

Rapport d'activités

CENTRE-FEMMES

DE RIMOUSKI

2024-2025



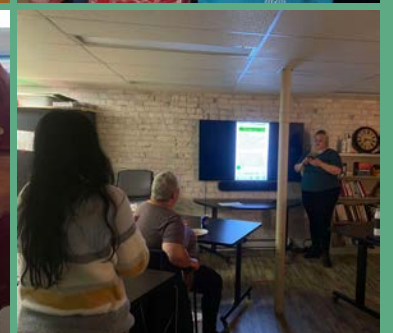


table des matières

MISSION DU CENTRE	3
MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION	4
MILIEU DE VIE ET ACTIVITÉS	5
ATELIERS ÉDUCATIFS ET ACTIVITÉS FÉMINISTES	6
JOURNAL CRÉATIF	7
CONTRIBUTIONS	8
BÉNÉVOLAT	9
ENGAGEMENTS	10
CHIFFRES	12
NOUS Y ÉTIONS	14
CUISINES COLLECTIVES	15
SUIVIS ET INTERVENTIONS	15
PROJET INTIMIDATION	16
STAGE ET EMPLOI D'ÉTÉ	16
VIE DÉMOCRATIQUE	17
RECOMMANDATIONS 2024-2025	19

MISSION DU CENTRE

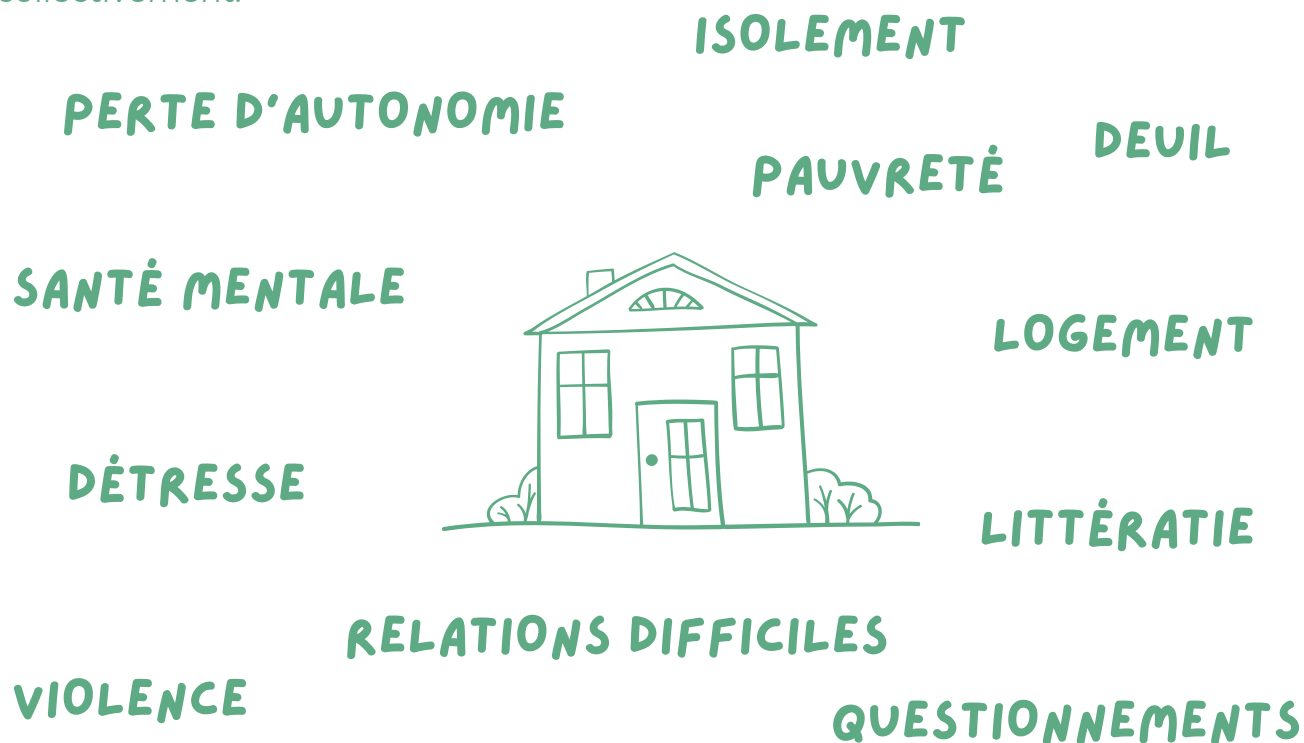


Créé en **1979** par, pour et avec les femmes, le Centre-femmes de Rimouski se définit d'abord comme un lieu d'entraide ouvert à toutes.

À travers des services, des activités, des groupes de rencontre et de soutien, la vocation du centre est d'offrir aux femmes des outils et des ressources pour briser leur isolement, augmenter l'estime de soi et leur capacité d'affirmation, accroître leur autonomie, améliorer leur situation, briser le cercle de la précarité et de la violence, prendre la parole, s'impliquer ou agir individuellement et collectivement.

Le Centre-femmes de Rimouski privilégie une approche et une analyse de type féministe intersectionnelle, en utilisant les concepts d'éducation populaire pour favoriser un apprentissage par, avec et pour les femmes du milieu.

C'est donc parce qu'il est près des femmes et de leur réalité, que le centre peut agir au quotidien, en lien avec d'autres groupes de femmes et organismes du milieu, face aux nombreuses difficultés vécues par les femmes :



MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Chères membres du Centre-femmes de Rimouski,

L'année écoulée nous oblige à réagir aux menaces bien réelles d'un recul en ce qui concerne les droits des femmes.

Les discriminations liées au genre sont encore d'actualité : une augmentation des féminicides, une pauvreté grandissante chez les femmes et les filles, un climat toujours plus hostile aux communautés LGBTQ+, et aux personnes trans en particulier. C'est pourquoi nous devons être des féministes plurielles, unies contre les menaces actuelles.

Les femmes qui investissent la sphère publique et les lieux traditionnellement masculins subissent insultes et biais sexistes. Le harcèlement sexuel et les propos misogynes pléthoriques envahissent les réseaux sociaux. Il devient primordial de freiner la montée du masculinisme et de contrer les discours ou actions s'y rattachant.

Mais tout bientôt, le 18 octobre, voici l'espoir d'un événement d'importance dont nous attendons le retour depuis 5 ans : la marche mondiale des femmes mobilisera des femmes à travers le monde pour dénoncer les violences, la pauvreté et l'inaction face aux dérèglements climatiques.

Oui, l'écoféminisme, doublé de la solidarité avec les luttes autochtones, est indispensable pour véritablement changer le monde.

De grandes figures féminines sont notre inspiration. On se réfère à Simone de Beauvoir, philosophe et théoricienne, notre mère à toutes, ou à Malala Yousafzai, symbole de la lutte pour l'éducation des filles. Et cette année, plusieurs femmes ont tenu lieu de modèle militant... Pensons à Gisèle Pélicot, qui, par son histoire personnelle, a eu le courage de témoigner ouvertement, passant de victime à véritable héroïne. Et les féministes que nous sommes combattons toujours le viol sous sédation.

Le féminisme est primordial au XXI^e siècle; il demeure une force puissante et évolutive. Travaillons contre le patriarcat, mais pour la liberté. Ayons du courage, fonçons malgré les risques, assumons nos positions.

Veuillez agréer, chères membres, mes plus sincères salutations,

Anne-Marie Thibault,
présidente du conseil d'administration

MILIEU DE VIE



Le milieu de vie est un espace bienveillant et sécuritaire, ouvert à toutes les personnes qui s'identifient comme femmes. Il vise à maintenir et renforcer les liens avec les membres et les intervenantes, en favorisant les échanges dans un cadre accueillant et sans jugement. Il est essentiel que chacune puisse trouver sa place, s'exprimer librement et participer selon ses propres besoins.

11 jours de milieu de vie ouverts sur l'année

→ avec, en moyenne, **10** personnes par jour

ACTIVITÉS SPÉCIALES



Depuis plus de 23 ans, les dons de la Fondation Marcelle et Jean Coutu nous permettent d'offrir des repas aux membres inscrites, dans le cadre d'activités spéciales. Ces moments favorisent les échanges, renforcent le sentiment d'appartenance et sont très appréciés par notre communauté.

Nous remercions chaleureusement la Fondation Marcelle et Jean Coutu de contribuer à ces activités spéciales :

- Dîner du printemps ;
- Dîner des bénévoles ;
- Pique-nique estival ;
- Souper de lancement de la programmation de soir ;
- Dîner d'Halloween ;
- Dîner de Noël ;
- Déjeuner-rencontre (x10)
- Commémoration des féminicides à la Polytechnique et l'ensemble des violences fondées sur le genre (16 jours d'actions).



ATELIERS ÉDUCATIFS ET ACTIVITÉS FÉMINISTES



Au Centre-femmes, nous avons le mandat d'offrir une variété d'activités, d'ateliers et d'expériences à nos membres, dans le but de développer leur autonomie, de renforcer leurs compétences et d'augmenter leur confiance en elles.

Voici la liste des ateliers offerts par le Centre cette année ;

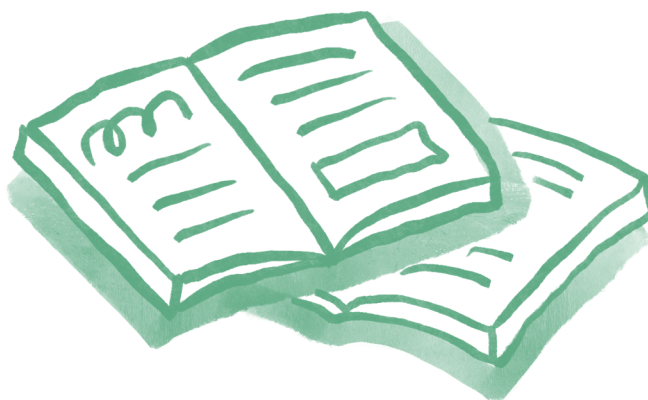
- *Observation de l'éclipse solaire totale*, atelier d'éducation populaire
- *Parlons intimidation*, déjeuner-causerie
- *Atelier d'auto-défense féministe*
- *Atelier Ressentir pour prévenir la tempête*, avec Santé mentale Québec
- *Être une (vraie) alliée*, atelier de discussion dans le cadre de la journée internationale contre l'homophobie et la transphobie
- *Soirée pop-corn féministe*, atelier d'éducation populaire (x4 activités)
- *Les dimensions de la ménopause*, atelier d'éducation populaire
- *Atelier Agir et réagir en soutien*, avec La Lueur
- *Atelier corps et cœur*, avec Corps Créatif (8 ateliers)
- *Atelier d'écriture intuitive*
- *Rituel à la yourte*, avec Chemin de traverse
- *Commémoration* en souvenir de l'attentat anti-féministe du 6 décembre 1989 à la Polytechnique de Montréal
- *Création d'un tableau de visualisation pour nos aspirations de 2025*, atelier créatif
- *Atelier du chandail rose*, déjeuner-causerie
- *La Débrouille en visite*, causerie

FOCUS SUR LE JOURNAL CRÉATIF !



Le Journal Créatif est une initiative portée par le Centre d'éducation aux adultes de Rimouski-Neigette, en partenariat avec Martine Morin, conseillère d'orientation et animatrice de Journal Créatif, co-animé avec Isabelle Tremblay, intervenante au Centre-femmes de Rimouski. Nous souhaitons également remercier Alexandrine Richard, agente de développement pour le Centre de services scolaire des Phares, d'avoir rendu ce mandat possible.

Cet automne, un groupe de 8 femmes a participé à 6 rencontres de Journal Créatif au Centre, chacune d'une durée de 3h. Plusieurs thèmes ont été abordés durant cette démarche vers la découverte de l'univers personnel et émotionnel, grâce à différents médiums créatifs visant l'introspection par la création (dessin, collage, écriture, etc.). Le Journal favorise l'estime et l'affirmation de soi, en s'appuyant sur les forces de l'art-thérapie, de la psychologie, du journal d'artiste ainsi que sur diverses techniques de développement de la créativité.



CONTRIBUTIONS



Financement

Le travail effectué au Centre-femmes pour l'ensemble de sa mission est possible en bonne partie grâce à un financement de base. Notre source de revenu principale est la subvention à la mission globale provenant du **Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)** orchestré régionalement par le **Centre Intégré de Santé et des Services Sociaux du BSL (CISSS)**. Malgré tout, ce montant que nous recevons reste insuffisant pour couvrir tous nos frais et ainsi pouvoir répondre adéquatement aux demandes qui se multiplient.

Nous avons reçu, cette année encore, un soutien financier de la **Fondation Marcelle et Jean Coutu**, qui renouvelle son appui en dons au programme des cuisines collectives depuis plus de 23 ans. Nous devons aussi souligner l'appui de la **Conférence religieuse canadienne (CRC)**, qui nous permet de recevoir des dons de diverses communautés religieuses, sans oublier l'**Archevêché de Rimouski** pour sa grande générosité. Ces trois partenaires nous donnent une aide grandement appréciée et nous les remercions chaleureusement.

Dons divers

Afin d'assurer la viabilité du Centre-femmes, nous multiplions les démarches de financement, en complément des subventions et des dons fréquemment reçu de divers contributeurs. Pour l'année 2024-2025, voici un aperçu des principaux donateurs :

- **Moisson Rimouski-Neigette ;**
- **Sonxplus ;**
- **Ge coiffure ;**
- **Dons privés.**

Grâce à de nombreux dons, la communauté de Rimouski s'est alliée pour offrir un beau Noël aux femmes du centre. Un grand merci à : **Cinéma Lido, Théâtre du Bic, Le Moussonneur, Café Bistro des Halls, Librairie l'Alphabet, La Cafetière, Chez Alphonse, Spect'art, Super C, Métro, Farinographe, Pharmaprix 2e rue, etc.**

BÈNÈVOLAT

Cette année les bénévoles ont fait preuve de beaucoup d'adaptation dans le milieu de vie et d'une belle volonté à participer à rendre le milieu de vie plus inclusif encore. En effet, 8 bénévoles ont participé à une formation pour contrer l'intimidation, savoir la reconnaître et comment intervenir et /ou réagir de façon sécuritaire lorsqu'on en est témoin ou qu'on en est victime.

Une formation en interculturalité de 3 heures a également été offerte afin de s'outiller collectivement à mieux accueillir et intégrer les femmes issues de l'immigration. Nous avons en effet constaté que, si les femmes racisées fréquentent le milieu de vie, elles reviennent malheureusement trop peu souvent.

Nous avons eu l'implication de deux étudiantes cette année. Une au baccalauréat en travail social et l'autre en deuxième année de médecine. C'est toujours une belle opportunité, pour le centre et ses membres, d'accueillir des étudiantes de différents champs d'études.

- 43 heures au CA
- 12 heures d'atelier sur la ménopause
- 5 rencontres de bénévoles avec 35 présences
- 3 formations avec 24 présences :
 - Formation pour contrer l'intimidation
 - Formation en interculturalité
 - Atelier de co-développement pour s'outiller à intervenir dans différentes situations du milieu de vie
- 2 activités de reconnaissance avec 15 présences :
 - Sortie à la cabane à sucre
 - Visite de la Maison Lamontagne

France Bélanger
Marie-Claude Bernier
Carmen Gagné
Lucie Leblanc
Marie-ève Lydon
Sylvie Pouliot
Marie-Anne Proulx
Émy Rodrigue
Suzanne Rousseau
Henriette Routhier
Anne-Marie Thibeault

11 BÈNÈVOLES

278 HEURES



de bénévolat à l'accueil

ENGAGEMENTS



Concertation au niveau local

- Comité élargi du 8 mars ;
- 16 jours d'actions ;
- Projet dentisterie de l'Alliance, Comité du Fonds Sourire Rimouski-Neigette.
- Table de concertation des groupes de femmes du Bas-Saint-Laurent



Concertation au niveau régional

- Carrefour sécurité en violence conjugale ;
- Table de concertation des centres de femmes du Bas St-Laurent ;
- Table de concertation des groupes de femmes du Bas St-Laurent.
- Table de concertation de la santé et du bien-être des femmes du Bas St-Laurent.
- Table de concertation des organismes communautaires du Bas St-Laurent.

Concertation au niveau national

- L'R des Centres de femmes



ENGAGEMENTS

Avec les programmes d'enseignement

Cette année, le centre a collaboré avec enthousiasme avec les programmes suivants :

- Étudiant.e.s en éducation spécialisée au Cégep de Rimouski.
- Étudiant.e.s. au baccalauréat en développement des sociétés et territoires de l'UQAR.
- Étudiant.e.s au Doctorat en médecine à l'ULaval.
- Étudiant.e.s au DEC en travail social au Cégep de Rimouski.

Prévention jeunesse

Dans le cadre du programme ministériel visant l'éducation à la sexualité auprès des jeunes, le centre a ainsi élaboré des ateliers de prévention à cet effet.

Animation de l'atelier « Question d'équilibre »

Au printemps 2024, une quinzaine d'ateliers abordants le thème des relations saines et équilibrées ont été offerts aux élèves de cinquième secondaire de l'École Paul-Hubert à Rimouski. Voulant sensibiliser les jeunes quant aux rapports égaux, ces ateliers avaient pour objectif de faire ressortir les bienfaits des relations significatives vécues, saines et équilibrées. De plus, ces ateliers ont permis de définir les impacts négatifs d'une relation malsaine, ainsi que les différentes formes de violences, dans le but de faire évoluer la réflexion des étudiant.e.s et de les outiller pour construire des relations égaux.



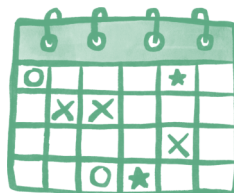
CHIFFRES



168

membres
en 2024-2025

dont 15 sympathisantes



10 pers.

en moyenne présentes aux ateliers

24 ateliers

féministes offerts
à nos membres



653

réponses téléphoniques
par nos intervenantes



+ de 423 heures

d'interventions
individuelles



≈ 642 contacts

avec nos allié·e·s et partenaires (comités,
réunions, appels, courriels, événements...)

77 journées

de milieu de vie offertes



avec

10

personnes en moyenne
présentes par jour
de milieu de vie



165 personnes

ont bénéficié des cuisines collectives,



4 721

portions cuisinées par
nos participantes

306



portions de repas festifs*
cuisinées et offertes aux membres

*Noël, Halloween, dîner du
printemps, etc.

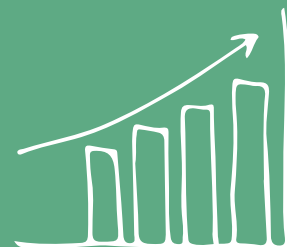


1620

abonnés Facebook

La page Facebook assure la visibilité de nos services en temps réel. Nos abonné.e.s peuvent ainsi découvrir notre communauté, rester informé.e.s de l'actualité en lien avec notre mission, consulter l'horaire du milieu de vie chaque semaine, la programmation de nos activités, etc.

soit +8,4%
par rapport
à l'an passé



730 clics

vers notre site
pour la période 2024-2025

Le site est une vitrine importante pour le centre, car il permet l'affichage des activités de notre programmation. De plus, il a été élaboré afin d'offrir une navigation plus simple pour toutes.

centrefemmesrimouski.org

NOUS Y ÉTIONS



- Signature pour une lettre ouverte de la TROC du Bas-Saint-Laurent
- *Il y a des limites au manque de reconnaissance !*, juin 2024.
- Manifestation « Comité d'accueil populaire », septembre 2024.
- Portes ouvertes dans le cadre de la journée nationale des Centres de femmes du Québec, octobre 2024.
- Rassemblements éclair à la suite des féminicides tout au long de l'année 2024.
- Semaine nationale de l'action communautaire autonome, octobre 2024.
- Micro-ouvert dans le cadre du Mois de l'histoire des femmes, octobre 2024.
- Journée d'échanges sur le bien-vieillir ensemble dans Rimouski-Neigette, octobre 2024.
- Manifestation symbolique pour la Journée internationale du souvenir trans, novembre 2024.
- Sensibilisation à la violence entre partenaires intimes, au Super C, dans le cadre des 16 jours d'actions, décembre 2024.
- Journée internationale des droits des femmes, mars 2025.

Formations des travailleuses

- Formation Encora « Intelligence émotionnelle et relationnelle », offerte par Mario Lévesque ;
- Formation de secouriste en milieu de travail ;
- Formation « Introduction à la diversité de genre et à la transitude », offerte par Divergenres ;
- Formation « Comprendre le processus de colonisation et décolonisation » offerte par Jeanne-Marie Rugira ;
- Formation sur l'approche interculturelle, offerte par Bénigne Kangaj.

**6**

formations
suivies par les travailleuses

CUISINES COLLECTIVES



Les cuisines collectives visent à favoriser le développement des compétences culinaires et l'autonomie alimentaire de nos membres, en cuisinant différentes recettes en groupe.

Les journées complètes de cuisine permettent aux femmes de développer des liens et de briser l'isolement.

Depuis l'automne 2024, nous avons formé 3 groupes de cuisine de six femmes chacun, qui ont pu bénéficier d'une série de deux cuisines régulières. Nous comptons au total neuf journées de cuisines depuis l'automne, auxquelles s'ajoutent deux journées de cuisines spéciales de Noël, sont ouvertes à toutes nos membres.

Ce programme ne pourrait exister sans la collaboration de nos partenaires. Nous tenons à remercier chaleureusement la Fondation Marcelle et Jean Coutu qui depuis 2001, contribue par ses dons à ce que nos membres bénéficient des cuisines collectives. Nous remercions aussi l'organisme Moisson Rimouski-Neigette pour leurs paniers de denrées, permettant de favoriser une diversité alimentaire saine et équilibrée.

SUIVIS ET INTERVENTIONS



Chaque année, nous constatons une hausse de la demande des différents services offerts, notamment en ce qui concerne les rencontres individuelles, de même que les nombreux appels téléphoniques. Les interventions individuelles se déroulent en personne ou, à l'occasion, en visio-conférence, et ce, du lundi au vendredi.

Notre équipe se rend disponible également lorsqu'une femme présente des besoins immédiats et ponctuels, souvent en situation de crise psychosociale. Durant nos heures d'ouverture, l'écoute spontanée par téléphone est aussi offerte comme service.

PROJET INTIMIDATION



Dans le cadre du projet « Zéro tolérance contre l'intimidation envers les femmes », plusieurs actions ont été réalisées dans la dernière année. L'implication des membres dans les différents ateliers - tels que les cours d'auto-défense, la création d'un mannequin sur les impacts invisibles de l'intimidation, la réflexion d'un logo et d'un slogan pour la journée du chandail rose, entre autres - a suscité un réel engouement chez nos membres.

Les membres ont participé à une lutte symbolique par le biais de l'art pour imager l'expression, la guérison et la lutte. Nous tenons à remercier infiniment toutes les femmes qui ont donné de leur temps, partagé leur histoire et co-créer avec l'équipe.



Avec la participation financière de :



STAGES ET EMPLOIS D'ÉTÉ



Accueillir des jeunes étudiantes au sein de notre organisme constitue un véritable investissement dans l'avenir, puisqu'il s'agit de former la relève du milieu communautaire.

En effet, effectuer un stage au centre offre l'occasion de mettre en pratique les connaissances acquises au cours de leur parcours scolaire, tout en bénéficiant de l'accompagnement d'une intervenante. De plus, un emploi d'été représente une belle opportunité d'enrichir leur expérience dans un environnement qui favorise l'apprentissage et le développement professionnel.

Sur la période 2024-2025, nous avons accueilli une travailleuse d'été, **Malika Langelier**, étudiante en éducation spécialisée, ainsi qu'une stagiaire à l'automne, **Justine St-Gelais-Thibeault**, étudiante au Baccalauréat en criminologie.

VIE DÉMOCRATIQUE



Conseil d'administration

Le C.A. joue un rôle indispensable dans la gestion et le bon fonctionnement du centre. Il veille au respect de la mission, fixe les conditions d'embauche, révisé les conditions de travail, approuve et veille à la saine gestion du budget et à d'autres responsabilités.

Cette année, le conseil d'administration s'est réuni pour **10 rencontres régulières**. Les membres du C.A. ont également participé à **une journée de Lac-à-l'épaule en septembre**.

Anne-Marie Thibaut, présidente

Danièle Dumont, administratrice

Noak Bouchard, administratrice

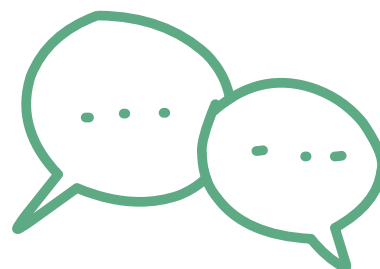
Judy Deshaies, représentante des travailleuses

Michelle-kim Gagnon, co-coordonnatrice

L'assemblée générale annuelle

Le centre a convié l'ensemble de ses membres et partenaires à son AGA le jeudi 6 juin 2024. Ce fut l'occasion de présenter les réalisations de l'année écoulée et de déterminer les priorités pour l'année à venir, accompagnées de prévisions budgétaires. Il s'agit d'un moment incontournable et essentiel pour le centre.

29 personnes
étaient présentes



Les membres du centre

En rejoignant le centre, les membres manifestent inévitablement un désir de s'engager auprès des femmes de la communauté. Notre code de vie est doté de règles visant à assurer la mission du centre. Être membre donne accès à des opportunités, notamment l'inscription et la participation à nos activités. De plus, il est possible pour nos membres de s'impliquer dans des prises de décision formelles à l'égard du centre (assemblée générale, conseil d'administration, consultation des membres) ou informelles (évaluations, comités, suggestions, etc.).

168 membres → dont **15** sympathisantes



HORAIRE

Le centre est ouvert du lundi au vendredi. *

LUNDI

- AM : fermé (réunion d'équipe)
- PM : milieu de vie (13h-16h)

MARDI :

- Cuisines collectives (8h-16h)

MERCREDI

- Milieu de vie (9h-15h30)

JEUDI :

- AM : rencontres individuelles
- PM : milieu de vie (13h-16h)
- Soirée : milieu de vie (16h-20h) **

VENDREDI :

- Rencontres individuelles sur rendez-vous seulement

**Par manque d'effectif, nous avons dû suspendre toutes les activités du centre à partir du 3 mars.*

*** Nouvelle plage horaire de soir à compter du 19 septembre 2024.*

RECOMMANDATIONS 2025-2026



1 - Intimidation envers les femmes :

- Considérant l'importance de sensibiliser, prévenir et d'accompagner les femmes qui vivent de l'intimidation;
- Considérant que le centre se veut un endroit sécuritaire et sain pour toutes les femmes et personnes s'identifiant comme femme;
- Considérant qu'une charte contre l'intimidation a été mis en place;

Il est recommandé de poursuivre les actions du projet « Ensemble contre l'intimidation », afin que collectivement nous gardions une veille sur la sécurité et l'inclusion de notre milieu.

2 - Violence à l'égard des femmes :

- Considérant la mission du centre et l'ampleur du travail encore essentiel de prévention, de sensibilisation et d'accompagnement dans les situations de violence;
- Considérant les répercussions des féminicides ainsi que l'urgence de travailler à la protection des femmes et des enfants;
- Considérant l'augmentation des demandes d'accompagnement en matière de violences de toutes sortes;

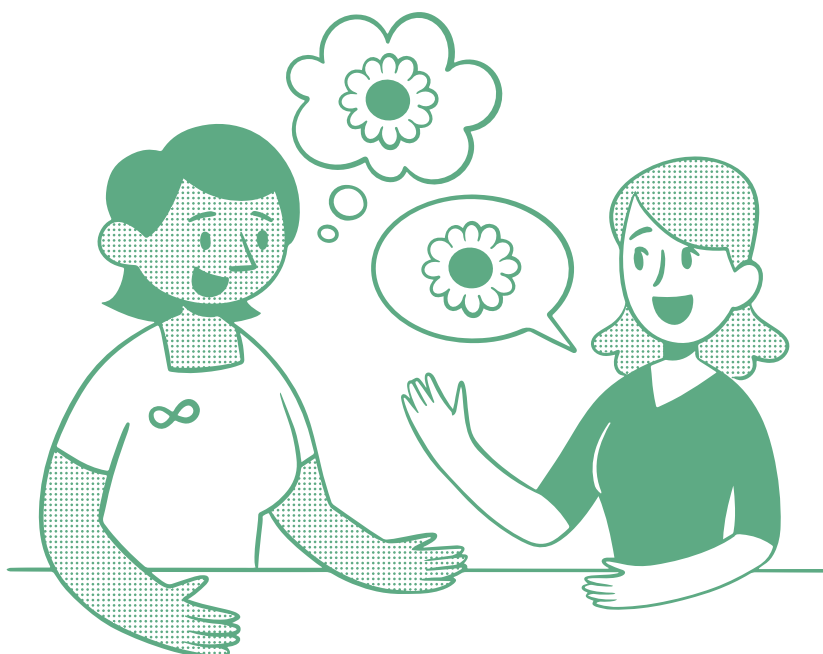
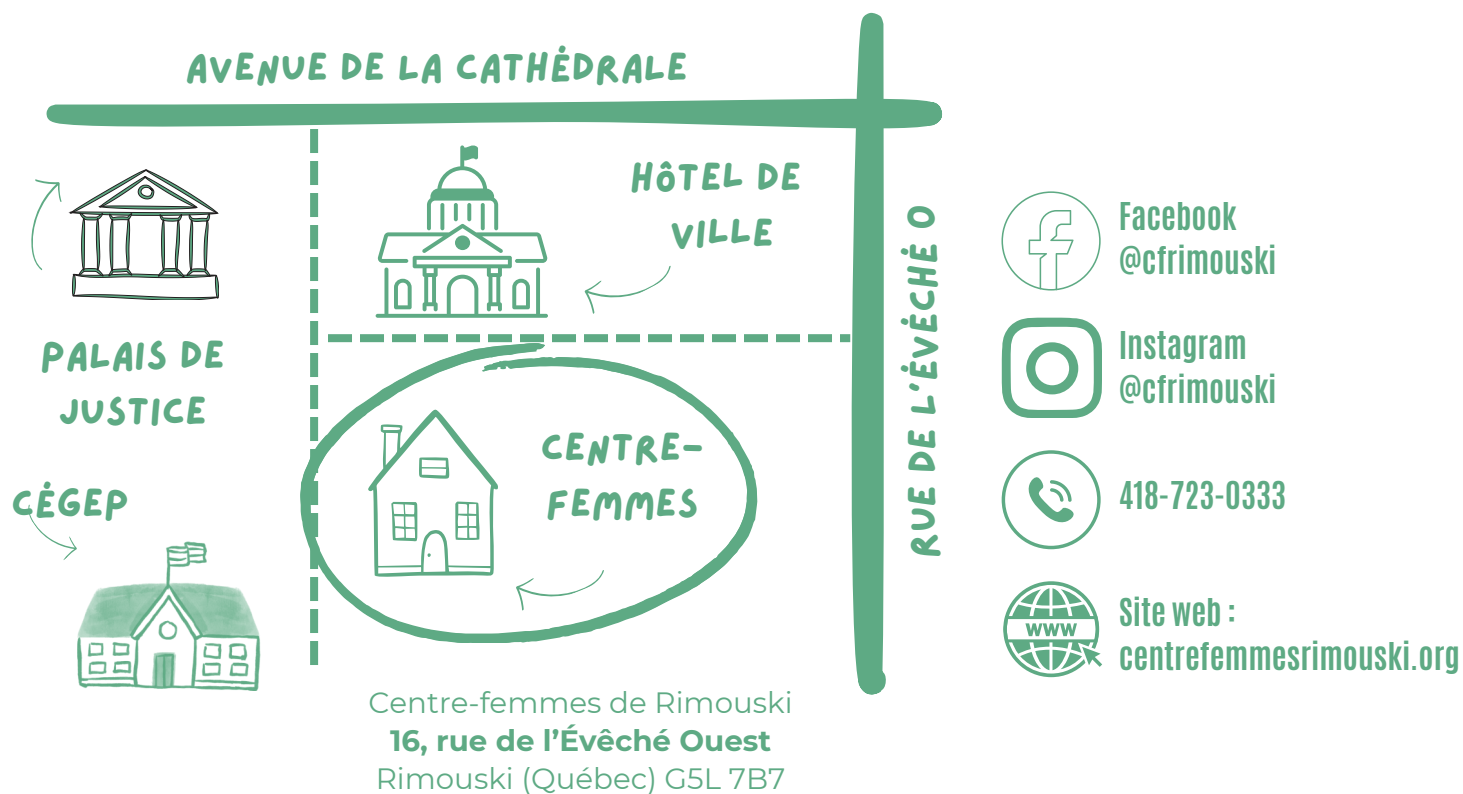
Il est recommandé de continuer activement notre implication dans tous les comités travaillant à contrer les violences faites aux femmes.

3 - Planification stratégique:

- Considérant la mission du centre sur l'amélioration des conditions de vie des femmes, il est nécessaire de revoir les documents officiels de l'organisme;
- Considérant les changements structurels et organisationnels;
- Considérant le désir d'améliorer les pratiques inclusives de l'organisme;

Il est recommandé d'entreprendre une planification stratégique, afin d'améliorer nos conditions de travail, nos services et notre démarche inclusive.

NOUS TROUVER





Gouvernement
du Canada

Santé
et Services sociaux

Québec



Centre intégré
de santé
et de services sociaux

Québec



sonxplus
RIMOUSKI



Famille

Québec



FONDATION
MARCELLE ET JEAN COUTU

merci

À **Madame Nathalie Fortin**, qui s'occupe de la propreté
de nos locaux!

À **nos voisins de l'Archevêché**, particulièrement
**Monsieur Philippe Morin et Monsieur François
Roussel**, qui nous rend des services d'entretien
extérieur régulier.

Le Centre-femmes de Rimouski remercie également
ses financeurs et donateurs, ci-dessus, qui ont permis
cette année encore au centre de poursuivre sa mission
auprès des femmes de notre communauté.

