix au Québec, aux États-Unis et en France.

Actuellement, elle travaille sur un documentaire portant sur la politique étrangère du Canada que nous pourrions voir à Radio-Canada en 2016.

Ce qu'elle nous en dit...

Au cours de cette entrevue sur son parcours professionnel, Hélène Pichette aborde plusieurs sujets connexes.

Le journalisme aujourd'hui – Depuis quelques années, il y a eu de grands changements, moins d'argent, différentes habitudes d'écoute des auditeurs... Maintenant un même journaliste en reportage prépare les nouvelles à la radio, à la télévision et des reportages pour les affaires publiques. Maintenant la même personne est en ondes à différents moments de la journée et de la soirée. Maintenant il n'y plus de reportages au téléjournal, ce sont de courtes entrevues et des échanges entre journalistes. « Pour moi c'est une grande perte. (...) Je me suis recyclée dans le documentaire. C'est un nouveau métier, je

travaille comme réalisatrice. Je continue à apprendre comme j'ai toujours aimé (...) ».

Un milieu d'hommes – Quand Hélène Pichette a commencé dans ce métier, elles sont trois ou quatre femmes seulement. Les journalistes et les cadres sont des hommes. Les femmes, elles, sont très nombreuses comme chercheuses. Maintenant, c'est assez égal pour les journalistes et plusieurs femmes ont des postes de cadre.

La conciliation famille-travail – Si une femme veut des enfants, le métier de journaliste et de grand reporter n'est pas facile. Elle doit pouvoir se déplacer si elle souhaite faire des reportages ou obtenir un poste de correspondante à l'étranger. Mère monoparentale, Hélène Pichette choisit durant des années de travailler comme journaliste chercheuse pour avoir des horaires réguliers s'harmonisant avec ceux des enfants. Lorsqu'elle gagne la Bourse Southam (Toronto), le père prend la relève au quotidien et elle revient à Montréal toutes les deux fins de semaine. Plus tard, lors de son passage au *Point* et à *Zone libre*, ses enfants sont en âge de rester seuls lorsqu'elle part en reportage. Maintenant grand-mère, la conciliation famille-travail n'est plus un problème pour elle, c'est au tour de ses enfants de jongler avec cela.

Le salaire des femmes – Dans les salles de nouvelles, les conventions collectives régissent les salaires; il y a donc égalité à cet égard entre les femmes et les hommes. Du côté des animateurs, ceux-ci reçoivent des rémunérations supplémentaires, surtout les grandes vedettes. Par ailleurs, quand on est à contrat pour des émissions comme *Le Point*, il faut négocier soi-même ce qui n'est pas évident pour beaucoup de femmes. Là, il y a beaucoup de différences. « Qu'est-ce que Patrice Roy gagne ? Qu'est-ce Céline Galipeau gagne ? J'aimerais le savoir ».

En conclusion, au cours de ses 40 ans de journalisme, Hélène Pichette nous livre ce qu'elle a le plus aimé : « Être payée pour apprendre, c'est un privilège. Dans la pratique, c'est le grand reportage. Apporter une contribution importante à la société. Amener une information sur la place publique, après les gens peuvent juger ». ■

Gagnante tirage

Le 5 juin, deux membres du Conseil d'administration provincial, Christiane Denis et Sylvie Caisse, procédaient aux deux premiers tirages des prix offerts dans le cadre de l'activité de financement 2015 pour les trois paliers de l'Afeas.

Les gagnantes :

- 1 000 \$ en argent : Maria Dégare de Cacouna avec le billet portant le numéro 4514 ;
- Caméra numérique : groupe de Céline Dallaire de Jonquière avec le billet numéro 1218.

Les plus gros prix sont à venir! Profitons de l'été pour poursuivre la vente des billets. Prochains tirages en août :

Tirage #3	10 000 \$ en argent	Tirage #8	tablette numérique 7" (valeur 250 \$)
Tirage #4	2 000 \$ en argent	Tirage #9	tablette numérique 8" (valeur 400 \$)
Tirage #5	500 \$ en argent	Tirage #10	tablette numérique (type Asus) (valeur 600 \$)
Tirage #6	500 \$ en argent	Tirage #11	ordinateur portable (valeur 900 \$)
Tirage #7	tablette numérique 7" (valeur 250 \$)	Tirage #12	appareil photo numérique (valeur 300 \$)



Christiane Denis et Sylvie Caisse.

Forum des partenaires pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées

La présidente de l'Afeas, Paula Provencher, participera à ce 4^{ème} forum, le 17 juin, à Québec. Le sous-ministre adjoint aux Aînés, Christian Barrette, y fera le bilan de la cinquième année de mise en œuvre du Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées. Suivra une présentation d'un projet pilote visant à protéger et aider les personnes âgées victimes de maltraitance du Centre intégré universitaire de santé et des services sociaux de Trois-Rivières. La journée se terminera avec une conférence intitulée « Lutter contre la maltraitance envers les personnes âgées et promouvoir la bientraitance : qu'est-ce que la recherche nous indique ? ».

Nouvelle directrice générale

Le siège social de l'Afeas vient tout juste d'embaucher une directrice générale. Madame Sylvie Gamache entrera en fonction au début de juillet. Issue du milieu communautaire, Madame Gamache possède une solide expérience. En une vingtaine d'années, elle a géré et mis en opération une cinquantaine de projets dans différents domaines : événements spéciaux formation, communication, comité, levée de fonds... Vous pourrez la rencontrer lors du prochain congrès Afeas, en août.

Céline Duval reçoit la médaille du lieutenant-gouverneur

Le 9 mai dernier, l'ex-présidente provinciale de l'Afeas, Céline Duval, recevait la médaille du Lieutenant-gouverneur en reconnaissance de son engagement social et communautaire en faveur de l'égalité entre les femmes et les hommes. Mme Duval s'implique au sein de l'Afeas depuis quatre décennies.

Élue présidente de l'Afeas régionale Richelieu-Yamaska en 2005, puis conseillère provinciale en 2006, Mme Duval a ensuite occupé le poste de présidente provinciale de 2010 à 2014. On a pu la voir en Commissions parlementaires défendre les positions de l'Afeas, notamment sur le droit de mourir dans la dignité, l'égalité entre les femmes et les hommes, la laïcité et la prostitution.

Mme Duval a par ailleurs piloté une tournée du Québec de 63 ateliers qui a rejoint 1400 personnes afin de dégager des recommandations pour que l'égalité de droit entre les femmes et les hommes devienne une égalité de fait au Québec.

Depuis août 2014, elle préside la destinée de la nouvelle Afeas de Granby, née de la fusion des quatre anciennes Afeas. Elle donne à l'Afeas de Granby une grande visibilité tant par l'organisation d'activités, par les entrevues qu'elle donne que par sa participation à la Table des aînés, où ses idées font du chemin.

Toutes nos félicitations à cette membre émérite de l'Afeas! ■



L'honorable Pierre Duchesne remettant la médaille à Céline Duval.

Les Cercles de Fermières



Le 11 juillet, la présidente de l'Afeas, Paula Provencher, participera au banquet du 100^e anniversaire des Cercles de Fermières du Québec. L'association regroupe des milliers de Québécoises qui travaillent à la promotion et à la protection du patrimoine culturel et artisanal. Bon anniversaire... 100 ans, ça se fête !

Tirages au profit des Afeas locales, régionales et provinciale

17 000\$ en prix

8 500 billets à 20\$ • 14 000\$ en argent et 3 000\$ en prix

5 prix en argent:

10 000\$ • 2 000\$ • 1 000\$ • 2X 500\$

7 prix en biens:



1 ordinateur portable



1 tablette numérique hybride Android



2 tablettes numériques



1 caméra numérique



1 tablette numérique

Tirages # 1 et # 2 – 5 juin 2015

- 1 000\$ en argent
- une caméra numérique

Tirages # 3 à # 12 – 22 août 2015

10 000\$ • 2 000\$ • 2X 500\$ en argent

- un ordinateurs portable (900\$)
- deux tablettes numériques (250\$ ch.)
- une tablette numérique hybride Android (type Asus 600\$)
- une tablette numérique (400\$)
- une caméra numérique (300\$)

Partage du prix du billet (20 \$):

- Frais fixes (licence, prix remis...) et d'administration : 6 \$
- Profit Afeas locales : 4 \$
- Profit Afeas régionales : 7 \$
- Profit Afeas provinciale : 3 \$
- Profits générés par le tirage 2014 : 107 573 \$ partagés entre les 246 Afeas locales, les 11 Afeas régionales et l'Afeas provinciale.

RACJ : 420047-1

LE CONCOURS EST DE RETOUR !

Comme vous avez été nombreuses à participer au concours de votre revue l'an dernier, nous le remettons sur pied.

Voici ce qu'il faut faire : vous lisez attentivement la revue, vous y dénêchez la réponse à la question qui se trouve plus bas et vous nous la faites parvenir avec vos coordonnées complètes, soit par courriel à gratton@afeas.qc.ca, ou par courrier au 5999, de Marseille Montréal H1N 1K6.

Lors du congrès 2015, nous procéderons au tirage de quatre gagnantes parmi les bonnes réponses reçues au cours de l'année.

Les prix sont : une tablette de lecture numérique et trois certificats-cadeaux de 25 \$ chacun.

Bonne chance.

Il manque un mot !

Trouvez-le et participez au concours.

Le m _ _ _ _ _ maillot de bain !



La revue Femmes d'ici est publiée par l'Afeas
5999, rue de Marseille
Montréal (Québec)
H1N 1K6

(514) 251-1636 (téléphone)
(514) 251-9023 (télécopieur)

info@afeas.qc.ca (courriel)
www.afeas.qc.ca (site internet).

Abonnement un an :
18 \$ (TPS et TVQ incluses).

Rédactrice en chef

Lise Thériault

Rédactrices adjointes

Paula Provencher
Nicole Drolet
Marilyse Hamelin

Couvertures / Infographie Daniel Lefresne
Montage / Infographie Daniel Lefresne
Service des abonnements / Ginette Hébert
Coordination / Lise Gratton

La reproduction des articles est autorisée
en mentionnant la source.

Les articles n'engagent que la responsabilité
de leurs auteurs.

Envoi de publication
N° de convention : 40012171

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Québec 2015
Bibliothèque nationale du Canada 2015
ISBN 0705-3851

Impression : Atelier québécois
Parution : été 2015

Revue imprimée sur papier recyclé

Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

Lise Bélanger
49, St-Jean-Baptiste ouest
Rimouski G5L 4J2
418-723-7116
bas-st-laurent-gaspesie@afeas.qc.ca

Centre du Québec

Raymonde Côté
405, St-Jean
Drummondville J2B 5L7
819-474-6575
centre-du-quebec@afeas.qc.ca

Estrie

Francine Roy
5182, boul. Bourque
Sherbrooke J1N 1H4
819-864-4186
estrie@afeas.qc.ca

Hautes-Rivières

Nicole Dumont
78, chemin de la Ferme
Messines J0X 2J0
819-465-1439
hautes-rivieres@afeas.qc.ca

Lanaudière

Manon Durand
412-1, 1^e Avenue
Crabtree J0K 1B0
450-754-1119
lanaudiere@afeas.qc.ca

Mauricie

Lise Descôteaux
100, rue Chapleau
Trois-Rivières G8W 1G1
819-694-9555
mauricie@afeas.qc.ca

Montréal-Laurentides-Outaouais

Josée Boily
1241, 15^e Avenue
Pointe-aux-Trembles H1B 3R6
438-383-1960
montreal-laurentides-outaouais@afeas.qc.ca

Québec-Chaudière-Appalaches

Gisèle Boudreau
553, route du Petit Cap
Cap St-Ignace GOR 1H0
418-246-5535
quebec-chaudiere-appalaches@afeas.qc.ca

Richelieu-Yamaska

Thérèse Gagnon
650, Girouard est
St-Hyacinthe J2S 2Y2
450-773-7011
richelieu-yamaska@afeas.qc.ca

Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau

France Morissette
208, Dequen
St-Gédéon GOW 2P0
418-345-8324
saguenay-lsj-chib@afeas.qc.ca

Saint-Jean-Longueuil-Valleyfield

Christiane Denis
975, Meunier
St-Jean-sur-Richelieu J3A 1E1
450-895-3430
st-jean-longueuil-valleyfield@afeas.qc.ca

Pour retour à l'expéditeur :

Siège social de l'Afeas

5999, rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6