

# Femmes d'ici

Hiver 2011  
Volume 46, numéro 2

**Rester  
ou partir ?**  
Un choix  
déchirant

**L'Afeas en visite  
chez vous**

**Histoire  
d'une vie**  
Rencontre avec  
Jeannette Bertrand



« Les honneurs arrivent quand on a accompli  
des choses, ou souvent tard dans la vie. »

Photo: Rémy Boily

# Sommaire

Hiver 2011

**Poème Chante ta vie** 6  
Lucille G. Pélessier

**Partir ou rester  
– un choix déchirant** 8  
Renée Thériault

**Entrevue avec  
Jeannette Bertrand** 10  
Paula Provencher

**Varia.ca** 19

**Comité de  
financement** 22  
Gaétane Gagnon

## Chroniques

**Humeur** 2  
Lise Tremblay

**Éditorial** 3  
Céline Duval

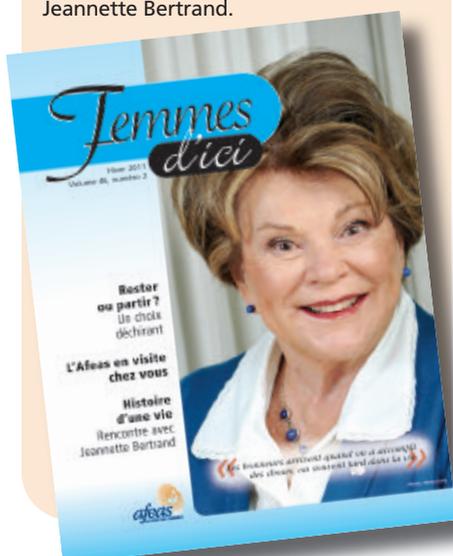
**Ça bouge** 4  
Céline Duval

**Vie de femmes** 7  
Alphie Gagnon

**Nouvelles** 21  
Lise Girard

### En couverture

Notre grande dame, la talentueuse  
Jeannette Bertrand.



## Humeur

Par Lise Tremblay

# Mes amies sont là... pourquoi m'inquiéter?

L'automne s'est installé depuis quelques semaines et pourtant, je ne me sens pas triste ou mélancolique comme je le suis habituellement à cette époque. Je me sens d'humeur joyeuse. Pourquoi? Je ne sais pas trop...

Serait-ce le magnifique soleil des derniers jours qui étire encore ses rayons chauds et flamboyants jusque sur mon lit? Serait-ce le délicieux repas pris en compagnie de mon amie d'enfance, Thérèse, une amitié de plus de 52 ans? Serait-ce ma promenade au Jardin botanique pour admirer la nuit des lanternes chinoises avec mes petites-filles éblouies? Serait-ce la fierté que j'ai ressentie lors de mon premier concert de l'année à la toute nouvelle « Maison symphonique », où la beauté du décor et de la musique m'ont transportée dans une autre dimension? Serait-ce la présence des amies qui m'entourent et qui m'apportent tant de plaisirs à la veille d'une saison de froidure, de noirceur, de tristesse? Serait-ce le sourire matinal de mon amoureux, la chance que j'ai d'être en santé, les câlins de mes petits? Je ne sais pas trop...

Parfois, la nostalgie envahit mon cœur. Les mauvaises nouvelles de mes parents ou des gens qui me sont chères m'attristent. Les moments plates et ennuyeux de la routine me cachent le soleil mais...

Vous souvenez-vous de Françoise Hardy qui chantait: « Beaucoup de mes amis sont venus des nuages, avec soleil et pluie comme simples bagages. Ils ont fait la saison des amitiés sincères, la plus belle saison des quatre de la terre. » Elle parle d'amitié avec les mots douceur, fidélité, tendresse, sourire et don de soi.

« S'il me reste un ami qui vraiment me comprenne, j'oublierai à la fois mes larmes et mes peines. Alors, peut-être, je viendrai chez toi chauffer mon cœur à ton bois. Rien ne peut remplacer la présence de l'amie qui écoute, qui comprend, et surtout pas les milliers d'amis virtuels sur tous les réseaux sociaux à la mode. Rien ne peut remplacer la main posée sur l'épaule, l'étreinte d'un départ, le mot pour faire rire, le téléphone qui rassure, rien vraiment rien.

En y pensant bien, c'est peut-être l'amitié et l'amour qui font mon équilibre, qui me rendent de bonne humeur et tous ces petits bonheurs quotidiens ou passagers qui traversent les nuages froids de ma vie et me réchauffent tel un bon feu de bois... Peut-être!

À vous toutes mes amies, plein de bons feux et de rapprochements pour passer la rude saison qui s'annonce.

Source: L'amitié, paroles de Jean-Max Rivière, musique de Gérard Bourgeois, interprété par Françoise Hardy, Éditions musicales Alpha.



# La bientraitance, vous connaissez ?

La bientraitance, « Mais qu'est-ce que c'est ? », me direz-vous. D'abord, ce mot existe-t-il pour vrai ? S'agit-il du simple contraire de maltraitance ? Ça fait penser à bienséance ou à bienveillance... En tout cas, ça semble signifier que l'on veut bien faire.

Une simple recherche dans le dictionnaire nous rappelle que la bienséance, c'est le savoir-vivre, le respect des bonnes manières. La bienséance a pour contraire l'impolitesse, l'indécence. C'est donc une façon d'agir, un comportement. Quant à la bienveillance, c'est une disposition favorable envers une personne en situation de besoin. La bienveillance relève du domaine des sentiments, de l'attitude envers les gens.

Il faut chercher sur Internet pour trouver le sens du mot « bientraitance ». Cette notion recouvre un ensemble d'attitudes et de comportements positifs et constants de respect, de bons soins, de marques et manifestations de confiance, d'encouragement et d'aide envers les personnes en situation de vulnérabilité. C'est donc agir constamment de façon respectueuse et vouloir réellement du bien à quelqu'un de fragile.

Savez-vous que cette notion de bientraitance fait son chemin, ici, au Québec, dans

le domaine des soins aux aînées et aînés ? L'objectif d'introduire cette notion dans le système de santé est sans doute de soutenir une réflexion éthique, de promouvoir une culture du respect de la personne, fut-elle en très grande perte d'autonomie, tout en traitant sa situation.

Car il faut dissocier la personne de son handicap ou de sa limitation. On entend parfois dire que le personnel des centres de personnes âgées néglige l'aspect humain dans le traitement de leurs malades. Peut-on vraiment les blâmer ? Submergés par les soins à donner, limités dans les ressources, les intervenantes et les intervenants font ce qu'ils peuvent.

Tout le monde doit réfléchir à cette notion de bientraitance : les professionnels de la santé, les gestionnaires d'établissements, les personnes aînées et leurs proches. Un être humain a besoin d'être considéré avec respect et sa maladie a besoin d'être traitée le plus efficacement possible.

En ce début d'année 2012, peut-être pourrions-nous ajouter le mot « bientraitance » à notre vocabulaire et dans nos actions. Cette combinaison de bienséance et de bienveillance ne peut que rendre le monde plus beau et plus agréable autour de nous.





## Plan d'action 2011-2016 :

# SUIVI AU CONG

Quelques jours après le congrès d'orientation d'août dernier, une équipe de travail provinciale se mettait rapidement à l'œuvre pour préparer un plan d'action. D'ici 2016, les éléments de ce plan d'action donneront un nouvel élan à tous les groupes Afeas et les aideront à prendre la parole pour influencer leur milieu et porter la vision de l'Afeas soit, **être la voix des femmes**. Les personnes suivantes font partie de cette équipe : la responsable, Céline Duval, ainsi que Paula Provencher, Célyne Riopel et Colette Lemieux. Le comité a déjà soumis des propositions au conseil d'administration provincial. Ce dernier a adopté les premiers éléments de ce plan d'action 2011-2016.

### Qu'est-ce qu'un plan d'action ?

C'est un document dans lequel on indique ce que l'on prévoit faire, étape par étape, pour atteindre un objectif précis à une date déterminée. De façon concrète, un plan d'action comprend généralement une VISION, des orientations, des objectifs, des actions ou interventions, un échéancier, des responsabilités et un budget.

En 2010-2011, une vaste consultation volontaire a permis aux membres de donner des commentaires ou des suggestions sur l'avenir de leur association. Certains éléments ont été proposés lors des congrès régionaux et au congrès provincial d'orientation d'août 2011. Ils ont servi à définir notre vision (ce que nous voulons être) et notre mission (ce que nous voulons faire). C'est par consensus que nous en sommes venues à définir :

- **notre vision** : l'Afeas est la voix des femmes, une leader d'opinion incontournable, pro-active et présente sur la place publique

- **notre mission** : défendre les droits et maintenir les droits acquis des femmes, favoriser la participation des femmes dans toutes les sphères de la société (prise de parole et actions), valoriser le rôle des femmes comme travailleuses (travail rémunéré et/ou travail invisible) et citoyennes, faire valoir et défendre l'opinion des femmes dans les débats de société.

Partant de ces définitions, pour choisir les orientations du plan d'action, nous avons à nouveau consulté les commentaires reçus lors de la préparation au congrès d'orientation. Plusieurs propositions exprimaient des besoins précis pour le bon fonctionnement des Afeas locales : *« Il y a des choses qui se sont perdues dans le temps : rôle des agentes de liaison, rôle au conseil d'administration local ou régional, techniques d'animation, Activités femmes d'ici. »*

Certaines demandent des façons de faire pour orienter des discussions sur des problématiques vécues localement. D'autres aimeraient se doter de moyens pour parler

# rès d'orientation



au nom de l'Afeas dans l'actualité locale ou régionale.

## Les orientations

**L'Afeas locale devient la priorité et la membre, la personne la plus importante dans ce plan d'action 2011-2016.**

En 2011-2012, chacune des 275 Afeas locales recevra la visite d'une animatrice qui discutera avec toutes les membres :

- 1 · de la vision et de la mission de l'Afeas – Au besoin, elle vous informera et répondra à vos questions sur le consensus établi lors du congrès d'orientation d'août 2011 ;
- 2 · de votre degré d'adhésion à la vision et à la mission de l'Afeas ;
- 3 · des moyens à prendre pour que **la voix des femmes** soit entendue dans votre milieu.

Il s'agit ici, de dresser le portrait 2012 de chacune des Afeas locales. Pour mesurer les résultats, une autre rencontre aura lieu en 2015. Il faut que ce plan d'action porte fruits, et ce, dans chaque communauté.

L'animatrice notera vos besoins pour que vous soyez capables, toutes et chacune, de devenir des personnes influentes dans

votre milieu et que l'Afeas y soit la voix des femmes.

**De la formation sur mesure pour permettre à chaque Afeas locale d'atteindre ses objectifs face à la vision et à la mission de l'Afeas**

Déjà, le comité provincial de formation prépare des ateliers interactifs et concrets pour répondre à certains besoins : fonctionnement d'un conseil d'administration local, animation des Activités femmes d'ici et prise de parole. D'autres thèmes pourront être développés pour répondre à vos besoins. Il s'agit d'une formation continue, d'un service personnalisé pour permettre à

chaque Afeas locale d'atteindre ses objectifs face à la vision et à la mission de l'Afeas.

Si certaines craignent les changements, d'autres les souhaitent ardemment. Pour que ce congrès porte fruits, il est indispensable que chaque membre s'implique, à sa mesure, dans la concrétisation du plan d'action. Si chacune y met du sien, l'Afeas va rayonner partout au Québec.

Quand les 10 000 membres s'activeront, la voix des femmes retentira haut et fort au Québec, **la voix des femmes influentes.**



# MERCI

à nos PARTENAIRES **PRÉSENTATEURS**



**SANOFI**



**MERCK**

**SOLAREH**  
Expert en capital humain

**Janssen** 

**Shire**



**Bristol-Myers Squibb Canada**

# Des dames d'honneur et d'influence au congrès provincial



*L'automne dernier, je vous ai parlé de Madame Céline Ouellet, l'une des dames d'honneur du 45e congrès provincial. Aujourd'hui, laissez-moi vous présenter une autre membre du comité honoraire de ce congrès, Madame Louise Métivier, co-proprétaire de la Bijouterie Nappert-Métivier et créatrice de bijoux.*

Cette femme, d'une élégance naturelle, se distingue dans un groupe. Sans prendre trop de place, elle se joint facilement aux conversations et est d'un abord facile.

Cadette d'une famille de trois enfants, elle s'intéresse à la bijouterie de son père, dès l'âge de dix ans. « J'ai une forte attirance pour les bijoux et mon père me permettait d'en choisir lorsqu'il faisait ses achats », dit-elle. À quinze ans, elle se joint à l'entreprise familiale. C'est à la bijouterie qu'elle rencontre l'amour de sa vie, Simon Demers. Ils se marient en 1979. Deux filles naissent de ce mariage. En 1980, le couple achète la bijouterie familiale en co-propriété. Elle s'occupe de l'aménagement de la bijouterie, du marketing et des achats. Elle dit d'ailleurs à la blague : « À la bijouterie, j'achète et Simon paye ».

En 2001, la bijouterie Métivier se fusionne avec Monsieur Raymond Nappert pour une durée de trois ans. En 2004, Madame Métivier et son époux deviennent propriétaires uniques de la bijouterie Nappert-Métivier. Les affaires marchent bien. Ils achètent une seconde bijouterie. Malheureusement, la santé de Madame Métivier donne des signes un peu inquiétants. Elle se voit confrontée à un diagnostic de cancer du poumon assez avancé qui,

finale,ment, s'avère faux : une erreur de dossiers. Ouf ! Quel soulagement pour toute la famille. Mais il y a une leçon à retenir : la vie est courte. Madame Métivier et son époux revoient leurs priorités et décident de vendre la deuxième bijouterie et de penser un peu plus à eux.

Lors de vacances à Tucson, en Arizona, Madame Métivier se découvre une passion pour les perles. Au retour, elle confectionne des colliers de perles kashea et de pierres semi-précieuses. Elle crée alors sa propre collection de bijoux. Depuis la Bijouterie Nappert-Métivier propose la *Collection Louise Métivier*.

En 2007, son père décède. Ce décès est d'autant plus affligeant qu'elle était très près de lui. Elle parle de lui en ces termes : « J'ai toujours eu une grande estime pour mon père. Il était un père, un patron, un guide, un ami et un grand-père exceptionnel ! ». Heureusement, sa mère âgée de 85 ans, est toujours là. Madame Métivier a beaucoup d'admiration pour cette femme qui lui a toujours apporté son soutien et qui continue d'être à ses côtés.

Pour cette grand-mère de deux petites-filles et d'un petit-garçon, la famille est primordiale. « Mon rôle consiste à organiser

différentes activités familiales afin de préserver les liens affectifs entre chaque membre de la famille », mentionnait-elle lors du congrès. Au fil du temps, Madame Métivier a su conjuguer harmonieusement famille et travail. « Étant mariée à mon associé, nous sommes devenus les meilleurs complices de vie pour accomplir tous nos projets d'affaires », dit-elle.

Lors de notre entretien téléphonique, je lui ai demandé comment elle avait vécu son congrès Afeas ? « Avant le congrès provincial, je pensais que l'Afeas regroupait des femmes qui faisaient de l'artisanat. Ma présence au congrès a complètement changé ma perception. J'ai rencontré des femmes extraordinaires. Je ne me suis pas ennuyée durant les trois jours du congrès. J'ai découvert une association qui défend les droits des femmes et qui a réalisé des choses importantes pour les femmes. Depuis le congrès, je parle souvent de l'Afeas autour de moi », dit-elle.

Ce fut un plaisir pour moi de vous parler de cette grande dame.

Je vous invite à consulter le nouveau site Internet de la Bijouterie Nappert-Métivier.

# Rester ou partir ? Un choix déchirant

Chère amie,

Ça fait longtemps que nous nous sommes vues mais aujourd'hui j'ai besoin de ton aide pour prendre une décision qui déterminera mon avenir. J'aurai bientôt 75 ans. Je suis à la « croisée des chemins » à savoir si je dois tout vendre et aller en résidence ou demeurer dans ma belle maison tant que je pourrai. Que c'est difficile de savoir ce que je veux ! Cela me stresse, tu ne peux pas savoir !

Quand nous avons acheté notre joli petit bungalow, Paul et moi étions dans la vingtaine. Si je compte bien, ça fait 52 ans que j'habite cette grande maison de 3 chambres à coucher, sous-sol fini et tout le tralala, comme on dit. On avait un beau terrain avec piscine hors-terre, des arbres matures, une belle allée pavée et beaucoup de fleurs, comme j'aimais. C'est ici où nous avons élevé nos deux garçons. À leur départ, la maison semblait trop grande même si, lorsqu'ils habitaient avec nous, je pestais tous les jours de la petitesse de la maison. Puis, petit à petit, Paul et moi avons pris une nouvelle routine et avons profité de cette belle propriété. Nos garçons venaient nous voir une fois de temps en temps avec leur famille.

Lorsque nous étions dans la soixantaine, Paul a commencé à en avoir assez de faire le gazon, d'entretenir la piscine, de déneiger. Il nous restait quelques années sur le marché du travail. Souvent, nous devions faire appel à des fournisseurs de services faute de temps pour tout faire et entretenir la maison. L'année de sa retraite, on a fait un beau voyage. C'est cette année-là qu'on a commencé à parler de vendre la maison afin de profiter des années qui nous restaient. Puis, le malheur arriva ! Paul est décédé quelques jours avant de célébrer son soixante-sixième anniversaire de naissance. Moi, je me suis retrouvée seule dans ma maison, avec mes bibelots et tous mes souvenirs.

Ça fait maintenant 9 ans que Paul est parti. Je n'ai pas eu le courage de vendre la maison, comme nous l'avions décidé. Je l'aime cette maison-là ! C'est ce qui me relie à tous ceux que j'ai aimés et que j'aime. Tu te souviens de nos grandes fêtes, de nos « partys de piscine », des épluchettes de blé d'inde ? Que de souvenirs ! Je suis tout de même chanceuse : quand j'ai besoin d'aide, mes garçons sont là pour moi. Quand j'ai été opérée pour ma hanche, je suis allée habiter temporairement chez l'un d'eux, le temps de me remettre sur pieds. Leur vie est beaucoup trop active pour ma vieille carcasse ! Je les aime bien, mais ce n'est pas comme chez-nous. Quel bonheur de retrouver ma maison.

Ces jours-ci, je m'ennuie. Je ne reçois pas beaucoup d'appels ni de visite. Une fois que j'ai fait le tour des amis et de la famille qu'il me reste, je n'ai plus grand monde à qui parler. Quand j'étais un peu plus jeune, je faisais du bénévolat mais, depuis quelques années, comme je dois utiliser une canne, ça me limite dans mes déplacements. Mais je suis toujours autonome et en bonne santé pour mon âge.



Renée Thériault





*J'ai visité une résidence récemment où il y avait une chapelle, un coiffeur, un dépanneur et même un comptoir bancaire. On peut prendre ses repas à la salle à manger et avoir le service d'entretien ménager. Bien sûr, c'est assez luxueux... et ce n'est pas donné non plus! Mais j'en ai les moyens. Nous avons tout prévu pour notre retraite. Je serais dans un lieu sécuritaire et les garçons s'inquièteraient moins. À la résidence, je connais quelques personnes qui y habitent. Je pourrais avoir de la compagnie pour mes repas et autres activités auxquelles je déciderais de me joindre. Ce n'est pas une prison non plus! Je pourrais*

*aller magasiner à ma guise, aller au théâtre ou au concert comme bon me semblerait.*

*Par contre si je choisis de rester chez-moi, dans ma maison, entourée de mon monde, dans mon univers familial, j'aurai besoin d'aide. J'ai déjà une femme qui vient aider pour l'entretien de la maison. Je pense que plus je rapetisse, plus la maison grandit! Le terrain n'est plus ce qu'il était mais j'ai toujours mon petit potager et mes belles fleurs. Je fais affaire avec une entreprise pour le gazon l'été et le déneigement l'hiver. Mes garçons et mes petits-enfants viennent m'aider pour les décorations de Noël. Ma maison retrouve alors ses beaux airs d'antan. Comme je ne suis pas loin de l'épicerie et de la pharmacie, je n'ai pas besoin d'aide pour mes emplettes. Une de mes brus ou un de mes garçons m'accompagnent quand j'ai des rendez-vous chez le médecin. Mais la maison est un peu vieillotte et n'est pas adaptée pour une personne de mon âge. J'ai communiqué avec le CLSC. Ils vont m'envoyer quelqu'un pour évaluer mes besoins. Dans ma région le CLSC offre des services de préparation des repas, d'hygiène corporelle, d'entretien ménager et même de fourniture d'équipements spécialisés. Je ne pense pas que j'aie besoin de tout ça. Je suis encore capable de prendre mon bain toute seule tout de même! Mais pour ma sécurité, et pour que les garçons s'inquiètent moins, il y aurait sûrement quelque chose à faire.*

*Enfin, tu vois mon amie comme je suis mêlée et que j'ai de la difficulté à prendre la bonne décision. Tu me connais bien et tu as toujours eu un bon jugement. Alors qu'est-ce que t'en penses? Que devrais-je faire? Rester ou partir?*

Vous aimeriez commenter ou donner votre opinion? Communiquez par courriel à [gratton@afeas.qc.ca](mailto:gratton@afeas.qc.ca) ou par la poste à Opinion, 5999 de Marseille, Montréal H1N 1K6

Nous attendons vos réponses. Doit-elle rester à la maison ou aller en résidence? C'est à vous de décider. Le résultat vous sera communiqué dans le prochain numéro de la revue.

### Saviez-vous que...

Au Québec, la moyenne d'âge de l'entrée en résidence est de 78 à 80 ans. La perte d'autonomie est ce qui motive les gens à s'installer en résidence, explique François Théoret, directeur général de Visavie, une agence spécialisée qui aide les personnes âgées à trouver une place en résidence. Mais ce n'est pas la seule raison. D'autres n'ont tout simplement plus envie d'entretenir leur maison et souhaitent couler des jours tranquilles dans un environnement sécuritaire.

<http://www.lesaffaires.com/archives/generale/la-bonne-residence-pour-ses-parents/511386>

Lauréate du Prix Guy-Maufette, Québec 2011

## Jeannette Bertrand

# Grande Dame de la radio et de la télévision

Entrevue réalisée par Paula Provencher, le 8 novembre 2011, lors de la remise des Prix du Québec.

Qui d'entre nous ne se souvient pas des émissions de télévision, *L'Amour avec un Grand A*, *Parler pour parler*, *Quelle famille*, *Grand-Papa*, *Toi et Moi*, et à la radio pour certaines, *Le Déjeuner en musique*, dans le *Petit Journal*, *Opinions de femmes*, et aussi le courrier du cœur *Le refuge sentimental*. En nommant ces titres, un nom nous vient en tête et au cœur : Jeannette Bertrand !

Récipiendaire du Prix Guy-Maufette, Québec 2011, mardi le 8 novembre dernier à l'Assemblée nationale, cette femme inspirante, au sommet de sa gloire, à la fois auteure, dramaturge, comédienne, journaliste, ne cesse de nous émerveiller par son talent et sa vitalité.

Seule femme en liste parmi 11 personnalités sélectionnées dans les domaines scientifiques et culturels, elle a été des plus chaleureusement applaudie lors de sa nomination et de la remise de la médaille honorifique par Madame Christine Saint-Pierre, ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine. Ce qui lui a fait dire avec humour, lors de ses remerciements, « Bon, il n'y avait pas de femmes, ils se sont dits, on regarde son CV. Je pense qu'elle va faire l'affaire » ! Oui, Madame Bertrand, après 60 ans d'une longue carrière prestigieuse et féconde, cet honneur vous revient de droit. Nos hommages Madame !

## Entrevue

**PP – Bonjour Madame Bertrand ! Permettez-moi de vous féliciter au nom de toutes les membres Afeas du Québec et de vous poser quelques questions, à vous, pionnière et authentique féministe qui avez tracé le chemin et donné une**

**voix aux femmes du Québec. Selon vous, quelle différence y a-t-il entre le féminisme d'aujourd'hui et celui d'il y a 50 ans ?**

**JB –** Il y a 50 ans, il n'y en avait pas de féminisme. Il y a bien eu quelques actions et quelques changements pour le droit des femmes, mais en tant que mouvement de condition féminine, c'est au début des années 1965-1970 que les groupes se sont organisés en ce sens. La parution du livre de Simone de Beauvoir, *Le deuxième sexe*, a créé un éveil chez les femmes et c'est par la suite que les revendications ont commencé... J'ai moi-même appuyé la grande bataille de l'Afeas pour faire reconnaître le travail des agricultrices et les sortir de leur unique rôle de femmes au foyer. Celles-ci étaient cantonnées à élever des enfants, en plus de travailler sur la ferme. Elles n'avaient même pas un cent pour s'acheter un rouge à lèvres. Elles-mêmes refusaient de prendre leur juste place en tant que collaboratrices, étant trop modestes. Nous

avons fait beaucoup de chemin ensemble, et aujourd'hui, le féministe radical n'est plus nécessaire. Il ne reste qu'un seul féministe, celui de l'égalité hommes/femmes.

**PP – Selon les dires de bien des jeunes femmes, elles n'ont pas besoin de militer pour la condition féminine. Tout est réglé. Croyez-vous qu'il y a encore des injustices envers les femmes dans la société ?**

**JB –** Je note que les jeunes femmes d'aujourd'hui se déclarent égales aux hommes jusqu'à ce qu'elles soient sur le marché du travail. Elles s'aperçoivent alors qu'il y a deux standards : un pour les femmes et un pour les hommes, que ce soit en politique ou en affaires. Par ailleurs, et encore de nos jours, j'ai remarqué avec étonnement que les femmes avaient de la difficulté à faire confiance aux autres femmes. Je crois que c'est dû au fait que nous avons été ostracisées par le pouvoir de l'Église et des stéréotypes qui en ont décou-



Jeannette Bertrand avec Paula Provencher, rédactrice en chef de *femmes d'ici*.



(Photo: Rémy Boily)

lé. Ceci a influencé les mentalités et les comportements et laissé une empreinte difficile à effacer. Si on réussissait à changer cette mentalité archaïque, il y aurait plus de femmes au pouvoir.

**PP – À cause des changements des rôles traditionnels des hommes et des femmes dans la société, on dit que les jeunes garçons et les jeunes hommes ont de la difficulté à trouver leur place dans la famille ou à l'école. Qu'en dites-vous ?**

**JB –** Les femmes semblent avoir de la difficulté à concéder aux hommes un rôle au sein de la famille parce que le seul pouvoir qu'on avait était dans la maison. Les hommes sont souvent sous haute surveillance lorsqu'ils prennent des initiatives pour l'éducation des enfants ou les tâches ménagères. Il faut que les femmes laissent faire les jeunes pères, même si leur méthode est différente de la nôtre. Pour ce qui est des études des garçons, mes frères fréquentaient les cours classiques; ils commençaient une quarantaine et finissaient une dizaine. Il y en aura toujours qui vont préférer gagner leur vie tout de suite au lieu de finir leurs études. Le féminisme n'est donc pas responsable du décrochage scolaire.

**PP – Que reste-t-il à faire pour changer les mentalités ?**

**JB –** Nous avons fait des pas de géant depuis 30 ans. Il nous reste à accepter d'être égales aux hommes dans tous les sens du mot. Au sein de la famille, laisser prendre des initia-

tives aux hommes. Ne pas hésiter à agir en femme dans un monde d'hommes et à avoir confiance en nous, en plus de se faire confiance entre nous.

**PP – Étant toujours très active, quels sont vos futurs projets ?**

**JB –** Je publierai un roman, en avril 2012, qui aura pour titre *Lit double*. C'est une histoire écrite à partir du fait qu'il y a 50 % des couples qui se séparent et on constate que tout de même 50 % des couples restent unis. Ce livre raconte la vie de 5 couples âgés entre 23 et 73 ans qui passent leur vie ensemble, malgré toutes les difficultés rencontrées. Une parution à surveiller !

**PP – Quel serait le message que vous voulez laisser à nos lectrices ?**

**JB –** Je voudrais leur dire que le bonheur est un choix. Il ne sert à rien de s'apitoyer sur son sort ou d'essayer d'attirer l'attention et l'amour en faisant pitié. Soyez positives, tout en étant réalistes. Ayez du courage dans les épreuves. Choisissez de tourner la page et de vivre pleinement votre vie.

Madame Jeannette Bertrand merci de votre disponibilité et félicitations pour votre immense contribution à la société québécoise. Nous vous sommes toutes redevables pour l'avancement de la condition féminine. Nous sommes fières de vous et que votre étoile continue de briller au firmament du Québec !



(Photo: Rémy Boily)

Janette Bertrand accompagnée des autres lauréats et de madame Christine St-Pierre, ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, et à l'extrême gauche, monsieur Sam Hamad, ministre du Développement économique, de l'Innovation et de l'Exportation.

# Chante ta vie

Tiré du recueil « Sous l'arcade des saisons »

Par Lucille Guèvremont Pélissier

*La vie est un hymne vibrant  
Qui doit s'entonner dès l'enfance  
Au rythme d'un cœur débordant  
De sons d'amour et d'espérance.*

*Chante-le généreusement  
Sur l'air enjoué qui rassure  
Tu verras que malgré le temps  
Ta voix demeure belle et sûre.*

*Ses strophes s'inspirent toujours  
De la mélodie de ton âme ;  
Ouvre-toi, offre ton concours  
Pour mieux en déclarer ta flamme.*

*Chante-le amoureuxment ;  
Ton ardeur communicative  
Entraînera tant d'agrément  
Que l'écho fera récidive.*

*Fais chœur avec ta volonté,  
Tes sentiments, tes aptitudes  
Pour que l'hymne bien orchestré  
Se chante en toi par habitude.*

MERC | à nos PARTENAIRES **COLLABORATEURS**



**Desjardins**

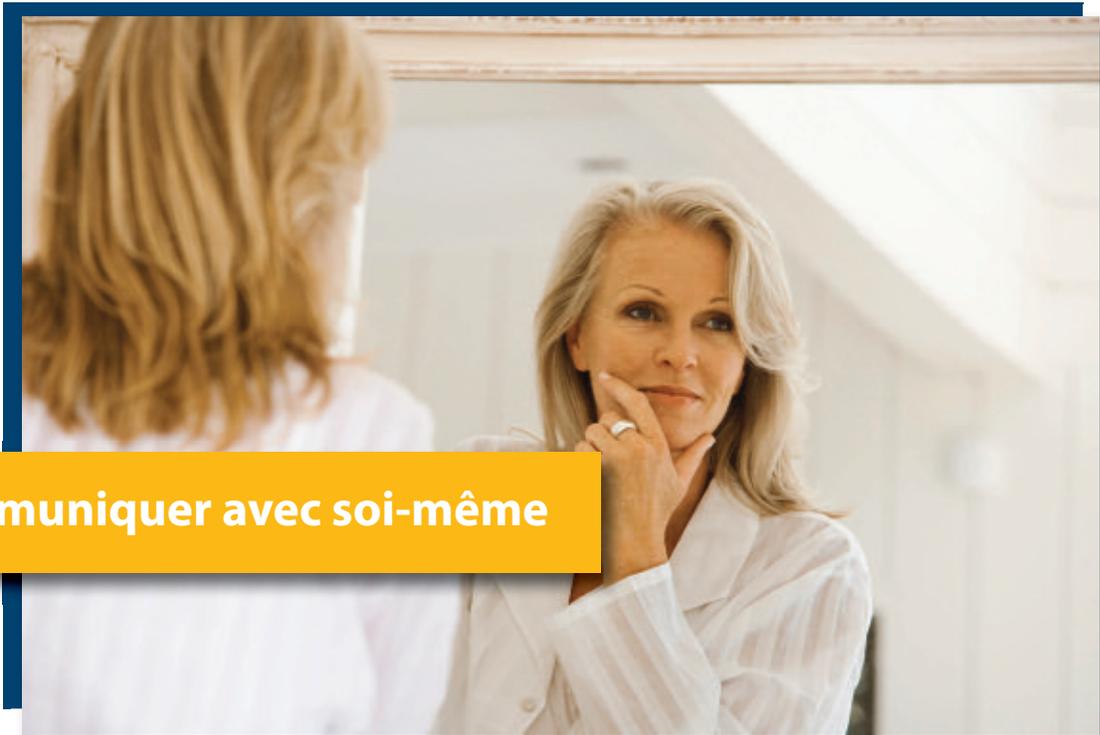
Conjuguer avoirs et êtres

Santé  
et Services sociaux  
Québec



**Boehringer  
Ingelheim**





## Mieux communiquer avec soi-même

### La communication intérieure

#### Le langage que l'on dirige vers soi

Il est important que vous preniez conscience du ton et du vocabulaire que vous utilisez lorsque vous vous parlez ou quand vous parlez de vous aux autres. Soyez tolérant et bon avec vous-même.

#### La pensée automatique

Le discours interne est un discours inconscient la plupart du temps. C'est dans ce contexte que l'on parle de pensée automatique. Nous avons tous une grille d'analyse individuelle que nous appliquons au monde qui nous entoure. Celle-ci est formée de croyances, de valeurs, d'expériences vécues, de sensibilités et de fragilités. C'est cette grille d'analyse qui provoque nos pensées automatiques et qui fait surgir les émotions qui sont attachées à ces dernières. ■

### Erreurs les plus fréquentes de la pensée automatique

En faisant moins d'erreurs cognitives et en sachant les reconnaître quand vous en faites, vous vivrez des émotions beaucoup plus justes et réalistes. Les erreurs cognitives ont toutefois la vie dure. L'important est de prendre conscience de leur existence afin d'être en mesure de corriger votre pensée. Rappelez-vous qu'une réaction disproportionnée amène aussi une émotion disproportionnée.

#### La généralisation excessive

Mécanisme par lequel une personne arrive à une conclusion générale à partir d'un ou de plusieurs petits faits isolés, le plus souvent véridiques, mais par ailleurs insuffisants pour justifier une conclusion universelle.

#### Le tout ou rien

C'est une tendance qui consiste à juger les choses de façon absolue, sans nuances, selon le principe du « tout ou rien ».

#### La déduction arbitraire

Consiste à tirer des conclusions sans preuve. C'est l'erreur cognitive la plus fréquente.

#### L'abstraction sélective

Consiste à focaliser son attention sur un seul détail et à faire abstraction de la situation globale.

#### L'amplification et la minimisation

L'amplification consiste à exagérer les conséquences d'un événement négatif, le plus souvent une erreur. La minimisation, elle, consiste à sous-estimer les conséquences d'un événement positif, le plus souvent une réussite.

#### La dramatisation

Tendance qui amène à tout exagérer. ■

### Prendre conscience des pensées automatiques

Afin de prendre conscience de vos pensées automatiques, voici un exercice facile à accomplir. Dressez trois colonnes. Dans la première, décrivez un événement qui s'est produit et qui a suscité une émotion vive en vous. Dans la deuxième, notez ce que vous avez pensé spontanément durant l'événement. Dans la troisième, écrivez ce que vous auriez dû penser. ■

#### Événement

Mes collègues de travail ont arrêté de parler lorsque je me suis approché d'eux.

#### Pensée automatique

On parle de moi.

#### Pensée révisée ou corrigée

Peut-être se faisaient-ils des confidences.



# SANOFI

*Le groupe musical  
Alambic.*

## LEADER MONDIAL ET DIVERSIFIÉ DE LA SANTÉ, qui découvre, développe et offre des solutions thérapeutiques CENTRÉES SUR LES BESOINS DES PATIENTS

S'appuyant sur quelque 110 000 collaborateurs dans plus de 100 pays, Sanofi et ses partenaires s'efforcent de protéger la santé, d'améliorer la qualité de vie et de répondre **aux besoins de santé potentiels des sept milliards de personnes vivant aujourd'hui dans le monde.**

Sanofi possède des atouts fondamentaux avec six plateformes de croissance : **les marchés émergents, les vaccins, la santé grand public, la prise en charge du diabète, les produits innovants et la santé animale.** Grâce à l'acquisition de Genzyme, Sanofi a renforcé son expertise sur le plan de la biotechnologie et des maladies rares.

Forts de notre présence mondiale et de notre détermination à améliorer l'accès à des médicaments et à des soins de santé novateurs, **nous travaillons inlassablement à changer la vie des gens, chaque jour.**

# Prix Activités femmes d'ici

Par Paula Provencher

## Catégorie locale

Grandes gagnantes ! Cinq Afeas locales de la Mauricie.

Avec la pièce de théâtre

### « *Le droit d'être vieux* »

La pièce de théâtre *Le droit d'être vieux* a fait sensation au Complexe culturel de La Tuque, en novembre 2010. Mise sur pied dans le but de sensibiliser la population à la violence sous toutes ses formes envers les aînées et les aînés, et plus particulièrement en milieu d'hébergement, cet événement a connu un grand succès.

Organisée par cinq Afeas locales de la Mauricie dans le cadre de l'*Opération Tendre la main*, les membres du comité organisateur ont fait appel à la Troupe de Théâtre des aînés de Charlesbourg. Par leur talent, par leur humour, et en faisant rire malgré le sérieux du sujet, les comédiennes et les comédiens ont su mettre en évidence les différents problèmes

vécus par certaines personnes âgées placées en résidence, tout en proposant des solutions pour y remédier.

Le public était au rendez-vous. La salle était pleine. Au-delà de 400 personnes ont assisté à cette soirée. Autant d'hommes que de femmes, autant de jeunes que d'aînés se sont déplacés parce que, comme société, nous tenons au respect des personnes de tous âges.

Les Afeas La Croche, Marie-Médiatrice, Saint-Jean-Bosco, Saint-Hubert et Saint-Zéphirin du secteur # 6 de la Mauricie méritent toutes nos félicitations pour le travail accompli qui les a menées à la réussite. Entraide, affiches, entre-



vues à la radio, dépliants, présentation des dossiers, tout a été mis en œuvre pour faire connaître l'association.

Elles ont favorisé une image positive et une grande visibilité de l'Afeas, tout en réalisant une activité de financement très lucrative.

Félicitations aux récipiendaires du *Prix Activité femmes d'ici 2011, catégorie locale!* Vous êtes un exemple à suivre !

## Catégorie régionale

Gagnante : Afeas régionale Centre-du-Québec.

### *Gala Excellence au féminin*

Depuis 25 ans, l'Afeas régionale Centre-du-Québec organise un événement à succès dans le cadre de la Journée internationale des femmes. Il y aura bientôt 5 ans, les membres du comité organisateur ont apporté des changements majeurs. En plus de souligner cette fête et toutes les avancées en condition féminine, elles ont voulu apporter une reconnaissance tangible aux multiples talents des femmes d'ici.

De là, est né le *Gala Excellence au féminin* qui reconnaît le mérite et la réussite des femmes dans plusieurs domaines : affaires, politique, éducation, santé, famille et distinction. À l'occasion du 25<sup>e</sup> anniversaire, la catégorie *Bâtisseuse* a été ajoutée pour mettre de l'avant le travail des pionnières de l'Afeas. Ce fut très apprécié en donnant lieu à des retrouvailles émouvantes.

Chaque année, une trentaine de candidates d'envergure, connues dans leur milieu par leur profession ou leur implication, posent leurs candidatures dans le but d'être choisies comme finalistes ou lauréates. C'est un défi à relever et aussi une visibilité à la grandeur de la région pour toutes leurs réalisations. Un cadeau souvenir est remis à chacune des participantes de ce concours. L'activité s'est tenue le 4 mars 2011, à l'hôtel Best Western de Drummondville.

Des présidentes d'honneur, des invités de marque et des commanditaires de haut niveau rehaussent de leur présence cet événement

de prestige qui réunit, bon an mal an, autour de 600 à 700 convives. Un spectacle artistique vient agrémenter cette magnifique soirée. En 2011, Richard Abel et ses musiciens, ainsi que Carroll Caza cantatrice, ont offert une prestation exceptionnelle.

Au milieu de toutes ces festivités, il ne faut pas oublier que c'est aussi une activité de financement des plus importantes pour la région Centre-du-Québec. Félicitations à toutes les membres du comité organisateur et à toutes les bénévoles qui prêtent main forte pour le succès et la renommée du *Gala Excellence au féminin*, lauréat pour 2011.



# Les **SERVICES PLUS** à l'Afeas



**UN GESTE CONCRET EN FAVEUR DE L'AFEAS**

Demandez votre carte VISA Desjardins Classique de l'Afeas et appuyez les programmes et les services que votre association vous offre. En effet, pour chaque transaction que vous effectuerez avec votre carte, Services de cartes Desjardins en versera un pourcentage à l'Afeas, à titre gracieux.

Pour obtenir un formulaire de demande, communiquez avec le secrétariat de votre Afeas régionale ou avec Services de cartes Desjardins au 1 800 363-3380.



Conjuguer avoirs et êtres

**GROUPE FORGET**  **Le Groupe Forget-Audioprothésistes**  
 AUDIOPROTHÉSISTES

Présentez votre carte de membre Afeas dans l'une des 50 cliniques des audioprothésistes du Groupe Forget pour bénéficier du programme MAESTRO Dépistage auditif sans frais.

Informations : **1 800 673-4553**



 **Provost** 10 000 MEMBRES À TRAVERS LE QUÉBEC

 **Daigle** En tant que membres de l'Afeas, vous avez accès à un régime d'assurance collective de Desjardins Sécurité financière.

Pour obtenir des renseignements sur ce régime ou pour y adhérer, vous n'avez qu'à communiquer avec le Centre de contact avec la clientèle de Desjardins Sécurité financière au **1 866 838-7578**.

Pour référence: Secrétariat de l'Afeas au (514) 251-1636  
 Numéro du contrat: B757.



MD Marque de commerce propriété de Desjardins Sécurité financière  
 Coopérer pour créer l'avenir

Vie, santé, retraite

**BÉTONEL** MS  
 Le vrai magasin de peinture

**Offre spéciale**

**20%** de rabais sur toutes nos peintures de première qualité offert en exclusivité aux membres de l'Afeas et à leurs familles. Lors de vos achats, vous n'avez qu'à indiquer le numéro: **770193**



BÉTONEL peut reproduire toutes les couleurs de toutes les marques!



**Bienvenue aux membres de l'Afeas!**

**Réduction de 10 %** sur les frais d'hébergement à l'Hôtel Rimouski. Valide en tout temps, contactez-nous!

**1 800 463-0755 - www.hotelrimouski.com**

Les **SERVICES PLUS** à l'Afeas:

Connaissez-les!  
 Utilisez-les!  
 Publicisez-les!



**Les Services Plus, un plus pour les membres de l'Afeas**

**PROTÉGEZ-VOUS**

**«Insupportable»**

est un mot pouvant être utilisé pour décrire la douleur reliée au zona.

**Si vous avez déjà eu la varicelle, vous êtes à risque.**

**ZOSTAVAX®**

[vaccin à virus vivant atténué contre le zona (Oka/Merck)]

**Le premier et le seul vaccin indiqué pour aider à prévenir le zona chez les personnes âgées de 50 ans et plus.**

ZOSTAVAX® est indiqué pour prévenir le zona et pour l'immunisation contre le zona chez les personnes âgées de 50 ans et plus. ZOSTAVAX® ne confère pas une protection contre le zona et ses conséquences chez toutes les personnes. ZOSTAVAX® ne peut pas être utilisé pour traiter un zona existant ou la douleur reliée à un zona existant. Si vous présentez un zona bien que vous ayez été vacciné, consultez votre professionnel de la santé immédiatement.

Vous ne devez pas recevoir ZOSTAVAX® dans les cas suivants : vous êtes allergique à l'un ou l'autre des composants du vaccin, y compris la gélatine ou la néomycine; vous présentez un trouble sanguin ou tout type de cancer qui affaiblit le système immunitaire; votre médecin vous a dit que votre système immunitaire était affaibli à cause d'une maladie, d'un médicament ou d'un autre type de traitement; vous présentez une tuberculose évolutive non traitée; vous êtes enceinte.

Les femmes en âge de procréer doivent prendre les mesures nécessaires pour éviter de devenir enceintes dans les 3 mois suivant la vaccination. Comme pour tout autre vaccin, on peut observer certains effets secondaires avec ZOSTAVAX®. Les effets indésirables les plus souvent rapportés dans les études cliniques étaient les réactions au point d'injection, entre autres, une rougeur, une douleur, une enflure, un durcissement localisé, des démangeaisons, une chaleur et une ecchymose. Des maux de tête et une douleur dans le bras ou la jambe ont aussi été signalés. D'autres effets secondaires ont été rapportés lors de l'utilisation générale de ZOSTAVAX®, y compris des réactions allergiques, qui peuvent être graves et se manifester, entre autres, par une difficulté à respirer ou à avaler, et de la fièvre. Si vous avez une réaction allergique, téléphonez à votre médecin immédiatement. Parlez à votre médecin ou votre pharmacien pour obtenir une liste plus complète des effets secondaires de ZOSTAVAX®.

Si vous êtes inquiet à l'idée de développer un zona, parlez à votre médecin ou à un professionnel de la santé au sujet du vaccin.

[www.zostavax.ca](http://www.zostavax.ca)



Numéro d'identification du médicament (DIN) : 02315939



Merck Canada Inc., Kirkland, Québec

VACC-1008557-0000-F-CDN-A00T-12

© Marque déposée de Merck Sharp & Dohme Corp., filiale de Merck & Co., Inc., utilisée sous licence.  
© 2010, 2011 Merck Canada Inc., filiale de Merck & Co., Inc. Tous droits réservés.

*Visage de la*  
 **douleur**.ca



## La douleur fait-elle partie de votre quotidien?

Janssen Canada est heureuse de vous annoncer le lancement du site [visagedeladouleur.ca](http://visagedeladouleur.ca). Ce nouveau site Web est une source d'information et de soutien pour les personnes qui vivent avec la douleur. Vous y trouverez des renseignements sur la douleur chronique et aiguë, ainsi que des outils utiles pour vous aider à gérer votre douleur.

Voici quelques-uns des éléments clés du site Web :

- Options thérapeutiques
- Outil de suivi de la douleur
- Où trouver une clinique antidouleur
- Questionnaire sur la douleur
- Vidéos de patients

Nous aidons les patients canadiens et leurs familles en leur fournissant des renseignements sur la douleur et la façon de la gérer. Le site Web [visagedeladouleur.ca](http://visagedeladouleur.ca) permet aux patients, en partenariat avec leur équipe de soutien, de prendre des décisions concernant leur santé.



CJDM110733F



# VARIA

## Mot mystère préparé par Nicole Foucault

S	T	U	B	S	U	S	N	E	S	N	O	C	V
O	E	L	E	A	D	E	R	S	H	I	P	I	I
C	C	N	D	Y	N	A	M	I	S	M	E	C	N
I	R	T	S	F	C	U	S	L	N	I	I	T	O
A	O	I	N	A	H	T	N	I	I	S	E	R	I
L	F	O	I	V	O	R	I	E	A	S	P	A	T
E	E	R	O	E	I	E	O	N	G	I	L	V	A
M	P	D	S	N	X	S	S	S	M	O	A	A	C
N	U	A	E	I	E	X	I	O	V	N	C	I	I
O	O	I	B	R	E	R	O	L	P	X	E	L	L
I	R	D	R	O	C	C	A	C	T	I	O	N	P
S	G	E	S	R	E	S	P	E	C	T	E	R	M
I	U	R	E	V	I	T	C	E	L	L	O	C	I
V	P	A	R	T	I	C	I	P	A	T	I	O	N

ACCORD  
 ACTION  
 AIDER  
 AUTRES  
 AVENIR  
 BESOINS  
 BUTS  
 CHOIX  
 COLLECTIVE  
 CONSENSUS  
 DROIT  
 DYNAMISME  
 EXPLORER  
 FORCE  
 GAINS  
 GROUPE  
 ICI  
 IMPLICATION  
 LIENS  
 LEADERSHIP  
 MISSION  
 PARTICIPATION  
 PLACE  
 RESPECTER  
 SENS  
 SOCIALE  
 SOINS  
 TRAVAIL  
 VIE  
 VISION  
 VOIX  
 VUE

SOLUTION DU MOT MYSTÈRE : 6 LETTRES – réponse à la page 24

### La petite histoire de Madeleine

Deux nouveaux soldats échangent ces propos :

- moi si je me suis engagé dans l’armée, c’est parce que je suis célibataire et que j’aime la guerre;
- moi, si je me suis engagé dans l’armée, c’est parce que je suis marié et que j’aime la paix.

### Alimentez la page «VARIA»

Faites-nous parvenir vos mots mystères ou vos « petites histoires ». Nous pourrions les publier dans cette nouvelle page.

Envoyer vos suggestions à [gratton@afeas.qc.ca](mailto:gratton@afeas.qc.ca)

MERC à nos PARTENAIRES MÉDIAS





## Nouveau descriptif du logo Afeas

En guise de suivi aux décisions du congrès d'orientation d'août dernier, le conseil d'administration décidait, en octobre dernier, de changer le descriptif du logo Afeas. Voici donc ce logo modifié où le descriptif « Femmes en mouvement » est remplacé par « La voix des femmes ». Les normes et règles de reproduction demeurent les mêmes.

Le fichier du logo est disponible sur le site internet de l'Afeas ([www.afeas.qc.ca](http://www.afeas.qc.ca)) dans la section des Outils internes.

## Tournée régionale

En novembre, deux membres du comité de suivi au congrès d'orientation, Céline Duval et Colette Lemieux, animaient dans cinq villes (Drummondville, Chicoutimi, St-Jérôme, Rivière-du-Loup, St-Hyacinthe) des rencontres d'appropriation de contenu pour une cinquantaine d'animatrices régionales. Ces animatrices régionales sont maintenant prêtes à se rendre dans toutes les Afeas locales pour présenter la vision et la mission de l'Afeas, telles que définies lors du congrès d'orientation. Lors d'ateliers intitulés *La voix des femmes 2011-2012*, chaque groupe local pourra donc s'exprimer sur les orientations de l'Afeas et discuter des moyens qu'il compte prendre pour projeter cette image dans son milieu, et ainsi étendre son influence.

## Des certificats pour le recrutement

Le comité promotion-recrutement a modifié le concours visant à souligner les efforts des Afeas locales dans leur recrutement. En août, lors du congrès provincial, les Afeas locales ayant augmenté leur nombre de membres recevront des certificats comme suit :

- Catégorie « Or » aux Afeas locales qui augmentent de 10 membres et plus.
- Catégorie « Argent » pour les Afeas locales qui augmentent entre 5 et 9 membres.
- Catégorie « Bronze » pour les Afeas locales qui augmentent entre 2 et 4 membres.

Pour l'année 2012-2013, le comité produira de nouveaux outils pour la campagne de recrutement, de même qu'une toute nouvelle stratégie.

# Opération Tendre la main

Pour une quinzième année consécutive, l'Afeas menait, du 26 novembre au 6 décembre, sa campagne annuelle pour contrer la violence, l'Opération Tendre la main. En plus des dizaines d'activités organisées à travers le Québec par les Afeas locales et régionales, le conseil d'administration provincial se rendait au Parlement de Québec, le 1<sup>er</sup> décembre, pour y tenir

une journée spéciale dans le cadre de cette OTM. Tôt le matin, toutes les députées et tous les députés étaient conviés à un petit déjeuner au cours duquel la ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, Christine St-Pierre, de même que la ministre responsable des Aînés, Marguerite Blais, prenaient la parole pour souligner l'importance

de cette campagne organisée par l'Afeas. Vers 9 : 30 heures, c'est à l'Assemblée nationale que la ministre St-Pierre soulignait la tenue de l'Opération Tendre la main. Tout au cours de la journée, deux membres Afeas de St-Georges, Augustine Nadeau et Pierrette Lemoyne, ont distribué des rubans blancs à tous les visiteurs et visiteuses du Parlement.

## Extraits de la présentation de Madame Duval

« Nous nous indignons facilement quand des gestes d'une violence inouïe sont médiatisés : des crimes sadiques, des drames familiaux, des crimes d'honneur... Encore cette année, il y en a eu plusieurs, très percutants. Cependant, l'indignation ne suffit plus. Comme l'écrivait Denise Bombardier récemment : « l'indignation individuelle ne produit pas l'indignation collective. Seule l'ac-

tion collective porte ses fruits. En démocratie, ça s'appelle l'engagement et non le décrochage ! »

Les membres de l'Afeas croient plus que jamais en cette action collective qu'elles mènent depuis 45 ans. Elles ne se contentent pas de s'indigner ou de dénoncer la violence. Elles agissent dans leur milieu. Elles écoutent, sensibilisent, provoquent des prises de conscience et réfèrent à des ressources d'aide. Elles essaient de toucher les cordes sensibles de leurs concitoyennes et concitoyens, des enfants, des conjoints, des parents et grands-parents, des amis, des aînés et des élus. Elles proposent des réflexions sur nos attitudes et comportements qui peuvent engendrer de la violence dans notre quotidien et font la promotion du droit de chacune et chacun d'entre nous à la sécurité physique et psychologique. Elles privilégient une approche positive !

Cette action, elles la mènent pendant 12 jours dans des lieux fort diversifiés : écoles, bibliothèques, hôtels de ville, centres d'hébergement, centres communautaires, conseils municipaux, centres d'achat, CLSC, églises, Caisses populaires...! »



La présidente de l'Afeas, Céline Duval, présente l'Opération Tendre la main au Parlement de Québec en présence des ministres, députées et députés.



La ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, Christine St-Pierre.



La ministre responsable des Aînés, Marguerite Blais.



Des membres du conseil exécutif provincial en compagnie des deux ministres. De gauche à droite : Paula Provencher, Colette Labonté, la ministre Marguerite Blais, Céline Duval, Madeleine Bourget, la ministre Christine St-Pierre, Christiane Denis.



Aline Bouchard, présidente de l'Afeas régionale du Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau (à gauche) et Denyse Landry, présidente de l'Afeas régionale du Bas-St-Laurent Gaspésie, attablées avec quelques députés.

# LES billets de tirage sont de retour

La nouvelle édition du billet de tirage avec partage des profits aux trois paliers est arrivée. Les régions les distribueront plus tôt cette année.

Pour les Afeas locales, c'est un moyen de financement efficace et une occasion de parler de l'Afeas aux gens à qui on offre ce billet. C'est aussi un incitatif à accroître la participation des membres.

Par Gaétane Gagnon

Le billet de tirage peut devenir un « dépanneur » intéressant. Une invitation à l'improvisiste? Vous l'offrez en cadeau à vos hôtes et ils courent la chance de gagner plusieurs prix, dont 10 000 \$ en argent. En panne d'idées pour faire plaisir à une nièce ou un neveu? La chance de gagner une tablette numérique (iPad) ou un ordinateur portable sera grandement appréciée. Vos sœurs, frères, amies et amis, connaissant votre implication au sein de l'Afeas, n'hésiteront certainement pas à vous appuyer dans votre campagne de financement.

Les membres Afeas peuvent vendre plusieurs billets et participer au concours de la meilleure vendeuse. Un prix de 500 \$ est remis à la gagnante.

Pour les Afeas régionales, c'est un excellent moyen de financement pour maintenir les services auprès des Afeas locales. L'Afeas provinciale en bénéficie, ce qui lui permet de poursuivre sa mission en condition féminine et ainsi prendre position et défendre nos droits.

N'oubliez pas que vous avez une chance sur 10 000 d'être l'heureuse gagnante du 10 000 \$! C'est beaucoup mieux que d'autres loteries. De plus, vous contribuez au bon fonctionnement de notre association.

Serez-vous une des heureuses gagnantes?

Bonne vente et bonne chance!

**TIRAGE ORGANISÉ AU PROFIT DE L'AFEAS**  
**20 000\$ en prix**  
**4 prix en argent totalisant 16 000\$**  
10 000\$ - 3000\$ - 2000\$ - 1000\$  
**7 prix en biens totalisant 4000\$**  
1 téléviseur ACL 40" (valeur 800\$)  
2 ordinateurs portables (valeur 800\$ chacun)  
1 tablette numérique iPad (valeur 700\$)  
2 caméras numériques (valeur 300\$ chacune)  
1 navigateurs GPS (valeur 300\$)

En partenariat avec:  
**FUTURE SHOP**

**Tirages en 2012**  
**1er juin - 18 août**  
Les gagnants du 1er juin demeurent éligibles aux tirages du 18 août

Prix de vente d'un billet: **20\$**  
10 000 billets imprimés (à 10 000)  
RACJ:415447

MERC | à nos PARTENAIRES ASSOCIÉS



**Desjardins**  
Sécurité financière

**Québec**

• Ministère du Développement économique, Innovation et Exportation  
• Ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine

*Lilly*

**Roche**

# 20 000\$ en prix

10 000 billets à 20 \$

**16 000\$ en argent**

4 prix : **10 000\$ • 3 000\$ • 2 000\$ • 1 000\$**

**7 prix en biens totalisant 4 000\$**



1 téléviseur ACL 40 pouces



2 ordinateurs portables



2 caméras numériques



1 navigateurs GPS



1 tablette numérique (iPad)

## Afeas régionales

Bas-St-Laurent-Gaspésie

Centre-du-Québec

Estrie

Hautes-Rivières

Lanaudière

Mauricie

Montréal-Laurentides-Outaouais

Québec-Chaudière-Appalaches

Richelieu-Yamaska

Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau

St-Jean-Longueuil-Valleyfield

### Tirages # 1 et # 2 – 1<sup>er</sup> juin 2012

1 000 \$ en argent • une caméra numérique

### Tirages # 3 à # 11 – 18 août 2012

10 000 \$ • 3 000 \$ • 2 000 \$ en argent (3 prix)

Une télé ACL 40"

Deux ordinateurs portables

Une tablette numérique

Un caméra numérique

Un navigateur GPS

En partenariat avec

**FUTURE SHOP**

Photos à titre indicatif seulement.

### Partage du prix du billet (20\$):

Frais fixes (licence, prix remis...)

et d'administration : 6 \$

Profit Afeas locales : 4 \$

Profit Afeas régionales : 7 \$

Profit Afeas provinciale : 3 \$

Profits générés par le tirage 2011 :

110 708 \$ partagés entre les

275 Afeas locales, les 11 Afeas régionales et l'Afeas provinciale.

## Concours

Le comité de la revue prend une pause ce mois-ci pour le concours de la revue. Nous vous reviendrons à la prochaine parution avec une nouvelle formule. Surveillez-nous!

### Gagnantes du concours automne 2011

Mesdames *Hélène Morin-Robidoux*, Afeas St-Jude (Richelieu-Yamaska); *Janette Moore*, Afeas Rock-Forest (Estrie); *Maryse Dionne*, Afeas Hébertville (Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau); *Louïsette Rodrigue*, Afeas St-Georges, (Québec-Chaudière-Appalaches); *Angèle Dionne*, Afeas Rivière-du-Loup (Bas-St-Laurent-Gaspésie).

Mot-mystère de la page 19  
**FEMMES**



## Secrétariats régionaux

### Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

Lise Bélanger  
49, St-Jean-Baptiste ouest  
Rimouski G5L 4J2  
418-723-7116  
bas-st-laurent-gaspesie@afeas.qc.ca

### Centre du Québec

Lise Lafontaine  
405, St-Jean  
Drummondville J2B 5L7  
819-474-6575  
centre-du-quebec@afeas.qc.ca

### Estrie

Francine Roy  
5182, boul. Bourque  
Sherbrooke J1N 1H4  
819-864-4186  
estrie@afeas.qc.ca

### Hautes-Rivières

Diane St-Jean  
189, Petit Cayamant  
Lac Cayamant J9L 3G7  
819-463-2946  
hautes-rivieres@afeas.qc.ca

### Lanaudière

Micheline Beauchamp  
47-A, 8<sup>e</sup> rue, C.P. 671  
Crabtree J0K 1B0  
450-754-1119  
lanaudiere@afeas.qc.ca

### Mauricie

Lise Descôteaux  
56-A, rue Fusey  
Trois-Rivières G8T 2T7  
819-694-9555  
mauricie@afeas.qc.ca

### Montréal-Laurentides-Outaouais

Nathalie Laporte  
563, avenue Georges V, apt. 2  
Pointe-aux-Trembles H1L 3T7  
438-886-9966  
montreal-laurentides-outaouais@afeas.qc.ca

### Québec-Chaudière-Appalaches

Lucie Boulanger  
116, rue Beaudoin  
Lyster G0S 1V0  
819-389-1011  
quebec-chaudiere-appalaches@afeas.qc.ca

### Richelieu-Yamaska

Thérèse Gagnon  
650, Girouard est  
St-Hyacinthe J2S 2Y2  
450-773-7011  
richelieu-yamaska@afeas.qc.ca

### Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau

France Morissette  
208, Dequen  
St-Gédéon G0W 2P0  
418-345-8324  
saguenay-lsj-chib@afeas.qc.ca

### Saint-Jean-Longueuil-Valleyfield

Christiane Denis  
975, Meunier  
St-Jean-sur-Richelieu J3A 1E1  
450-895-3430  
st-jean-longueuil-valleyfield@afeas.qc.ca

La revue Femmes d'ici est publiée par l'Afeas,  
5999, rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6  
(514) 251-1636 (téléphone) - (514) 251-9023 (télécopieur)  
info@afeas.qc.ca (courriel) - www.afeas.qc.ca (site internet).

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

### Pour retour à l'expéditeur:

Siège social de l'Afeas

5999, rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6

Rédactrice en chef  
Paula Provencher

#### Rédactrices adjointes

Alphie Gagnon  
Lise Tremblay

Couvertures/ Infographie Daniel Lefresne  
Montage/ Infographie Daniel Lefresne  
Service des abonnements/ Ginette Hébert  
Coordination/ Lise Gratton

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

Envoi de publication – N° de convention : 40012171

Dépôt légal

Bibliothèque nationale du Québec 2011  
Bibliothèque nationale du Canada 2011  
ISBN 0705-3851

Impression : Imprimerie LithoChic  
Parution : hiver 2011

Revue imprimée sur papier recyclé