

Rapport annuel d'activités 2024-2025

Adopté au conseil d'administration
du 22 mai 2025



**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> | <i>8</i> |
| 4.5.2 <i>Les stagiaires</i> | <i>8</i> |
| 4.5.3 <i>Les formations</i> | <i>8</i> |
| 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 | 11 |
| 5.4 LES CUISINES COLLECTIVES | 11 |
| 5.4.1 <i>Diner de cuisines collectives</i> | <i>11</i> |
| 5.4.2 <i>Journée nationale des cuisines collectives</i> | <i>12</i> |
| 5.4.3 <i>Regroupement des cuisines collectives du Québec</i> | <i>12</i> |
| 5.5 MINI-FRIPERIE | 12 |
| 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>Antidote 1 : une quête d'identité</i> | <i>13</i> |
| 6.1.2 <i>Mieux me connaître pour vivre de meilleures relations</i> | <i>13</i> |
| 6.1.3 <i>Créer une chanson (avec Alicia)</i> | <i>14</i> |
| 6.2 ATELIERS FEMMES DE CŒUR | 14 |
| 6.3 ATELIERS D'ECRITURE LIBRE | 14 |
| 6.4 CAFE CREATIF | 15 |
| 6.5 CINES-DISCUSSIONS | 15 |
| 6.6 RENCONTRES THEMATIQUES | 15 |
| 6.7 JOURNEE INTERNATIONALE DES FEMMES ET 40 EME | 16 |
| 6.8 CONFERENCE POUR LA SEMAINE DE LA SANTE MENTALE | 16 |
| 6.9 ACTIVITE DE NOËL | 16 |
| 6.10 JOURNEE DE LA RENTREE | 16 |
| 6.11 JOURNEE SANS-DIETE (EN LIGNE DE SOIR) | 17 |
| 6.12 VOYAGE DE FIN D'ANNEE | 17 |
| 6.13 CONFERENCES SUR LES SOINS PALLIATIFS ET LE DEUILS | 17 |
| 7. L'ACTION COLLECTIVE | 17 |

| | | |
|------------|---|-----------|
| 7.1 | LA VIOLENCE FAITE AUX FEMMES | 18 |
| 7.1.1 | <i>Table de concertation en matière de violence conjugale du littoral</i> | 18 |
| 7.1.2 | <i>Brigade des rubans blancs</i> | 18 |
| 7.1.3 | <i>Comité régional en violence conjugale</i> | 19 |
| 7.2 | NOS ACTIONS CONTRE LA PAUVRETE | 19 |
| 7.2.1 | <i>Groupe de Réflexion et d'Action contre la Pauvreté (GRAP)</i> | 19 |
| 7.2.2 | <i>Soupe au caillou (journée internationale pour l'élimination de la pauvreté)</i> | 20 |
| 7.2.3 | <i>Sous-comité Santé du GRAP</i> | 20 |
| 7.2.4 | <i>Les Incroyables Comestibles</i> | 20 |
| 7.2.5 | <i>Comité sécurité alimentaire</i> | 21 |
| 7.2.6 | <i>Collectif de recherche participative sur la pauvreté en milieu rural</i> | 21 |
| 7.3 | NOTRE IMPLICATION DANS LE MILIEU AU NIVEAU DE LA MRC DE LOTBINIERE | 21 |
| 7.3.1 | <i>Comité des femmes entrepreneures</i> | 22 |
| 7.3.2 | <i>Corporation de Développement Communautaire (CDC)</i> | 22 |
| 7.3.3 | <i>Table de concertation en développement communautaire (TCDC)</i> | 22 |
| 7.3.4 | <i>Comité EDI (création d'une politique EDI pour la MRC)</i> | 22 |
| 7.3.5 | <i>Comité du réseau des Éclaireurs</i> | 23 |
| 7.3.6 | <i>Comité EDI (activité avec les entreprises)</i> | 23 |
| 7.3.7 | <i>Autres liens</i> | 23 |
| 7.4 | IMPLICATION EN DEHORS DE LA MRC | 24 |
| 7.4.1 | <i>Réseau des groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches</i> | 24 |
| 7.4.2 | <i>Rencontres des Centres de Femmes de Chaudière-Appalaches</i> | 24 |
| 7.4.3 | <i>TROCCA</i> | 24 |
| 7.4.4 | <i>Comité de négociation nouveau cadre de référence PSOC</i> | 24 |
| 7.4.5 | <i>Comité consultatif sur la reconnaissance des organismes communautaires du CISSS Chaudière-Appalaches</i> | 25 |
| 7.4.6 | <i>Participation à un projet provincial de recherche sur la pauvreté</i> | 25 |
| 7.4.7 | <i>Autres liens en dehors de notre MRC</i> | 25 |
| 8. | LA VISIBILITE ET LE RAYONNEMENT DANS LE MILIEU | 25 |
| 8.1 | SITE INTERNET | 25 |
| 8.2 | RESEaux SOCIAUX | 25 |
| 8.3 | KIOSQUES ET PRESENTATIONS | 25 |
| 8.4 | VISIBILITE ET PRESENCE MEDIATIQUE | 26 |
| 8.5 | JOURNAUX LOCAUX | 26 |
| 8.6 | APPUI DU MILIEU | 26 |
| 9. | CONCLUSION | 27 |
| 10. | PRIORITES D'ACTION POUR 2025-2026 | 27 |

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 4 priorités d'action pour 2024-2025 :



CONTRIBUER À IMPLANTER UNE POLITIQUE D'ÉGALITÉ, DIVERSITÉ ET INCLUSION (EDI) DANS LA MRC

L'an dernier, 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 avons été 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. Une consultation a eu lieu auprès des maires en juin 2024 et l'adoption a eu lieu au conseil des maires de novembre 2025. L'adoption du plan d'action est prévue pour le mois de mai 2025.

ADOPTER NOTRE PLANIFICATION STRATÉGIQUE 2025-2030

La planification stratégique actuelle 2020-2023 s'est terminée. Le conseil d'administration a lancé lors de la journée internationale des femmes 2024 un questionnaire en ligne qui s'adressait aux femmes de la région pour connaître leur opinion et leurs besoins. Pendant cette année financière, nous avons fait la compilation des résultats et nous avons fait un groupe de discussion avec des membres. Nous avons analysé les résultats et avons mandaté une firme pour nous aider à terminer les travaux. Nous prévoyons adopter la planification en septembre et faire le lancement lors de la journée de la rentrée.

COLLABORER AUX TRAVAUX DE LA MARCHÉ MONDIALE DES FEMMES CONTRE LA PAUVRETE ET LA VIOLENCE QUI AURA LIEU EN OCTOBRE 2025

Nous faisons partie du comité de la Marche Mondiale du Réseau des Groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches qui s'occupe de préparer le grand rassemblement de la Marche Mondiale qui aura lieu à Québec le 18 octobre prochain. Nous avons fait partie d'un sous-comité de travail qui a produit une vidéo promotionnelle qui a été diffusée lors des activités dans la région Chaudière-Appalaches pour la journée internationale des femmes.

SOULIGNER NOTRE 40 EME ANNIVERSAIRE

Le 40^{ème} anniversaire du Centre-Femmes a été souligné lors de notre activité de la journée internationale des femmes avec la venue de l'humoriste Mélanie Couture. Chaque mois, nous allons publier une capsule sur facebook qui présentera des moments importants dans les 40 ans du Centre.

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 Julie Laroche, Sylvianne Côté, Linda Therrien, Sylvie Coulombe, Angéline Lamarche et notre petite nouvelle Sonia Castonguay.

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 les croire, à connaître leurs besoins, 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, pays d'origine, 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 2024-2025, 356 femmes étaient membres du Centre comparativement à 327 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 28 mai 2024 et 67 membres étaient présentes. Nous avons 3 postes en élection. Les trois membres sortantes ont été réélues pour un deuxième mandat. Il s'agit de Julie Laroche, Sylvianne Côté et Mélanie Guérette-Morrisette. Nous avons eu la démission de Vanessa Morency en septembre 2024 pour des raisons personnelles. Elle a été remplacée en mars par Sonia Castonguay. Il y a eu 9 rencontres du conseil d'administration cette année.



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

Notre conseil d'administration pour l'année 2024-2025 était le suivant :

| Nom | Poste occupé | En poste depuis | Mandat finissant | Poste | Élue ou nommée |
|--|-----------------|-----------------|------------------|-------|----------------|
| Vanessa Morency (départ septembre 2024) | Administratrice | 2023 | 2025 | 1 | É |
| Sonia Castonguay (depuis mars 2025) | Administratrice | mars 2025 | | | N |
| Julie Laroche | Administratrice | 2022 | 2026 | 2 | É |
| Sylvie Coulombe | Administratrice | 2023 | 2025 | 3 | É |
| Sylvianne Côté | Administratrice | 2023 | 2026 | 4 | É |
| Linda Therrien | Administratrice | 2021 | 2025 | 5 | É |
| Mélanie Guérette-Morrisette | Administratrice | 2022 | 2026 | 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 110 bénévoles différentes qui ont offert 1648 heures.

Nous avons participé à l'activité reconnaissance des bénévoles qui a eu en avril sous forme d'un gala. Nous avons nommé Sylvianne Côté comme bénévole de l'année.



4.4 Améliorations locatives

À l'été 2024, le revêtement de plancher de notre grande salle a été fait. L'installation d'un contre-plaqué et d'un nouveau revêtement de plancher au goût du jour est plus facile d'entretien. C'est plus agréable pour les participantes du Centre.

En fin d'année, nous avons fait l'achat d'un nouveau photocopieur/scanneur/imprimante. Le nôtre arrivait à la fin de sa vie. À l'été 2025, ce sera le revêtement de plancher de la cuisine que nous avons prévu de faire.

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 revenue de congé de maternité en août 2024. C'est Élodie Paré qui l'a remplacé a raison de 3 jours semaine. Élodie avait fait son stage au BAC en travail social avec nous au Centre-Femmes en 2022-2023. Élodie a quitté en juillet 2024.



Élodie



Audrey, Marylin et Marilyn

4.5.2 Les stagiaires

Nous avons accueilli Rosalie Charest, stagiaire en technique de travail social au CEGEP Lévis/Lauzon à raison d'un jour par semaine à la session d'hiver. Mégane Larochelle étudiante au BAC en travail social a fait une mineure d'environ 30 heures au Centre-Femmes de Lotbinière dans son stage au Réseau des Groupes de Femmes de Chaudière-Appalaches en coanimant un groupe avec Audrey. Nous avons accueilli 2 étudiantes au Campus Collégial de Lotbinière pour un stage d'observation d'une vingtaine d'heures chacune.

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.

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

Formation sur la politique salariale (par la TROCCA)
 Mini-colloque sur la gestion des groupes communautaires (Convergence)
 Cours de premiers soins (CNESTT)
 Auto-défense physique avec Chan Thery

Formation Share Point (Patrick Gravel consultant)
 La loi 25 (par la TROCCA)
 Formation sur le réseautage
 La planification stratégique (par la CDC)
 Support en situation de conflit (Équijustice)

4.6 L'Inform'Entr'Elles

Nous avons réalisé 9 bulletins d'informations. Environ 125 membres reçoivent l'infolettre par la poste et environ 230 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.

Dans la prochaine année, l'équipe de travail veut aller chercher de la formation pour améliorer nos communications, aller chercher des moyens plus efficaces pour rejoindre les gens.



4.7 Planification stratégique

Nous avons amorcé notre démarche de planification stratégique en janvier 2024. Voici un tableau des principales étapes de notre démarche

| Moment | Quoi? | Qui? |
|------------|--|---|
| Janvier | Adoption du plan de la démarche | Conseil d'administration (C.a.) |
| Février | Bilan des forces, faiblesses, menaces et opportunités qui sont devant nous | C.a. et équipe de travail |
| Mars | Sondage en ligne pour connaître l'avis des femmes de Lotbinière | Membres et population féminine de la région |
| Avril | Groupe de discussion | 9 membres |
| Mai à août | Analyse des résultats | Adjointe virtuelle et équipe de travail |
| Septembre | Présentation des demandes des femmes et les possibilités de réponses | Équipe de travail et C.a. |
| Janvier | Contrat avec firme RAISE pour nous aider à compléter la démarche | C.a. |
| Mars | Dépôt d'un document de travail par la firme | C.a. |

La firme que nous avons engagée nous a fait un document pas du tout adapté à notre réalité. Nous avons choisi de reprendre le travail à l'interne. En avril 2025, les membres du conseil d'administration lors d'une rencontre spéciale ont fait un choix des priorités.

Nous prévoyons adopter la planification stratégique 2025-2030 en juin ou septembre. Le lancement sera fait lors de la journée de la rentrée le 30 septembre prochain.

Voici les principaux axes de notre planification et les objectifs pour la planification 2020-2023 actuellement en vigueur .

| AXES | OBJECTIFS |
|-------------------------------------|--|
| Membership/vie associative | <ul style="list-style-type: none"> • Maintenir notre membership à au moins 250 membres • Outiller 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"> • Outiller les femmes • Favoriser le réseautage des femmes • Aider matériellement les femmes • 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 |

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 tentons de compiler le temps que les travailleuses ont consacré en relation d'aide avec les femmes. La relation d'aide a pris une place importante dans l'horaire de travail. Nous avons accueilli 286 femmes différentes, avons consacré plus de 508 heures et 908 relations d'aides différentes. Nous en avons sûrement fait beaucoup plus.

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. Nous planifions faire la 13^e édition à l'été 2025 et le lancer lors de la journée de la rentrée du 30 septembre.

Notre directrice va faire partie d'un comité de travail de la CDC de Lotbinière qui veut mettre en place une plate-forme de référence un peu comme la Station Communautaire en Beauce ou La Borne des Appalaches. Ce projet est financé par le programme des Éclaireurs. C'est à suivre.



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 une dizaine en circulation. Trois ont été vendues aux femmes et deux ont été perdues.

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, de 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.

Nous avons réalisé 29 rencontres de cuisines collectives pendant l'année. Nous avons rejoint 25 femmes différentes, avons eu 152 présences et réalisé 2863 portions de nourriture. C'est comparable à l'an dernier. Le nombre de portions par famille est plus petit. C'est difficile de rejoindre les femmes avec des enfants à charge parce qu'elles sont moins disponibles.



Des participantes des cuisines avec Marylin

5.4.1 Dîner de cuisines collectives

Notre objectif est de permettre aux participantes d'améliorer leur coffre d'outils personnels, 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 :

Quizz sur le jour de la terre, la bienveillance, arroche-moi un sourire, programmation du menu et accueil, créer des liens, violence faite aux femmes, jeux de Noël, la résolution de problème (île déserte), quizz sur le droit des femmes, la Marche Mondiale des femmes (vidéo du RGFC).

Cela représente près de 30 animations sur 10 thèmes différents pendant l'année.

5.4.2 Journée nationale des cuisines collectives

Pour souligner la journée nationale des cuisines collectives qui a lieu en mars, nous avons fait une vidéo regroupant des participantes de nos groupes de cuisines collectives. Cette vidéo a été diffusée sur nos réseaux sociaux la dernière semaine de mars pour souligner la journée des cuisines collectives qui a lieu le 26 mars de chaque année.



Le groupe 3 des cuisines qui souligne la journée nationale

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.

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.



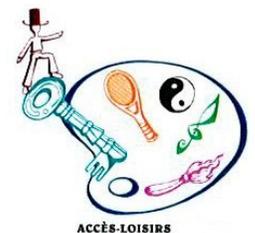
Plusieurs bénévoles donnent du temps mensuellement pour participer à l'entretien (tri) de notre Mini-friperie. Cette année nous avons réalisé 11 rencontres de tri avec 181 présences. La Mini-friperie est une porte d'entrée au Centre-Femmes pour plusieurs femmes. Nous recevons plusieurs femmes immigrantes 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 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.

Le Carrefour-Emploi Lotbinière et nous sommes les points de service pour la région de la MRC de Lotbinière.

Nous avons tenu deux éditions du programme Accès-Loisirs le 19 septembre 2024 et le 30 janvier 2025

| | 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 visites | Nombre de personnes différentes rejointes |
|-----------|--------------------------------|-------------------------|-----------------------|---|-------------------------------|---|---|
| Septembre | 51 | 133 | 35 | 31 | 14 | 9 | 47 |
| Janvier | 45 | 129 | 29 | 23 | 9 | 6 | 75 |

Nous avons travaillé fort pour faire connaître le programme. En décembre, nous avons fait une rencontre d'information avec les intervenants de la MRC pour présenter le programme. En janvier, nous avons participé à une rencontre des responsables des loisirs de la région. 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. De plus en plus, les activités de loisirs sont offertes au privé et ça amène des défis supplémentaires.

5.7 Prêt de salle

Nous prêtons ponctuellement une salle de réunion pour faciliter l'accès aux services aux femmes de la région. Nous offrons toujours la possibilité à la Jonction pour Elle, au CALACS Rive-Sud et à Espace Finances d'avoir accès à cette salle. C'est pour nous une façon de rendre accessible les services régionaux aux femmes de la MRC de Lotbinière.

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 Antidote 1 : une quête d'identité

À l'automne, nous avons offert la session Antidote. C'est un cheminement en groupe de 10 rencontres qui vise à trouver un « Antidote » pour améliorer sa santé et retrouver son identité. Ce groupe mise sur le potentiel des femmes et favorise l'estime et l'affirmation de soi. Nous avons offert une session à l'automne (8 rencontres, 7 femmes et 46 présences). Cette session est très appréciée par les femmes.

Nous avons débuté des démarches pour actualiser avec d'autres Centres ce programme. C'est à suivre...

6.1.2 Mieux me connaître pour vivre 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 Audrey avec la participation de Mégane stagiaire. La session compte 5 rencontres, dont 2 ont eu lieu dans cette année financière. Nous avons rejoint 10 femmes avec 17 présences.

6.1.3 Créer une chanson (avec Alicia)

Alicia Deschênes, une auteure-compositrice interprète de St-Agapit, nous a approché au printemps 2024 pour collaborer avec nous. Elle pouvait demander une bourse au conseil des arts. Nous avons accepté cette collaboration et elle a reçu une réponse positive pour l'obtention de la bourse.

Elle a offert une série de 4 rencontres en collaboration avec Marylin, notre intervenante. Les ateliers proposaient des exercices guidés pour expérimenter le processus de création de parole de chanson. À la dernière rencontre, Alicia a présenté la chanson inspirée des échanges avec les femmes. Nous avons rejoint 13 femmes différentes lors des 4 rencontres pour un total de 40 présences



Des participantes à « Créer une chanson »

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 et prennent un temps d'arrêt pour elles. 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 (111 présences).

- Les préjugés (13 présences)
- Les grands tournants de la vie (18 présences)
- S'affirmer dans le respect (11 présences)
- Gestion autonome des médicaments (10 présences)
- Les types de violences psychologiques (9 présences)
- Les pensées positives (15 présences)
- La reconnaissance (10 présences)
- Être une femme en 2025 (12 présences)
- Faire ou refaire confiance (13 présences)

Nous souhaitons poursuivre cette collaboration dans la prochaine année.

6.3 Ateliers d'écriture libre

Nous avons débuté cette année une collaboration avec ABC Lotbinière. Une intervenante de leur organisme vient animer en collaboration avec Audrey, notre intervenante, des ateliers d'écriture libre qui propose des activités aux femmes pour s'axer sur le moment présent et favoriser une meilleure connaissance de soi.

Voici quelques-uns des thèmes abordés pour les ateliers d'écriture : journal créatif, auto-portrait ludique, inventer mon futur, comment je me projette en 2025, l'hiver, les émotions. Il y a eu 9 rencontres dans l'année avec 79 présences. Nous souhaitons poursuivre cette collaboration pour la prochaine année.

6.4 Café créatif

Depuis deux ans nous offrons un 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. Plusieurs membres (Louise Jobidon, Linda Beaudoin, Linda Glazier) ont animé des café-crétatifs avec Marylin notre intervenante. Nous les remercions chaleureusement pour leur temps et leur implication

Voici les thèmes abordés :

- | | |
|---|--------------|
| ▪ Crayon Aquarelle (Louise) | 16 présences |
| ▪ Boîte conserve personnalisée (Linda B.) | 10 présences |
| ▪ Peinture sur bois (Louise) | 16 présences |
| ▪ Citrouille avec un livre (Linda B.) | 12 présences |
| ▪ Tisser avec les doigts (Louise) | 16 présences |
| ▪ Gnômes (Linda G.) | 12 présences |
| ▪ Capteur de soleil | 08 présences |
| ▪ Affiches et percussions MMF | 08 présences |
| ▪ Marque pages (Linda B.) | 11 présences |

Ce sont 109 présences que nous avons eu avec les 9 cafés-crétatifs.



Les participantes d'un café-crétatif

6.5 Cinés-discussions

Nous avons débuté les cinés-discussions au printemps 2023. Les objectifs des cinés-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 :

- | | |
|--|--------------|
| ▪ Fast-fashion les dessous de la mode à bas prix | 04 présences |
| ▪ Toutoune journée | 12 présences |
| ▪ Elisapie, faire face à la musique | 06 présences |
| ▪ Janette Bertrand à l'aube d'être centenaire | 16 présences |
| ▪ Les héritières (Conseil du Statut de la Femme) | 11 présences |

Ce sont donc 5 rencontres avec 49 présences que nous avons eu pendant l'année.

6.6 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 10 rencontres qui ont eu 185 présences :

- | | |
|---|--------------|
| ▪ Testament et mandat d'inaptitude (avec Jessica Hamel notaire) | 48 présences |
| ▪ Plantation du jardin incroyable comestible | 04 présences |
| ▪ Retrouvailles Audrey et Élodie (août) | 51 présences |
| ▪ La santé du cœur des femmes (avec étudiante UQAR) | 12 présences |
| ▪ Les premiers secours psychologique (CISSS-CA) | 15 présences |
| ▪ RCR (Mylène Dion) | 12 présences |
| ▪ Des trucs pour arriver en 2025 (Espace Finances) | 14 présences |
| ▪ Autodéfense physique (avec Chan Théry) | 11 présences |
| ▪ Autodéfense verbale (en avril) | 11 présences |
| ▪ Autodéfense verbale (en novembre) | 07 présences |

6.7 Journée Internationale des femmes et 40^{ème}

Nous avons souligné la journée internationale des femmes le 11 mars avec un spectacle de Mélanie Couture humoriste engagée à la salle des Lions à St-Flavien. Près de 250 femmes étaient présentes pour entendre son spectacle suivi d'une période de questions/réponses animée par notre directrice.

Mélanie Couture nous a fait réfléchir tout en nous divertissant.

Ce fut une belle soirée, nous avons profité de cette occasion pour lancer la Marche Mondiale des Femmes 2025 et souligner notre 40^{ème} anniversaire. Encore une fois les valeurs véhiculées par Madame Couture étaient alignées avec celles du Centre-Femmes.



Mélanie Couture avec l'équipe du Centre-Femmes

6.8 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 tenu 2 rencontres de comité. Nous avons accueilli le conférencier de renommée internationale Serge Marquis. Il nous a présenté sa conférence « Pensouillard le hamster, ou comment calmer son tapage dans notre tête? »

Nous avons eu le support financier de la part des Éclaireurs pour nous aider à financer la tenue de la conférence. Près de 300 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.

6.9 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 82 participantes étaient ravies de se retrouver. Nous avons bien mangé, avons créé des liens entre nous et avons eu bien du plaisir. Nous avons organisé un service d'autobus (avec des arrêts à St-Flavien, Laurier-Station, St-Apollinaire et St-Agapit) pour accommoder les femmes. Cette initiative a été très appréciée par les femmes.



Participantes à la fête de Noël

6.10 Journée de la rentrée

En septembre, nous avons accueilli Alicia Deschênes pour la journée de la rentrée. Alicia a reçu une bourse pour collaborer avec notre organisme. Alicia nous a offert un mini-spectacle et notre directrice a fait une entrevue avec elle. C'est plus de 60 femmes qui sont venues entendre cette artiste de notre région. Nous abordions avec elle dans l'entrevue son parcours



Audrey, Alicia, Marylin, Julie, Mélanie et Martine à la journée de la rentrée

artistique et musical, son nouvel album, ses rêves et ambitions, les défis et bons côtés d'être une artiste et ceux d'être une artiste en région.

6.11 Journée sans-diète (en ligne de soir)

En mai, pour souligner la journée sans-diète, nous avons accueilli la conférence « La bienveillance à plein régime » avec Sarah Normandin nutritionniste du groupe Équilibre. 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 35 participantes. Nous avons fait l'activité en collaboration avec le Centre-Femmes la Rose des Vents de Thetford-Mines. Nous avons 26 femmes en ligne, 4 sur place à Thetford-Mines et 5 au Centre à St-Flavien.

6.12 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 4 juillet. Une visite de la nouvelle plate-forme de compostage de la MRC de Lotbinière, un dîner au buffet chinois au Cube de Ste-Croix, une visite du jardin Fleuraissance de St-Antoine-de-Tilly et une visite de la cour municipale de Laurier-Station étaient les activités à l'honneur. Notre autobus comptait 43 femmes. Nous trouvons important de faire connaître aux femmes des lieux moins connus de la région de Lotbinière.



Participantes au voyage de fin d'année

6.13 Conférences sur les soins palliatifs et le deuil

Nous avons participé à un comité de travail pour organiser deux conférences en collaboration avec Présence Lotbinière, le Regroupement des Personnes Aidantes (RPAL), la Corporation de Développement Communautaire de Lotbinière (CDC) et le Carrefour des Personnes Aînées de Lotbinière (CPAL). Ces conférences ont été financées par le programme les Éclaireurs. Nous avons participé à 4 rencontres du comité pour organiser les deux conférences.

La première, d'abord prévue en mai a été reportée en septembre à St-Apollinaire, sur le thème « Les soins palliatifs, et si on en parlait ». Nous avons accueilli 170 personnes. Nous avons reçu lors de l'activité une médecin en soins palliatifs et Jean-Marie Lapointe qui nous présentait ses expériences d'accompagnement. La deuxième conférence aura lieu en avril sur le thème du deuil. C'est à suivre.

7. L'ACTION COLLECTIVE

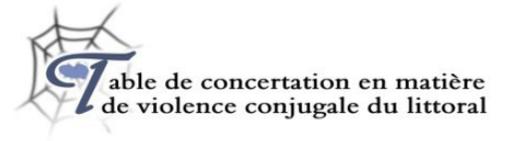
Nous trouvons très important d'agir collectivement pour améliorer les conditions de vie des femmes. Nos actions s'inspirent de la déclaration citoyenne des femmes que nous avons adoptée il y a plusieurs années. Nous vous présentons les grands volets de nos actions collectives :

- La violence faite aux femmes
- La pauvreté
- L'équité, diversité et inclusion
- 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 allouées à cette table. Notre directrice a la responsabilité de convoquer et d'animer les rencontres. La table s'est réunie 3 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 Service Intégré pour les Victimes d'Agresions 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 plupart des membres de la table violence du littoral

La table a réalisé une activité de sensibilisation ouverte à tous, en novembre. L'activité se nommait « Conséquences de la violence conjugale sur les enfants témoins et victimes ». Notre conférencière Nancy Audet journaliste, animatrice et auteure nous a partagé son parcours de vie afin de sensibiliser les gens à la réalité des enfants victimes ou témoins de violence conjugale., Près de 100 personnes s'étaient réunies pour l'entendre.

Un sous-comité de travail s'est réuni 2 fois pour organiser l'activité. Les organismes membres de la table ont pu tenir des kiosques lors de l'activité.

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.

Notre directrice a été particulièrement active pour susciter une rencontre des acteurs-clés en violence conjugale pour clarifier la trajectoire en violence conjugale et en violence sexuelle. Les travaux s'inscrivent dans les suites du rapport REBATIR. Elle a participé à une rencontre en décembre 2024.

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 11 femmes le 4 novembre. Deux bénévoles, Sylvianne Côté et Marie-Josée Rochette, 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.

Comme à chaque année, nous avons fait une présentation au conseil des maires de la MRC le 27 novembre pour inviter les élus à porter le ruban blanc.



Sylvianne et Marie-Josée 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 aussi tenu un kiosque au CLSC le 27 novembre en matinée.

Nous avons mené, avec la Sureté du Québec, un barrage à Laurier-Station afin de remettre des outils de sensibilisation concernant la violence conjugale aux automobilistes. Deux femmes du Centre y étaient fièrement avec une procureure de la couronne, deux policiers et la mairesse de Laurier-Station. Au même moment, deux équipes composées d'une travailleuse et d'une bénévole ont visité une quarantaine de commerces pour distribuer des rubans blancs.



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.



Table de concertation régionale
en violence conjugale
Chaudière-Appalaches

Le 20 février, le comité a organisé une rencontre qui réunissait les membres des quatre tables violence de Chaudière-Appalaches et la table régionale en agression sexuelle (Journée des tables). Toute l'équipe du Centre était présente à cette rencontre. Les conférences de la journée traitaient des sujets suivants : les impacts de la violence chez les enfants, le consentement et les technologies. C'était une belle occasion de réseautage et de ressourcement.

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 bilan qui a eu lieu le 29 octobre à Lévis.



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 6 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. Cinq priorités ont été retenues; le logement social, la sécurité alimentaire, le transport, la lutte aux préjugés et l'accès aux services publics de santé. C'est un lieu important d'échanges, d'informations et de réseautage.



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

Nous avons participé activement à un sous-comité du GRAP (3 rencontres) qui s'occupait de l'organisation de l'activité pour la journée contre la pauvreté du GRAP de Lotbinière qui a eu lieu le 16 octobre. L'activité a réuni près de 133 personnes. Le thème était « Déjouer l'inflation ». ESPACE Finances a fait une conférence pour expliquer ce qu'est l'inflation et l'impact sur les gens. Des trucs pour économiser étaient aussi abordés. Nous travaillons fort pour mettre la pauvreté dans les préoccupations des décideurs de la région et lutter contre les préjugés.



L'équipe du service de la soupe au caillou

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 Sous-comité Santé du GRAP

Le départ à la retraite du docteur Noël à Ste-Agathe et le report depuis plus de 2 ans du remplacement de la machine à radiographie au CLSC à Laurier-Station ont incité le GRAP à réagir. Il a créé un comité de travail composé de l'Oasis de Lotbinière, du Carrefour-Emploi Lotbinière, du Carrefour des Personnes Aînées et du Centre-Femmes. Le comité s'est réuni six fois pendant l'année. Nous avons fait des démarches pour aboutir à un reportage dans le Peuple de Lotbinière et à la télé de Radio-Canada <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2116677/medecins-famille-lotbiniere>. Nous avons tenu plus de 6 rencontres du comité.

Suite à cette démarche la MRC de Lotbinière, a demandé à la députée provinciale de relancer un comité santé pour faire une veille dans la région. Il y a eu une rencontre mais pour le moment aucun membre du GRAP n'est membre du comité. Nous travaillons à recueillir les témoignages des gens sur les difficultés qu'ils rencontrent face à l'accès aux services de santé publics. Une campagne sera menée par le GRAP et la MRC pour recueillir les difficultés pour améliorer la situation dans la région. C'est à suivre...

7.2.4 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.

Nous y plantons des légumes. Les passants sont invités à participer à ce mouvement mondial en s'impliquant dans ce petit jardin. Nous avons fait une activité jardin avec les femmes au printemps et des bénévoles sont venues arroser le petit jardin pendant l'été.



Doris, Denise, Marylin et Yvette qui préparent le jardin

Au départ, le mouvement était sous la coordination d'Aide Alimentaire Lotbinière. Toutefois, il n'y a plus vraiment de coordination dans la région de Lotbinière.

7.2.5 Comité sécurité alimentaire

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.

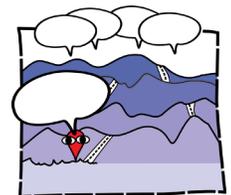
Le comité sécurité alimentaire est composé de la façon suivante : Organisatrice communautaire et nutritionniste du CISSSCA, la CDC de Lotbinière, Aide Alimentaire Lotbinière et nous.



Il y a eu 3 rencontres du comité pendant l'année. Le comité a choisi d'essayer de démarrer un groupe d'achat dans la région en collaboration avec le Pôle Agroalimentaire de Lotbinière avec le soutien financier de la mesure SACA du plan de lutte à la pauvreté. La MRC est porteuse du projet d'environ 13 000\$. À suivre...

7.2.6 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. Le collectif est dans une grande période de changement avec le financement de la Fondation Lucie et André Chagnon.



COLLECTIF
de recherche participative
sur la pauvreté en milieu rural

Depuis août 2023, 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 8 rencontres du comité de coordination, deux rencontres régulières du collectif et une rencontre par groupe d'expertise. Le collectif a vécu une année de turbulences des différences de vision au sein de l'équipe, des enjeux de rôles au niveau des ressources humaines. Ce fût une implication très prenante émotivement et en temps.

De plus, notre directrice a participé à une journée de la ruralité organisée par l'UQAR avec le collectif à Rivière-du-Loup le 12 avril et au rendez-vous annuel de la chaire RISS le 30 avril 2024 à Montréal. Elle a aussi participé à un atelier sur la gouvernance partagée en février dans le but de construire un article scientifique sur ce thème.

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 23 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 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

Le 24 avril, nous avons fait un 5 à 7 à Val-Alain à l'entreprise La Vallée Bleue qui permettait aux femmes entrepreneures de se retrouver, 25 femmes étaient présentes. Le 23 octobre, une trentaine d'entrepreneures se sont retrouvées pour un 5 à 7 à St-Agapit au restaurant Chez Larry afin d'échanger entre elles.

Nous avons contribué à la venue d'une formation sur le réseautage dans notre région en février. Cette formation était organisée par le service aux entreprises du Centre de Service des Navigateurs. Une dizaine de femmes ont participé à cette formation. Nous avons participé à l'activité des incontournables du service aux entreprises en novembre dernier.

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 à leur assemblée générale le 19 juin et à une rencontre sur un projet de recherche sur les changements climatiques et la sécurité alimentaire.



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. La table a présenté les travaux de la Démarche territoriale Intégrée (DTI) menée par la CDC avec le Financement de la Fondation André et Lucie Chagnon.

7.3.4 Comité EDI (création d'une politique EDI pour la MRC)

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 (EDI) 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
- Marylin Shallow, conseillère municipale de Ste-Agathe et employée au Centre-Femmes

- Alexandre Lemay, employé de la MRC
- Martine Turgeon, directrice du Centre-Femmes
- Laury Morency, du Réseau des groupes de femmes

Le comité s'est réuni à 7 reprises pendant l'année et il y a eu une consultation des maires avant le conseil des maires du 12 juin à St-Narcisse.

La politique a été adoptée officiellement le 27 novembre lors de la rencontre des maires à St-Édouard. Le plan de travail sera déposé pour adoption au conseil des maires du mois de mai 2025.

Notre directrice a fait 5 séances de travail avec Laury du Réseau et Alexandre de la MRC pour faire avancer le dossier entre les rencontres. C'est mission accomplie pour la réalisation de cette politique et pour cette action qui fera avancer la région.



Conseil de maires de juin 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.



En 2024-2025, 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 nous sommes joints 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.

Pour préparer l'année 2025-2026, un petit comité a été formé dans la région pour identifier des projets pour notre communauté. Notre directrice a participé à deux rencontres du comité.

Les groupes du milieu ont choisi de mandater la CDC Lotbinière pour créer une plate-forme de référence sur le WEB (ex. : La borne des Appalaches ou la Station Communautaire de la Beauce. Tout l'argent disponible va aller à ce nouveau projet.

7.3.6 Comité EDI (activité avec les entreprises)

En lien avec notre participation à l'élaboration d'une politique EDI pour la MRC, nous avons été invité à nous joindre à un comité de travail formé de la SADC, le service aux entreprises de la MRC, le Carrefour-Emploi et Emploi-Québec pour organiser une rencontre avec les entreprises sur le EDI. L'activité initialement prévue le 8 avril dernier a été reportée en septembre prochain. Elle démystifiera pourquoi c'est important et mettra en valeur des ressources qui peuvent aider à l'inclusion dans la région. Notre directrice a participé à 4 rencontres du comité.

7.3.7 Autres liens

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

| Date | Quoi | Organisé par qui? |
|----------|---|-------------------|
| 20 avril | Spectacle Rockmantick (au profit du Centre) | Le St-Édmond |

| Date | Quoi | Organisé par qui? |
|--------------|---|----------------------------------|
| 5 septembre | Rencontres des groupes communautaire en lien avec les garderies | CDC et organismes communautaires |
| 11 septembre | Conseil des maires | MRC Lotbinière |
| 14 septembre | Tournoi de balle féminine (bénéfice) | Les Alphas |
| 10 octobre | Inauguration AAL | Aide Alimentaire Lotbinière |
| 6 février | Rencontre Luc Berthold (candidat élection fédérale) | Luc Bethold |
| 27 mars | Inauguration locaux MRC | MRC |

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. Nous avons participé à deux rencontres; en octobre et en février. La directrice était aussi présente à l'Assemblée Générale Annuelle de juin.



7.4.2 Comité sur la Marche des Femmes 2025

Le Réseau des Groupes de Femmes a créé un comité de travail pour organiser la mobilisation pour le rassemblement québécois de la Marche Mondiale des Femmes qui aura lieu le 18 octobre prochain à Québec. Notre directrice a participé à 3 rencontres du comité de travail et à 2 rencontres du sous-comité pour la création d'une vidéo promotionnelle.

7.4.2 Rencontres des Centres de Femmes de Chaudière-Appalaches

Nous avons organisé deux rencontres des coordonnatrices des six Centre-Femmes de la région Chaudière-Appalaches, une en juin (plusieurs directrices quittaient pour la retraite) et l'autre en octobre (avec les nouvelles équipes en place). Il y a beaucoup de roulement au sein de plusieurs Centre-Femmes de notre région. Voici les 5 autres 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.

Notre directrice a fait un peu de mentorat en accueillant deux des trois nouvelles directions au Centre-Femmes et en répondant à plusieurs questions au téléphone des nouvelles directions.

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. Nous étions présentes à l'AGA de septembre et à 3 rencontres de présentation des hypothèses de financement pour le nouveau cadre actuellement en négociation avec le CISS-CA.



7.4.4 Comité de négociation nouveau cadre de référence PSOC

En mars 2024, 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 CISS-CA et les groupes communautaires. Notre directrice a participé à cinq rencontres dans le courant de l'année. Les travaux ont été ralentis par la surcharge de travail autant du côté des groupes communautaires que du responsable du dossier au CISS-CA.

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. Elle a participé à deux rencontres pendant l'année. Le comité a pour mandat d'analyser les nouvelles demandes de reconnaissance des organismes communautaires.

7.4.6 Participation à un projet provincial de recherche sur la pauvreté

Nous avons organisé un groupe de discussion en octobre avec six femmes de la région expertes de vécu. Le thème de cette recherche est intitulée : La « construction » de la pauvreté au Québec : Analyse des représentations médiatiques, politiques, communautaires et sociales menée par Normand Landry de l'Université TÉLUQ. Notre directrice a aussi participé à un entretien individuel pour cette recherche.



Les participantes et Normand Landry

7.4.7 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 |
|--------------|--|-----------------------------|
| 12 juin | Annonce des investissements | Centraide |
| 27 août | Webinaire Nouveaux Horizons | Programme Nouveaux Horizons |
| 6 septembre | Atelier préparatoire tribunal spécialisée | SIVA |
| 20 septembre | Journée d'action sur la violence sexuelle | CALACS Rive-Sud et CDC |
| 14 novembre | 25 ^{ème} anniversaire Centre-Femmes L'Ancre | Centre-Femmes l'Ancre |
| 7 mars | 45 ^{ème} anniversaire Centre-Femmes de Beauce | Centre-Femmes de Beauce |

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 1800 abonnés. Nous sommes, depuis le début mars 2021, présents sur Instagram à **centrefemmeslotbiniere**. Nous en sommes à 248 abonnés. Nous apprivoisons ce média qui rejoint principalement les 16-45 ans. Dans la prochaine année, nous allons aller chercher l'aide d'un consultant pour bonifier notre visibilité et nos communications.



8.3 Kiosques et présentations

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 en novembre.

Nous avons tenu un kiosque au Campus Collégial de Lotbinière le 2 octobre et au salon des Proches Aidants le 2 novembre.

Nous avons fait une présentation du Centre au grand rassemblement des Cercles de Fermières qui a eu lieu à Joly le 26 octobre.

8.4 Visibilité et présence médiatique

En plus de nos 9 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.

8.6 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 2024. Il nous a fourni et installé des stores pour tout le premier étage de notre Centre.
- 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
- 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 reçu une bourse du conseil des arts pour faire un projet avec nous.
- Chan Thery habite en France et est une formatrice de longue date en autodéfense féministe. Elle nous a offert des formations sur le Wendo verbal et physique. Elle a formé Marylin pour offrir les cours.
- Les agents de la faune ont offert des poissons qui avait été saisis dans la région.
- Nous avons reçu des protections hygiéniques redistribuées aux femmes de notre région par Aide Alimentaire Lotbinière (qui venaient de Moisson Québec).
- Les municipalités et les organismes de loisirs offrent des loisirs gratuits dans le cadre du programme Accès-Loisirs.
- Les chevaliers de Colomb, avec l'arbre de Noël enchanté, ont offert des cadeaux de Noël à 15 enfants de femmes qui fréquentent le Centre.
- Plusieurs organismes collaborent avec nous sur différents projets ou activités.
- Etc.



Tournoi de balle donnée des Alphas

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 fières 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 2025-2026

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

- **Adopter et diffuser notre planification stratégique 2025-2030**
- **Mobiliser pour la Marche Mondiale des femmes contre la pauvreté et la violence**
- **Contribuer à l'augmentation du nombre de candidates aux élections municipales de novembre 2025**
- **Amorcer des démarches pour l'actualisation du Programme Antidote avec d'autres Centres de Femmes**



40 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
