

Rapport annuel d'activités

2023-2024

Adopté au conseil d'administration
du 22 mai 2024



Centre-Femmes de Lotbinière

TABLE DES MATIÈRES

MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	4
1. QUI SOMMES-NOUS ?.....	5
2. NOS VALEURS	6
3. LE PORTRAIT DES PARTICIPANTES	6
4. LA VIE ASSOCIATIVE	7
4.1 LES MEMBRES.....	7
4.2 LE CONSEIL D'ADMINISTRATION ET L'ASSEMBLEE GENERALE ANNUELLE (AGA)	7
4.3 LE BENEVOLAT.....	8
4.4 AMELIORATIONS LOCATIVES.....	8
4.5 LE PERSONNEL ET LA FORMATION	8
4.5.1 <i>Le personnel régulier</i>	8
4.5.2 <i>Les stagiaires</i>	8
4.5.3 <i>Les formations</i>	8
4.6 L'INFORM'ENTR'ELLES	9
4.7 PLANIFICATION STRATEGIQUE	9
5. LES SERVICES.....	10
5.1 LE SERVICE D'ACCUEIL, D'ECOUTE ET DE REFERENCE.....	10
5.2 BOTTIN DE RESSOURCES.....	10
5.3 PRET DE TABLETTES ELECTRONIQUES.....	10
5.4 LES CUISINES COLLECTIVES	11
5.4.1 <i>Diner de cuisines collectives</i>	11
5.4.2 <i>Journée nationale des cuisines collectives</i>	11
5.4.3 <i>Regroupement des cuisines collectives du Québec</i>	11
5.5 MINI-FRIPERIE	11
5.6 ACCES-LOISIRS	12
5.7 PRET DE SALLE.....	13
6 LES ACTIVITÉS ÉDUCATIVES	13
6.1 LES SESSIONS	13
6.1.1 <i>La communication consciente</i>	13
6.1.2 <i>Mieux me connaître pour de meilleures relations</i>	13
6.2 ATELIERS FEMMES DE CŒUR	13
6.3 RENCONTRES THEMATIQUES	13
6.4 CINE-DISCUSSIONS.....	14
6.5 CAFE CREATIF.....	14
6.6 JOURNEE INTERNATIONALE DES FEMMES	15
6.7 CONFERENCE POUR LA SEMAINE DE LA SANTE MENTALE	15
6.8 ACTIVITE DE NOËL.....	15
6.9 JOURNEE DE LA RENTREE	16
6.10 JOURNEE SANS-DIETE (EN LIGNE DE SOIR)	16
6.11 VOYAGE DE FIN D'ANNEE	16
7. L'ACTION COLLECTIVE	16
7.1 LA VIOLENCE FAITE AUX FEMMES	16
7.1.1 <i>Table de concertation en matière de violence conjugale du littoral</i>	16
7.1.2 <i>Brigade des rubans blancs</i>	17

7.1.3	<i>Comité régional en violence conjugale.....</i>	<i>18</i>
7.2	NOS ACTIONS CONTRE LA PAUVRETE.....	18
7.2.1	<i>Groupe de Réflexion et d'Action contre la Pauvreté (GRAP).....</i>	<i>18</i>
7.2.2	<i>Soupe au caillou (journée internationale pour l'élimination de la pauvreté).....</i>	<i>19</i>
7.2.3	<i>Les Incroyables Comestibles</i>	<i>19</i>
7.2.4	<i>Comité de coordination du comité de suivi du portrait de l'offre alimentaire de Lotbinière.....</i>	<i>19</i>
7.2.5	<i>Collectif de recherche participative sur la pauvreté en milieu rural.....</i>	<i>20</i>
7.3	NOTRE IMPLICATION DANS LE MILIEU AU NIVEAU DE LA MRC DE LOTBINIERE.....	20
7.3.1	<i>Comité des femmes entrepreneures</i>	<i>20</i>
7.3.2	<i>Corporation de Développement Communautaire (CDC).....</i>	<i>20</i>
7.3.3	<i>Table de concertation en développement communautaire (TCDC).....</i>	<i>21</i>
7.3.4	<i>Comité EDI.....</i>	<i>21</i>
7.3.5	<i>Comité du réseau des Éclaireurs</i>	<i>21</i>
7.3.6	<i>Autres liens.....</i>	<i>21</i>
7.4	IMPLICATION EN DEHORS DE LA MRC.....	22
7.4.1	<i>Réseau des groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches</i>	<i>22</i>
7.4.2	<i>Rencontre des Centres de Femmes de Chaudière-Appalaches.....</i>	<i>22</i>
7.4.3	<i>TROCCA.....</i>	<i>22</i>
7.4.4	<i>Comité de négociation nouveau cadre de référence PSOC.....</i>	<i>22</i>
7.4.5	<i>Comité consultatif sur la reconnaissance des organismes communautaires du CISSS Chaudière-Appalaches.....</i>	<i>22</i>
7.4.6	<i>Autres liens en dehors de notre MRC.....</i>	<i>23</i>
8.	LA VISIBILITE ET LE RAYONNEMENT DANS LE MILIEU.....	23
8.1	SITE INTERNET	23
8.2	RESEAUX SOCIAUX.....	23
8.3	KIOSQUES	23
8.4	VISIBILITE ET PRESENCE MEDIATIQUE	23
8.5	JOURNAUX LOCAUX	24
8.8	APPUIS DU MILIEU.....	24
9.	CONCLUSION.....	24
10.	PRIORITES D'ACTION POUR 2024-2025	25

MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Une autre année financière se termine au Centre-Femmes. Le conseil d'administration est fier de la quantité que de la qualité du travail accompli.

Le conseil d'administration désire souligner le travail exemplaire de Martine, Marylin, Audrey et Élodie. Grâce à elles, à leur ouverture aux nouveaux défis, à leur capacité de se renouveler et de se développer, nous avons pu maintenir une présence de qualité auprès des femmes.



À la dernière assemblée générale, nous avons convenu de 3 priorités d'action pour 2023-2024 :

- **Contribuer à implanter une politique d'égalité dans la MRC**
- **Consolider le programme Accès-Loisirs**
- **Amorcer notre démarche de planification stratégique**

CONTRIBUER À IMPLANTER UNE POLITIQUE D'ÉGALITÉ DANS LA MRC

Sous l'impulsion du Réseau des Groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches (RGFCA), la MRC de Lotbinière a décidé d'amorcer des travaux pour implanter une politique d'égalité dans notre MRC. Nous sommes avec le RGFCA un des moteurs pour accompagner la MRC à adopter cette politique. Nous avons contribué à la formation du comité de travail et à la réflexion. Nous prévoyons une consultation lors du conseil des maires de juin 2024 et une adoption à l'automne.

CONSOLIDER LE PROGRAMME ACCÈS-LOISIRS

La pandémie et le roulement de personnel dans les municipalités et les organismes de loisirs ont eu un impact important sur la popularité du programme. Nous avons changé un des points de service par le Carrefour-Emploi Lotbinière qui rejoint plusieurs personnes en situation de précarité. Pendant l'été 2023, Audrey a contacté un à un les responsables de loisirs pour leur présenter le programme afin d'augmenter les offres de loisirs.

AMORCER NOTRE DÉMARCHÉ DE PLANIFICATION STRATÉGIQUE

La planification stratégique actuelle 2020-2023 s'est terminée cette année. Le conseil d'administration s'était donné comme mandat d'amorcer la prochaine démarche de planification stratégique. En janvier, les membres du conseil d'administration ont identifié les forces, faiblesses, menaces et opportunités et les travailleuses ont fait la même démarche de leur côté dans le cadre d'un questionnaire individuel que nous avons mis en commun par la suite.

Nous avons lancé lors de l'activité pour la journée internationale des femmes un questionnaire en ligne qui s'adresse aux femmes de la région pour connaître leur opinion et leurs besoins. Nous allons poursuivre et terminer les travaux dans la prochaine année.

En terminant, je veux souligner l'engagement soutenu de mes collègues au conseil d'administration. Par leur présence, elles contribuent aux orientations du Centre et à son développement. Un immense merci à : Vanessa Morency, Julie Laroche, Sylvianne Côté, Linda Therrien, Sylvie Coulombe et Angéline Lamarche.

Mélanie Guérette-Morrisette, présidente

1. QUI SOMMES-NOUS ?

Le Centre-Femmes améliore les conditions et la qualité de vie des femmes. Il est un lieu de rencontre, d'échange, d'information, d'entraide, de formation et d'action pour les femmes de la MRC de Lotbinière. Créé par des femmes de la région en 1985, nous aidons individuellement les femmes, mais nous favorisons le cheminement de groupe. L'action collective est aussi un volet très important de notre travail pour améliorer les conditions de vie des femmes.



Notre mission

Offrir aux femmes de la MRC de Lotbinière un lieu de rencontre, d'échange, d'information, d'entraide, de formation et d'action en vue d'améliorer les conditions et la qualité de vie des femmes.

Notre vision

Le conseil d'administration a clarifié la vision du Centre-Femmes pendant l'année. Nous contribuons à promouvoir et à concrétiser une société égalitaire et non-violente et nous générons des impacts positifs et durables sur la vie des femmes.

Approche féministe

Notre approche est globale et non-compartmentée, elle porte un regard critique sur les causes sociales, culturelles, économiques et politiques des obstacles vécus par les femmes. L'intervention féministe est le type d'intervention que nous privilégions, comme la plupart des Centres de Femmes du Québec. Selon cette approche, chaque femme est une personne à part entière, elle a son identité propre, son vécu, son histoire. Avec les femmes, nous travaillons à défaire les contraintes sociales qui les empêchent de réaliser leur plein potentiel personnel et collectif. Notre intervention est inspirée de la base d'unité politique qui a été faite par le Regroupement provincial des Centres de Femmes du Québec.

Éducation populaire autonome

L'éducation populaire autonome est pour nous une autre façon d'apprendre et de partager les connaissances et les expertises. C'est de permettre d'explorer, d'expérimenter, d'oser et de questionner dans un lieu propice et d'une façon humaine. L'éducation populaire traverse l'ensemble de nos activités.

Notre mandat d'intervention féministe et d'éducation populaire vise à bien accueillir les femmes, à connaître leurs besoins, à les croire, à les accompagner et à les diriger vers les activités ou les services les plus adéquats, tout en respectant leurs demandes et leur rythme afin de bien les intégrer au Centre et/ou les aider à aller vers des ressources appropriées à leurs besoins.

Ruralité

Le Centre est situé en milieu rural. L'accès aux services est souvent très limité. Les distances sont grandes et les services de transport en commun sont minimes. Les valeurs sont conservatrices et tout le monde se connaît. Cette situation caractérise l'action de notre Centre.

2. NOS VALEURS

Nos valeurs sont :

<p>Accueil</p> <p>L'accueil se traduit par :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Une ouverture à l'autre -Un climat de confiance et de convivialité -De l'ouverture, et de l'écoute sans jugement 	<p>Respect</p> <p>Pour nous le respect c'est :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Croire au potentiel des femmes, à leurs compétences -Soutenir les femmes dans leur cheminement -Favoriser la liberté de choix des femmes -Inciter les femmes à prendre leurs propres décisions 
<p>Égalité</p> <p>L'égalité comme fondement de nos actions :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Les femmes sont égales quel que soit leur statut social, race, religion, etc. -Les rôles, les responsabilités et les devoirs de chacune sont clarifiés. 	<p>Solidarité</p> <p>La solidarité se manifeste par :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Des interventions de groupe -La création et le développement de liens entre les femmes -Des collaborations et des alliances avec des acteurs du milieu 
<p>Innovation</p> <p>L'innovation s'exprime par :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Être à l'affût et saisir des opportunités -Améliorer nos pratiques -Créer 	

3. LE PORTRAIT DES PARTICIPANTES

Elles habitent majoritairement la MRC de Lotbinière. Elles sont de toutes les tranches d'âge, le groupe le plus important se situe entre 50 et 75 ans. Certaines femmes viennent depuis de nombreuses années assidûment, d'autres viennent occasionnellement et d'autres ponctuellement, selon leur besoin et ce qu'elles traversent dans leur vie. Beaucoup de femmes viennent pour une référence, une information, du soutien dans des situations d'urgence, de crise et de deuil. Plusieurs s'impliquent bénévolement dans notre organisme.



La pauvreté

Pour un grand nombre de femmes, leurs conditions de vie sont difficiles. Elles ont souvent de bas revenus avec peu d'espoir de changement et d'amélioration. Peu ou pas d'argent signifie privation, la course aux aliments, la hausse des prix, problèmes de logement, problèmes de santé, problèmes de transport, détresse psychologique, insécurité, honte, épuisement, peu de loisirs et peu de plaisir. Les besoins de base ne sont pas tous comblés.

L'isolement

Beaucoup de femmes vivent seules. De plus, le tissu social de nombreuses femmes du Centre-Femmes est faible, elles ont peu ou pas de liens avec leur famille, en particulier celles qui ont des problèmes de santé mentale, de santé physique ou celles qui vivent dans la pauvreté. Nous avons aussi de plus en plus de nouvelles arrivantes. Le sentiment d'exclusion est très présent. En vieillissant, les occasions de perdre des relations se multiplient et il peut être difficile d'en nouer de nouvelles.

La violence

Le harcèlement, l'inceste, la violence physique ou psychologique et verbale ont fait partie de la vie de plusieurs femmes qui fréquentent le Centre. Elles nous contactent pour se reconstruire, se connaître, apprendre à se faire confiance et à faire confiance.

La santé mentale et physique

La santé mentale des femmes se fragilise. La charge mentale, la pauvreté et l'isolement ont des impacts qui jouent grandement sur la santé mentale et physique des femmes que l'on rencontre. Lorsqu'elles participent à nos activités de groupe ou lorsqu'elles nous appellent, elles nomment se sentir énergisées, moins anxieuses, moins seules. Malgré leur souffrance, plusieurs femmes nous confirment trouver, dans nos moments d'échange, la force de passer à travers leur quotidien. Nous sommes pour plusieurs l'ancrage, la ressource qui leur permet une certaine stabilité.

4. LA VIE ASSOCIATIVE

4.1 Les membres

Les femmes paient une cotisation annuelle de 5\$ pour devenir membre du Centre-Femmes et signifier leur appui à notre mission. En 2023-2024, 327 femmes étaient membres du Centre comparativement à 292 femmes l'an dernier.

Les membres reçoivent un bulletin de liaison (soit par courriel ou par la poste selon leur préférence). Elles bénéficient aussi de certains rabais pour participer à trois activités : journée internationale des femmes, voyage de fin d'année et fête de Noël.

4.2 Le conseil d'administration et l'Assemblée générale annuelle (AGA)

Notre assemblée générale annuelle a eu lieu le 30 juin 2023 et 70 membres étaient présentes. Nous avons 5 postes en élection. Nous avons accueilli 3 nouvelles membres du conseil d'administration : Vanessa Morency, Sylvie Coulombe et Sylvianne Côté. Linda Therrien et Angéline Lamarche ont été réélues. Nous remercions les membres sortantes : Rolande Bergeron et Rosalie Payeur.

Il y a eu 9 rencontres du conseil d'administration cette année. En février, Angéline Lamarche et Martine Turgeon ont participé à une formation en ligne sur la gouvernance des organismes communautaire en santé et service sociaux offerte par la TROCCA. En mars, le conseil d'administration et l'équipe de travail sont allés voir la pièce de théâtre *Projet Polytechnique* à Victoriaville.



Julie, Sylvianne, Linda, Sylvie, Vanessa et Mélanie. (Angéline absente de la photo)

Notre conseil d'administration pour l'année 2023-2024 était le suivant :

Nom	Poste occupé	En poste depuis	Mandat finissant	Poste	Élue ou nommée
Vanessa Monrency	Administratrice	2023	2025	1	É

Julie Laroche	Administratrice	2022	2024	2	É
Sylvie Coulombe	Administratrice	2023	2025	3	É
Sylvianne Côté	Administratrice	2023	2024	4	É
Linda Therrien	Administratrice	2021	2025	5	É
Mélanie Guérette-Morrisette	Administratrice	2022	2024	6	É
Angéline Lamarche (depuis février 2022)	Administratrice	2022	2025	7	É

4.3 Le bénévolat

Le bénévolat est important pour notre organisme. Les femmes s'impliquent bénévolement au conseil d'administration, préparent et servent la soupe au caillou, participent à la représentation, à l'envoi du bulletin de liaison du Centre, à la brigade des rubans blancs, à la Mini-friperie, etc. Les travailleuses salariées font aussi du bénévolat pour le Centre en faisant des achats, le lavage, des recherches, etc. Au total, c'est 126 bénévoles différentes qui ont offert 1789 heures.

Nous avons participé au projet du Comité Relève Bénévole de Lotbinière qui veut mettre en valeur les bénévoles dans la région par 6 vidéos réalisées pour la semaine de l'activité bénévole qui aura lieu en avril 2024. L'une des vidéos mettait en vedette les bénévoles au tri des vêtements de la mini-friperie.

4.4 Améliorations locatives

À l'été 2023, nous avons fait réparer la partie en tôle du toit de notre maison et nous avons fait installer une enseigne extérieure près de la rue pour améliorer notre visibilité. En mars, nous avons fait faire une extension à notre toit sur la rampe d'accès pour les personnes handicapées parce qu'il s'accumulait de la glace qui pouvait être dangereuse.

4.5 Le personnel et la formation

4.5.1 Le personnel régulier

L'équipe régulière se compose de trois femmes qui vivent dans la région de Lotbinière et qui sont très impliquées dans le Centre et dans la région. Il s'agit de Audrey Gingras, intervenante, Marylin Shallow, intervenante responsable des cuisines collectives et Martine Turgeon, directrice.

Audrey est partie en congé de maternité en septembre 2023 et a été remplacée en partie par Élodie Paré qui avait fait son stage au BAC en travail social avec nous au Centre-Femmes en 2022-2023. Élodie était avec nous à raison de 3 jours par semaine.



Audrey



Martine, Marylin et Élodie

4.5.2 Les stagiaires

Élodie Paré a terminé son stage pour le BAC en travail social (4 jours par semaine) en avril 2023. Laurianne Tremblay, stagiaire en technique de travail social a terminé son stage à raison d'un jour par semaine en mai 2023.

4.5.3 Les formations

Pour le développement du Centre et de nos travailleuses, nous croyons qu'il est très important d'investir du temps et des ressources financières dans la formation.

Au printemps, Martine a terminé la formation Gestion d'organismes communautaires qui s'est déroulée du 19 septembre 2022 au 6 mai 2023. Cette formation offerte par l'Université Laval est une création unique au Québec et a été développée en collaboration avec Centraide. Le programme permet aux participants d'aborder différents thèmes liés aux défis de la gestion en milieu communautaire, de faire du réseautage et de partager leur vécu avec des pairs. Cette formation de 90h étalée sur 9 mois aborde les sujets suivants : Se connaître comme gestionnaire, le leadership, la gouvernance et la reddition de comptes. La formation a été un atout pour le Centre-Femmes.

Le contexte de formations ou de rencontres en ligne a aussi permis d'approfondir leurs connaissances dans les champs d'intérêt suivants :

- | | |
|---|---|
| Autodéfense verbale | Découvrir les aliments d'ici |
| Changement à la DPJ | Réduire sa facture d'épicerie |
| Loi 25 | Intelligence émotionnelle |
| Méta regard (5 rencontres) | Saine alimentation et lecture d'étiquette |
| Mettre du plaisir et de la motivation dans le travail | Formation sur la retraite |
| Formation sur les biais cognitifs | Formation sur le régime de retraite et assurances collectives |
| Formation sur l'hygiène mentale | Formation Share point |
| Satisfaction de compassion | Formation sur la planification stratégique. |
| Grossophobie médicale | Comment améliorer les connaissances et les compétences des élus au regard de la participation citoyenne |
| Tableau interactif | |
| Violence conjugale en milieu autochtone | |

4.6 L'Inform'Entr'Elles

Nous avons réalisé 10 infolettres. Environ 100 membres reçoivent l'infolettre par la poste et environ 200 membres la reçoivent maintenant par courriel. Ce moyen permet d'alléger les frais postaux et réduire notre empreinte écologique. Toutefois, nous constatons que plusieurs femmes abandonnent l'envoi courriel pour le recevoir par la poste. Le fait d'avoir deux modes d'envoi demande plus de travail et d'ajustement. Des bénévoles nous donnent un coup de main pour faire l'envoi postal.

Nous avons beaucoup travaillé pour améliorer le visuel de notre bulletin d'information. L'Inform'Entr'Elles permet aux femmes de connaître nos activités. Il est aussi disponible sur notre site web.



4.7 Planification stratégique

Nous avons adopté en février 2021 notre plan stratégique. Voici les principaux axes de notre planification et les objectifs.

AXES	OBJECTIFS
Membership/vie associative	<ul style="list-style-type: none"> Maintenir notre membership à au moins 250 membres Outils le CA (pour bien jouer son rôle)
Ressources matérielles	<ul style="list-style-type: none"> Acquérir et entretenir nos équipements
Ressources financières	<ul style="list-style-type: none"> Augmenter notre financement
Ressources humaines	<ul style="list-style-type: none"> Développer et augmenter les compétences et l'efficacité des travailleuses Favoriser l'implication bénévole
Activités et services	<ul style="list-style-type: none"> Outils les femmes Favoriser le réseautage des femmes Aider matériellement les femmes

	<ul style="list-style-type: none"> • Promouvoir la santé mentale et physique des femmes
Représentations/actions collectives	<ul style="list-style-type: none"> • Lutter contre la pauvreté • Lutter contre la violence • Agir localement pour le développement durable • Promouvoir l'amélioration des conditions et qualité de vie des femmes
Plan de communication/visibilité	<ul style="list-style-type: none"> • Se doter d'un plan de communication

Nous avons établi un plan de travail pour réviser notre planification stratégique dans la prochaine année. Avec les travailleuses et les membres du c.a., nous avons fait en février un bilan des forces, faiblesses, menaces et opportunités qui sont devant nous.

À la fin mars, nous avons lancé un sondage en ligne pour connaître l'opinion des femmes de notre région sur notre organisme et sur les défis qu'elles rencontrent. Des groupes de discussion sont prévus en avril pour alimenter notre démarche de planification stratégique. Nous allons poursuivre les travaux pendant la prochaine année.

5. LES SERVICES

5.1 Le service d'accueil, d'écoute et de référence

Nous offrons aux femmes de la région un service d'accueil et de référence. Les réalités que nous rencontrons le plus souvent sont l'isolement, les problèmes de santé mentale, la pauvreté, la violence conjugale, les nouvelles arrivantes, etc. Cette année, les relations d'aide se sont faites par téléphone, en ligne et en présentiel.

Depuis quelques années nous compilons le temps que les travailleuses ont consacré en relation d'aide avec les femmes. Malgré le remplacement d'Audrey par Élodie à temps partiel, la relation d'aide a pris une place importante dans l'horaire de travail. Nous avons accueilli 276 femmes différentes, avons consacré plus de 459 heures et 907 relations d'aides différentes.

5.2 Bottin de ressources

Le bottin est un outil qui favorise l'accès des femmes aux services qui existent dans la région ou autour pour les aider et développer leur autonomie. Pendant l'été 2022, nous avons fait la mise à jour du bottin de ressources (12^e édition). À l'automne, 2000 bottins ont été imprimés et distribués.

En mars 2023, nous avons reçu la confirmation d'un financement pour réimprimer des exemplaires par le Réseau d'Éclaireurs en santé psychologique. Nous avons fait réimprimer 3000 copies du bottin. Il ne nous en reste que quelques copies. Nous planifions faire la 13^e édition à l'été 2025. C'est à suivre.

BOTTIN RESSOURCES

DU CENTRE-FEMMES LOTRINIÈRE



5.3 Prêt de tablettes électroniques

Pendant la pandémie, le Centre a acheté 15 tablettes que nous prêtons gratuitement aux femmes afin de faciliter leur participation à nos activités et à celles des autres organismes de la région. Nous avons fait du support pour que les femmes s'approprient la plate-forme Zoom. Nous en avons toujours plus d'une dizaine en circulation. Deux femmes ont choisi d'acheter la tablette qui leur avait été prêtée.

5.4 Les cuisines collectives

Les cuisines collectives, c'est beaucoup plus que de la cuisine... Nous avons 3 groupes de cuisines collectives : nos groupes s'adressent aux femmes de toute la région et prioritairement pour les femmes avec des enfants à charge et à faible revenu. Pour la plupart des femmes, la participation à la cuisine collective est un moyen de se prendre en main, de rencontrer d'autres femmes, réduire les coûts, de se valoriser. Lors des journées de cuisine, les échanges sont nombreux entre les participantes. Les femmes racontent les hauts et les bas de leur vie quotidienne. Les relations avec l'amoureux, les difficultés avec les enfants, la santé, la nutrition, l'isolement, les problèmes d'argent et d'emploi sont des sujets qui font partie du quotidien des groupes de cuisines collectives.

Les recettes sont choisies à l'avance et sont les mêmes pour les 3 groupes. C'est la travailleuse responsable des cuisines collectives qui achète les denrées pour réaliser les recettes. Les rencontres ont lieu le mercredi et réunissent entre 4 et 6 femmes.



Des participantes des cuisines avec Marylin

Nous avons réalisé 30 rencontres de cuisines collectives pendant l'année. Nous avons rejoint 22 femmes différentes, avons eu 151 présences et réalisé 2942 portions de nourriture.

5.4.1 Diner de cuisines collectives

Notre objectif est de permettre aux participantes d'améliorer leur coffre d'outils personnel, de créer des liens entre elles et d'approfondir leurs connaissances sur des sujets d'actualité.

Voici les thèmes qui ont été abordés cette année : Réduire le gaspillage, Journée sans-diète Beauté à tout prix, Quizz sur les termes culinaires, mieux se connaître, Autocompassion, Violence, confiture de mots doux, mes fiertés, quizz sur la journée internationale des femmes, les légumineuses.

5.4.2 Journée nationale des cuisines collectives

Pour souligner la journée nationale des cuisines collectives qui a lieu en mars, chacun des trois groupes de cuisines collectives ont fait de la sauce à spaghetti pour mettre dans les 4 frigos-communautaires de la région. Nous souhaitons faire connaître les frigos-communautaires de la région et le mouvement des cuisines collectives.

5.4.3 Regroupement des cuisines collectives du Québec

Nous sommes membres du Regroupement des Cuisines Collectives du Québec depuis plusieurs années et recevons le bloc-notes, leur bulletin de liaison. Nous avons participé à des rencontres d'informations et d'échanges avec le RCCQ.



Un des groupes de cuisines avec la sauce spaghetti

En avril, 5 participantes des cuisines collectives ont participé à la consultation du RCCQ sur le droit à l'alimentation à Lévis.

5.5 Mini-friperie

Depuis plusieurs années, nous avons aménagé dans le sous-sol du Centre-Femmes une Mini-friperie. Les femmes peuvent venir chercher des vêtements et des menus objets gratuitement. Sans faire de sollicitation, nous recevons beaucoup de marchandises qui sont rendues accessibles gratuitement aux femmes. Ce service est apprécié et plusieurs femmes s'impliquent pour le tri des vêtements.



Des bénévoles au tri à la mini-friperie

Plusieurs bénévoles donnent du temps mensuellement pour participer à l'entretien (tri) de notre Mini-friperie. Cette année nous avons réalisé 12 rencontres de tri avec 187 présences. Le Centre d'échange est une porte d'entrée au Centre-Femmes pour plusieurs femmes.

Nous recevons plusieurs femmes immigrantes accompagnées du Carrefour Emploi Lotbinière qui sont arrivées depuis peu au Québec.

5.6 Accès-Loisirs

Ce programme permet à des personnes à faible revenu de participer à des loisirs gratuitement. En septembre 2017, nous avons pris la relève de la coordination du Programme Accès-Loisirs dans notre MRC (à la suite de la disparition du regroupement de partenaires « Lotbinière en forme »). Nous sommes au cœur de ce programme implanté dans la région depuis 2011.

Le programme Accès-Loisirs fonctionne habituellement de la façon suivante :

- Le Centre-Femmes sollicite les municipalités et les organismes de loisirs pour qu'ils allouent des places de loisirs pour les gens à faible revenu.
- Le Centre-Femmes fait la publicité, la compilation des offres de loisirs et les statistiques.
- Les points de service ouvrent pendant une période précise, deux ou trois jeudis dans l'année de 13h30 à 18h30, pour prendre les inscriptions.



Ce programme nous tient à cœur, car il aide les personnes en situation de pauvreté et il répond à un réel besoin.

Cette année, nous avons changé de point de service. Anciennement à la Maison de la Famille c'est maintenant le Carrefour-Emploi Lotbinière qui est le deuxième point de service.

Nous avons tenu deux éditions du programme Accès-Loisirs le 7 septembre 2023 et le 18 janvier 2024.

	Activités différentes offertes	Nbre de places offertes	Nbre de places prises	Nbre de personnes différentes ayant reçu activité	Centre-Femmes Nbre de visites	Carrefour Emploi Lotbinière Nbre de visite
Septembre 23	54	88	35	32	16	8
Janvier 24	45	129	29	23	9	6

Nous avons travaillé fort pour faire connaître le programme. C'est un travail qui est souvent à recommencer avec le roulement de la main d'œuvre dans les municipalités et des personnes qui s'occupent des loisirs. Nous allons poursuivre le programme

l'an prochain avec le Carrefour Emploi Lotbinière comme point de service. Nous allons poursuivre les démarches pour faire connaître davantage le programme.

5.7 Prêt de salle

Nous prêtons ponctuellement une salle de réunion pour faciliter l'accès aux services aux femmes de la région. Nous avons prêté nos locaux quelques fois à la Jonction pour Elle et au CALACS Rive-Sud. C'est pour nous une façon de rendre accessible les services régionaux aux femmes de la région.

6 LES ACTIVITÉS ÉDUCATIVES

Les activités éducatives ont pour but d'améliorer la situation personnelle des femmes de notre région en brisant leur isolement. Nous faisons de l'éducation populaire en favorisant la prise de conscience des impacts de notre socialisation comme femme.

6.1 Les sessions

6.1.1 La communication consciente

En mars et avril 2023, nous avons offert une session sur la communication consciente avec le groupe Conscientia. En avril, il y a eu 3 rencontres avec 15 femmes et 45 présences.

6.1.2 Mieux me connaître pour de meilleures relations

Nous avons conçu et offert cette série de 5 rencontres pour aider les femmes à vivre de meilleures relations. Cette session est inspirée par des techniques d'impact et a été offerte par Élodie. La session comptait 5 rencontres, nous avons rejoint 7 femmes avec 31 présences.

6.2 Ateliers Femmes de cœur

Ce groupe ouvert a débuté en septembre 2014. Il est un lieu enrichissant et stimulant de rencontres et d'échanges pour les femmes qui brisent leur isolement. Il est animé par une intervenante de l'Oasis (Groupe d'entraide en santé mentale) et une intervenante du Centre. Voici les thèmes abordés au cours des 9 rencontres (119 présences). Nous avons rejoint 38 femmes différentes.

- Le pouvoir de nos choix (13 présences)
- Créer des liens (13 présences)
- Partager nos trucs de gestion du stress (16 présences)
- Lâcher-prise : plus facile à dire qu'à faire (13 présences)
- Le contrôle coercitif : qu'est-ce que c'est? (9 présences)
- Calendrier d'actions bienveillantes (5 présences)
- Écouter nos besoins (16 présences)
- Gestion de conflits (18 présences)
- Mettre nos limites (16 présences)

6.3 Rencontres thématiques

Chaque année, nous organisons des rencontres thématiques qui permettent aux femmes de se rencontrer et d'augmenter leurs connaissances. Voici la liste des 11 rencontres qui ont eu 102 présences :



Des participantes à mieux me connaître pour des meilleures relations

- Démystifier l'homosexualité et la bisexualité (LGBTQ+) avec GRIS Chaudière-Appalaches 9 présences
- Le consentement sexuel (avec Ex-Equo et CALACS) 10 présences
- Autodéfense verbale (avec Chan Théry) 14 présences
- Autodéfense physique (avec Chan Théry) 11 présences
- Équijustice c'est quoi? (avec Équijustice) 5 présences
- Voyage Portugal-Grèce : direction dépassement de soi 13 présences
- Mise en conserve (avec les Choux gras) 14 présences
- Auto-défense verbale 8 présences
- La retraite l'aspect psychosocial 6 présences
- Témoignages de femmes immigrantes (avec le Carrefour-Emploi Lotbinière) 12 présences



Les participantes à l'atelier de Wendo

6.4 Ciné-discussions

Nous avons débuté les ciné-discussions au printemps 2023. Les objectifs des ciné-discussions sont de permettre aux femmes d'acquérir des connaissances et de partager des opinions en échangeant sur des sujets qui les intéressent par le biais d'un support visuel comme un film ou un documentaire. Voici les thèmes abordés pendant l'année :

- T'as juste à porter plainte! 18 présences
- Les moyens de la classe moyenne 11 présences
- Laissez-nous raconter; spiritualité autochtone 12 présences
- Le deuil en héritage 13 présences
- Accro : Troubles de dépendances 13 présences
- Miss Dumplin (grossophobie) 11 présences
- Le monstre (violence conjugale) 01 présence
- T'es belle pour une noire 06 présences
- Libre 05 présences

Ce sont 90 présences que nous avons eu dans le cadre des 9 rencontres.

6.5 Café créatif

Nous avons débuté l'an dernier un nouvel atelier ayant pour titre le café créatif. Il a lieu une fois par mois et veut permettre aux femmes d'explorer leur créativité. C'est un moment entre femmes pour sortir de la maison, sans pression, dans le plaisir et le réconfort. Voici les thèmes abordés :

- Bijou d'intention en argile (avec atelier Papillon) 10 présences
- Drawing paint 09 présences
- Boîte d'espoir 10 présences
- Mon animal Totem 10 présences
- Boule de neige 18 présences
- Karaoké 06 présences
- Zentagle 15 présences
- Papier à gratter 12 présences
- Carnet créatif (avec atelier Papillon) 13 présences



Les participantes d'un café-créatif

Ce sont 103 présences que nous avons eu avec les 9 café-créatifs

6.6 Journée Internationale des femmes

Nous avons souligné la journée internationale des femmes le 21 mars avec une conférence de Marthe Laverdière à la salle des Lions à St-Flavien. Près de 300 femmes étaient présentes pour entendre sa conférence ON PEUX-TU ÊTRE HEUREUSES? Marthe Laverdière nous a fait réfléchir tout en nous divertissant.

Ce fut une belle soirée, nous avons profité de cette occasion pour lancer notre sondage pour alimenter notre planification stratégique. L'activité a permis de faire connaître le Centre-Femmes dans la région. Encore une fois les valeurs véhiculées par Madame Laverdière étaient alignées avec celles du Centre-Femmes.



Marthe Laverdière

6.7 Conférence pour la semaine de la santé mentale

Depuis 2013, nous soulignons la semaine de la santé mentale avec des partenaires. Cette année encore, nous étions associés avec l'Oasis de Lotbinière, le Contrevent et le Regroupement des Personnes Aidantes de Lotbinière. Nous avons accueilli le conférencier originaire de la région Jean-François Lacasse avec la conférence « JE PILOTE MA SANTÉ MENTALE, voyagez en première classe ». Nous avons eu le support financier de la part des Éclaireurs pour nous aider à financer la tenue de la conférence. 190 personnes ont assisté à cette rencontre fort intéressante.

Nous souhaitons poursuivre ce genre de collaboration pour souligner la semaine de la santé mentale l'an prochain. La prochaine activité aura lieu le 15 mai 2024.

6.8 Activité de Noël

Nous avons tenu notre activité de Noël au Club de Golf de Lotbinière. Être dans un restaurant nous permet de ne pas avoir à s'occuper de la logistique de l'activité (décoration, installation de la salle, repas, etc.). Nous n'avons qu'à faire l'animation de la soirée. L'équipe de travailleuses et les membres du c.a. ont animé l'activité.

Les 57 participantes étaient ravies de se retrouver. Nous avons bien mangé, avons créé des liens entre nous et avons eu bien du plaisir.



Nos membres du c.a. en lutin pour l'activité de Noël

6.9 Journée de la rentrée

En septembre, nous avons accueilli Guylaine Guay pour la journée de la rentrée avec sa conférence « Vous êtes HOT!». C'est plus de 180 femmes qui sont venues entendre cette artiste bien connue. Elle abordait la confiance en soi, le privilège de vieillir, le regard des autres et l'authenticité avec humour. Elle livrait un message très cohérent avec les valeurs du Centre-Femmes.



Guylaine Guay pendant sa conférence

6.10 Journée sans-diète (en ligne de soir)

En mai, pour souligner la journée sans-diète, nous avons accueilli la conférence Émotions et alimentation de Marie-Michèle Ricard, psychothérapeute. Cette journée a pour but d'apporter aux femmes une approche positive du corps et de mettre en garde contre le cercle vicieux des diètes. Nous avons accueilli 40 participantes. Nous avons fait l'activité en collaboration avec le Centre-Femmes la Rose des Vents de Thetford-Mines.

6.11 Voyage de fin d'année

Depuis longtemps, nous organisons une sortie éducative avec les femmes du Centre. Cette année, notre activité a eu lieu le 29 juin. Une visite du Parlement, un dîner au restaurant le Parlementaire, une visite libre du quartier Petit Champlain et le traversier de Lévis étaient les activités à l'honneur. Notre autobus était rempli à pleine capacité, soit 48 femmes.

Pendant le dîner, Madame Isabelle Lecours, députée provinciale, est venue rencontrer les femmes au restaurant. Elle a pris le temps de se présenter à chacune des tables pendant le dîner.

7. L'ACTION COLLECTIVE

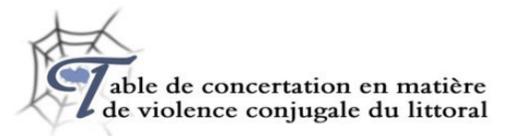
Nous trouvons très important d'agir collectivement pour améliorer les conditions de vie des femmes. Nos actions s'inspirent de la déclaration citoyenne des femmes que nous avons adoptée il y a quelques années. Nous vous présentons les grands volets de nos actions collectives :

- La violence faite aux femmes
- La pauvreté
- Le portrait de l'offre alimentaire
- Nos implications dans la MRC de Lotbinière et hors de la MRC

7.1 La violence faite aux femmes

7.1.1 Table de concertation en matière de violence conjugale du littoral

La table fait des activités de sensibilisation dans le cadre de la journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes. Notre participation à cette table nous permet d'être en lien avec tous les intervenants en violence de notre région (policiers, CISSS, Maison d'hébergement, groupe pour conjoints violents, Centre Jeunesse, Groupe Espace, CALACS, Centre-Femmes, CAVAC, Procureure de la couronne, etc.).



Nous sommes l'organisme fiduciaire des sommes alloués à cette table. Notre directrice a la responsabilité de convoquer et d'animer les rencontres. La table s'est réunie 4 fois et a reçu un budget pour faire des actions de prévention. Nous avons discuté lors de nos rencontres de l'implantation des tribunaux spécialisés en violence conjugale, de l'implantation du Services Intégrés pour les Victimes d'Aggressions sexuelles et violence conjugale (SIVA) dans la région et des défis que ça comporte. La table est un espace privilégié pour l'échange d'informations entre les intervenants en violence conjugale.

La table a réalisé une activité de sensibilisation ouverte à tous, en novembre. L'activité se nommait « LA VIOLENCE CONJUGALE, C'EST NON POINT FINAL! Par-delà l'espoir naît la liberté -Mon histoire ». Notre conférencière Nathalie Trottier, qui a vécu de la violence conjugale pendant plusieurs années, nous a partagé son vécu et son cheminement. Près de 70 personnes s'étaient réunies pour l'entendre. La grève dans le secteur public a eu des effets importants sur la participation à l'activité.



La plupart des membres de la table violence du littoral avec Nathalie Trottier lors de la conférence LA VIOLENCE CONJUGALE, C'EST NON POINT FINAL !

Un sous-comité de travail s'est réuni 5 fois pour organiser l'activité. Nous avons aussi fait une campagne publicitaire pour inviter les gens à l'activité, une publicité a été diffusée dans Le Peuple de Lotbinière, Le journal de Lévis, le Beauce-Média et la voix du Sud. Environ 500 dépliants sur le contrôle coercitif ont été acheté au Regroupement des Maisons d'Hébergement pour être distribués dans les groupes membres de la table. Le leadership du sous-comité responsable de cette activité a été assumé par le Centre-Femmes de Lotbinière avec d'autres membres de la table.

7.1.2 Brigade des rubans blancs

Nous avons pu faire plusieurs actions pour dénoncer la violence. Cette année, nous avons fait la fabrication de 1500 rubans blancs avec 16 femmes le 2 novembre. Deux bénévoles, Sylvianne Côté et Diane Nault, ont fait la distribution préliminaire des rubans dans les entreprises de la région. Plus de 70 entreprises collaborent avec nous pour distribuer des rubans blancs auprès de leurs employés.

Cette année, nous avons fait fabriquer des pancartes extérieures pour les journées d'actions contre la violence. Nous en avons distribuée une quinzaine à nos partenaires pour qu'ils affichent leur solidarité pour dire Non à la violence faite aux femmes. Nous avons également fait une présentation au conseil des maires de la MRC le 22 novembre pour inviter les élus à porter le ruban blanc.



Diane et Sylvianne qui partent distribuer les rubans aux entreprises de la région

Nous avons tenu des kiosques à l'école secondaire Beurivage et à Pamphile-LeMay pour distribuer des rubans blancs en collaboration avec le Regroupement des Jeunes de Lotbinière.

Nous avons mené avec la Sûreté du Québec un barrage à Laurier-Station afin de remettre des outils de sensibilisation concernant la violence conjugale aux automobilistes. Quatre femmes du Centre y étaient fièrement avec une procureure de la couronne, quatre policiers et une conseillère municipale de Laurier-Station. En même temps, une équipe composée d'une travailleuse et d'une bénévole ont visité une quarantaine de commerces pour distribuer des rubans blancs.



L'équipe du barrage routier

7.1.3 Comité régional en violence conjugale

Le comité régional en violence conjugale regroupe les représentants des 4 tables en violence conjugale (Beauce, Montmagny-L'Islet, Appalaches et Grand Littoral) et des représentants du CISSS. Notre directrice représente la table du littoral à ce comité. Martine a participé aux 4 rencontres du comité et à une rencontre spéciale de discussion sur un répertoire d'outils en violence conjugale fait par le Conseil du statut de la femme. Les travaux du comité ne sont pas aussi rapides que souhaités.

des 4 tables en violence conjugale (Beauce,



Table de concertation régionale
en violence conjugale
Chaudière-Appalaches

En février, le comité a organisé une rencontre qui réunissait les membres de toutes les tables de Chaudière-Appalaches. Nous étions présents à cette rencontre qui traitait de la violence post-séparation et du contrôle coercitif. Une belle occasion de réseautage.

7.1.4 Carrefour Sécurité Violence conjugale (CSVC)

Nous sommes membres du Carrefour Sécurité Violence conjugale. C'est un modèle d'actions intersectorielles qui a pour but d'améliorer la sécurité des victimes de violence conjugale et des proches. Des rencontres ont lieu dans notre région pour les intervenants et les personnes en autorité afin de mettre en place une cellule de crise au besoin. Nous avons participé à une rencontre dans l'année.



Carrefour **sécurité**
en **violence conjugale**

7.2 Nos actions contre la pauvreté

7.2.1 Groupe de Réflexion et d'Action contre la Pauvreté (GRAP)

Nous avons poursuivi notre participation au GRAP. Nous avons participé à 5 rencontres de ce comité composé des organismes suivants : l'Oasis, Aide Alimentaire Lotbinière, le CISSS Chaudière-Appalaches, la CDC de Lotbinière, la CDDS, le CEL, le Carrefour des Personnes Aînées, Entraide Ste-Croix, la MRC de Lotbinière et le Centre-Femmes. Le GRAP est responsable de la mise en œuvre de l'Alliance pour la solidarité du plan de lutte à la pauvreté du Québec. Le GRAP a travaillé intensivement à se donner un plan de travail et identifier les priorités pour la MRC de Lotbinière pour le plan de lutte à la pauvreté. Trois priorités ont été retenues; le logement social, la sécurité alimentaire et le transport. C'est un lieu important d'échange d'informations et de réseautage.



7.2.2 Soupe au caillou (journée internationale pour l'élimination de la pauvreté)

Nous avons participé activement à l'organisation de l'activité pour la journée contre la pauvreté du GRAP de Lotbinière qui a eu lieu le 17 octobre. L'activité a réuni près de 135 personnes. Le thème était ENSEMBLE POUR LUTTER CONTRE LA PAUVRETÉ. Nous présentions les projets réalisés avec le soutien du plan de lutte à la pauvreté et des discussions sur ce qui pourrait être fait pour améliorer la situation.



L'équipe de fabrication de la soupe au caillou

L'outil « CA POURRAIT ETRE TOI! » qui a été développé par des personnes en situation de pauvreté de la région dans le cadre du plan de lutte à la pauvreté y a été lancé officiellement. Des bénévoles du Centre, sous la supervision de Marylin, ont préparé la soupe qui est servie aux participants de l'activité. C'est un beau travail de mobilisation que nous faisons pour réaliser cette soupe de solidarité annuellement.

7.2.3 Les Incroyables Comestibles

Nous avons fait partie du comité de travail du GRAP de Lotbinière qui a été mis en place en 2019 pour implanter le mouvement des Incroyables comestibles dans la MRC de Lotbinière. Depuis 2021, nous avons un petit jardin Incroyables comestibles près de la rue dans des bacs.



Marylin, Marie-Josée et Yvette qui préparent le jardin

Nous y plantons des légumes. Les passants sont invités à participer à ce mouvement mondial en s'impliquant dans ce petit jardin. Nous avons participé à deux activités conférences des Incroyables Comestibles une en mai et l'autre en septembre.

7.2.4 Comité de coordination du comité de suivi du portrait de l'offre alimentaire de Lotbinière

En 2021-2022, nous avons réalisé un portrait de l'offre alimentaire dans Lotbinière en collaboration avec le GRAP de Lotbinière dans le cadre du plan de lutte à la pauvreté. L'an dernier, nous avons produit le portrait qui compte 4 sections : La présence des aliments traceurs dans les 18 municipalités, un inventaire des initiatives locales, les consultations de la population et finalement des pistes de réflexions et d'actions. Le rapport est disponible sur notre site WEB et 150 copies papier ont été distribuées.



Le comité de coordination du comité de suivi du portrait est composé de la façon suivante : Organisatrice communautaire et nutritionniste du CISSSCA, la CDC de Lotbinière, Aide Alimentaire Lotbinière et nous.

Nous avons organisé, le 28 février 2024, un 5 à 7 pour faire le suivi du portrait de l'offre alimentaire dans notre région. Plus de 35 personnes ont participé à cette activité. Six rencontres du comité organisateur ont été nécessaires pour préparer cette rencontre.

7.2.5 Collectif de recherche participative sur la pauvreté en milieu rural

Le collectif est formé de professeurs de l'UQAR, des représentants du CISSS-CA, des organismes communautaires (experts de pratique) et des experts de vécu. Nous sommes là parce que nous trouvons important qu'il se fasse des interventions et des recherches universitaires pour mieux comprendre et intervenir en milieu rural. Nous avons participé à trois rencontres régulières du collectif.

Depuis août, le collectif a nommé un comité de coordination composé des 3 trios d'expertise. C'est Martine qui représente le volet expert de la pratique. Il y a eu 5 rencontres du comité de coordination et une rencontre par groupe d'expertise. Martine a aussi participé au rendez-vous des partenaires qui a eu lieu en le 15 mars dernier. Ce rendez-vous se voulait un moment pour présenter le collectif aux partenaires et échanger avec eux sur les orientations du groupe de recherche.

7.3 Notre implication dans le milieu au niveau de la MRC de Lotbinière

Le Centre-Femmes joue un rôle essentiel dans la MRC de Lotbinière. Nous sommes un agent de développement de notre milieu. Notre équipe stable, allumée, compétente et expérimentée apporte à la région une vision globale pour améliorer les conditions de vie des gens. Nous trouvons important de faire du maillage ainsi que des contacts formels et informels pour faire avancer les choses.

7.3.1 Comité des femmes entrepreneures

Depuis plus de 22 ans, nous organisons des activités pour les femmes entrepreneures de notre région. Ces activités sont réalisées en collaboration avec la Chambre de Commerce de Lotbinière, le département de développement économique de la MRC de Lotbinière et des femmes entrepreneures de la région. Le comité organisateur a tenu 4 rencontres pendant l'année. Notre directrice s'occupe particulièrement du soutien du comité (animation, compte-rendu, évaluation, etc.).

Nous avons conclu l'an dernier une entente avec la Chambre de Commerce de Lotbinière pour qu'il fasse partie du comité de travail et s'occupe de l'organisation des activités (publicité, réservation de salle, gestion des inscriptions, etc.), tout en gardant l'assurance de conserver l'image du comité des femmes entrepreneures et d'avoir des activités accessibles financièrement sans devoir être membre de la Chambre de commerce.



Des participantes au 5 à 7 d'octobre

Le 26 avril, nous avons fait un 5 à 7 à St-Agapit qui permettait aux femmes entrepreneures de se retrouver, 20 femmes étaient présentes. Le 18 octobre, une vingtaine d'entrepreneures se sont retrouvées à l'invitation du comité à un 5 à 7 à Dosquet pour échanger entre elles. Face à ce succès, nous avons organisé un déjeuner informel pour les femmes entrepreneures à Ste-Croix, le 22 février, 14 entrepreneures ont répondu à l'appel.

7.3.2 Corporation de Développement Communautaire (CDC)

La CDC regroupe tous les groupes communautaires de notre MRC. Nous en faisons partie depuis ses débuts. Nous avons participé au lancement de la nouvelle image de marque de la CDC en septembre et au déjeuner des DG à Ste-Croix en décembre.



7.3.3 Table de concertation en développement communautaire (TCDC)

Nous avons participé aux 3 rencontres de la Table. Elle réunit une trentaine d'organismes de la région de Lotbinière. Habituellement, la coordination de la table est assumée conjointement par le CISSS-CA, la CDC et la MRC de Lotbinière. Il y a eu beaucoup de changements dans les groupes pendant l'année, ce qui la fragilise. Notre directrice a participé à une rencontre d'un comité de travail.

7.3.4 Comité EDI

En février 2023, nous avons participé à une rencontre avec l'équipe du Réseau des groupes de femmes et le directeur général de la MRC de Lotbinière pour discuter de la possibilité d'adopter une politique d'équité diversité et inclusion à la MRC avec le support du Réseau. La MRC a accepté d'aller de l'avant, les travaux ont commencé en avril 2023. Le Comité regroupe les personnes suivantes :

- Huguette Charest, maire de Laurier-Station et directrice du Carrefour-Emploi Lotbinière
- Jean Bergeron, maire de Lotbinière
- Marie-Eve Marcotte-Buissière, conseillère municipale de Val-Alain
- Marilyn Shallow, conseillère municipale de Ste-Agathe et employée au Centre-Femmes
- Alexandre Lemay, employé de la MRC
- Martine Turgeon, directrice du Centre-Femmes
- Caroline Hamel, du Réseau des groupes de femmes (jusqu'en janvier)
- Laury Morency, du Réseau des groupes de femmes (à partir de février)

Le comité s'est réuni à 5 reprises. Le départ de Caroline Hamel du Réseau a ralenti un peu le travail. Nous souhaitons faire une consultation avec les maires en juin et que la politique soit adoptée par la MRC à l'automne 2024.

7.3.5 Comité du réseau des Éclaireurs

Les réseaux des Éclaireurs c'est une démarche mise en place par le gouvernement du Québec dans toutes les régions pour augmenter la capacité d'adaptation et de résilience des communautés en contexte de pandémie et de post-pandémie. Un petit comité a été formé dans la région pour identifier des projets pour notre communauté. Notre directrice a participé à une rencontre du comité. Nous avons reçu des sommes du budget des Éclaireurs pour Accès-Loisirs et pour la conférence que nous organisons avec des partenaires pour la semaine de la santé mentale.



Nous allons aussi nous joindre au Carrefour des Personnes Aînées, Regroupement des Personnes Aidantes, Corporation de Développement Communautaire pour organiser en 2024-2025 deux conférences, une sur le deuil en novembre et l'autre sur les soins palliatifs prévue en mai.

7.3.6 Autres liens

Voici une liste des événements ou rencontres auxquels nous avons participé dans la MRC.

Date	Quoi	Organisé par qui?
19 avril	Activité reconnaissance des bénévoles	ARB
1 juin	Comité Priorité Enfants Lotbinière	Comité priorité enfants Lotbinière
13 septembre	Conseil des maires	MRC Lotbinière
22 septembre	Visite Plate-forme de compostage	MRC Lotbinière

Date	Quoi	Organisé par qui?
16 septembre	Tournoi de balle féminin (bénéfice)	Les Alphas
31 octobre	Entrevue avec la journaliste du Peuple de Lotbinière sur le prix des aliments	Le peuple de Lotbinière
2 novembre	Partager pour mieux collaborer	Équipe élargie en santé mentale
8 novembre	Lancement disque Alicia Deschênes	Alicia Deschênes
15 novembre	Comité Pro-action Jeunesse	Comité pro-action jeunesse
22 novembre	Conseil des maires	MRC Lotbinière
4 février	Conférence le Cancer en cadeau	Présence Lotbinière
22 novembre	Lancement projet signature	MRC de Lotbinière

7.4 Implication en dehors de la MRC

7.4.1 Réseau des groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches

Le Réseau des Groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches rassemble les groupes de femmes. Nous sommes membres depuis ses débuts. En octobre, nous avons participé à une rencontre des membres en février, à une rencontre de consultation pour leur planification stratégique et à un webinaire sur l'âgisme.

En février 2023, nous avons participé à une rencontre avec l'équipe du Réseau et le directeur général de la MRC de Lotbinière pour discuter de la possibilité d'adopter une politique d'inclusion à la MRC avec le support du Réseau. La MRC accepte d'aller de l'avant dans la prochaine année pour adopter une telle politique. Les travaux ont commencé pendant l'année.



7.4.2 Rencontre des Centres de Femmes de Chaudière-Appalaches

Nous avons organisé une rencontre des coordonnatrices des six Centre-Femmes de la région Chaudière-Appalaches en octobre qui a eu lieu dans nos locaux. Il y a beaucoup de roulement au sein de plusieurs Centre-Femmes de notre région. Voici les 5 centres de la région : Centre-Femmes La Rose des Vents (Appalaches), Centre-Femmes de Beauce, Centre-Femmes L'Ancre (Lévis), Centre-Femmes La Jardilec (Montmagny, L'Islet) et Centre-Femmes de Bellechasse.

7.4.3 TROCCA

Nous sommes membres de la TROCCA qui est la Table Régionale des Organismes Communautaires de Chaudière-Appalaches. Nous avons participé à quelques formations Facebook : siéger au c.a. d'un organisme communautaire, régime de retraite des groupes communautaires et des groupes de femmes et les assurances collectives.



7.4.4 Comité de négociation nouveau cadre de référence PSOC

En mars, Martine a été nommée comme une des représentantes des groupes communautaires pour le comité de négociation du prochain cadre de référence pour les relations entre le CISSSCA et les groupes communautaires. Une première rencontre d'appropriation du dossier a eu lieu le 28 février.

7.4.5 Comité consultatif sur la reconnaissance des organismes communautaires du CISSS Chaudière-Appalaches

Notre directrice fait partie de ce comité du CISSS Chaudière-Appalaches. Le comité s'est réuni à 3 reprises pendant l'année. Le comité a pour mandat d'analyser les nouvelles demandes de reconnaissance des organismes communautaires.

7.4.6 Autres liens en dehors de notre MRC

En plus de toutes les activités déjà énumérées, nous avons participé aux activités suivantes :

Date	Quoi	Organisé par
5 avril	Consultation du RCCQ sur le droit à l'alimentation	RCCQ
13 avril	Conférence de presse lancement AFU	Ministère de la Justice
17 août	Rencontre Maryse Mathieu et Frédérique Sénéchal projet SIVA	
5 octobre	Table ronde citoyenne municipalités rurales et ses enjeux	Femmes politique et démocratie
30 novembre	Conférence Cesser le Feu avec Isabelle Côté	Centre-Femmes de Beauce
7 février	Webinaire Campagne CASH	Table des regroupements provinciaux
26 février	Communauté de pratique sur la sécurité des femmes	Table de concertation des groupes de femmes de l'Estrie
21 février	Formation sur les régimes de retraites des groupes communautaires et groupes de femmes et assurances collectives	TROCCA

8. LA VISIBILITE ET LE RAYONNEMENT DANS LE MILIEU

8.1 Site Internet

Nous mettons à jour régulièrement notre site WEB dont l'adresse est www.cflotbiniere.org

C'est un outil qui permet aux gens de connaître nos activités, nos services, nos actions et notre histoire. Il y a toutes les éditions de l'Inform'Entr'Elles.

8.2 Réseaux sociaux

La pandémie nous a amené à développer et à mieux maîtriser les réseaux sociaux. Ces moyens de communication ont été privilégiés pour faire connaître à la communauté nos activités, services et enjeux de la dernière année.



Sur Facebook nous avons eu une progression ; 1400 personnes aiment maintenant notre page et nous avons 1600 abonnés. Nous sommes, depuis le début mars 2021, présents sur Instagram à **centrefemmeslotbiniere**. Nous en sommes à 223 abonnés. Nous apprivoisons ce média qui rejoint principalement les 16-45 ans.



8.3 Kiosques

Nous avons tenu des kiosques dans les écoles secondaires pour les journées d'action contre la violence faites aux femmes et lors de l'activité sur la violence conjugale en novembre à Lévis.

8.4 Visibilité et présence médiatique

En plus de nos 10 infolettres envoyées à nos membres nous avons eu quelques articles dans le Peuple de Lotbinière. Ce journal local est maintenant publié à toutes les deux semaines et n'est plus distribué par la poste à chacune de maisons de la MRC de Lotbinière. Ce n'est pas facile pour les médias locaux.

8.5 Journaux locaux

Dans plusieurs des 18 municipalités de la région, il y a des journaux locaux dans lesquels on peut publier de l'information sur nos activités gratuitement. Nous les avons utilisés à plusieurs occasions. Pour la prochaine année, nous voulons continuer d'être bien visible dans la région.

8.8 Appuis du milieu

Plusieurs organisations et individus nous apportent du soutien :

- Le Peuple de Lotbinière publie des articles sur notre organisme
- BMR a choisi notre organisme pour l'année. Il nous a fourni et installé des stores pour tout le premier étage de notre Centre et un de leur employé est venu nous aider à faire du calfeutrage. Ils nous ont fourni des prix de présence pour notre activité de Noël et nous ont remis un chèque de 300\$
- Beaucoup de personnes donnent des vêtements pour notre Mini-Friperie
- De nombreuses femmes offrent de leur temps pour le Centre.
- Plusieurs dizaines d'entreprises s'impliquent dans la brigade des rubans blancs
- Des citoyens nous font des dons de nourriture (surplus de jardins, œufs, dinde, produits d'érable, etc.)
- Le kiosque Roy donne beaucoup de ses surplus de légumes
- Le St-Édmond a offert 2 billets de spectacles pour un prix de présence lors de notre activité de la journée internationale des femmes.
- L'entreprise Bibby Ste-Croix ont dégagé des employés pour venir cuisiner des repas pour les participantes des cuisines collectives le 8 mars
- Les participantes du tournoi de balle des Alphas (ligue de balle donnée féminine) ont remis les profits de leur tournoi au Centre-Femmes.
- Alicia Deschênes auteure, compositrice et interprète de notre région a déposé une demande de bourse au conseil des arts pour travailler un projet avec nous à l'automne prochain. Cette bourse a été approuvée.
- Chan They habite en France et est une formatrice de longue date en autodéfense féministe, nous a offert des formations sur le Wendo verbal et physique.
- Les agents de la faune ont offert des poissons qui avait été saisi dans la région.
- Les municipalités et les organismes de loisirs nous offrent des loisirs gratuits.
- Accès-Loisirs Québec nous a donné plusieurs articles de sport
- Les chevaliers de Colomb avec l'arbre de Noël enchanté a offert des cadeaux de Noël à 7 enfants de femmes qui fréquentent le Centre
- Plusieurs organismes collaborent avec nous sur différents projets ou activités.
- Etc.



9. CONCLUSION

Le Centre-Femmes est important dans la vie des femmes de la région. Pour plusieurs femmes, le Centre est un deuxième chez-soi, un lieu d'appartenance et d'action, une sorte de famille. Nos services, activités, actions et notre accueil ont un impact important pour améliorer leurs conditions de vie et réduire l'exclusion sociale des femmes.

Le Centre-Femmes est très actif dans la MRC. Nous avons des liens forts avec la plupart des acteurs de la région (groupes communautaires, milieu municipal, organismes de développement économique, clubs sociaux, entreprises, CISSS Chaudière-Appalaches, écoles secondaires, policiers, etc.). Par notre expertise, nous sommes un acteur important et même incontournable dans le développement de notre MRC. Nous sommes là pour stimuler le développement de la région et pour améliorer les conditions de vie des femmes. Nous sommes fiers de nos réalisations et des résultats de l'année. Encore une fois, l'équipe, qui était réduite, s'est surpassée.

10. PRIORITES D'ACTION POUR 2024-2025

Au cours de la prochaine année, nous souhaitons en plus de nos activités régulières mettre l'accent sur les dossiers suivants

- **Contribuer à implanter une politique d'égalité dans la MRC**
- **Adopter notre planification stratégique 2025-2030**
- **Collaborer aux travaux de la Marche Mondiale des femmes contre la pauvreté et la violence qui aura lieu en octobre 2025.**
- **Souligner notre 40 ème anniversaire**



39 ANS D'ACTION AVEC LES FEMMES DANS LOTBINIÈRE



139, Principale, St-Flavien, Québec, G0S 2M0

Tél. :(418) 728-4402

www.cflotbiniere.org

direction@cflotbiniere.org



CENTRE-
FEMMES
DE LOTBINIÈRE
