



Rapport d'activités 2024-2025

Orientations 2025-2026

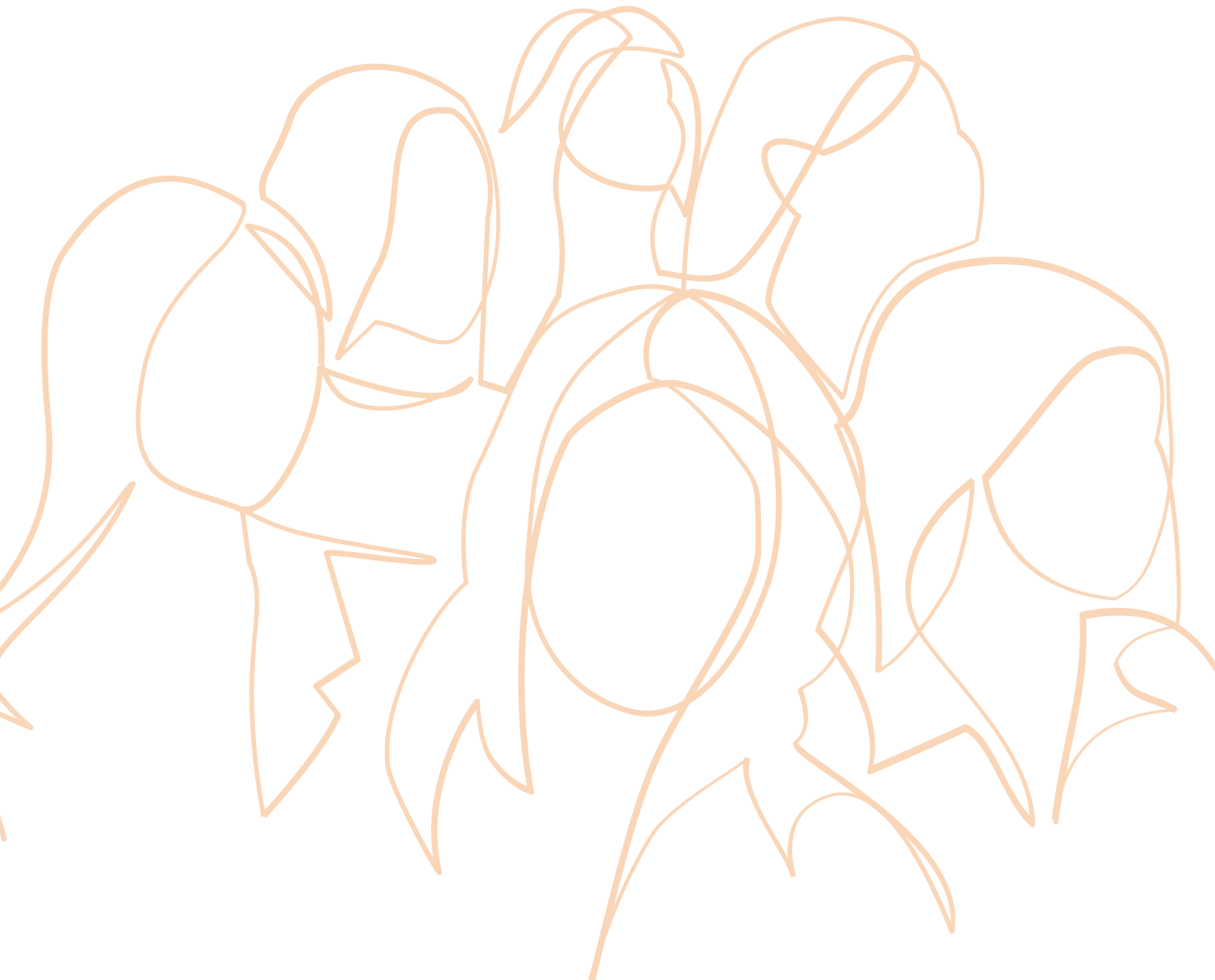


Table des matières

2

1	LE CENTRE	
	Mot de la présidence	3
	Mot de l'équipe	4
	Mission et mandats	5
	Nos valeurs	6
	Nos approches orientées par la B.U.P	7
	L'action communautaire autonome	8
	Portrait du Centre	9
	2	LES ACTRICES DE CHANGEMENT
Les travailleuses		10
Les membres		11
Les Essenci'Elles		12
3	UN MILIEU DE VIE	
	Le milieu de vie	13
	Écoute, aide et accompagnement	15
	Les activités éducatives	16
	Les actions collectives	19
	La vie associative	20
	Notre action en violence	24
	Financement et contributions	25
4	LE DÉVELOPPEMENT	
	Les communications	26
	Partenariats	27
	Représentations et concertations	28
	Formations et ressourcement	30
	Bilan des orientations 2024-2025	31
	Les orientations 2025-2026	32

Mot de la présidence 3

Bonjour mon nom est Micheline Carpentier. Encore une fois cette année je viens vous présenter un survol des activités qui ont eu lieu au Centre Au Coeur des Femmes.

Cette année, en plus d'une grande levée de fond pour le remplacement de la clôture, les administratrices et les travailleuses ont revu et actualisé les statuts et règlements généraux qui avaient besoin de rafraîchissement.

Dans les grands moments de l'année, notre belle Johanne Lavallée nous a quitté en février pour aller relever d'autres défis. Nous tenons à souligner son professionnalisme durant ces 3 années parmi nous, son rire et sa disponibilité. Tu nous manqueras. On lui souhaite bonne chance dans ses nouveaux défis! En raison de ce départ, nous avons accueilli parmi nous une nouvelle travailleuse en la personne de Véronique Potvin. Parmi nous depuis 3 mois seulement, elle s'est très bien intégrée à la réalité des Centres de Femmes. Sa personnalité dynamique est un atout précieux pour le Centre. Bienvenue Véronique!

La vie associative du Centre rayonne par la grande implication des nombreuses Essenci'Elles. Tout le travail accompli dans le milieu de vie et dans les comités libère du temps et facilite l'accomplissement de la mission du Centre, entre autre en libérant les travailleuses pour de nombreux comités, formation et colloque des organismes de la région, pour travailler en concertation et en partenariat à l'amélioration de la qualité de vie de femmes de la région. Un tel réseautage est primordial pour identifier et s'ajuster aux besoins de toutes les femmes. Elles sont devenues, comme on dit, essentielles pour le dynamisme de la maison. Elles sont présentes lors des fêtes, décoration pour Noël, la fête de l'Halloween pour la fabrication des sacs et la distribution de bonbons sans oublier que le décor s'embellit d'année en année. Soulignons aussi la marche silencieuse du 6 décembre qui clôt les 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes. Cette année la marche s'est terminée par le partage d'une survivante de la violence conjugale. Son témoignage fut très percutant.

On vous invite aussi le 18 octobre prochain à Québec, pour participer à la Marche Mondiale des femmes, dont la tenue dans Lanaudière a été annulée et vécue autrement. Un comité en soutien pour tout ce que cela implique et des activités d'éducation populaire et de création culmineront vers cette marche rassembleuse.

Comme vous le savez le Centre Au Coeur des Femmes se veut un milieu de vie, un lieu où les femmes se sentent accueillies et respectées dans leurs différences. Fort de l'expérience des travailleuses et de leur enthousiasme, le Centre offre toujours un accueil chaleureux à celles qui le fréquentent ainsi qu'un calendrier d'activités varié répondant aux objectifs de notre mission et aux besoins des femmes. Je ne peux que vous réitérer mon invitation comme à chaque année. Venez faire un tour pour voir!

Bonne assemblée à chacune!

Micheline Carpentier
Présidente

Mot de l'équipe

4

Quelle année que cette année! Elle se dénote par plusieurs préoccupations qui méritent notre attention collective. La montée de la droite et l'antiféminisme se manifestent de manière inquiétante dans notre société. Ces comportements soulignent l'importance de notre engagement à promouvoir l'égalité et le respect des droits de toutes.

Le droit à l'avortement, en particulier, nécessite une vigilance accrue. Les élections fédérales nous ont incitées à nous mobiliser davantage pour défendre les acquis et garantir que les droits des femmes ne soient pas remis en question par différentes actions

Nous avons également constaté que certaines de nos membres actives au Centre vieillissent, ce qui soulève des préoccupations quant à leurs besoins et à la manière dont nous pouvons continuer à les soutenir efficacement.

Malgré ces défis, nous avons eu le plaisir de collaborer avec divers partenaires locaux et régionaux, ce qui a enrichi notre action et renforcé notre impact. La vie associative demeure dynamique, avec huit comités, dont le Comité autofinancement, qui a su faire preuve de créativité et de succès dans ses initiatives.

Nous avons également vécu des moments d'émotion, notamment lors de l'action du 6 décembre, où une survivante a partagé son témoignage poignant, renforçant notre engagement envers la sensibilisation et la dénonciation des violences faites aux femmes.

Et nous avons vécu le départ de Johanne, qui s'engage vers de nouveaux horizons, tout en accueillant Véronique, dont l'expérience et la personnalité viennent enrichir notre Centre. Ainsi va la vie des femmes!

Enfin, nous avons organisé une levée de fonds pour le remplacement de la clôture, témoignant de notre volonté de maintenir un environnement accueillant, confidentiel et sécuritaire pour toutes.

En vous remerciant de votre confiance et de votre engagement, ENSEMBLE, continuons à œuvrer pour un avenir FÉMINISTE!



Sonia, Sandra et Véro

Mission et mandats

5

Notre mission est d'offrir un lieu d'appartenance et de transition, une alternative à l'isolement des femmes, un réseau d'éducation et d'action. Faisant preuve de polyvalence, nous n'intervenons pas sur une problématique en particulier mais sur l'ensemble des conditions de vie des femmes.

Que ce soit l'aide individuelle et de groupe (écoute, accompagnement, référence, groupes d'entraide), le centre de documentation, la halte-garderie... Tous nos services viennent soutenir les femmes dans leurs démarches vers l'autonomie.



L'ensemble des stratégies d'actions visant à défendre et promouvoir les droits et intérêts des femmes dans une perspective de changement social. Les actions menées et appuyées peuvent se situer aux plans local, régional, national et mondial.

Les activités de sensibilisation, d'information, de conscientisation et de formation; l'animation culturelle; la formation par l'action; la participation à la vie associative. L'éducation populaire autonome féministe (L'ÉPAF) est privilégiée dans l'ensemble des activités éducatives.

L'ÉPAF favorise la mise en commun et la valorisation des connaissances et de l'expérience que les femmes tirent de leur vécu.

Nos valeurs

6

L'autonomie Chacune porte en elle des solutions adéquates aux embûches sur son chemin et possède les capacités de décider et de faire ce qui est le mieux pour elle-même.

Le respect des droits des femmes et la promotion *L'égalité/l'équité* de l'égalité. Comme plusieurs facteurs affectent la réalisation de l'égalité (ce qui n'empêche pas la réalisation de la justice) l'équité est mise de l'avant par le Centre pour prendre des décisions afin d'être juste et équitable.

La solidarité Relation d'aide mutuelle basée sur l'empathie et la poursuite d'objectifs communs grâce à une conscience partagée des problématiques. Les actions solidaires reposent sur le principe d'entraide au sein du groupe, de la communauté et du milieu de vie.

«Seule on va plus vite, ensemble on va plus loin!»

Considérer l'autre telle qu'elle est à l'égard de son rythme *Le respect* et de son unicité, à chaque instant, en prenant soin d'ajuster ses paroles et comportements de manière bienveillante.

L'engagement Sentiment d'appartenance et d'implication envers son propre cheminement, le bon fonctionnement et la mission du Centre.

Croire et revendiquer des droits équitables pour toutes. Nous savons que les problématiques individuelles découlent de problèmes sociaux et politiques et nous avons le devoir de nous mobiliser pour faire valoir ces droits.



Nos approches orientées par la Base d'unité politique de (la B.U.P.) ⁷

L'orientation féministe

Par cela, on entend :

- favoriser une prise de conscience des stéréotypes sexistes;
- favoriser une prise de conscience des causes sociopolitiques des problèmes rencontrés individuellement, ce qui a pour effet de déculpabiliser les femmes;
- avoir confiance dans le potentiel de chaque femme, valoriser ses connaissances, ses expériences;
- préciser le rôle des travailleuses de façon à développer des rapports égalitaires et équitables entre elles et les participantes;
- soutenir les femmes dans des démarches d'autonomie leur permettant d'acquérir plus de pouvoir sur leur vie;
- respecter leur cheminement et leurs choix;
- stimuler l'entraide, le soutien et la solidarité entre les femmes;
- rechercher des solutions collectives aux besoins et intérêts des femmes;
- susciter la participation des femmes à la vie démocratique et sociale.

Une approche globale et non-compartmentée

Au Centre, on refuse de découper la réalité des femmes en mille et une problématiques isolées les unes des autres. On favorise une intervention sur toutes les facettes de la vie des femmes misant sur ce qu'elles perçoivent individuellement et collectivement de leur situation et de leurs expériences.



Une approche d'éducation populaire autonome et féministe (ÉPAF)

À travers les services, les activités éducatives, l'action collective et la vie associative, on favorise des démarches d'apprentissage et de réflexion critique qui amènent les femmes à une prise de conscience individuelle et collective de leurs conditions de vie. Ces démarches leur donnent les moyens d'avoir plus de pouvoir sur leur quotidien, d'améliorer et de transformer les conditions affectives, sociales, économiques, politiques et culturelles dans lesquelles elles vivent. Conséquemment, cela permet aux femmes de se percevoir elles-mêmes comme agentes de changement et citoyennes actives qui participent à la vie démocratique et sociale de leur milieu.

L'action communautaire autonome



8



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractères politiques ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante!



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacune et permet des prises de conscience individuelles et collectives. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme contribue de manière non partisane aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lanaugeois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.

Portrait du Centre

9

Le Centre est un organisme à but non lucratif, fondé en 1989, **PAR ET POUR LES FEMMES**. C'est donc 35 années de présence, d'action et d'intervention auprès des femmes de la Matawinie, plus spécifiquement, demeurant à St-Jean-de-Matha, Ste-Émélie-de-l'Énergie, Ste-Béatrix et St-Félix-de-Valois. La mission du Centre permet de:



Prendre soin de soi



S'entraider



S'outiller



Agir ensemble

Parce que chacune a sa place, peut reprendre du pouvoir sur sa vie, développer son autonomie et peut contribuer à transformer notre société!

Tout ce qui est offert est gratuit. La mission du Centre concerne toutes les femmes, peu importe le statut, le revenu, l'origine ou l'orientation sexuelle. Cela favorise la mixité sociale des membres et des groupes, apportant une force, une solidarité et un partage d'expériences de vie des plus enrichissantes.

Le bagage expérientiel est pertinent, important et valorisé!

Au Centre, l'accessibilité est plus grande que les heures d'ouvertures. Par l'implication des membres, du covoiturage et plusieurs autres actions d'entraide. La créativité opère afin que chaque femme qui le veuille ait accès au Centre, s'y sente bien reconnue et contribue à sa façon comme citoyenne active et actrice de transformation sociale.

Ouvert du lundi au jeudi
de 9h00 à 16h00.

Cela représente 43 semaines cette année en raison des congés et vacances.

Nous offrons au moins une activité mensuelle en soirée pour faciliter l'accès aux femmes non disponibles de jour.

Parfois des activités ont lieu de fin de semaine.



Les Travailleuses

10

Habitées par les valeurs féministes et croyant au potentiel des femmes, chacune d'elles collabore à la vie participative du Centre, anime des comités internes, œuvre à la création de collaborations et de concertations avec les partenaires. Elles demeurent à l'écoute des besoins et réalités des femmes pour orienter les actions et les interventions.

L'intervention au Centre prend plusieurs formes qu'il s'agisse d'intervention formelle ou d'intervention informelle: En accompagnement, en rencontre individuelle ou de groupe, au téléphone, sur le perron, dans la cuisine, dans une voiture, par messagerie, etc. Toutes les opportunités sont saisies pour entendre, reconnaître, soutenir et accompagner les femmes et c'est dans cette optique qu'elles sont présentes aux diverses activités du Centre.

Bien que les membres de l'équipe se partagent l'accueil, les diverses interventions et les animations, elles sont également responsables de dossiers et tâches plus spécifiques afin de contribuer au bon fonctionnement du Centre:

Véronique Potvin (auparavant Johanne Lavallée) anime la majeure partie des activités éducatives et est responsable des enjeux sociaux et féministes et des médias sociaux.

Sonia Archambault assume les activités relatives aux opérations comptables, l'organisation matérielle et l'aspect bureaucratique de l'organisme. Elle voit à l'équilibre financier et aux charges du Centre.

Sandra Morneau assure une cohésion et un esprit de collaboration dans tous les aspects de la vie du Centre. Elle voit à identifier les perspectives de l'organisme, coordonne les activités et est responsable des ressources humaines (salarieuses, contractuelles, stagiaires, bénévoles et des travaux compensatoires).

Les membres

11

La condition féminine est vaste, tout comme notre intervention. Les femmes entrent au Centre avec des besoins et des réalités uniques à chacune d'elles. Toutes les étapes de vie des femmes sont considérées, les diverses embûches et préoccupations sont partagées, et évidemment, la résilience, les réussites, les joies et les fiertés sont célébrées.

Nous veillons à ce que le tout se vive sans jugement, en toute confidentialité, par toutes les femmes.



Le coût de la vie, la crise du logement, les services publics qui s'effritent, le transport déficient pour la réalité de la plupart des membres ont un impact de plus en plus inquiétant sur la condition de vie des femmes, dont leur leur autonomie et leur bien-être global. Le vieillissement apportant son lot de défis physiques et psychologiques est aussi une préoccupation, encore plus grande dans ces conditions.

La moyenne d'âge des nouvelles membres est de **45 ans**. Cela nous encourage de voir ce chiffre diminuer de deux ans encore cette année puisque rejoindre les femmes plus jeunes est encore une piste d'action pour assurer la relève au niveau de l'implication. Un sondage de consultation des femmes de la Matawinie se met en place afin d'identifier leurs opinions et besoins tout en maintenant ce qui est en place pour l'ensemble des membres. Nous espérons que ce sondage soit en ligne au printemps 2026.

Les Essenci'Elles

12

28
Essenci'Elles
1825
heures

Le terme Essenci'Elles a été choisi pour désigner les membres **bénévoles** impliquées dans la réalisation de la mission. Au cœur de la vie de l'organisme, l'apport de chacune fait la richesse et le dynamisme de notre milieu.

Tout en participant à la transformation de notre société, leur implication favorise la confiance en soi, l'autonomie et l'affirmation. Le travail d'équipe développe et renforce leurs habiletés sociales par des expériences enrichissantes et valorisantes.

*Je sens que je change
ma vie et celles des
autres.*

Il y a beaucoup à faire dans un centre de femmes et les membres qui s'impliquent font une réelle différence en plus de soutenir l'équipe dans le quotidien.

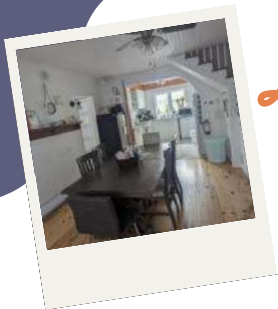
*S'impliquer favorise
mon bien-être physique
et psychologique.*

Il y a aussi des alliés non membres qui offrent leur soutien et leur aide précieuse pour différentes tâches, ce qui facilite notre travail et représente une valeur plus que financière pour le Centre.

7 Alliés
24
heures



Le milieu de vie



L'accueil

Cette année, nous avons enregistré un total de 1932 présences dans notre milieu de vie. Des femmes accueillies avec humanité, bienveillance et respect, dans un lieu d'engagement et de participation. Que ce soit pour se changer les idées, changer d'air, se déposer ou même créer, notre milieu de vie constitue le cœur du quotidien.

Chaque geste, chaque attention et chaque adaptation sont réalisés dans le but de rendre cet espace toujours plus accueillant, confortable et sécuritaire, afin que chacune puisse simplement ÊTRE.

Les femmes sont des participantes à part entière.



Coins détente, bibliothèque et médiathèque féministe

Des livres et des films abordant la condition féminine, l'histoire des droits des femmes, le développement personnel ainsi que des biographies de femmes sont mis à la disposition des femmes. Elles peuvent également profiter librement du coin détente au salon, ainsi que de la cour aménagée spécialement pour elles.



L'Inspirante

Aménagée pour se déposer, créer ou vivre un moment en groupe restreint, elle contient des mandalas, coloriages, le nécessaire pour écrire, divers matériel de création, jeux de détente, jeux de société, des casse-tête, un téléviseur, une radio, etc. Cette pièce lumineuse et polyvalente est aussi utilisée pour les interventions individuelles au besoin, pour des rencontres de comité ainsi que la halte-garderie.



La Charmante

Une petite boutique, fonctionnant selon le principe « donnez à la suivante », est tenue avec dévouement par des bénévoles qui trient, placent, agencent et entretiennent cet espace. Cette année, elles ont installé une enseigne pour mieux désigner la pièce.

Parfois, pour se faire plaisir avec un nouveau vêtement ou un accessoire, et d'autres fois par nécessité, la Charmante fait une réelle différence pour les femmes et pour la planète.



Inclusion numérique et communication



Que ce soit pour du soutien technologique (cellulaires, ordinateurs et tablettes) ou pour un accompagnement dans les apprentissages, ce service reste très apprécié des femmes que nous accompagnons. Nous respectons leur rythme et dédramatisons les situations pour rendre l'apprentissage plus serein. Certaines démarches nécessitent l'impression de documents, des télécopies, des envois par courriel, des numérisations ou des photocopies. Nos travailleuses se montrent disponibles et attentives pour accompagner les femmes dans ces apprentissages techniques, parfois sources de stress. Le téléphone, le wifi du Centre, un ordinateur portable ainsi qu'une imprimante multifonctions sont mis à la disposition des membres. De plus, des tablettes électroniques peuvent être prêtées sur demande, selon certaines conditions, afin de faciliter l'accès à la technologie.

Coin des ressources

Plusieurs dépliants et documents d'informations concernant les différents services de la région sont à la disposition des femmes.

Placés en évidence dans la salle commune principale, ils sont accessibles librement et constituent des ressources précieuses pour accompagner les femmes dans leurs démarches et favoriser leur référencement.



Transport

Le Centre offre aux femmes la possibilité de participer aux activités et de bénéficier du milieu de vie. Souvent, ce soutien se traduit par du covoiturage, mais dans certains cas, nous faisons appel à des taxis pour faciliter leur déplacement. De plus, certaines femmes sont transportées vers d'autres services, sans nécessiter l'accompagnement d'une travailleuse, afin de leur offrir plus d'autonomie et de confort.

Écoute, aide et accompagnement

15

Les femmes sont libres de venir, sans rendez-vous chaque fois qu'elles en ressentent le besoin. Elles seront soutenues dans l'expression de leur vécu, encouragées à affirmer leurs besoins et leurs souhaits, et accompagnées dans la recherche de solutions aux problèmes qu'elles ont elles-mêmes identifiés.



L'aide individuelle (en personne, Téléphone et Messenger)

Les femmes en difficulté qui se présentent au Centre sont accueillies par nos travailleuses, qui leur offrent écoute, soutien, référence et accompagnement, le tout en toute confidentialité. Aucun diagnostic n'est posé, aucun dossier n'est ouvert, et aucune thérapie n'est proposée. Ce soutien individuel, d'une durée d'environ une heure, est offert selon le besoin pour accompagner chaque femme dans ses démarches ou simplement pour l'écouter.

Tout en proposant un soutien individuel, les travailleuses encouragent également les femmes à participer aux activités du Centre. L'intervention en groupe est privilégiée comme moyen de briser l'isolement, de renforcer l'estime de soi et l'autonomie. Les échanges favorisent le réseautage entre elles, et la mise en commun de leurs expériences crée une belle solidarité, un soutien mutuel et une entraide précieuse. Ces interactions facilitent les changements dans leur vie et contribuent à améliorer collectivement leurs conditions de vie.

Soutien et accompagnement

Lors de démarches juridiques, médicales ou sociales, la présence d'une travailleuse permet à certaines femmes de mieux vivre ces situations, de mieux les comprendre et d'en favoriser la réussite. Cela inclut aussi l'aide pour remplir des formulaires et rédiger des documents.

Les activités éducatives ¹⁶

Que ce soient des activités de sensibilisation, d'information, de conscientisation ou de formation sur diverses thématiques, ainsi que l'animation culturelle, la formation par l'action ou la participation à la vie associative, toutes ces activités reflètent les réalités vécues par les femmes. Elles sont animées par des femmes qui partagent l'orientation féministe et les valeurs du Centre, favorisant ainsi un espace d'échange, d'émancipation et de solidarité.

Elles favorisent la mise en commun et la valorisation des connaissances et de l'expérience que les femmes tirent de leur vécu

Elles renforcent leur estime d'elles-mêmes, leurs capacités de s'affirmer et d'exprimer leurs besoins dans le but de développer leur autonomie

Elles sensibilisent les femmes aux réalités politiques, sociales et économiques qui influencent les conditions de vie des femmes d'ici et d'ailleurs dans le monde pour développer des liens de solidarité autour de problèmes communs

Elles visent l'action puisque c'est ensemble que les femmes pourront agir sur les causes sociopolitiques, économiques et culturelles des injustices qu'elles subissent

Les activités éducatives ¹⁷

Ateliers de suivi

- Cours Auto-défense 2 journées 14 présences
- Antidote 1: Une quête d'identité 10 rencontres 58 présences
- Découvre et affirme ta personnalité 3 rencontres 14 présences
- Harmonie avec soi 5 rencontres 31 présences
- Rendez-vous littéraires 2 rencontres 8 présences
- Popotte en couleur 2 rencontres 14 présences
- Mon âge, ma valeur 4 rencontres 27 présences
- Yoga sur chaise 2 rencontres 17 présences

Les animations par des personnes ressources ou stagiaires sont soutenues par les travailleuses.



Ladies Night - Activités offertes en soirée

- Parlons aidance naturelle par le Centre d'Action Bénévole de la Matawinie 1 rencontre 9 présences
- On apprend sur les budgets par l'ACEF 1 rencontre 6 présences
- Fabrication savon lessive écologique 1 rencontre 7 présences
- Le prix de la mode documentaire et discussion 1 rencontre 9 présences
- La charge mentale et l'industrie du bien-être 1 rencontre 7 présences
- Fais scintiller ton Noël 1 rencontre 8 présences
- Journée internationale des droits des femmes: écriture collective par Mélodie Bibeau 1 rencontre 22 présences
- Talent caché, à toi de le découvrir 1 rencontre 6 présences

Activités mixtes offertes à la population

- Court-Métrage Après-coups et échange par la Maison La Traverse 1 rencontre 21 présences
- Portes ouvertes sous forme d'épluchette 1 rencontre 13 présences
- Action de sensibilisation contre la violence faite aux femmes du 6 décembre 2024 1 rencontre 44 présences

Les activités éducatives uniques

- *Décoration de bougies* 1 rencontre 8 présences
- *Brin de laine et brin de jasette* 12 rencontres 55 présences
- *Apprendre par le jeu* 1 rencontre 10 présences
- *Pour la diversité corporelle* 1 rencontre 7 présences
- *Corvée de la cour printemps* 1 rencontre 9 présences
- *Exploration intuitive* 1 rencontre 9 présences
- *Fabrication savon lessive écologique* 1 rencontre 8 présences
- *Les savoirs autochtones avec Carole Flamand* 1 rencontre 28 présences
- *L'intersectionnalité, c'est quoi ça?* 1 rencontre 5 présences
- *Souvenirs d'adolescence* 1 rencontre 4 présences
- *Une lettre à moi de moi* 1 rencontre 5 présences
- *Corvée de la cour automne* 1 rencontre 3 présences
- *Fabrication des sacs de bonbons pour l'Halloween* 1 rencontre 7 présences
- *Enracinez votre essence* 1 rencontre 5 présences
- *Démocratie et politique, comprendre pour agir par le MÉPAL* 1 rencontre 12 présences
- *Présentation des services de la coopérative funéraire de Matawinie-Montcalm* 1 rencontre 16 présences
- *Papiers clairs pour se protéger par l'ACEF* 1 rencontre 11 présences
- *Fabriquer soi-même un casse-grippe* 1 rencontre 9 personnes
- *Identité et aspiration pour éclairer mon chemin* 1 rencontre 10 présences
- *Danse improvisée* 1 rencontre 6 présences
- *Fais scintiller ton Noël* 1 rencontre 7 présences
- *S'exprimer sans conflit* 1 rencontre 7 présences
- *Soupe rassembleuse* 2 rencontres 13 présences
- *Exploration créative* 1 rencontre 9 présences



48
activités
éducatives

Parce que sortir entre femmes, ça brise l'isolement!

- *Dîner à la cabane à sucre Jean Parent* 1 rencontre 21 présences
- *Visite comptoirs vestimentaires printemps* 1 journée 12 présences
- *Visite des comptoirs vestimentaires automne* 1 rencontre 10 présences
- *Théâtre sur le deuil chez les jeunes par le Centre de prévention du suicide de Lanaudière* 1 rencontre 6 présences

Les actions collectives

19

Les activités proposées constituent un moyen essentiel pour atteindre les objectifs d'autonomie, tant sur le plan individuel que collectif. Participer aux actions collectives permet aux femmes d'être actives dans leur communauté, en tant que citoyennes critiques, revendicatrices et solidaires. Grâce à l'action collective, les centres jouent un rôle actif dans les transformations sociales et politiques nécessaires pour lutter contre les injustices et la discrimination, favorisant ainsi un changement positif et durable.

Action pour les transports collectifs par le MÉPAL 1 rencontre 8 présences

Riposte PRO-CHOIX pour le droit à l'avortement 1 journée 13 présences

Journée d'action contre les violences sexuelles faites aux femmes

Journée nationale justice climatique et sociale 1 journée 3 présences

Journée nationale des Centres de femmes du QC

Les 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes

- Fabrication de rubans blancs 5 rencontres 47 présences
- Distribution des rubans blancs 4 équipes pour une demi-journée
- Préparation du matériel pour la Marche du 6 décembre 1 rencontre 9 présences
- Action commémorative du 6 décembre mixte 44 présences

Journée internationale des droits des femmes 2025

Campagne Je vote Pro-choix

Lancement de la Marche mondiale des Femmes 2025

Pétitions et lettres d'appui en cohérence avec les valeurs et la mission du Centre



La vie associative

La vie associative des centres de femmes est démocratique, favorise le partage du pouvoir entre toutes les femmes qui composent les centres. Ensemble, elles forment une équipe qui assure la mise en œuvre du projet féministe du Centre.

Les membres sont invitées à s'impliquer dans les différentes structures décisionnelles du Centre : L'assemblée générale, le conseil d'administration, les comités de travail ou d'action, etc. Afin de consulter les Essenci'Elles, une rencontre d'équipe élargie par saison est mise en place. Ainsi on donne de l'information, de la formation, on prend le senti de celles qui s'impliquent. On recueille leurs suggestions, leurs idées et on profite de ce temps ensemble pour bien orienter la vie du Centre.

Les Assemblées générales

- 1 Assemblée générale annuelle
30 présences avec les travailleuses et l'organisatrice communautaire

Conseil d'administration

- 9 Rencontres régulières
- 7 Rencontres extraordinaires
- 1 Mini-Congrès de 2 jours
- 1 activité créative et un repas des fêtes

Équipe

- Réunions d'équipe des travailleuses hebdomadaires
- Réunion d'équipe élargie (équipe et Essenci'Elles: 3 rencontres-22 présences)

Célébrations et autres activités de la vie du Centre

- Souper des fêtes et soirée disco 1 rencontre 17 présences
- Brunch reconnaissance des bénévoles 1 journée 17 présences
- Soirée des bénévoles de la municipalité de Saint-Jean-de-Matha 1 rencontre 10 présences

La vie associative

21

COMITÉ PROMOTION ET VISIBILITÉ

Ce comité se consacre à la réflexion, aux échanges, à l'élaboration et à la conception d'outils promotionnels afin d'accroître la visibilité de l'organisme. La principale mission de ce comité est de faire connaître le milieu de vie, ainsi que ce qui y est proposé. Pour l'année 2024-2025, les membres du comité ont créé des autocollants à l'image du Centre, distribués à nos participantes. Elles ont également investi dans l'achat d'un tableau d'affichage extérieur, permettant de mieux informer les visiteuses et passantes sur la rue, valorisant ainsi les actions et activités du Centre.

3 rencontres - 3 membres - 2 travailleuses

COMITÉ ÉDUC'ACTION

Ce comité joue un rôle essentiel dans le maintien de l'éducation populaire autonome et féministe au sein du Centre. Ses membres réfléchissent ensemble aux enjeux sociaux et féministes ainsi qu'aux moyens de sensibiliser les autres femmes à leur importance dans notre milieu. Pour l'année 2024-2025, le comité a abordé des sujets tels que l'augmentation du coût de la vie, notamment à travers une activité de soupe rassembleuse.

2 rencontres- 4 membres- 2 travailleuses



COMITÉ AUTO-FINANCEMENT

Le comité autofinancement est un espace de réflexion et d'actions au sein de l'organisme qui permet aux membres de contribuer à l'élaboration de stratégies de financement telles que la collecte auprès des commerçants et la fabrication d'articles artisanaux mis en vente au Centre lors de l'Assemblée générale annuelle et lors du salon des fêtes de St-Jean-de-Matha qui s'est tenu sur 2 jours. Les créations de cette année sont le livre de recettes, des bougies, des cartes de souhaits, des tubes pour tenir des friandises gelées, des tampons récurants, des couvre-vadrouilles et des guénilles en tricot.

13 rencontres - 7 membres

COMITÉ RESSOURCES HUMAINES

Il s'agit d'un comité de travail consultatif qui repose sur la réflexion et le partage des connaissances, en soutien à la travailleuse chargée de la coordination des ressources humaines. Ce comité veille également à la présence du conseil d'administration en tant qu'observateur lors des étapes d'évaluation des travailleuses permanentes. Grâce à ses travaux, le comité a permis de définir les critères d'embauche pour les contractuelles, ainsi que de rédiger des contrats pour les stagiaires et en collaboration avec les institutions scolaires. Suite au départ d'une travailleuse vers de nouveaux défis professionnels, le comité a également mené le processus d'embauche d'une nouvelle collaboratrice.

8 rencontres - 3 membres - 1 travailleuse


Évaluation annuelle mai 2024 - 3 travailleuses-2 membres

1 suivi d'évaluation annuelle en septembre 2024 - 3 travailleuses-2 membres

COMITÉ RELÈVE-IMPLICATION

« Vivre avec ! » était le mot d'ordre pour cette année d'évaluation des moyens réfléchis et mis en place afin de favoriser la relève et l'implication au Centre. Une rencontre d'évaluation de ces moyens a été organisée pour identifier les aspects à améliorer. Les travaux en cours concernent un sondage qui devrait être lancé en juin 2026 pour mieux connaître la réalité et les intérêts des femmes de notre territoire.

4 rencontres - 6 membres - 1 travailleuse



2494 rubans
distribués

COMITÉ LA BRIGADE DES RUBANS BLANCS

Les membres de ce comité sont des porte-paroles qui dénoncent les situations de violence et se montrent solidaires envers les femmes qui en sont victimes. Elles assurent une vigilance tout au long de l'année face à la violence faite aux femmes, notamment lors des féminicides. Elles informent notre organisme afin qu'un hommage à la victime soit rendu au Centre et sur les médias sociaux pendant dix jours. Les membres sont invitées à porter le ruban blanc et à allumer une bougie en mémoire de ces femmes.

Ambassadrices du ruban blanc, elles confectionnent ces rubans avec d'autres membres, les distribuent et participent à la mise en œuvre des 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes, notamment lors de l'action commémorative du 6 décembre, en préparant le matériel nécessaire et en organisant diverses activités d'éducation populaire, de sensibilisation et d'action.

Cette année, la sensibilisation par distribution a été réalisée dans les villages de Saint-Jean-de-Matha, Sainte-Béatrix, Sainte-Émélie-de-l'Énergie, Saint-Félix-de-Valois, Rawdon et Saint-Alphonse. L'action du 6 décembre, qui a clôturé ces 12 jours d'action, a permis à une survivante de féminicide de prendre la parole. Son témoignage a sensibilisé davantage les personnes présentes et lui a offert une occasion de reprendre du pouvoir.

Au total, **2 494 rubans ont été distribués cette année**, dont **602 lors d'une distribution le 5 décembre à l'École secondaire de l'Érablière**, en partenariat avec les élèves du Programme POM.

L'action commémorative du 6 décembre a rassemblé **44 personnes**, et l'événement publié sur les réseaux sociaux a été vu par **1 394 personnes**.

Notre action en violence ²⁴

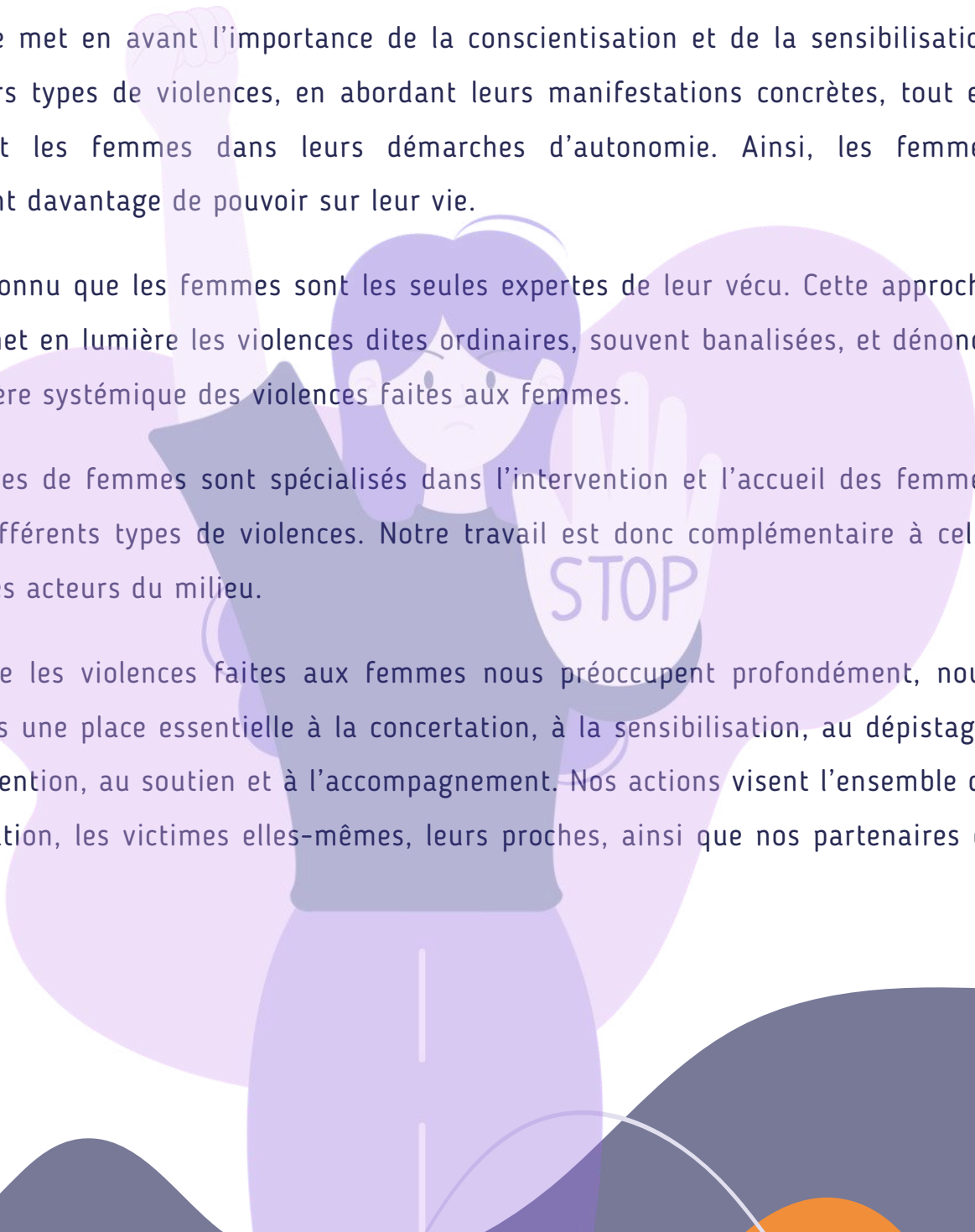
Les centres de femmes ont développé une expertise en condition féminine, dont la pierre angulaire est sans conteste la polyvalence. Leur approche globale, souple et respectueuse du rythme et des choix des femmes, s'appuie sur les principes de l'intervention féministe intersectionnelle. Elle permet également d'accompagner les femmes en amont, lorsque leurs problématiques sont multiples et complexes.

Le Centre met en avant l'importance de la conscientisation et de la sensibilisation aux divers types de violences, en abordant leurs manifestations concrètes, tout en soutenant les femmes dans leurs démarches d'autonomie. Ainsi, les femmes acquièrent davantage de pouvoir sur leur vie.

Il est reconnu que les femmes sont les seules expertes de leur vécu. Cette approche unique met en lumière les violences dites ordinaires, souvent banalisées, et dénonce le caractère systémique des violences faites aux femmes.

Les centres de femmes sont spécialisés dans l'intervention et l'accueil des femmes vivant différents types de violences. Notre travail est donc complémentaire à celui des autres acteurs du milieu.

Parce que les violences faites aux femmes nous préoccupent profondément, nous accordons une place essentielle à la concertation, à la sensibilisation, au dépistage, à l'intervention, au soutien et à l'accompagnement. Nos actions visent l'ensemble de la population, les victimes elles-mêmes, leurs proches, ainsi que nos partenaires et alliés.



Financement et contributions ²⁵



1er avril 2024 au 31 mars 2025

Ministère Santé et Services sociaux - P.S.O.C.	281 952\$
Municipalité St-Jean-de-Matha	332\$
Municipalité de Saint-Félix-de-Valois	500\$
Soutien à l'action bénévole	1 000\$
Ministère de la Condition féminine	1 500\$
Conférence Canadienne Religieuse	2 800\$
Campagne lettre aux commerçants	2 125\$
Banque féministe	1 059\$
Ventes artisanats	1 985\$
Autres dons:	1 114\$



Centre intégré
de santé
et de services sociaux

Québec



Ministère
des Relations
internationales
et de la Francophonie
Québec



Martine Biron
Ministre des Relations
internationales et de la Francophonie
Ministre responsable de
la Condition féminine



Les communications

26

3 programmations des activités par année
aux membres actives et aux partenaires
Prospectus et signets des services/coordonnées
Carte d'anniversaire aux membres
Convocation à l'assemblée générale annuelle

Page Facebook
Site Web
Page Instagram
Compte TIK TOK

Tableau d'information du Centre
Tableau d'information des organismes
Tableau extérieur du Centre

Parutions dans l'Info-Matha

Promotion des 12 jours d'action contre la violence aux femmes
Médias sociaux des municipalités, CFNJ, tableaux électroniques, affiches dans
les commerces, feuillets paroissiaux)

Promotion d'activités par les tables de concertations

Promotion du Centre par les 350 sacs de bonbons de la fête de l'Halloween



Partenariats



La reconnaissance du milieu

Notre communauté reconnaît notre travail et des instances nous réfèrent des femmes ou nous consultent:

Denrées Matha et ses voisins, les Cuisines Collectives de Matha, Défi-Famille, le carrefour emploi de la Matawinie, Au coeur du village, l'école primaire Bernèche, le centre de la petite enfance, l'École secondaire de l'Érablière. Les municipalités de Saint-Jean-de-Matha, de Saint-Félix-de-Valois, de Sainte-Béatrix, de Sainte-Émélie-de-l'Énergie et la Municipalité de Saint-Damien (prêt de local pour une de nos activités).

Le C.A.V.A.C., le C.A.L.A.C.S Lueurs d'espoir, La CLEF, le CCBM, la Maison La Traverse, Le Réseau et d'autres Centres de Femmes de la région.

Le Centre de services ambulatoires en santé mentale et de réadaptation en dépendance de Joliette et de Rawdon, le C.L.S.C., le Centre Local d'emploi, la Paroisse Ste-Trinité, le Bureau de la ministre et députée Madame Caroline Proulx, le bureau du député Monsieur Yves Perron. Certains professionnels de la santé tels que des massothérapeutes, physiothérapeutes, infirmières, médecins et travailleuses sociales

Nous sommes présentes pour notre communauté et notre territoire

- Participation à la fête Éco-Familiale
- Participation à la fête de l'Halloween et distribution de friandises
- Prêt de notre grande salle pour le C.A de la Maison des jeunes (Une travailleuse y siège)
- Soutien à une travailleuse, prêt de local pour une rencontre d'un comité de travail et prêt de local pour une rencontre du comité de coordination de la Table de concertation des groupes de femmes de Lanaudière
- Prêt de local pour suivi individuel de la Maison La traverse
- Présentation des actions de la mission, des services du Centre et de nos actions en violence aux élèves du programme P.O.M sec 5
- Prêt de local au C.A.L.A.C.S Lueurs d'espoir

Représentations et concertations

Nous collaborons en étroite concertation avec des groupes communautaires et d'autres instances afin d'améliorer ou de transformer les structures politiques et sociales qui influencent les conditions de vie des femmes. Nous siégeons dans différents comités, participons à diverses tables de concertation et prenons part à plusieurs Assemblées Générales Annuelles (A.G.A.), ce qui nous permet d'être actrices des orientations, de témoigner de notre solidarité et de réaffirmer notre engagement envers leur mission.

Au niveau national



Table régionale des Centres membres de l'R
Communautés de pratiques des Centres
Assemblée générale
Webinaires

Assemblée générale annuelle
Participation au camp féministe
Poutrelle régionale du droit à l'avortement
3 rencontres du Comité élections



Au niveau régional



Table de concertation
des groupes de femmes
de Lanaudière

Assemblée générale annuelle 2 rencontres de concertations
5 rencontres d'une travailleuse au Comité de coordination
3 rencontres du Comité Femme et santé mentale
2 rencontres du Comité mobilisations et politique

Assemblée générale annuelle
Grand rassemblement régional
Tournée régionale



Mouvement
d'Éducation
Populaire
Autonome
de Lanaudière

Assemblée générale d'information et de consultation
3 rencontres Comité d'éducation populaire et de luttes sociales



3 rencontres

1 rencontre de concertation
2 rencontres virtuelles du
comité Communauté Autochtone



Représentations et concertations

Les cuisines
collectives



de Matha

Au niveau local

Assemblée générale annuelle

Participation à la fête Éco-familiale



Participation au 35e anniversaire

Politique familiale de la municipalité de St-Jean-de-Matha
Partenaire du parcours de la fête de l'Halloween



Aussi membres et en appui à ces organisations



Lanaudière



Centre de prévention
du suicide de Lanaudière

Les cuisines
collectives



de Matha



L'RD
des centres
de femmes
du Québec

CFNJ 99,1^{fm}

88,9 Haute-Matawinie | cfnj.net

Avec vous, partout dans Lanaudière



Mouvement
d'Éducation
Populaire
Autonome
de Lanaudière

FQPN
FÉDÉRATION DU QUÉBEC
POUR LE PLANNING DES
NASCANCES



Table de concertation
des groupes de femmes
de Lanaudière

trocl

Table régionale des
organismes communautaires
autonomes de Lanaudière

Formations et ressourcement ³⁰

L'acquisition de nouvelles connaissances, l'actualisation de nos compétences ainsi que le ressourcement des travailleuses, des administratrices et des Essenci'Elles sont indispensables. Voici ce dont il a été question cette année:

S'outiller face aux nouvelles règles de la loi sur le curateur publique (A.C.E.F)

Rédaction efficace des procès-verbaux

Colloque l'R des Centres de femmes :

L'inclusion des personnes trans dans les services non-mixtes

L'antiféminisme

Réalité des femmes autochtones

*Outils d'animation sur la violence conjugale
post-séparation: mettons-nous à l'action!*

Qui sont les femmes judiciarisées?

La Marche mondiale des femmes 2025: une question de mobilisation

Webinaires de l'R des Centres de Femmes de Lanaudière

Formation d'accueil du MÉPAL

Journée toute en politique (TROCL)

Mob 101



Bilan des orientations 2024-25 ³¹

Les priorités de l'année dernière étaient de :

1. **Consolider les moyens mis en place qui favorisent et reconnaissent l'implication et la relève dans le Centre:** Des ajustements ont été apportés suite au bilan de ces travaux. Une rencontre annuelle d'évaluation se tiendra afin de garder cette pratique vivante.
2. **Développer un sondage maison auprès des femmes de moins de 50 ans de la communauté pour orienter nos actions de promotion et la programmation des activités:** C'est le comité Relève-Implication qui effectue ce travail et espère lancer le sondage en juin 2026. Cela demande beaucoup de réflexions et le sondage touchera toutes les femmes du territoire, en permettant une analyse par catégorie d'âge.
3. **Réaliser une activité de levée de fonds pour remplacer la clôture et aménager la cour en privilégiant l'intimité pour une plus grande confidentialité:** Objectif atteint! Les travaux de la cour se vivront à l'automne 2025.
4. **Créer un comité interne Marche Mondiale des Femmes en préparation aux diverses actions de la MMF en octobre 2025:** Il est créé et se joint au comité Educ'Action afin de rassembler les forces de ces membres. Nous sentons l'enthousiasme des militantEs pour les diverses actions et la Marche du 18 octobre 2025 à Québec.



Les orientations 2025-26

Les orientations sont incluses dans le plan d'action annuel et représentent des préoccupations principales pour l'année à venir en regard des besoins du Centre.

1. Consolider l'équipe de la permanence tout en intégrant deux stagiaires dans l'année.
2. Poursuivre les travaux pour la réalisation d'un sondage maison auprès des femmes en créant des catégories d'âge pour cibler les analyses des femmes de moins de 50 ans dans le but d'orienter nos actions de promotion et la programmation des activités.
3. Poursuivre les travaux du comité interne Marche Mondiale des Femmes, en collaboration avec le comité Éduc'Action en préparation aux diverses actions de la MMF du 18 octobre 2025.
4. Débuter une réflexion sur les adaptations à apporter pour faciliter l'accès aux femmes à mobilité réduite et les avenues possibles pour y parvenir.





Au plaisir!

60 rue Archambault,
Saint-Jean-de-Matha, Québec, J0K2S0
450.886.9171

site web: coeurdesfemmes.org

