

FEMMES *d'ici*

REVUE DE L'ASSOCIATION FÉMINISTE
D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE

À la une

LES MARIAGES FORCÉS OU ARRANGÉS

Dans ce numéro

- L'AVENIR
DU PAPIER
- LA MODE
ÉCORESPONSABLE
- LA RÉSILIENCE



Afeas

ASSOCIATION FÉMINISTE
D'ÉDUCATION ET
D'ACTION SOCIALE

- 02** Mobilisons-nous
Marianne Pertuiset-Ferland
- 03** Opinion
Suzanne Lefrançois
- 04** Les mariages forcés ou arrangés
Lise Courteau
- 06** L'avenir du papier
Doris Milot
- 07** Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux ?
Monique Côté
- 08** Le secret de la résilience
Joëlle Cardonne
- 10** Mode écoresponsable
Amandine Gournay
- 12** Bénévoles en action
Emmanuelle Botton
- 13** Portrait de femme
Joëlle Cardonne
- 14** Apprendre pour agir
Julie Boyer
- 15** Nouvelles de l'Association
Pierrette Marcotte
- 16** Coups de cœur
Lise Courteau
- 17** Nouvelles des régions
Pierrette Marcotte
- 18** Concours provinciaux
Marianne Pertuiset-Ferland
- 19** Coupon de renouvellement



LE TRAVAIL INVISIBLE, ÇA COMPTE PLUS QUE JAMAIS!

Par Marianne Pertuiset-Ferland,
agente de mobilisation provinciale

Il est vrai que le travail invisible comptait beaucoup dans le passé, mais il compte encore toujours autant aujourd'hui!

La valorisation du travail invisible est le cheval de bataille de l'Afeas depuis sa fondation, et comme toutes les luttes pour le changement et la justice sociale, les résultats et les victoires n'arrivent pas du jour au lendemain. C'est seulement en persévérant et en augmentant l'adhésion à notre cause que nous finissons par atteindre nos objectifs. C'est effectivement ce que nous avons fait et continuons de faire à l'Afeas avec nos membres du Comité inter-associations pour la valorisation du travail invisible (CIAVTI). En seulement deux ans d'existence, le comité a réussi à attirer l'attention de plusieurs grandes instances sur les enjeux liés au travail invisible: nous avons été interpellées pour plusieurs entrevues médiatiques au sujet du travail invisible, invitées à donner des conférences, et même à partager notre expertise et nos recommandations à des instances gouvernementales aux niveaux provincial et fédéral. Nos recommandations ont été reprises et incluses, entre autres, dans un rapport de comité parlementaire fédéral. Bref on entend de plus en plus parler de travail invisible un peu partout, même dans des cours universitaires au HEC Montréal!

Si la pandémie a alourdi la charge de travail invisible pour plusieurs personnes, elle a tout de même contribué à mettre en lumière, du moins lors de la première vague, le caractère essentiel de ce travail pour le fonctionnement de la société et de l'économie. Aujourd'hui, ce travail est de plus en plus tenu pour acquis, non reconnu, presque banalisé et retombé dans l'oubli collectif.

La lutte n'est donc pas gagnée. Nous avons réussi à faire avancer les choses, un petit pas à la fois. Nous avons été écoutées et entendues. Maintenant, que les bottines s'activent pour concrétiser les transformations sociétales nécessaires! Dans les prochains mois, nous continuerons à avancer, pas à pas, afin de sensibiliser la population, ainsi que nos élu.e.s à l'enjeu central de la valorisation du travail invisible dans le chemin vers l'égalité des genres. En effet, la **Journée du travail invisible** aura lieu le 5 avril. Nous vous préparons de belles surprises pour souligner cette journée importante. De plus, notre campagne de sensibilisation continuera à être déployée dans les mois suivants, afin de maximiser l'impact de notre mobilisation. Nous vous encourageons à rester à l'affût en consultant le calendrier de l'Afeas ainsi que le site www.travailinvisible.ca

Ce printemps, je vous souhaite une bonne dose de détermination et de persévérance pour accomplir de grandes avancées dans ce dossier essentiel - parce que **le travail invisible, ça compte!**



SOYONS FÉMINISTES

Par Suzanne Lefrançois, 2^e vice-présidente

Le féminisme c'est faire la promotion des droits des femmes et de l'égalité des sexes en plus d'être un mouvement politique et social. Le féminisme valorise l'égalité afin que toutes et tous puissent profiter des mêmes avantages et privilèges pour avoir une société qui s'épanouit à son plein potentiel.

Les premiers textes féministes paraissent dans le périodique bilingue du Bas Canada *The Quebec Magazine = Le magasin de Québec*. Ce périodique est publié de 1792 à 1794.

En 1792, Mary Wollstonecraft, féministe anglaise, publie un livre intitulé *A Vindication of the Rights of Women*, une des œuvres pionnières du féminisme. Elle avance que le système éducatif transforme délibérément les femmes en êtres frivoles et incompetents. Elle réclame un système éducatif offrant aux filles les mêmes avantages qu'aux garçons.

D'autres féministes de la première heure avaient lancé des appels similaires en faveur d'une meilleure éducation des femmes. Son œuvre est cependant unique, car elle suggère que l'amélioration de la condition féminine passe par une réforme profonde du système éducatif. La publication de ce livre a suscité une vaste controverse, mais n'a débouché sur aucune réforme.

De grandes dames québécoises se sont démarquées dans la défense du féminisme. Aujourd'hui, je laisse la parole à ma petite fille afeasienne, Alison Carrier, nous dire ce qu'elle pense du féminisme.

Soyons fières, soyons assumées, soyons féministes!

Écoutons ce qu'une jeune femme féministe a à nous dire sur sa perception du féminisme en 2022.

« Avant tout, précisons que le mouvement féministe est malheureusement doté d'une réputation assez péjorative. Du haut de mes 20 ans, j'entends souvent certains propos particulièrement discriminatoires sur les féministes... ça va comme suit: « Les féministes sont des femmes agressives et barbares qui se promènent les seins nus » ou encore, « les féministes ce sont les femmes qui se laissent pousser le poil ». Mais est-ce que cette vision actuelle que nous avons est vraiment représentative de ce que défend et véhicule le féminisme? Il faut déconstruire ces fausses informations et ces préjugés présents dans notre société actuelle, pour voir la grandeur et les impacts du mouvement féministe.

Les personnes mal informées font souvent dévier le message défendu par les femmes à cause d'une incompréhension qui transmet, maladroitement, une vision faussée du mouvement féministe. Pour moi, le féminisme c'est une lutte contre les contraintes sexistes qui sont imposées par notre société.

Une des problématiques soutenues par l'influence sociale est la normalisation de la sexualisation féminine qui demeure un enjeu critique. Différentes plateformes virtuelles encouragent l'exploitation du corps des femmes et en tirent profits et avantages. Ces plateformes sont devenues très tendances et demeurent aisément ouvertes, accessibles et atrocement normalisées.

Notre génération considère souvent l'hypersexualisation comme banale. Tout comme certaines luttes menées dans le passé, cette situation est critique et alarmante, et mérite qu'on s'y attarde. En réalité, les droits des femmes sont tout autant menacés et discriminés.

Les batailles des féministes ne sont nullement terminées, elles sont seulement différentes. Tout compte fait, les associations féministes demeurent encore cruciales, pertinentes et non négligeables. C'est avec assurance que je dis que les associations féministes doivent être perçues comme nécessaires. »



LES MARIAGES FORCÉS OU ARRANGÉS

Par Lise Courteau

Les raisons qui motivent le mariage planifié, éventuellement forcé, sont multiples et varient en fonction du contexte social, culturel, économique, politique et juridique. Elles peuvent s'additionner ou se croiser. Ces mariages impliquent, dans la plupart des cas, des jeunes filles mineures, des jeunes femmes et quelques jeunes hommes.

On a souvent tendance à supposer que ce genre de mariage se pratique ailleurs, mais pas chez nous. Certaines histoires ont fait la une des journaux et sont présentes dans notre mémoire. Mais on peut se poser la question : est-ce que ces cas sont les seuls ?

L'affaire Shafia

On se rappelle l'histoire de la famille montréalaise alors que trois membres de la famille, le père, son épouse et leur fils, ont été reconnus coupables du meurtre prémédité de leurs trois filles et de la première épouse du père. Ces quatre femmes avaient été retrouvées mortes dans une voiture au fond d'une écluse en Ontario. Un cas extrême de violence basé sur l'honneur, le père n'acceptant pas la façon de vivre de ses trois filles et de son ex-épouse. La mère coupable avait elle-même subi un mariage arrangé en Afghanistan alors qu'elle avait 17 ans. Elle a connu une relation de soumission avec son époux contrôlant. De l'aveu de celle-ci, c'est en prison qu'elle a découvert la liberté.

L'adolescente de Victoriaville

Une jeune adolescente de 16 ans de Victoriaville a réussi à fuir sa famille au printemps 2019 dans le but de se soustraire à un mariage forcé. Cette affaire s'est retrouvée en cours et à l'audience, le fiancé a soutenu qu'il était normal d'interdire à sa future épouse de parler à un homme ou de saluer un étranger de la main dans la rue. Dans son jugement, le juge explique que les parents et le fiancé ont eu tort de croire qu'ils pouvaient appliquer les traditions de leur pays natal en matière de mariage.



En plus d'acquiescer à la demande de la jeune fille pour un placement dans une famille d'accueil jusqu'à sa majorité, il ajoute que ces coutumes ne peuvent prévaloir dans la province de Québec et qu'il n'y a qu'une règle de droit et que cette règle s'applique à tous les résidents du territoire de cette province.¹

Pas si rares que ça !

Au Canada, entre 2000 et 2018, il y aurait eu plus de 3600 certificats de mariage qui ont été délivrés, la plupart pour des adolescentes entre 14 et 17 ans. Ces chiffres n'incluent pas toutes les unions de fait qui ne sont pas déclarées. Au Canada, comme au Québec, les mariages impliquant des enfants sont de plus en plus mal vus et perçus comme nuisibles. Plusieurs se tournent vers l'union de fait pour éviter la désapprobation de la population en attendant l'âge légal pour avoir le droit de se marier.

Selon la thèse de Madeline Lamboley, présentée en 2015 à la Faculté des études supérieures en vue de l'obtention du grade de Philosophiae Doctor (Ph.D) en criminologie², maintenant professeure de criminologie à l'Université de Moncton, il y aurait beaucoup plus de ce genre de couple vivant en union de fait que ce qu'on pourrait penser. On serait donc incapable de quantifier le phénomène.

Au Québec, entre 2000 et 2018, ce seraient près de 600 adolescentes et adolescents âgés de 16 et 17 ans qui ont été mariés. Le Québec fixe à 18 ans l'âge légal du mariage, mais se trouve confronté au consentement de 16 ans autorisé par le gouvernement canadien. On peut lire sur le site du ministère de la Justice du Québec : « Pour vous marier, vous devez avoir au moins 18 ans. Toutefois, si vous avez 16 ou 17 ans, vous devez demander au tribunal l'autorisation de vous marier.³ »

Pour le docteur en droit Alain Roy, cette situation témoigne de la vétusté de nos lois. « C'est un archaïsme du 19^e siècle » dit-il de cette situation. Me Roy est professeur titulaire à la Faculté de droit de l'Université de Montréal et notaire émérite. Il milite activement depuis 2015 pour une réforme du droit de la famille.

Dans le monde entier, selon Unicef⁴, environ 21% des jeunes femmes ont été mariées avant leur 18^e anniversaire. Chaque année, on estime que 12 millions de filles âgées de moins de 18 ans sont forcées de se marier. Ce qui signifie que plus de 650 millions de femmes et filles dans le monde ont été mariées alors qu'elles étaient encore enfants, dont 37% en Afrique subsaharienne.



problèmes de santé, entre autres en devenant mères trop tôt. De plus, elles sont plus à risque de vivre de la violence conjugale et de contracter des maladies transmissibles sexuellement.

Le mariage : un acte social

Certains parents ne demandent pas l'avis de leurs enfants lorsqu'ils décident qu'il est temps de les marier, parce qu'ils considèrent le mariage comme un acte social et qu'ils estiment qu'il est de leur devoir de les marier. Pour eux, ce rôle est fondamental et ne pas l'exercer constituerait une négligence, voire un manquement grave à leur devoir. Ils doivent « caser » leurs filles, et ce, lorsqu'elles sont très jeunes, en vue de les protéger et leur assurer un avenir sûr en l'unissant à la personne qu'ils croient être la meilleure, de la même culture ou de la même religion.

Il s'agit souvent d'un mariage arrangé entre deux familles qui peut avoir lieu dans le pays d'établissement ou dans le pays d'origine. Quand cela se passe dans le pays d'origine, c'est bien souvent au cours d'un voyage de vacances, dont la véritable raison est tenue secrète par les parents ou l'entourage. Les jeunes filles, pour la plupart, se trouvent mises devant un fait accompli.

Indicateur d'inégalité entre les sexes

Le mariage d'enfants est un indicateur d'inégalité entre les sexes reconnu dans le monde entier. Les conséquences sur la santé et le développement personnel touchent un nombre disproportionné de filles. Le nombre d'enfants obligés de se marier représente encore aujourd'hui un nombre trop élevé.

Bien que le Canada soit en première ligne de la lutte contre le mariage d'enfants à l'étranger, cette pratique a cours en toute légalité au pays. Le Canada a encore du travail à faire sur son propre territoire pour atteindre les **Objectifs de développement durable des Nations Unies**, qui prévoient la fin des mariages d'enfants d'ici à 2030⁵.

Une tendance à la diminution⁵

Cette tendance semble diminuer grâce à une meilleure éducation des filles, à des initiatives gouvernementales et au travail des associations.

En Inde, en 2008, 47% des filles étaient mariées avant leurs 18 ans, dont certaines l'ont été dès l'âge de 8 ans. En 2018, ce chiffre était de 27%. En 2017, la Cour suprême indienne avait jugé que l'acte sexuel avec une femme mineure constituait un viol.

En Asie du Sud, le risque pour une fille d'être mariée de force avant ses 18 ans est passé de 50% à 30% en 10 ans.

Les pays africains représentent un tiers des mariages d'enfants du monde. Ainsi l'Éthiopie, l'un des cinq pays d'Afrique où cette pratique était la plus courante il y a dix ans, a vu une grande diminution de plus de 30%.

Ces fillettes doivent le plus souvent abandonner l'école pour s'occuper de la maison et de leur mari. Elles ont souvent des

¹ <https://www.lapresse.ca/actualites/2019-09-09/sauvee-d-un-mariage-force-a-victoriaville-ma-famille-veut-me-frapper>

² <https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/handle/1866/15845>

³ <https://www.justice.gouv.qc.ca/couple-et-famille/mariage-union-civile-ou-union-de-fait/mariage/conditions-pour-vous-marier/age-requis-pour-vous-marier/>

⁴ <https://www.unicef.org/fr/recits/le-mariage-des-enfants-dans-le-monde>

⁵ <https://www.sudouest.fr/international/unicef-les-mariages-forces-diminuent-dans-le-monde-3140745.php>

⁶ https://www.international.gc.ca/world-monde/issues_developpement-enjeux_developpement/human_rights-droits_homme/child_mariage-mariages_enfants.aspx?lang=fra

L'AVENIR DU PAPIER

Par Doris Milot

Né en Chine, à une date toujours inconnue, le papier commence son histoire vraisemblablement au II^e siècle avant notre ère. Le procédé de fabrication d'alors se fait à partir de fibres de mûrier; vers 790, des papiers sont fabriqués à Bagdad en exploitant le lin et le chanvre. En Occident, c'est au X^e siècle que l'Espagne des Omeyyades introduit le papier qui se propage rapidement au détriment du parchemin.

Le papier, tel qu'on le connaît, a-t-il un avenir ?

Le marché est en déclin à raison de 12% par an et des pertes commerciales très importantes sont à prévoir. Les usines doivent revoir leur futur sous le signe de l'innovation... ou de la fermeture.

La demande de papier est en chute libre partout dans le monde et l'Amérique du Nord n'y échappe pas. Déjà très fragilisée, l'industrie voit l'arrivée de la COVID-19 qui chamboule tout à un rythme effarant. Près de 50% du marché disparaît, du moins momentanément. Plusieurs entreprises ont réalisé un virage Web pendant la pandémie, et certaines d'entre elles ne retourneront pas en arrière. Une étude de marché réalisée par la CIBC affirme que, à court terme, la demande de papier chutera de 40% en Amérique du Nord.

Le numérique est-il la meilleure option ?

Les entreprises vendent de plus en plus les mérites du support numérique par la démarche «zéro papier». La stratégie de transformation gouvernementale lancée en 2019 n'y échappe pas; elle vise à ce que certains processus administratifs des ministères et organismes soient rendus à zéro papier au 31 mars 2023. Un vrai matraquage pour un meilleur gain de temps et de coûts, tout en donnant au consommateur l'impression d'une bonne action environnementale en diminuant sa consommation papier. Le

numérique est-il vraiment plus vert pour l'environnement ?

Une étude montre que la création du livre nécessite 1,3kg en équivalent Carbone contre 135kg pour un iPad et 168kg pour une liseuse. Les matières premières nécessaires à la fabrication des liseuses et tablettes (plastique, matériaux chimiques, lithium des batteries) ne sont généralement pas recyclées. Aussi, la lecture d'un document électronique sur ordinateur, s'il est consulté pendant plus de 30 minutes, aurait un impact sur l'environnement supérieur à la version papier. Aujourd'hui, le mélange du papier recyclé et de papier issu de forêts gérées durablement améliorent la qualité écologique des ouvrages. Le livre est plus durand et quasiment inusable comparé aux tablettes et liseuses qui ont une durée de vie de 5 à 6 ans. Il est plus facile de gérer les ressources de fabrication papier de façon durable et écologique que celles de l'informatique. En plus, la lecture sur papier invite à la concentration et n'est pas dommageable pour la vue, contrairement à la lecture sur écran qui est plus segmentée et discontinue.

Un papier d'avenir ?

La compagnie Armen Paper, basée à Quimper en Bretagne, vend du papier de pierre. Extraite du Morbihan et du Finistère, la pierre est envoyée à Taiwan pour y être transformée. Il en résulte un



papier beaucoup plus solide, moins cher à produire et résistant à l'eau. Votre carte d'affaire est quasi indestructible.

Petit à petit, le modèle de production papier pourrait peut-être être révolutionné par les feuilles de pierre. Pourquoi pas ?

Sources :

Guillaume Roy, journaliste indépendant
Jacques Nantel, professeur au HEC Montréal

Concours d'écriture 2020-2021

QU'EST-CE QU'ON ATTEND POUR ÊTRE HEUREUX ?

Par Monique Côté, Afeas locale L'Ancienne-Lorette, Région Québec-Chaudière-Appalaches

Il nous fait plaisir de vous présenter le texte de la deuxième gagnante du concours d'écriture 2020-2021.

Tout le monde se souvient de cette chanson des Joyeux Troubadours qui nous accueillait joyeusement à notre retour de l'école le midi. Cette mélodie nous est restée en tête et cette poésie est inspirante: «Ne jamais croire toutes les histoires, faire un sourire quand tout chavire, aimer la vie et ses folies et trouver le ciel bleu quand il tonne et quand il pleut, c'est comme ça qu'on est heureux.»

Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux, c'est une philosophie de vie qui nous permet d'apprécier ce qu'on a, l'adage du verre à moitié vide ou à moitié plein, quoi! Nous n'avons qu'à regarder de l'autre côté de la clôture pour constater que l'herbe n'est pas plus verte ailleurs, au contraire.

Nous avons la chance de vivre dans un pays riche et prospère. La guerre, c'est à travers nos écrans que nous la vivons. Nous ne craignons pas qu'un kamikaze fasse irruption dans notre jardin ou qu'une grenade fracasse notre baie vitrée. Nous pouvons circuler librement dans nos rues et nous ne connaissons pas les alertes qui font courir les gens vers des refuges anti-bombes.

Nos ancêtres ont choisi de migrer dans un pays au climat tempéré. Nous nous plaignons de l'hiver, «maudit hiver» comme dit la chanson. Nous sommes cependant privilégiés de n'avoir que les inconforts du froid à supporter. Les ouragans tropicaux, les tremblements de terre, les tsunamis et les éruptions

volcaniques qui ravagent certains pays, on ne connaît pas ça ici. Les images de ces catastrophes naturelles qui nous horrifient, nous les regardons bien assis confortablement dans nos salons chauffés ou climatisés selon les saisons.

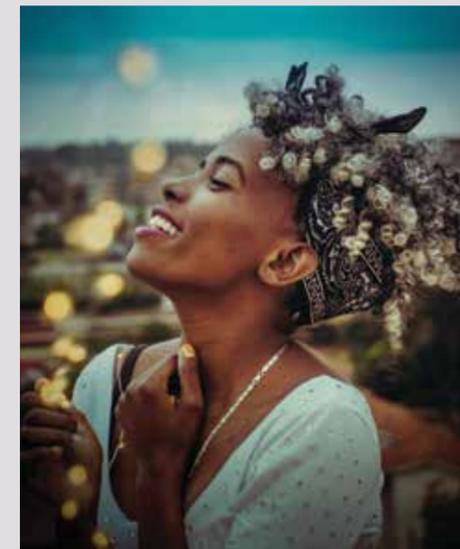
Qu'est-ce qu'on attend pour être heureux, cette réflexion me semble égoïste quand on regarde ce qui se passe dans le monde. Peut-on, en toute conscience, être béatement heureux quand des extrémistes sèment la terreur au nom d'idéologies religieuses. Peut-on fermer les yeux et ignorer la détresse de notre monde. Peut-on être heureux quand nous hésitons à ouvrir nos portes aux réfugiés de ces pays ravagés par les guerres fratricides.

Nous n'avons pas besoin de traverser l'océan pour constater que dans notre société civilisée et évoluée, nous n'arrivons pas à contrer la violence sous toutes ses formes. La une des journaux nous relate

quotidiennement des inégalités sociales. Les femmes battues et violées, les enfants violentés, les meurtriers innocents, les policiers complices, les politiciens corrompus et les bien-pensants de tout acabit logent à la même adresse que les aveugles sourds et muets sociaux. Il est plus facile de ne pas voir les inégalités, de ne pas entendre les souffrances que de crier notre indignation et de s'engager à faire notre part pour changer un peu notre monde...

La notion de la famille traditionnelle, soit un père-pourvoyeur, une mère-ménagère et de nombreux enfants, a beaucoup évolué au fil des ans. Aujourd'hui, les exigences professionnelles, la course effrénée à la réussite sociale, l'éducation des enfants-rois et l'inégalité sociale entre les hommes et les femmes, font éclater les couples et les familles. Les femmes ne devraient plus être des servantes au service de la famille, mais des collaboratrices engagées à rendre le monde heureux.

Un vieux proverbe chinois dit: L'eau renversée est difficile à rattraper. Cette citation s'applique autant aux bouleversements sociaux que nous vivons qu'à nos réalisations personnelles. On ne peut pas, avec nos faibles moyens, changer le cours des événements mondiaux, mais on peut partager nos richesses collectives et être solidaires et généreux. La bonté et l'amour qu'on a répandu autour de nous ne se rattrape pas et c'est tant mieux.



LE SECRET DE LA RÉSILIENCE

Par Joëlle Cardonne

« Que la force me soit donnée de supporter ce qui ne peut être changé et le courage de changer ce qui peut l'être mais aussi la sagesse de distinguer l'un de l'autre ! »

- Marc-Aurèle

Dans un article récent de la Presse, la présidente de l'Ordre des psychologues du Québec, madame Christine Grou, rappelait « l'importance de protéger sa santé physique et sa santé mentale. Bref, ne pas cesser de vivre, mais plutôt bouger, prendre l'air, parler à ceux qu'on aime, se détendre, s'amuser, être indulgents pour nous-mêmes comme pour nos proches, développer une tolérance à l'incertitude ».

Le concept de résilience

Selon le dictionnaire Larousse, la résilience est la caractéristique mécanique définissant la résistance aux chocs d'un matériau. En informatique, elle représente la capacité d'un système à continuer à fonctionner, même en cas de panne.

En psychologie...

On entend de plus en plus souvent parler de résilience en psychologie. Le concept de résilience, évoqué dans les années 40, est introduit en France par le neuropsychiatre et psychanalyste Boris Cyrulnik, et largement médiatisé à la suite de la parution de son livre *Un merveilleux malheur*.

D'après Boris Cyrulnik, cette faculté trouve ses racines dans l'enfance et dans les relations que les parents entretiennent avec leur enfant. En bref, une relation sécurisante aide les enfants à trouver la force de s'en sortir. Le succès de la notion de résilience est contenu dans le message d'espoir que livre Boris Cyrulnik. « Le malheur n'est pas une

destinée, rien n'est irrémédiablement inscrit... et les résilients le prouvent. On peut toujours s'en sortir ! La résilience est donc la capacité à se reconstruire après un traumatisme. En psychologie, la résilience est la capacité à vivre, à réussir, à se développer en dépit de l'adversité. »

Aptitude innée ou acquise ?

La résilience n'est pas innée. Les études démontrent que la résilience n'est pas une compétence acquise une fois pour toutes, non plus. Ce n'est pas un trait de personnalité présent seulement chez quelques êtres humains. Pas plus qu'elle n'est le fait d'une élite privilégiée dès la naissance. Avoir une capacité de résilience n'est pas quelque chose d'extraordinaire. Des personnes totalement normales démontrent une capacité de récupération admirable face aux événements difficiles de leur existence. On ne naît pas résilient, on le devient !

La résilience en deux temps

Dans un premier temps, c'est le traumatisme. La personne résiste à la désorganisation psychique et met en place des mécanismes de défense afin de s'adapter à la réalité.

Dans un deuxième temps, la personne intègre le choc et commence la réparation. Elle rétablit progressivement les liens et se reconstruit. Il faut donner un sens à la blessure subie, retrouver la capacité d'espérer.

Les 8 caractéristiques d'une personne résiliente

Les résilients refusent leur rôle de victime passive. Dans l'adversité, l'être humain réagit de façon différente. Les uns comptent sur leur volonté, les autres préfèrent s'appuyer sur leurs proches ou s'en remettre au destin. Quelles sont les caractéristiques d'une personne résiliente ? « Elle a un quotient intellectuel élevé; elle est autonome; elle possède le sentiment de sa propre valeur; elle possède de bonnes capacités d'adaptation et de l'empathie; elle anticipe et planifie ... et surtout elle a le sens de l'humour », nous explique Boris Cyrulnik.

La personne résiliente possède un sentiment d'auto-efficacité; elle a confiance en elle et en ses capacités de surmonter l'épreuve.

Grâce à son optimisme réaliste, la personne sait qu'elle peut s'en sortir tout en restant consciente que la récupération peut prendre du temps, être longue, difficile et exigeante.

Par sa souplesse émotionnelle, la personne accueille, nomme et accepte ses émotions telles qu'elle les ressent, que celles-ci soient agréables ou désagréables.

L'humour est un élément essentiel à la reprise en main. En effet, la personne résiliente est capable de rire d'elle-même et des événements. Cette attitude atténue les tensions intérieures. Prendre du recul par rapport à des circonstances de vie difficiles permet de dédramatiser la situation.

Faire preuve de souplesse cognitive, de flexibilité et d'indulgence envers soi-même et les autres adoucit le jugement. La personne résiliente évite la recherche de performance. Elle bannit de son vocabulaire les mots absolus: « il faut », « je dois », « personne », « jamais » et « toujours ».

Par sa tolérance à l'incertitude, la personne accepte le flou, le vague et l'incertain. Elle s'ancre le plus possible dans le moment présent et lâche prise devant les choses qu'elle ne peut pas contrôler.



L'importance du soutien social est primordiale. La personne sait bien s'entourer, demeure active et se montre proactive dans les relations amicales et familiales, elle s'investit dans la communauté en faisant du bénévolat, démontre de la compassion et de l'empathie.

La dernière et non la moindre des caractéristiques est la bienveillance envers soi, la faculté ultime d'accorder toute l'attention requise à son propre équilibre physique, émotif et intellectuel. La personne résiliente pratique une hygiène de vie essentielle à son évolution.

La résilience, c'est une manière de comprendre la vie

Pour développer sa propre résilience, il convient de mettre en pratique plusieurs règles dont l'efficacité est prouvée.

- Établir de bonnes relations avec l'entourage.
- Accepter le fait que le changement est inéluctable dans la vie.
- Cesser de considérer les crises que l'on rencontre comme des problèmes insurmontables.

- Se fixer des objectifs atteignables.
- Avoir le courage de prendre des décisions.
- Cultiver une vision positive de soi.
- Garder de la perspective.
- Se souvenir que l'on a résolu des situations difficiles dans le passé et s'inspirer des éléments clés de l'étape de récupération.
- Prendre soin de soi, faire ce que l'on aime, profiter de la vie, se reposer, passer du temps avec les personnes qui font du bien.
- Exprimer ses émotions : parler, écrire, jouer d'un instrument de musique, chanter (même sous la douche), peindre, jardiner, cuisiner.
- Consulter les livres des personnes qui ont vécu une expérience similaire et s'inspirer de leur expérience.
- Persévérer et garder confiance.

La bonne nouvelle est que la résilience peut s'apprendre.

Découvrir un sens à sa vie

Au cours des trois années qu'il a passées dans un camp de concentration lors de la Seconde Guerre mondiale, Viktor

Frankl découvre, autant pour lui-même que pour ses compagnons d'infortune, que le fait d'avoir un but et un sens à sa vie l'aidait à survivre aux conditions inhumaines de détention. L'auteur révèle les trois voies qui permettent de donner un sens à l'existence. D'abord, la voie de l'accomplissement, soit la réalisation de la mission ou la création d'une œuvre. Ensuite, la voie de l'amour qui mène à l'établissement de liens significatifs et favorise le contact avec la nature et l'art. Finalement, la voie de la transcendance qui incite l'individu à adopter une attitude positive face à la mort et aux souffrances inévitables.

Le mot-clé

Si les derniers mois ont inscrit dans notre vocabulaire quotidien les mots pandémie, peur, panique, pharmaceutiques, piqûre, passeport vaccinal, la résilience nous invite à conjuguer les verbes se reconstruire, relaxer, rire... Bref, **rebondir** !

Sources :

La Presse Édition du 7 janvier 2022
Boris Cyrulnik *Un merveilleux malheur*
Viktor E. Frankl *Découvrir un sens à sa vie*

MODE ÉCORESPONSABLE

Par Amandine Gournay

L'avènement de la *fast fashion* - ou mode éphémère en français - à la fin des années 1990, a fait en sorte qu'en moyenne, une personne achète 60 % de vêtements de plus qu'il y a 15 ans et les conserve moitié moins longtemps.

L'objectif de l'industrie? Que les consommateurs et consommatrices renouvellent leur garde-robe plus fréquemment. Aujourd'hui, les grandes enseignes peuvent donc lancer jusqu'à 20 collections par an. Ce phénomène a diminué de moitié la durée de vie des vêtements.

Chaque étape du cycle de vie d'un vêtement, qu'il s'agisse de l'exploitation de la matière première, la transformation et la fabrication, le transport et la distribution, la mise en marché, l'utilisation, l'entretien (nettoyage, séchage, réparation) et la fin de vie, comporte son lot d'impacts socio-environnementaux. D'un point de vue environnemental, l'industrie de la mode fait partie des secteurs industriels les plus polluants au monde.

Les répercussions de l'industrie de la mode

Destruction des écosystèmes, impacts sur le climat, pollution de l'air et de l'eau, production de déchets : les impacts environnementaux de l'industrie de la mode sont considérables.

À titre d'exemple, plus de 200 millions d'arbres seraient coupés chaque année pour créer des tissus en fibres artificielles (rayonne, modal, lyocell, etc.), ce qui contribue à la déforestation, puisque celles-ci proviennent de la pâte de bois transformée chimiquement ou mécaniquement (Canopy, s.d.).

De plus, le détournement de cours d'eau ou d'une partie de fleuves pour irriguer les cultures, notamment de coton, contribue à l'épuisement des ressources en eau. En guise d'exemple, la mer d'Aral a quasiment disparu aujourd'hui, entre autres, en raison des cultures de coton entamées dans les années 60. Les teintures et pesticides contribuent également à la pollution de l'eau.

Les vêtements sont une source majeure de pollution plastique des océans en raison des microfibres synthétiques qu'ils contiennent. Celles-ci se dégradent au moment du lavage. Une fois dans les cours d'eau, elles attirent polluants et produits chimiques et sont avalées par les poissons, contaminant ainsi

la chaîne alimentaire. Chaque année, en Amérique du Nord, 878 tonnes de microfibres de plastique seraient évacuées (Vassilenko et coll. 2019). À l'échelle mondiale, ce sont 500 000 tonnes de microfibres plastiques qui sont libérées chaque année pendant le lavage de textiles à base de plastique (polyester, nylon, acrylique) et qui finissent dans l'océan (Fondation Ellen McArthur, 2015).

L'industrie de la mode et l'industrie de la chaussure seraient responsables d'environ 8 % des émissions de gaz à effet de serre (GES) au niveau mondial (Quantis, 2018). L'industrie du textile émettrait ainsi plus de GES que les transports aériens et maritimes réunis. L'enfouissement ou l'incinération des vêtements usagés contribuent également aux émissions de GES.

Quels liens avec la qualité de vie des femmes ?

Au-delà de ses impacts environnementaux, l'industrie de la mode comporte son lot d'impacts sociaux, et ce sont surtout les femmes qui les subissent. En effet, l'industrie de la mode est une industrie majoritairement féminine. Les femmes représentent 70 % à 90 % des personnes travaillant dans les usines de confection. Elles sont également en majorité à travailler dans les champs de coton (par exemple, en Inde, elles représentent 90 % des personnes qui y travaillent), où elles sont exposées à des pesticides qui entraîneront des répercussions sur leur santé.

Les femmes qui travaillent dans les usines sont exposées à différentes substances nocives, comme celles contenues dans certains types de teintures ou de traitements, ce qui compromet également leur santé.

Au fil du temps, la production textile a migré autour du globe, pour favoriser une main-d'œuvre de moins en moins coûteuse (Mercier, 2018.). Dans de nombreuses usines, les travailleuses et travailleurs reçoivent donc un salaire sous le seuil de la pauvreté. Leurs conditions de travail sont souvent médiocres, notamment par les heures supplémentaires obligatoires non

payées qu'on leur impose et l'insalubrité des usines. Aussi, fait intéressant, on remarque que les hommes travaillant dans les usines sont souvent hauts placés, ce qui place les femmes dans une position d'infériorité et leur confère moins de leviers pour faire valoir leurs droits. Enfin, la production de vêtements étant essentiellement faite à la main, l'industrie exploite le travail des enfants.

Les solutions possibles

En produisant et en choisissant des vêtements à bas prix, on cautionne des pratiques qui placent certaines personnes dans des situations précaires et qui contribuent à la destruction de nos écosystèmes. Heureusement, il existe des solutions pour réduire l'empreinte de notre garde-robe sur le climat. Il est crucial que l'industrie prenne action pour optimiser le cycle de vie des vêtements et éviter que ceux-ci se retrouvent à la poubelle, ainsi que pour améliorer les conditions de travail. Par contre, en tant que consommateurs.trices, certaines avenues s'offrent à nous :

1. Diminuer l'achat de vêtements
2. Choisir une fibre ayant moins d'impacts si on opte pour un vêtement neuf
3. Bien entretenir ses vêtements

Le mot d'ordre pour limiter son impact en tant que consommateur.trice est : achetons moins et mieux. Avant même de se demander quelle fibre textile privilégier, on devrait avant tout se demander si on a vraiment besoin d'un vêtement. En effet, pour limiter les impacts liés à notre consommation, la première étape est de réduire à la source. Comme le dit Léonie Daignault-Leclerc, « Le vêtement le plus écologique est celui qui est déjà dans votre garde-robe ».

Pour ce faire, on peut apprendre à coudre ou aller chez une couturière. On peut aussi acheter nos vêtements de seconde main, dans les friperies, ou louer nos vêtements. Ces trois avenues permettent d'augmenter la durée de vie des vêtements et d'éviter d'encourager la *fast fashion*.

On peut aussi choisir des fibres issues de culture biologique, soit des fibres cultivées sans pesticides, engrais chimiques ou organismes génétiquement modifiés (OGM). Cela permet de réduire les impacts sur l'environnement et sur la santé des travailleurs et travailleuses. Le lin et le chanvre sont des fibres intéressantes puisqu'elles sont intrinsèquement écologiques : leur culture nécessite peu d'eau et ne nécessite pas d'engrais chimiques. Autre avantage, le chanvre peut pousser au Québec ! Au lieu de choisir un vêtement en coton conventionnel, on peut opter pour du coton biologique ; au lieu du polyester, on peut privilégier le polyester recyclé. Pour ce qui est du cuir, choisir un vêtement fait à partir de cuir végane évite le cuir issu de l'élevage intensif, qui génère beaucoup de gaz à effet de serre et où les animaux ont une faible qualité de vie.

Enfin, laver moins souvent ses vêtements et les laver à l'eau froide permet de limiter la problématique des microfibres dans les cours d'eau. Cela permet également de limiter l'usure de ses vêtements, et donc de les garder plus longtemps.

Pour en savoir plus

- À la recherche d'options écoresponsables ? Vous pouvez consulter le Répertoire de la mode locale du Réseau des femmes en environnement : <https://www.rqfe.org/repertoire-de-la-mode-locale>
- Ce répertoire vous présente une centaine de marques d'ici, qui dessinent et produisent dans la province des vêtements destinés aux femmes. Nous vous invitons à utiliser le moteur de recherche avec les caractéristiques qui vous semblent être les plus pertinentes afin de vous procurer des vêtements produits localement qui correspondent à vos besoins et à vos valeurs.
- D'autres répertoires sur l'achat local existent : Le Panier Bleu, Signé Local, Ma Zone Québec, etc.
- Le Réseau des femmes en environnement donne aussi une formation intitulée En Mode Agir. Pour en savoir plus : <https://www.rqfe.org/formation-en-mode-agir>

À PROPOS DU RÉSEAU DES FEMMES EN ENVIRONNEMENT

Le Réseau des femmes en environnement est né du constat qu'il existe de forts liens entre les problématiques environnementales et la santé des femmes. Depuis plus de 20 ans, le Réseau cherche à sensibiliser ses membres aux enjeux de genre liés aux notions de changements climatiques, de développement durable, de santé environnementale et d'éducation relative à l'environnement. Sa mission est de créer et promouvoir des actions novatrices en environnement et de fournir un espace de dialogue aux femmes.

Références

McKinsey and compagny, *Style that suitable: A new fast fashion formula*, Nathalie Remy, Eveline Speelman & Steven Swartz, 2016.

Canopy. (s. d.). *CanopyStyle*. <https://canopyplanet.org/campaigns/canopystyle/>

Quantis. (2018). *Measuring Fashion: Insights From the Environmental Impact of the Global Apparel and Footwear Industries*. <https://quantis-intl.com/report/measuring-fashion-report/>

Mercier, Marianne-Coquelicot. (2018). *Circularité des textiles « mal-aimés », une caractérisation du gisement postconsommation*. https://papyrus.bib.umontreal.ca/xmlui/bitstream/handle/1866/21231/Mercier_Marianne-Coquelicot_2018_memoire.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Réseau des femmes en environnement. (2021). *Un ennemi invisible menace nos océans : les microplastiques !* https://boutique.rqfe.org/wp-content/uploads/2021/04/RQFE_infographie05_vF.pdf

La mode, deuxième secteur le plus polluant du monde. <https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/tout-un-matin/segments/chronique/139374/mode-pollution-environnement-textile>



ACCUEILLIR ET INTÉGRER DE JEUNES BÉNÉVOLES DANS NOS AFEAS

Par Emmanuelle Botton, responsable du recrutement et des bénévoles

Dans la dernière revue d'hiver, nous abordions les multiples bénéfices des relations intergénérationnelles notamment dans un contexte de bénévolat.

Dans un organisme comme l'Afeas, où nos besoins de relève sont criants, l'intégration de jeunes bénévoles semble une belle piste de solution ! Seulement, le recrutement de jeunes bénévoles peut s'avérer complexe, surtout si les besoins des jeunes dans leur expérience de bénévolat sont mal saisis et mal intégrés. Il ne s'agit pas juste d'aller à la rencontre des jeunes; il faut attirer leur attention et les faire adhérer à notre projet associatif.

Des jeunes engagé.e.s mais des disponibilités limitées

Contrairement à ce que l'on pourrait penser a priori, les jeunes sont assez impliqués dans le bénévolat. Plus de la moitié des 15/24 ans offrent de leur temps à divers organismes et effectuent environ 116 heures de bénévolat dans l'année. Les jeunes vont s'impliquer auprès d'organismes qui rejoignent leurs préoccupations et leurs passe-temps: sports et loisirs mais aussi services sociaux, environnement et défense des droits ! Souvent aux études et avec un emploi à temps partiel, les jeunes disent manquer de temps et craignent un engagement trop important qui pourrait empiéter sur leurs études ou sur leur vie personnelle.

À la recherche des trois grands « C »

Les jeunes accordent une grande importance aux trois C : communiquer, connecter, collaborer ! La recherche de connexion ne passe pas juste par les



technologies; les jeunes ont besoin de socialiser, de découvrir de nouveaux réseaux différents de leur quotidien à l'école ou de leur famille. Si d'autres générations recherchent la conformité et l'homogénéité, les jeunes ont un fort désir de distinction et d'unicité, ce qui les pousse à rechercher des groupes d'appartenance avec lesquels ils/elles vont se sentir confortables et vont pouvoir s'exprimer librement. Enfin, les jeunes ont besoin qu'on reconnaisse leur engagement afin de se sentir apprécié.e.s, respecté.e.s et valorisé.e.s. Leur forme de reconnaissance favorite est la reconnaissance informelle, c'est-à-dire un simple merci ou un retour sur le travail effectué.

Adapter nos pratiques pour intégrer les jeunes

Avant d'aller à la recherche de jeunes bénévoles, il est essentiel de prendre le temps d'analyser les pratiques

d'accueil, d'intégration et de rétention des bénévoles qui sont déjà en place au sein de nos Afeas. Nous l'avons vu plus haut, les besoins des jeunes sont différents de ceux d'autres générations et si nous ne les comprenons pas, les jeunes n'adhéreront

pas à notre projet associatif ou ne resteront pas dans nos instances. Par exemple, peut-on leur offrir l'encadrement nécessaire afin qu'ils/elles puissent se sentir en confiance et être autonomes dans leurs tâches ? Peut-on les intégrer dans les prises de décision et si oui, à quel niveau ? Afin de répondre à leur besoin de connexion, a-t-on des communications régulières avec nos membres et avec nos bénévoles ? Pense-t-on à remercier de façon informelle et de façon formelle les bénévoles qui donnent de leur temps ? Toutes ces questions peuvent nous aider à adapter petit à petit nos pratiques afin d'être sûres que nos jeunes bénévoles se sentent en confiance dans nos structures et puissent être considéré.e.s comme des parties prenantes de notre organisation.

Les enjeux de la relève et la place des jeunes au sein des structures de l'Afeas sont des thèmes qui seront abordés dans la programmation annuelle à venir.

GÉHANE KAMEL, CORONER

Par Joëlle Cardonne

Qu'est-ce qu'un coroner ?

Le coroner est un officier public (médecin, avocat ou notaire) nommé par le gouvernement et placé sous l'autorité du coroner en chef. Il intervient systématiquement dans plusieurs circonstances entourant le décès d'une personne, en particulier lorsque le décès est survenu dans des circonstances violentes, lorsque l'identité de la personne décédée est inconnue, lorsque le décès survient dans un centre de réadaptation, un pénitencier, un poste de police, dans une garderie, une famille d'accueil et sous garde dans un établissement de santé.

Environ 7 à 8 % des décès qui surviennent chaque année au Québec sont signalés au coroner dont le mandat consiste à répondre à 5 questions :

- Qui est décédé ?
- Où cette personne est-elle décédée ?
- Quand cette personne est-elle décédée ?
- Quelles sont les causes probables du décès ?
- Quelles sont les circonstances du décès ?

Pour répondre à ces cinq questions, le coroner réalise des investigations et des enquêtes publiques et rédige un rapport public présentant des conclusions. S'il y a lieu, le coroner fait également des recommandations pour éviter des décès semblables. En revanche, le coroner ne peut en aucun cas se prononcer sur la responsabilité civile ou criminelle d'une personne.

Personnalité de l'année

En 2021, le nom de Géhane Kamel a fait les manchettes. Plus de 7000 entrées ont été répertoriées à son nom pour des articles journalistiques, des reportages tant à la télévision qu'à la radio. Elle a été désignée comme l'une des personnalités de l'année par le journal Le Devoir et la revue L'Actualité. Et pourtant elle ne lit pas les journaux, soucieuse de préserver son impartialité et n'accorde pas d'entrevue.

Membre du Barreau du Québec, sa formation en droit lui a ouvert les portes de l'Institut de cardiologie de Montréal où elle pratique comme avocate en droit du travail, de la santé et corporatif depuis 2015. Son expérience au Centre jeunesse de Montréal comme éducatrice spécialisée, conseillère puis coordonnatrice aux conditions de travail, bref ses 17 années passées sur le terrain expliquent son credo « l'humanité est la base, jamais une option ».

Des drames bouleversants

Une première enquête portait sur la mort de Joyce Echaquan en 2020 sous les insultes racistes du personnel de l'hôpital de Saint-Charles-Borromée. La seconde enquête en cours vise les causes et les circonstances des décès dans les milieux de vie pour aînés lors de la première vague de la pandémie.

Géhane Kamel cherche l'équilibre entre la recherche de la vérité et la bienveillance envers les témoins. Son franc-parler fait la manchette. Elle sait se montrer empathique. Pourtant, on l'interpelle pour



sa « partialité » quand elle intervient avec dureté et recommande de reconnaître le racisme systémique. Elle ose poser les questions qui font mal. Elle est parfois troublée par ce qu'elle découvre, touchée par le sort inhumain infligé à ses semblables. Ses rapports sont implacables et cruels de vérité.

Comme elle l'explique : « Une enquête du coroner n'est pas une recherche de coupables, mais de vérité. »

Source :
Ministère de la justice du Québec,
Bureau du coroner
Journal Le Devoir
Journal La Presse
Revue L'Actualité
Québec, Secrétariat aux emplois supérieurs





APPRENDRE: CRÉER DES SENTIERS

Par Julie Boyer, responsable provinciale de la formation

Rassurez-vous, aimer la marche en forêt n'est pas requis pour la lecture de cet article...

Vous avez l'imagination fertile ? Vous aimez apprendre ? Vous croyez que le cerveau est un outil que l'on doit aiguïser, utiliser ? Cet article s'inspire d'une comparaison entre le cerveau et la forêt, relevée par Sophie Lanoix. Cette femme inspirée et inspirante s'exprime avec enthousiasme autour de ses domaines d'expertise: l'andragogie (la formation auprès des adultes) et la neurodidactique (les processus cérébraux liés à l'apprentissage). « Apprendre, c'est créer des sentiers » propose-t-elle, une analogie dont la source est incertaine et qui semble trouver échos chez plusieurs.e.s. scientifiques pour imaginer le fonctionnement de nos neurones.

Les connaissances sont des séries de connexions entre les neurones du cerveau et ces chemins peuvent être imaginés comme des sentiers en forêt. Faire de nouveaux apprentissages, c'est se frayer un chemin et tracer de nouveaux sentiers. On commence par défricher par de grands efforts. D'ailleurs, on apprend mieux en favorisant une approche active, en mettant en pratique.

Après un seul passage, notre sentier est fragile et peu visible. On doit repasser par notre chemin pour bien le marquer et qu'il soit accessible. Pour consolider un apprentissage, on doit activer à plusieurs reprises les neurones, idéalement en planifiant un espacement entre chaque réactivation. Sans entretien de nos sentiers, la nature reprendra

tranquillement ses droits, et le sentier sera de moins en moins facile d'usage, jusqu'à éventuellement ne plus être visible ni accessible. Cultiver un esprit dynamique permet de maintenir les acquis.

La neuroscience nous rappelle aussi que nous apprenons durant toute la vie, et non seulement durant l'enfance. Nous continuons donc à aménager notre forêt, à changer notre compréhension ou perception de certains enjeux, au gré des chemins que l'on parcourt. Le volet éducation de l'Afeas ne vise pas à acquérir des savoirs encyclopédiques ou des connaissances scientifiques, mais les ateliers sont comme une exploration en forêt, une balade collective, où le partage permet d'explorer la carte des sentiers et faire le tracé que l'on choisit. Discuter, se sensibiliser autour d'enjeux sociaux qui touchent les femmes et l'égalité, partager nos expériences... C'est développer notre compréhension pour nous mobiliser et avancer vers des objectifs !

Pour continuer la métaphore, le logo de l'Afeas rappelle que l'arbre s'enracine dans le sol et se déploie vers le ciel. Les membres de l'Afeas forment une forêt importante qui s'enracine dans de nombreuses localités du Québec. Les ateliers, les activités et les projets qui rassemblent l'Afeas dessinent des sentiers dans notre forêt et nous permettent de jouer notre rôle: créer un tissu social mobilisé pour l'atteinte de l'égalité des genres et viser une justice sociale.



Références

Lanoix, Sophie, *Huit principes de neurodidactique pour accélérer l'apprentissage en milieu de travail*. Revue Le Cancre, Réseau des professionnels de la formation du Québec, décembre 2021.



EN 2022, L'AFEAS CULTIVE SON PARTENARIAT

par Pierrette Marcotte, directrice de projets

Travailler en partenariat, ça vous chante ou pas ?

Pour une association en défense collective des droits des femmes telle que l'Afeas, il est essentiel de cultiver des partenariats diversifiés si nous souhaitons progresser en matière d'égalité de fait entre les femmes et les hommes.

À elle seule, l'Afeas ne peut transformer la société comme elle le souhaiterait. Comptant plus de 90 instances locales à travers le Québec, elle œuvre depuis 56 ans à la sensibilisation du public, rassemble la voix des femmes pour se faire entendre auprès des autorités gouvernementales. Reconnaissons que, depuis le début de son existence, plusieurs réseaux féministes se sont formés et ont développé des savoirs et des compétences spécifiques sur des enjeux précis qui touchent l'égalité des sexes.

L'expertise et la compétence de l'Afeas se distinguent des autres réseaux féministes par sa détermination à faire reconnaître le travail non rémunéré ou sous-rémunéré des femmes ainsi que les conséquences des iniquités qu'il engendre sur la santé et le bien-être de toute la société. Soyons fières de notre expertise et partageons-la !

Seules on va plus vite, ensemble on va plus loin !

Afin de poursuivre son objectif de reconnaissance du travail invisible, l'Afeas doit créer des partenariats au niveau de ses trois paliers : local, régional et provincial. Ce qui implique une volonté de s'adapter à différents styles et façons de faire de la part des partenaires. Ce faisant, toutes deviennent gagnantes de nouveaux savoirs. Nos compétences conjuguées décuplent ainsi notre impact pour faire avancer l'égalité.

Un bel exemple de projet de partenariat Afeas à l'échelle locale

Récemment, le Groupe Femmes Politique et Démocratie (GFPD), dont la mission est, entre autres, d'éduquer et d'outiller les femmes à l'action citoyenne et démocratique, a interpellé l'Afeas locale Montmagny pour un projet de partenariat.

Considérant les dénominateurs communs de nos missions respectives, il a été tout à fait naturel pour l'Afeas d'accueillir ce nouveau partenariat.

Étant membre du GFPD depuis plusieurs années, l'Afeas provinciale suit ses travaux et soutient ses mémoires et revendications pour atteindre la parité dans les lieux décisionnels et pour réformer le mode de scrutin, afin de faciliter l'accès des femmes aux postes décisionnels dans les instances politiques.

Ce projet permettra à l'Afeas locale Montmagny de bénéficier de l'expertise et du soutien du GFPD pour mobiliser sa collectivité dans la création d'une politique d'égalité et d'un plan d'action qui l'accompagne, et ce, sous le prisme de l'analyse comparative entre les sexes et intersectionnelle (ACS+). Le présent projet permettra un élargissement au plan territorial et une intensification en termes d'équité, de diversité et d'inclusion (EDI).

Ce partenariat Afeas-GFPD, d'une durée d'un peu plus de deux ans, est devenu possible grâce au soutien financier du ministère Femmes et Égalité des genres Canada.

Quel est le lien entre le travail invisible des femmes et ce partenariat ?

Eh bien, pour rendre visible le travail non rémunéré et sous rémunéré des femmes, encore faut-il rendre les femmes non seulement visibles mais aussi sonores dans les lieux où se prennent les décisions qui concernent leurs conditions de vie. Développer une culture de partenariat, permettra à l'Afeas et ses partenaires d'atteindre leurs objectifs plus efficacement en partageant les savoirs, les compétences et les stratégies d'action. Félicitations à l'Afeas de Montmagny d'avoir osé dire oui au partenariat ! Merci et bravo au Groupe Femmes politique et Démocratie d'avoir initié et de coordonner le *Défi parité + EDI* !



SUGGESTIONS DE BELLES LECTURES

Par Lise Courteau



Jean de La Fontaine,
Édition intégrale,
432 pages, 2021

Fables

En 2021, on célèbre le 400e anniversaire de la naissance de Jean de La Fontaine. L'occasion

idéale pour cette nouvelle édition intégrale, en format poche, de ses fables, qui nous présente toutes ses poésies si familières et que nous connaissons sans même les avoir lues. L'occasion de découvrir ou de redécouvrir une œuvre dans laquelle l'écrivain apparaît tour à tour joyeux, moraliste, philosophe, amusant ou sarcastique. Un livre qui se lit une fable à la fois.

Dans sa préface, Alexandre Jardin dit de lui : « On ne lira donc pas ces fables, on ne peut que les relire. Notre cœur les connaît avant que nous les sachions... Et puis, La Fontaine est encore autre chose. Il n'est pas amusant, il est l'amusement ! Peut-être les plus grands écrivains sont-ils toujours des ambivalences, des condensés de contradictions. La Fontaine est le plus paradoxal de nos génies. »

Auteur prolifique, La Fontaine a vécu de sa plume grâce à la vente de ses recueils, mais également en se plaçant toute sa vie sous la protection financière de plusieurs protecteurs. Son œuvre fut alors très appréciée de la Cour de Louis XIV. Elle occupe, encore aujourd'hui une place de choix dans le patrimoine culturel français et certains préceptes des fables font même partie de la sagesse populaire.

Manon Vincent,
Éditions Les éphémères,
204 pages, 2021

Touchée

Touchée, je l'ai été. Ce roman, rempli de poésies, insiste sur le fait qu'il n'y a pas de petite violence. C'est l'histoire de Laurence Boisvert qui a été témoin de la violence subie par sa mère durant son enfance. Même si elle estime que son histoire à elle est tout à fait banale lorsqu'elle elle la compare à celle des autres victimes d'abus et de violence, elle a tout de même été traumatisée par les violences quotidiennes de son père, alors qu'il l'a aussi abusée sexuellement, mais « juste un peu et juste un an. Tant de femmes et d'enfants ont vécu tellement pire », nous dit-elle.

Cette lecture nous amène ailleurs dans la réflexion sur la violence et les crimes sexuels. C'est la mission que l'auteure s'est donnée. Elle espère partager, échanger et en parler afin de transformer les secrets de famille en « bijoux de famille ». C'est d'ailleurs le titre de la conférence qui accompagne le livre.

Manon Vincent est une artiste de la scène et est membre Afeas à Saint-Denis-sur-Richelieu. Tout est son histoire au niveau des violences, de la prise de conscience à l'âge adulte, de la carrière de chanteuse, du mal de vivre tout au long de son existence et finalement, de la paix avec son vécu. Seule la partie romancée est fictive.



RÉGION LANAUDIÈRE

Par Manon Durand, présidente

Salon des artisans et artisanes

L'Afeas locale Sainte-Julienne a pu tenir son salon des Artisans les 13 et 14 novembre 2021. En plus des exposant.e.s. de la localité, plusieurs artisanes avaient créé des travaux. Bravo à la présidente, madame Hélène Pellerin ainsi qu'aux membres de l'Afeas locale Sainte-Julienne pour avoir travaillé à ce salon, lequel fut un franc succès !

Patinoire

Dans notre belle région, nous retrouvons une patinoire de 9 kilomètres de long (deux couloirs glacés de 4,5 kilomètres).

Plusieurs de nos membres profitent de cette belle activité avec famille et amis. Auparavant, certaines membres Afeas se rencontraient sur le site pour de petites festivités.

Ce lieu est une fierté pour notre région !



RÉGION CENTRE-DU-QUÉBEC

Par Hélène Bergeron, présidente

Grâce aux vidéoconférences, des rencontres fréquentes entre les présidentes de nos Afeas locales ont tenu nos membres bien informées.

Pour sa rencontre « Journée internationale des droits des femmes », en mars 2021, plus de 84 membres accueillèrent le député fédéral monsieur Martin Champoux, venu nous annoncer l'octroi d'une subvention du « Programme Nouveaux Horizons ». Cette subvention a permis, avec la formation appropriée, l'achat de 8 tablettes et 3 ordinateurs portables, offerts gratuitement à quelques-unes de nos membres.

En novembre, afin de souligner la grande rentrée, nous avons tenu une rencontre en présentiel réunissant plus de 75 membres, sur le thème du réchauffement climatique. Cette activité s'est avérée une réussite.

Toujours en novembre, à Drummondville, en collaboration avec l'Afeas locale Saint-Charles, se tenait une cérémonie « Tendre la Main » à laquelle assistait notre présidente provinciale, madame Lise Courteau et plus de 80 membres. Là encore, une belle réussite !

RÉGION QUÉBEC-CHAUDIÈRE-APPALACHES

Par Lorraine Couture, présidente

Dans notre région, comme pour nous toutes, la pandémie a changé nos façons de faire et la plateforme Zoom fut très appréciée pour maintenir nos liens. Ainsi, toutes les activités régionales comme le congrès 2021, les C.A., la JARA, l'OTM etc., se sont déroulées en visio-conférence. C'est ce qui nous a permis de socialiser. À l'occasion des Fêtes 2021, un café-rencontre ayant pour thème « Les souvenirs d'antan », a rassemblé plusieurs membres qui ont toutes particulièrement apprécié.

Afin de maintenir les liens avec chacune, le cahier du congrès régional 2021 leur fut transmis personnellement par la poste. En février 2022, nous avons publié notre journal et l'avons également posté à chacune des membres, accompagné d'un dépliant contenant des gestes à poser pour protéger l'environnement.

Malgré cette période difficile, nous avons maintenu nos effectifs en comparaison de l'an dernier (254 membres, dont 20 nouvelles). Finalement, tous les billets de tirage ont trouvé preneur.

Que dire de plus, sinon merci à vous toutes qui faites vivre notre association féministe régionale ?

CONCOURS PROVINCIAUX: À VOS CANDIDATURES!

Concours Génération égalité : Capsules solutions

Les membres des comités Renouveau et PÉCA sont fières de vous présenter un tout nouveau concours provincial visant à contribuer au rayonnement de l'Afeas et à la création de liens intergénérationnels entre nos membres et les non-membres, le concours Génération égalité! Vous êtes invitées à créer une courte capsule vidéo (de 1 à 3 minutes) sur le thème du travail invisible ou de l'environnement en lien avec l'égalité de genre. Pour ce faire, vous devrez faire équipe avec une jeune personne non-membre. Une formation en création vidéo pour débutant.e.s sera offerte gratuitement à toutes les personnes qui souhaitent participer au concours, et de nombreux prix sont à gagner, allant jusqu'à 1 500 \$ en argent! **Information et Inscription sur le site de l'Afeas (www.afeas.qc.ca) dans la section Passez à l'action - Concours Génération égalité**

Concours du Prix Azilda-Marchand

L'objectif de ce concours est d'encourager les Afeas locales à réaliser des actions sociales et à faire connaître, entre autres par la publicité, l'implication de leurs membres dans le milieu, tant à l'interne qu'à l'externe. Les actions sociales en question doivent contribuer à réaliser la vision et la mission de l'Afeas. Les dossiers de participation éligibles au concours seront jugés en tenant compte des étapes de réalisation (qualité du processus), de l'importance des retombées pour le milieu et des preuves de l'implication de l'Afeas dans le choix et la réalisation de l'action. Toutes les Afeas locales, de même que les Afeas régionales en collaboration avec une ou des Afeas locales, peuvent participer au concours provincial du prix Azilda-Marchand. Des Afeas locales peuvent aussi se regrouper pour présenter une action commune.

Concours provincial Prix Activités femmes d'ici

Le concours *Prix Activités femmes d'ici* récompense des Afeas locales ou régionales qui organisent des *Activités femmes d'ici* dynamiques, novatrices et visibles dans leur milieu. Les *Activités femmes d'ici* contribuent à réaliser la vision et la mission de l'Afeas. Toutes les Afeas locales et/ou régionales peuvent participer au concours provincial des prix *Activités femmes d'ici*. Des Afeas locales peuvent aussi se regrouper pour présenter une *Activité femmes d'ici* commune. **Attention** : chaque candidature ne doit comporter qu'une seule activité.

Deux catégories de candidatures (et de prix à remporter) :

- *Activité femmes d'ici* locale
- *Activité femmes d'ici* régionale

Assurez-vous de prendre connaissance des critères d'éligibilité et des renseignements supplémentaires, dans les documents Informations et règlements de participation du concours qui vous intéresse.

Information générale :

- Toutes les candidatures doivent être retournées au siège social (par la poste ou par courriel) **avant le 31 mai 2022**.
- Les formulaires de candidature se trouvent sur le site Internet de l'Afeas, dans la section privée - Si vous n'avez pas accès à Internet, adressez-vous à votre Afeas régionale ou provinciale pour en obtenir une version papier.
- Pour ce qui est du concours Génération égalité, les instructions et la fiche d'inscription sont sur le site Internet de l'Afeas dans la section *Passez à l'action - Concours*.
- Les Afeas gagnantes recevront leur prix lors du prochain congrès provincial.

Pour toute question, adressez-vous à info@afeas.qc.ca ou téléphonez au siège social : 514-251-1636

Concours

RENOUVELLEMENT PRIX FIDÉLITÉ - 100 \$

Renouvelez votre cotisation d'ici le 15 août 2022 et participez au tirage d'un prix de 100\$. Le tirage aura lieu lors de l'assemblée générale provinciale de l'Afeas en septembre 2022. Remettez à la secrétaire de votre Afeas locale, avant le 15 août 2022, le présent coupon dûment complété, en même temps que votre renouvellement de cotisation 2022-2023. Votre secrétaire locale expédiera le tout (formulaire d'adhésion et coupon de participation) à la secrétaire régionale avant le 25 août 2022.

Coupon à remplir

Nom complet:	
N° de membre:	Nom de l'Afeas:
Adresse:	
Ville:	Code postal:
Téléphone:	Courriel:

CONCOURS D'ÉCRITURE

Pour une 2^e année consécutive, nous reprenons le concours d'écriture. Comme l'an passé, les participantes doivent être membre en règle de l'Afeas, écrire un texte de 600 à 650 mots et faire parvenir leur texte au siège social de l'Afeas à Huguette Dalpé, secrétaire-coordonnatrice à la revue (dalpe@afeas.qc.ca), avant le 15 avril 2022.

Thèmes et critères de sélection

Cette année, il n'y a aucun thème proposé ; vous pouvez écrire sur un sujet qui vous touche tout en respectant la mission, la vision et l'orientation de l'Afeas. Les critères de sélection demeurent les mêmes.

Prix

Trois gagnantes, sélectionnées parmi les textes que nous recevons, seront dévoilées au congrès provincial 2022 :

- **1^{er} prix** : 100 \$ et le texte sera publié dans la revue *Femmes d'ici* automne 2022 ;
- **2^e prix** : 50 \$ et le texte sera publié dans la revue *Femmes d'ici* printemps 2023 ;
- **3^e prix** : 25 \$ et le texte sera publié dans la revue *Femmes d'ici* été 2023.

Bonne chance à toutes et au plaisir de vous lire!

Équipe de rédaction

Rédaction

Lise Courteau
Joëlle Cardonne
Doris Milot
Huguette Dalpé

Couvertures / Infographie

Mélanie Loubier

Montage / Infographie

Mélanie Loubier

Coordination

Huguette Dalpé

La reproduction des articles est autorisée en mentionnant la source. Les articles n'engagent que la responsabilité de leurs auteurs.

Envoi de publication
No de convention : 40012171

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Québec 2022
Bibliothèque nationale du Canada 2022
ISBN 0705-3851
Impression : Héon & Nadeau imprimeur
Parution : Mars 2022
Revue imprimée sur papier recyclé



ASSOCIATION FÉMINISTE
D'ÉDUCATION ET
D'ACTION SOCIALE

La revue Femmes d'ici est publiée par l'Afeas
5999, rue de Marseille
Montréal (Québec) H1N 1K6
T. 514 251-1636
F. 514 251-9023
info@afeas.qc.ca
www.afeas.qc.ca

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

Centre-du-Québec

Sylvain Bergeron

405, St-Jean
Drummondville J2B 5L7
819-474-6575
info@afeascentreduquebec.ca

Estrie

Frédérique Garain

5182, boul. Bourque
Sherbrooke J1N 1H4
819-864-4186
afeasestrie@videotron.ca

Hautes-Rivières

Diane Doré

65, 1^{er} rang Wurtele
Ferme Neuve J0W 1C0
819-587-3199
ddore3@hotmail.com

Lanaudière

Manon Durand

412-1, 1^{ère} Avenue
Crabtree J0K 1B0
450-754-1119
afeasregionlanau@videotron.ca

Mauricie

Lise Descôteaux

90, rue Chapleau
Trois-Rivières G8W 1G1
819-694-9555
afeas.mauricie@hotmail.com

Montréal-Laurentides- Outaouais

Josée Boily

1241, 15^e Avenue
Pointe-aux-Trembles H1B 3R6
514-945-4302
mloafeas@gmail.com

Québec-Chaudière- Appalaches

Gisèle Boudreau

553, route du Petit Cap
Cap St-Ignace G0R 1H0
418-246-5535
gisele.boudreau50@gmail.com

Richelieu-Yamaska

Gaétane Gagnon

900, Sainte-Anne, suite 1-102
St-Hyacinthe J2S 5G7
450-209-7011
afeasry@cogocable.ca

Saguenay-Lac-St-Jean- Chibougamau

France Morissette

208, Dequen
St-Gédéon G0W 2P0
418-345-8324
afeas02@gmail.com

Pour retour à l'expéditeur :

Siège social de l'Afeas: 5999, rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6