

L'Afeas sur la place publique



Activités femmes d'ici
Les femmes et l'environnement

Journée du travail invisible
Et vous, votre charge mentale ?

Projet rassembleur
L'Afeas devient durable

Opération Tendre la main
Le ruban blanc

Journée internationale des droits des femmes
L'avancée des droits des femmes dans le monde

Ce guide d'animation est une réalisation du comité provincial conjoint d'éducation-culture-action et promotion-recrutement composé de :

Johanne Blanchette, Mauricie
Lise Courteau, Mauricie
Diane Doré, Hautes-Rivières
Christiane Denis, Saint-Jean-Longueuil-Valleyfield
Francine Duchaine, Mauricie
Suzanne Lefrançois, Richelieu-Yamaska
Hélène Tremblay, Saguenay-Lac-Saint-Jean-Chibougamau
Marianne Pertuiset-Ferland, responsable provinciale de la mobilisation

Rédaction

Pamela Fournier, Estrie

Révision

Huguette Dalpé et Lise Courteau

Conception graphique

Mélanie Loubier



www.afeas.qc.ca

info@afeas.qc.ca

514-251-1636

5999, rue de Marseille

Montréal (Québec) H1N 1K6

Bibliothèque nationale du Québec 2020

Bibliothèque nationale du Canada 2020

L'Afeas sur la place publique _____ 04

Cette, année, il y aura une partie spécialement consacrée à notre présence sur la place publique.

Activités femmes d'ici _____ 06

L'impact de la dégradation de l'environnement sur la condition de vie des femmes et de leur famille – L'impact des femmes sur l'environnement

Introduction _____ 08

Le réchauffement climatique _____ 08

Les causes du réchauffement climatique

Les conséquences du réchauffement climatique

Les impacts du réchauffement climatique sur la faune et la flore

Des solutions envisagées et envisageables pour freiner le réchauffement climatique

L'impact de la dégradation de l'environnement sur la condition de vie des femmes et de leur famille _____ 12

Les impacts des catastrophes naturelles chez les femmes et les enfants

La COVID-19

La santé des femmes et des enfants plus touchée que celle des hommes

L'écoanxiété

L'impact des femmes sur l'environnement _____ 19

Sous-représentation des femmes dans les instances décisionnelles

Sensibilité et conscience environnementales des autochtones et des femmes autochtones

L'écoféminisme

Initiatives féminines

L'impact et l'influence des jeunes sur l'environnement : « l'effet Greta Thunberg »

Conclusion

L'Afeas sur la place publique

Table des matières

Journée du travail invisible _____ 28

Et vous, votre charge mentale ?

D'où vient cette charge mentale ?

La COVID-19 entraîne une augmentation de la charge mentale des femmes

Projet rassembleur _____ 34

L'Afeas devient durable

Le positionnement de l'Afeas au point de vue de l'environnement

Qu'est-ce qui va dans le bac de recyclage ?

Que pouvons-nous composter ?

Opération Tendre la main _____ 42

Le ruban blanc

L'opération Tendre la main

Le ruban blanc

La violence faite aux femmes

Journée internationale des droits des femmes _____ 48

L'avancée des droits des femmes au Québec et à travers le monde

Tour du monde sur les droits des femmes

Le militantisme numérique

Lexique _____ 55

Annexe _____ 56

Bombes à graines ou grenades de semences

Références _____ 58

L'AFEAS SUR LA PLACE PUBLIQUE

Ce guide d'animation a été rédigé pour animer les réunions des Afeas locales et les rendre plus dynamiques. Pour les deux prochaines années, de 2020 à 2022, le thème proposé est : l'Afeas sur la place publique.



Ce sera une belle occasion d'accroître notre présence publique, d'être plus visibles localement, régionalement et au niveau provincial. Nous voulons nous faire entendre et entreprendre des actions sociales qui résonnent avec les valeurs de notre association : égalité, proactivité, solidarité et transparence.

De par notre présence publique, nous voulons nous faire connaître et reconnaître en tant que cheffe de file en matière d'éducation et de défense collective des droits, et ce, afin d'obtenir l'égalité de droit et de fait, entre les femmes et les hommes. Votre participation et votre implication habituelles seront des plus importantes pour que la mission de l'Afeas soit bien comprise et bien connue de toutes et de tous. Nous voulons être un moteur d'éducation, de mobilisation et d'action sociale pour les citoyens et citoyennes afin que l'éga-

lité de droit entre les hommes et les femmes devienne une égalité de fait. Nous voulons également être une source inspirante qui suscite l'intérêt et la curiosité de nouvelles membres afin d'agrandir notre belle et grande équipe, née il y a maintenant presque 55 ans. Le recrutement d'une relève est important pour que l'on puisse se faire épauler et développer différents outils de communication sur les réseaux sociaux ou lors de la prise de parole aux tables de concertations ou auprès des élu.es sur les enjeux et positions de l'Afeas.

Les sujets retenus dans ce guide vous permettront de proposer des activités sur la place publique. Si vous avez d'autres idées, n'hésitez pas à en faire part aux autres Afeas. L'objectif premier en 2020-2022 est de faire reconnaître l'apport économique du travail invisible, encore majoritairement effectué par les femmes. Vous

trouverez d'ailleurs, dans ce guide, un dossier intéressant sur la charge mentale des femmes.

Au niveau de l'Afeas provinciale, plusieurs initiatives ont été entreprises afin d'augmenter notre visibilité à grande échelle :

- Renforcement de l'équipe des communications externes au siège social grâce à l'arrivée de la relationniste Éliane Legault-Roy;
- Un site Internet et des médias sociaux mis à jour;
- Formation des porte-paroles locales et régionales pour soutenir les positions publiques de l'Afeas;
- Cahier de charge pour la campagne de sensibilisation provinciale sur le travail invisible;
- Ateliers d'éducation populaire sur les enjeux prioritaires de l'Afeas (comme le travail invisible) pour nourrir les activités des Afeas locales;

« **Nous voulons nous faire connaître et reconnaître en tant que cheffe de file en matière d'éducation et de défense collective des droits.** »

- L'AFEAS
La voix des femmes



Portes ouvertes, automne 2020

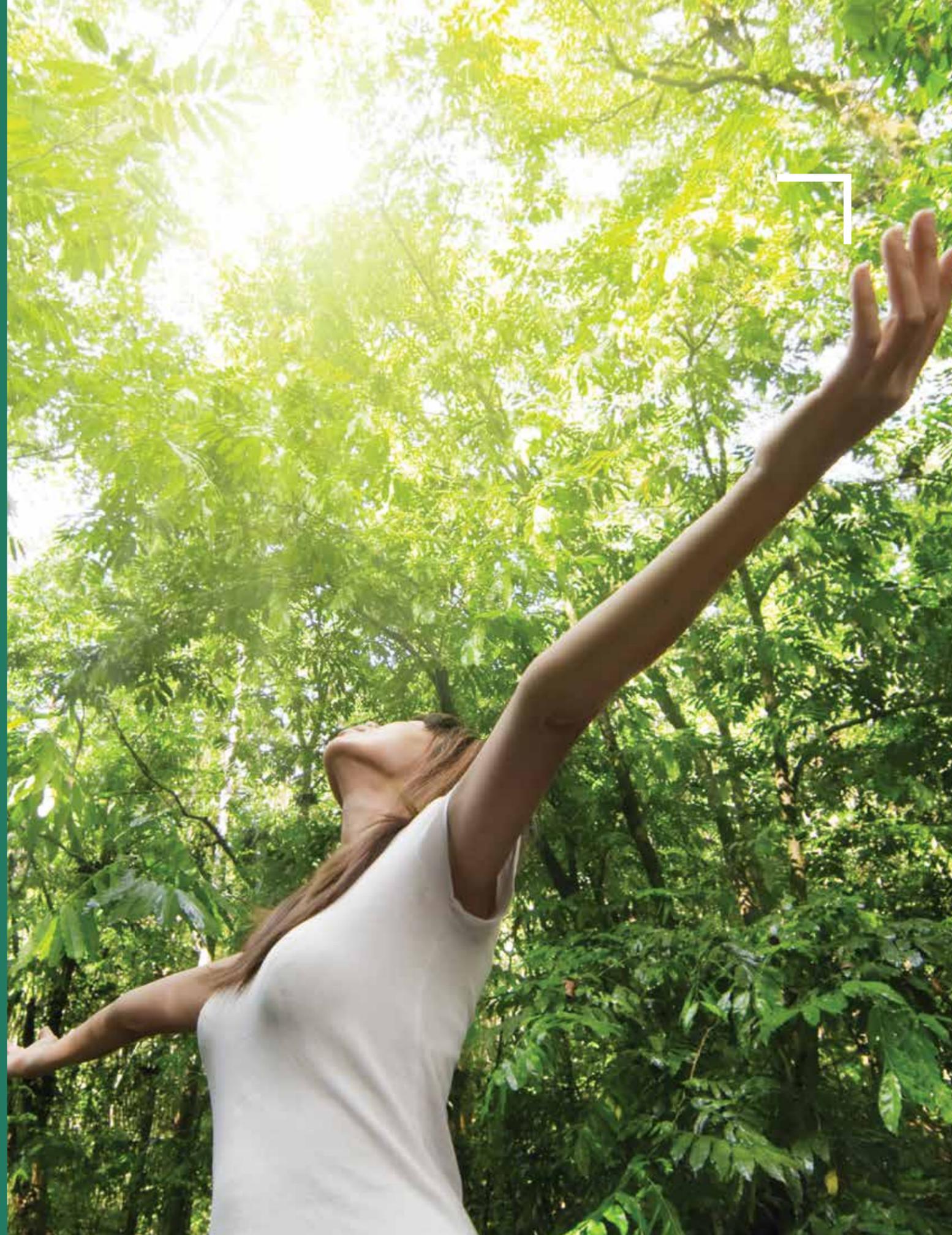
Nous lancerons une campagne pour le recrutement de nouvelles membres, mais comme les temps sont incertains concernant la situation de la COVID-19, nous ne pouvons développer l'idée plus amplement. Des instructions vous seront données quand les mesures de confinement se seront adoucies.

- Préparation d'une campagne provinciale de souscription et recrutement de nouvelles membres pour 2020-2022.

Ces outils sont développés afin d'améliorer la fluidité des communications entre les 3 paliers de l'Afeas, d'augmenter le sentiment de fierté et d'appartenance des membres, d'améliorer notre image de marque et notre visibilité interne et externe.

Activités femmes d'ici

**L'IMPACT DE LA
DÉGRADATION DE
L'ENVIRONNEMENT SUR
LA CONDITION DE VIE DES
FEMMES ET DE LEUR
FAMILLE - L'IMPACT DES
FEMMES SUR
L'ENVIRONNEMENT**



Activités femmes d'ici

L'IMPACT DE LA DÉGRADATION DE L'ENVIRONNEMENT SUR LA CONDITION DE VIE DES FEMMES ET DE LEUR FAMILLE - L'IMPACT DES FEMMES SUR L'ENVIRONNEMENT

INTRODUCTION

Les cinq dernières années ont été les plus chaudes enregistrées depuis le début de l'ère industrielle. La planète se réchauffe à un rythme inquiétant. L'air et l'eau sont pollués, des espèces sont en voie d'extinction. Est-ce que les hommes et les femmes réagissent de la même manière à ces changements? Non. Et pourtant, les enjeux d'égalité entre les hommes et les femmes ne sont pas tellement questionnés dans toute l'information qui circule au sujet des changements climatiques.

Ce guide permettra de mieux comprendre comment les femmes sont touchées par les changements climatiques. Il permettra aussi de mettre en lumière pourquoi les inégalités encore existantes entre les hommes et les femmes font en sorte que les femmes en subissent plus fortement les conséquences.

L'humain est le seul animal qui détruit lui-même son habitat. Et pourtant, la nature est beaucoup plus forte que lui. Reprenons les sages paroles d'Hubert Reeves: «Actuellement, l'Homme mène une guerre contre la nature, s'il gagne, il est perdu.»

Avant d'aborder les causes du réchauffement climatique, voici une façon imagée de mieux comprendre ce que les humains ont fait de la Terre:

- La Terre est âgée de 4,6 milliards d'années. Imaginons que c'est 46 ans.
- Nous existons depuis 4 heures. La révolution industrielle a commencé il y a 1 minute.
- Et dans ce court laps de temps, nous avons détruit plus de 50% des forêts de la planète.

LE RÉCHAUFFEMENT CLIMATIQUE

Les causes du réchauffement climatique

La principale cause de ce réchauffement climatique est sans aucun doute l'émission des gaz à effet de serre

(GES).¹ La combustion de combustibles fossiles produit du dioxyde de carbone (CO²), un gaz à effet de serre. On l'appelle ainsi, car il réchauffe la planète de la même manière que le dôme d'une serre. Le CO² demeure très longtemps dans l'atmosphère, tout comme l'oxyde nitreux (N₂O).² Le N₂O est également un GES et il provient d'un excès de déchets azotés dans le sol (fumier et excréments des animaux).³ Deux autres gaz ayant un impact considérable sur le réchauffement climatique seraient le méthane (CH₄) et les gaz fluorés (CFC).

Les gaz à effet de serre proviennent, en grande partie, de l'électricité, du chauffage, du carburant des voitures, des avions et des bateaux.⁴ Le développement et la production technologiques contribuent également à une forte demande énergétique. La transformation des écosystèmes représente aussi une source d'émission

de dioxyde de carbone. Lors d'une déforestation, par exemple, nous diminuons la capacité des différents systèmes à stocker le CO², ce qui en augmente, indirectement, les émissions.⁵ L'acidification des océans entraîne le même problème. La pollution de l'eau réduit considérablement l'absorption du CO² et contribue donc à augmenter l'effet de serre.⁶ Enfin, certaines activités, comme l'agriculture, sont responsables du réchauffement climatique. En effet, l'élevage ou les cultures en milieu humide (comme la riziculture) émettent beaucoup de méthane.⁷ L'élevage de bétail contribue grandement à l'émission de méthane. La quantité de bétail et leur grosseur (bêtes et troupeaux) ne cessent d'augmenter, surtout en Asie.

Les conséquences du réchauffement climatique

Les conséquences de ce réchauffement climatique sont de plus en plus



L'Afeas sur la place publique

Afin d'éviter le gaspillage, il serait intéressant de faire circuler une pétition dans les villes ou municipalités afin que les épiceries emballent les aliments avec moins de pellicules plastiques et qu'ils diminuent la taille des portions (par exemple, le nombre de zucchinis, les mini-concombres).

nombreuses. La fonte des glaces très rapide entraîne une élévation du niveau des océans. Les eaux vont encore se réchauffer et s'acidifier. La hausse du niveau des mers pourrait atteindre 2 mètres d'ici 2100 et affectera des millions de personnes à travers le monde, incluant les Québécois. Les pays les plus touchés seraient en Asie.⁸ Avec une montée de 8 mètres du niveau de l'eau, une partie du secteur de Rivière-des-Prairies (dans l'est de Montréal), et des villes de Charlemagne et Verchères se retrouveraient sous l'eau.⁹



Les conditions météorologiques sont, elles aussi, touchées par le réchauffement climatique. Les vagues de chaleur seront beaucoup plus fréquentes. Il y aura moins de froids intenses. Il y aura également de fortes pluies, obligeant parfois les populations à quitter leur domicile et leurs récoltes. Les changements de précipitations ne seront pas uniformes sur l'ensemble du globe. Paradoxalement, certaines parties souffriront, comme les régions subtropicales, de sécheresse. Avec la hausse des températures, en l'absence de pluie, le sol s'assèche et se réchauffe.¹⁰ Le GIEC (Groupe d'Experts Intergouvernementaux sur l'Évolution du Climat) a prévu que si les émissions mondiales de GES continuaient d'augmenter, la planète pourrait se réchauffer de 3° d'ici 2100. Cependant, une hausse de 1,5° représente un risque d'atteindre un point de bascule, où les systèmes terrestres subiraient des modifica-

tions majeures et dans la plupart des cas, irréversibles.¹¹

Actuellement, le climat extrême entraîne 16 000 décès par année dans les pays du G20 (groupe de 19 pays plus l'Union européenne qui représente 85% du commerce mondial, les 2/3 de la population mondiale et plus de 90% du produit mondial brut). Afin d'éviter une augmentation de température de plus de 1,5, il faudrait à tout prix diminuer les émissions de GES d'environ 45% d'ici 2030 et atteindre 0% en 2050.¹²

Le risque d'extinction de nombreuses espèces animales et végétales est malheureusement bien réel. Certaines espèces ne pouvant se déplacer assez rapidement, ne pourront pas s'adapter à un nouvel environnement.

Pensons plus particulièrement aux abeilles. D'importantes pertes sont recensées à travers le globe depuis 15 ans, particulièrement en Amérique du Nord. Les apiculteurs perdent en moyenne 25% de leurs abeilles.¹³ La situation québécoise est aussi alarmante : la mortalité est deux à trois fois plus élevée qu'auparavant. La situation devient inquiétante pour l'agriculture, car le tiers de tout ce qui est consommé dépend de la pollinisation des abeilles à miel. En effet, 40% des produits alimentaires contenus dans notre assiette proviennent directement ou indirectement du travail des abeilles.

Les impacts socio-économiques sont également très importants. La sécurité alimentaire sera affectée, en particulier dans les régions où la pêche est importante. On notera une baisse de plus en plus importante des produits céréaliers (blé, riz, maïs), des res-

sources d'eau potable. En raison d'inondations, de glissements de terrain et de tempêtes, les populations seront appelées à se déplacer.¹⁴

Les impacts du réchauffement climatique sur la faune et la flore

Les activités et les besoins des humains détruisent l'environnement de la faune et de la flore. Certaines espèces ont ou auront la capacité de s'adapter au réchauffement climatique, d'autres non. Par exemple, les oiseaux et les papillons migrent de plus en plus vers le nord, à la recherche de températures plus fraîches. Nous retrouvons le même phénomène chez certaines espèces qui se déplacent vers le sommet des montagnes ou vers la profondeur des océans. Les conditions de vie y sont plus favorables et mieux adaptées à leurs besoins.

Les lézards souffrent eux aussi du réchauffement climatique. L'élévation des températures semble avoir des conséquences directes sur leur flore intestinale en y réduisant le nombre de bactéries. Leur digestion est donc affectée et les lézards seraient plus vulnérables aux maladies ou autres infections.¹⁵ Ainsi fragilisés, sauront-ils faire face à ces nouvelles conditions de vie?

Un autre impact non négligeable est le blanchissement corallien. Le corail qui blanchit n'est pas mort, mais il est beaucoup plus vulnérable à son environnement. La couleur blanche

signifie que le corail s'est débarrassé de ses algues, appelées zooxanthelles. Celles-ci utilisent les déchets métaboliques des coraux pour faire de la photosynthèse. Elles fournissent de l'oxygène et des nutriments qui nourrissent le corail. Or le corail, en situation de stress, expulse ses zooxanthelles, le laissant très affaibli. On peut constater ce phénomène lors :

- d'une augmentation ou diminution de température de l'eau ;
- d'une augmentation des rayons UVB (ultra-violet) ;
- d'une augmentation de l'acidité et de la densité de l'eau.¹⁶

Un autre phénomène important qui touche particulièrement les ours polaires : la disparition graduelle de la banquise arctique. En vertu de l'accord de Paris, les pays du monde entier se sont fixés comme objectif de

limiter la hausse de la température. Selon eux, une hausse de 2 degrés Celsius entraînerait la disparition complète de la banquise arctique durant l'été. Cette fonte devient un problème pour l'ours polaire, dépourvu d'un appui pour chasser le phoque.¹⁷

Des solutions envisagées et envisageables pour freiner le réchauffement climatique

Il est grand temps de faire sa part pour aider la planète. Comment faire une différence? Comment tenter de réparer ce que nous avons détruit?

Tout d'abord, il faudrait limiter sa consommation de viande. L'élevage (surtout bovin) entraîne beaucoup trop de pollution. Les légumineuses sont une bonne source de protéines, peu coûteuse et elles représentent une

Pourquoi ne pas opter pour un repas végétarien une ou deux fois par semaine? Connaissez-vous le flexitarisme? Il s'agit d'un mode de vie où l'on réduit la consommation de viande, sans l'arrêter complètement.

LA COVID-19

La rédaction de ce guide a été faite pendant la crise historique de la COVID-19

La COVID-19 fait partie de la famille des coronavirus. Il s'agit d'un virus très contagieux, encore plus que le SRAS. Il a commencé à affecter plusieurs chinois en décembre 2019 et s'est déplacé rapidement en Europe. L'Italie a perdu le contrôle très rapidement : plus de 10 000 morts en moins de 2 mois. L'épidémie est vite devenue une pandémie. Le monde a dû sonner l'état d'urgence. Au Québec, le premier ministre François Legault a rapidement pris la situation en mains. Le 13 mars 2020, il décide de fermer toutes les écoles et les garderies. Seuls les parents exerçant une profession dite « essentielle » pouvaient bénéficier d'un service de garde pour leur(s) enfant(s). Les autres travailleurs devaient faire du télétravail.

Quelques jours plus tard, monsieur Legault a fermé les cinémas, les restaurants, les chantiers de construction. Des mesures d'urgence de distanciation sociale sont prises afin de limiter la propagation de la maladie. Le 25 mars, on met le Québec en « pause » et seuls les services jugés essentiels demeurent ouverts. Au moment d'écrire ces lignes, nous sommes toujours confinés à l'intérieur. Les personnes de 70 ans et plus ne peuvent sortir de chez eux, car elles sont plus à risque de développer des complications si elles attrapent le virus.

À ce jour (30 avril 2020), plus de 4 millions de personnes ont contracté la COVID-19 et plus de 230 000 en sont morts à travers le monde. La vie tend à reprendre tranquillement, un secteur à la fois. Les écoles primaires et les garderies rouvriront au mois de mai, mais les écoles secondaires québécoises resteront fermées. À l'extérieur du grand Montréal, les gens pourront retourner dans les centres d'achats ou les magasins qui ont un accès extérieur, mais devront encore attendre avant d'aller au restaurant ou chez le coiffeur.

À l'heure actuelle, nous ne connaissons pas les conséquences exactes de cette crise. Cependant, tout porte à croire que cette pause des

L'Afeas sur la place publique

On coupe le moteur! Pas besoin de faire tourner le moteur lorsque nous ne roulons pas! N'hésitez pas à sensibiliser vos proches.

alternative intéressante. Pourquoi ne pas opter pour un repas végétarien une fois par semaine?

Il faudrait aussi contribuer à lutter contre la déforestation en achetant des produits garantissant la gestion durable des forêts (Forest Stewardship Council [FSC] ou Programme Européen des Forêts Certifiées [PEFC]). Pour améliorer la qualité des eaux, nous pourrions, par exemple, acheter des produits ménagers respectueux de l'environnement. Nous évitons ainsi de déverser dans les océans des produits chimiques polluant et acidifiant. Nous pouvons réduire notre impact sur le climat au quotidien, en utilisant une énergie propre, issue de ressources renouvelables. Pensons à l'hydro-électricité, aux éoliennes ou aux panneaux solaires.¹⁸ De plus en plus de fournisseurs d'énergie encouragent leur développement et leur utilisation, contribue à diminuer les GES. Pensons aussi toujours à limiter notre consommation, de manière générale. Malgré les procédés de recyclage mis en place depuis plusieurs an-

nées, la meilleure façon de réduire est d'éviter de produire de nouveaux déchets. Nous parlerons plus en profondeur, dans la section du projet rassembleur, de différentes actions à prendre dans notre quotidien afin de limiter notre empreinte écologique.

L'IMPACT DE LA DÉGRADATION DE L'ENVIRONNEMENT SUR LA CONDITION DE VIE DES FEMMES ET DE LEUR FAMILLE

Selon le Comité québécois femmes et développement¹⁹, les changements climatiques ne touchent pas les hommes et les femmes de la même manière. Nous verrons que la dégradation des conditions environnementales touche davantage la santé physique et mentale des femmes et les met davantage dans une situation de précarité et de vulnérabilité.

Les impacts des catastrophes naturelles chez les femmes et les enfants

Le réchauffement climatique est responsable du nombre grandissant de catastrophes naturelles : inondations,

tsunamis, feux de forêt, sécheresse. Le nombre de décès lors d'une catastrophe naturelle est 14 fois plus élevé chez les femmes et les enfants.²⁰ Pourquoi?

Les femmes sont plus nombreuses à habiter dans des zones à risques de catastrophes. Elles restent avec les enfants, souvent en région montagneuse ou rurale, tandis que les hommes quittent ou migrent vers les villes pour le travail. Elles n'ont pas toujours accès à l'information ou aux alertes météo. Le fait qu'elles aient à leur charge un ou plusieurs enfants freine leurs déplacements en cas de catastrophe naturelle et leurs vêtements sont souvent plus encombrants que ceux des hommes. Bien souvent, elles n'ont pas appris à nager ou à grimper aux arbres, à cause des normes sociales restrictives en terme de genre. Certaines n'osent pas s'en aller de chez elles, car elles n'ont pas eu la permission de leur mari. Elles se retrouvent dans une situation de grande vulnérabilité face à une nature qui se déchaîne.

L'après-catastrophe entraîne également beaucoup de problèmes pour les femmes et les enfants...

En effet, les catastrophes entraînent beaucoup d'orphelins et, dans certains pays, augmentent le risque de mariage forcé pour les filles.

Lors d'une famine, les femmes sont souvent les premières à se priver, car elles veulent nourrir leur famille

en premier. Elles se soucient moins de leur propre état de santé, même si elles ont des besoins importants, comme pendant la grossesse ou l'allaitement. On note également une augmentation de la violence faite aux femmes après une catastrophe naturelle, allant de la violence domestique, au viol et à la traite de personnes.

Les sécheresses entraînent énormément de problèmes pour les femmes, car ce sont majoritairement elles qui s'occupent des travaux domestiques : trouver de l'eau potable ou du bois pour le chauffage et la cuisson, préparer les repas, s'occuper de l'agriculture. La diminution des ressources disponibles augmente le nombre de tâches que doivent accomplir les femmes et les filles, ainsi que la distance à parcourir pour se procurer les biens essentiels. Ainsi, le temps disponible pour s'éduquer ou travailler (en échange d'un revenu) se fait très rare.²¹

La santé des femmes et des enfants plus touchée que celle des hommes

Information intéressante et, à tout le moins, surprenante : les femmes sont plus affectées que les hommes par la pollution et les produits chimiques. On retrouverait, en effet, une augmentation plus grande du nombre de maladies respiratoires et cardiovasculaires et allergies chez les femmes que chez les hommes. Par ailleurs, lors des pics de pollution, les autorités conseillent aux personnes



L'Afeas sur la place publique

Une grande marche pourrait avoir lieu dans chaque région du Québec. Elle pourrait se tenir dans un endroit rural ou urbain où il est permis de déposer des bombes de semences. Ces bombes seront au préalable fabriquées par les membres de l'Afeas (recette à l'annexe). Une belle façon de se connecter à la nature et de faire un geste écologique qui durera dans le temps et qui aura une signification toute spéciale.



« Les femmes sont plus affectées que les hommes par la pollution et les produits chimiques »

Que faire pour limiter notre exposition aux toxines ?

Il est possible de faire des gestes simples afin de limiter notre exposition aux produits chimiques.

- Limiter notre utilisation de produits nettoyants toxiques ;
- Se procurer un système de ventilation ;
- Manger bio le plus souvent possible et cuisiner nos propres plats ;
- Utiliser des contenants en verre plutôt qu'en plastique pour entreposer nos aliments ;
- Bouger, faire fonctionner nos glandes sudoripares pour éliminer le plus possible les toxines par les pores de la peau ;
- Manger des aliments détoxifiants comme des fruits ou des légumes ;
- Maintenir un poids santé.

L'écoanxiété

On entend maintenant régulièrement parler d'écoanxiété, trouble bien réel et de plus en plus observé par les scientifiques. Inventée vers les années 2000 par le philosophe australien Glenn Albrecht, l'écoanxiété (ou solastalgie) est un sujet présent et étudié par plusieurs psychologues. Christina Popescu, doctorante en psychologie, décrit l'écoanxiété comme suit : « Vivre dans l'attente d'un désastre environnemental appréhendé à l'échelle planétaire peut engendrer un sentiment de peur chronique. Ce désordre porte le nom d'écoanxiété. »

Les symptômes sont multiples : stress, insomnie, crises d'angoisse et de

L'Afeas sur la place publique

grandes industries fera du bien à la planète. Certains niveaux de pollution ont d'ailleurs baissé.²² Au début de l'année 2020, la NASA a noté une importante réduction des niveaux de dioxyde d'azote en Chine (un gaz polluant, principalement émis par les véhicules et industries). Les émissions de CO₂ ont également diminué en raison de la baisse importante des activités industrielles dépendantes du charbon et du pétrole. Le télétravail pourrait désormais devenir une réalité pour plusieurs entreprises, ce qui permettrait de diminuer les GES engendrés par les transports et de renforcer les liens sociaux familiaux.²³ La crise et la fermeture des frontières nous permettent de réaliser que nous ne sommes pas si dépendants de nos voisins pour l'approvisionnement de notre nourriture. L'achat local auprès de nos agriculteurs n'a jamais été aussi fort.

Cependant, pour voir un impact positif et durable, il faudra un plan de relance qui prenne en compte l'urgence de la condition climatique. Ce que cette crise peut apporter de positif est une réflexion sur notre consommation et nos habitudes de vie en général.

Espérons qu'il y aura une baisse des voyages à l'international, et plus de fabrication et de consommation de produits locaux. Espérons également que plusieurs liens familiaux se tisseront, que les parents prendront plus de temps avec leurs enfants. Plusieurs pensent que cette crise a sa raison d'être. C'est là un moteur de motivation qui permet de garder espoir que la vie reprendra sous un nouveau souffle, peut-être moins épuisant que celui avec lequel nous étions habitué.e.s de vivre.

Dans la section du travail invisible, nous parlerons de l'augmentation de la charge mentale et de la quantité de travail invisible qu'entraîne une telle crise.

Nous verrons que ce genre de situation a tendance à accentuer les inégalités entre des tâches des hommes et des femmes.

âgées et aux enfants de rester à l'intérieur afin de se protéger des nuages invisibles de polluants.²⁴

De plus, le corps de la femme ne se détoxifie pas aussi bien que celui de l'homme. Elles emmagasinent plus de toxines que les hommes dans leurs tissus adipeux. La pollution, selon certaines études, aurait même un impact sur le bon déroulement du cycle menstruel.

Pour les femmes enceintes, il y a également un risque de transmettre au fœtus des toxines emmagasinées. Les bébés peuvent aussi naître prématurément, être plus petits ou malformés et avec un fonctionnement dégradé des poumons en raison d'un placenta altéré par les polluants de l'air. Les toxines peuvent même avoir des répercussions sur leur développement, plus tard, au cours de leur vie.

De leur côté, les enfants sont plus sensibles que les adultes aux effets des facteurs environnementaux. Les enfants respirent plus vite que les adultes et par conséquent, inhalent plus de polluants toxiques. De par l'imaturité de leurs poumons, les bébés et les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables à certaines substances polluantes.²⁵ On constate aussi de plus en plus d'allergies dans les pays industrialisés et de plus en plus d'enfants qui souffrent d'asthme, d'eczéma et de rhinite.

On ne m'avait pas dit
qu'une fois arrivée ici
Je n'aurais plus nulle part
où m'en aller

Que restera-t-il de nous
après nous
Que restera-t-il de nous
après nous

La main qui grandit est la même
que celle qui se noue
La main qui guérit est la même
que celle qui se joue
La main qui se tend et au bout
de laquelle
Il n'y aura plus rien du tout

Que restera-t-il de nous
après nous?
Que restera-t-il de nous
après nous?

L'écoanxiété des femmes

On pourrait penser que les femmes sont plus écoanxieuses que les hommes. En fait, toutes les personnes démographiquement moins nanties et les groupes marginalisés sont plus susceptibles d'en souffrir: immigrant.e.s, femmes et personnes à faible statut socioéconomique. Les désagréments qu'engendre le réchauffement climatique ne touchent donc pas tout le monde de la même manière et la capacité de se remettre d'une crise ou d'un désastre n'est pas la même selon les pays ou la situation

NOUS APRÈS NOUS - Les soeurs Boulay

Ici s'empilent les verres
Se remplissent les yeux
On rassemble les chimères
Pour inventer des feux
On lance tout dans les airs
On enterre des vœux
Entre la tête et la terre
Ne se jouent que des jeux

On ne m'avait pas dit
qu'en arrivant ici
Je n'aurais pas l'impression
d'arriver
On ne m'avait pas dit qu'une fois
arrivée ici
Je n'aurais plus nulle part
où m'en aller

Que restera-t-il de nous
après nous?
Que restera-t-il de nous
après nous?

Suis-je la seule à voir
Que se vident les lieux
Et qu'à force de se croire
On est sans loi ni Dieu
Comment fait-on pour savoir
Où nous guident les cieux
Les plafonds sont des miroirs
Qui avalent le bleu
On ne m'avait pas dit qu'en
arrivant ici
Je n'aurais pas l'impression
d'arriver

panique.²⁷ Ils peuvent être dus au sentiment d'impuissance face à l'inefficacité de la lutte contre les changements climatiques ou à de la tristesse, de la colère face à l'inaction des décideurs économiques et politiques.

L'anxiété par rapport au sort de la planète peut se manifester au quotidien. En constatant la quantité d'emballage à l'épicerie, en allant visiter sa famille qui surconsomme, en voyant la quantité de voitures sur la route, etc. Les écoanxieux peuvent avoir envie de crier haut et fort que ces modes de vie ne leur conviennent pas et peuvent être fâchés contre les gens qui ne semblent pas respecter la nature. Mais par peur de se faire juger ou d'avoir l'air fatigués, ils se taisent, ce qui renforce un sentiment de solitude.

Les femmes qui deviennent mères peuvent ressentir encore plus l'angoisse de mettre au monde un enfant qui devra vivre dans des conditions de moins en moins propices. Que légueront-elles à leurs enfants? Un monde pollué qui peut être anéanti n'importe quand?

Les Sœurs Boulay, deux chanteuses québécoises, se questionnent elles aussi sur l'avenir de la planète, surtout depuis qu'elles sont mères. Elles ont écrit une chanson intitulée *Nous après nous* où elles parlent de leur anxiété face à l'avenir de la planète. Des paroles sur lesquelles il serait sage de réfléchir...

DES IDÉES POUR NETTOYER LA MAISON SANS PRODUITS CHIMIQUES²⁶

Pour laver vos vitres/miroirs

Mélangez tous les ingrédients dans un vaporisateur en prenant soin d'agiter pour dissoudre la fécule de maïs. Vaporisez et essuyez avec un linge ou un papier journal.

- ¼ tasse de vinaigre blanc
- 1 c. à soupe de fécule de maïs
- 2 tasses d'eau chaude

Pour laver la toilette

Tirez la chasse d'eau, saupoudrez les parois de borax et aspergez de vinaigre. Laissez travailler quelques heures avant de frotter avec une brosse.

- 1 tasse de borax*
 - ½ tasse de vinaigre blanc
- *Il est possible d'acheter du borax à la pharmacie ou dans les magasins de fabrication de savon.

Pour nettoyer le four

Mélangez tous les ingrédients puis saupoudrez généreusement les parois humides du four. Laissez travailler une nuit. Rincez.

- 1 boîte de bicarbonate de soude (500 g ou 16 oz)
 - ¼ tasse de cristaux de soude*
- *En vente dans les quincailleries et épiceries de produits naturels

Nettoyant-désinfectant tout usage

Mélangez tous les ingrédients dans un vaporisateur et vaporisez les surfaces à nettoyer. La solution se conserve indéfiniment.

- 1 c. à thé de borax
- ½ c. à thé de cristaux de soude
- 1 tasse d'eau très chaude
- 2 c. à soupe de jus de citron

**Quand on y pense,
c'est plein de
bon sens!**



sociale, familiale ou économique.²⁸ En outre, les groupes marginalisés sont plus à risque de vivre des problèmes de santé mentale liés aux dérèglements climatiques.

De plus en plus de foyers décident de vivre selon un mode de vie zéro déchet (ou tout simplement plus écolo): couches lavables, pain et yogurt faits maison, etc. Ces tâches, traditionnellement associées aux femmes, peuvent alourdir le quotidien. « La division sexuelle des tâches domestiques peut d'emblée ajouter un fardeau, si nous ne sommes pas vigilants », affirme la déléguée à la transition énergétique, Maude Prud'homme, du Réseau québécois des groupes écologistes (RQGE). Ce serait peut-être une bonne occasion pour la famille de revoir la division des tâches.²⁹ D'ailleurs, de plus en plus d'hommes se soucient de l'impact environnemental de leur propre foyer. Et que dire des enfants! Ce sont bien souvent eux qui nous ramènent à l'ordre lorsque la pelure de banane se retrouve dans la poubelle au lieu du bac à compost!

L'écoanxiété chez les jeunes

Les jeunes sont plus touchés par les enjeux environnementaux que les gens des générations précédentes. Ils craignent les catastrophes et sont de plus en plus conscients que d'importantes et dangereuses perturbations à l'échelle planétaire s'amorcent, et augmenteront inévitablement en fréquence et en gravité. Certains vont même jusqu'à remettre en ques-

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES

..... 

Plusieurs échanges ou conférences peuvent être données à ce sujet par :

- Un éco-psychologue/psychologue
- Une personne qui a surmonté son écoanxiété pour partager ses conseils afin d'y faire face.

Il serait également intéressant de faire un tour de table sur les anciennes habitudes qui étaient écologiques : faire son pain et son yogurt maison, faire du cannage, couches réutilisables, etc.

tion leur désir de devenir parent et ils font leur choix de carrière en fonction d'un contexte écoresponsable. On entend des jeunes dire qu'ils ont un intérêt pour le marketing, mais qu'ils ne veulent pas en faire carrière pour ne pas inciter les gens à la consommation.

Ce sont ces nouvelles générations qui sont le plus sensibles au sort de la planète, car leur avenir est en jeu.

Ils sont nombreux à souffrir d'écoanxiété.³⁰ On parle même d'une

« épidémie » d'écoanxiété. De plus en plus de psychologues en entendent parler dans leur cabinet et les parents ne doivent pas prendre ce trouble à la légère. Il est important d'informer nos enfants et petits-enfants de l'état de la planète, mais le discours n'a pas besoin d'être alarmiste. Certains mots seront plus appropriés que d'autres afin de ne pas les terrifier. Les parents pourraient commencer par familiariser progressivement leur enfant avec la réalité du réchauffement climatique, discuter de leur sentiment sur le sujet,

reconnaître que le résultat est incertain, puis trouver ensemble un plan concret pour faire une différence.

L'information transmise par les médias peut elle aussi alimenter l'anxiété, mais il est important de relativiser, de se remettre dans un contexte global et de se rappeler les bons coups environnementaux.

Il va sans dire que les nouvelles générations regardent l'avenir d'un œil différent. Dès la petite enfance, les jeunes savent trier les déchets qui vont au recyclage ou dans la poubelle. Ils sont déjà sensibilisés au compostage. Certaines écoles et garderies font des jardins. Le rapport à la nature reprend du terrain et conscientise de plus en plus les jeunes à l'importance d'en prendre soin. C'est sur cet aspect qu'il faut miser : l'union avec la nature. Ramenons les campagnes en ville!

Comment diminuer son écoanxiété ?

S'engager dans les luttes environnementales permet de minimiser l'anxiété face à l'environnement. Il ne sert à rien de s'isoler des autres ou de se retirer. Au contraire! L'écoanxiété peut constituer un moteur pour agir. C'est d'ailleurs après s'être sentie envahie par son écoanxiété que la jeune Greta Thunberg a décidé de faire la grève pour le climat. Il en va de même pour l'animatrice Andrée-Anne Brunet qui s'est servie de son écoanxiété pour faire des

changements majeurs dans sa vie: suivre un mode de vie zéro déchet.

Selon l'écosociologue Laure Waridel, le meilleur antidote à l'écoanxiété est l'engagement citoyen.³¹ Une multitude de gestes peuvent être posés afin de faire partie de la solution et non des problèmes. Et n'hésitez jamais à aller faire une marche dans la forêt. La connexion est très forte et vous aidera à faire passer vos moments d'angoisse.

L'IMPACT DES FEMMES SUR L'ENVIRONNEMENT

Nous venons de prendre conscience que les changements climatiques ont beaucoup d'impact sur les humains et que les femmes et les enfants sont particulièrement affectés. Le rapport

à la nature de la femme est différent de celui de l'homme. Comme nous le verrons dans ce chapitre, plusieurs projets novateurs ont été mis sur pieds par des femmes grâce à leur sensibilité environnementale.

Vous êtes-vous déjà demandé quel sort nous réserverait l'avenir si plus de femmes étaient au pouvoir ou dans des postes décisionnels? Verrait-on une amélioration des conditions de vie?

Saviez-vous que les actions des personnes pour réduire les GES étaient directement influencées par leur niveau d'éducation, leurs revenus, leur statut social, la division des tâches au foyer ainsi que par les rôles attribués aux hommes et

Connaissez-vous la jeune Greta Thunberg? Son impact sur l'environnement est considéré par plusieurs comme étant mondial. Elle est un bel exemple à suivre!

Sensibilité et conscience environnementales des autochtones et des femmes autochtones

Depuis toujours, les peuples autochtones entretiennent une relation privilégiée avec la Terre, relation qui a façonné leur identité.

Les Autochtones ont des savoir-faire et des philosophies qui reposent sur leur interaction avec l'environnement local depuis des millénaires. Ils vivent en harmonie avec leur environnement, sans chercher à le modifier.³⁶ Cependant, les savoirs autochtones ne sont pas issus de la science et, pour cette raison, ils ont souvent été mis en doute. Certains chercheurs tentent par contre de faire le pont entre la science et ce savoir traditionnels, car les deux peuvent être tout à fait complémentaires. Les femmes sont d'ailleurs considérées comme étant les « piliers » de la transmission des savoirs rattachés au territoire.³⁷

Les femmes autochtones ont un attachement particulier à leur territoire et en prennent soin grâce aux différentes connaissances qu'elles ont développées. Leurs connaissances traditionnelles sont précieuses pour lutter contre les changements climatiques.

En étant quotidiennement en contact avec la nature, les femmes autochtones sont très touchées et affectées par les changements climatiques : déménagements forcés, freins aux pratiques économiques. Ces change-



L'Afeas sur la place publique

Votre municipalité n'offre pas le service de compostage avec le bac brun? N'hésitez pas à leur faire une demande et de faire le suivi pour savoir où sont rendues les démarches. Faites circuler une pétition dans votre ville ou municipalité si le service n'est pas offert.

ticipatif et totalement transparente, prenant en considération les groupes, les communautés et les écosystèmes vulnérables, tenir compte et s'inspirer des meilleurs travaux scientifiques disponibles et, selon qu'il conviendra, des connaissances traditionnelles et autochtones, en vue d'intégrer l'adaptation dans les politiques et mesures sociales, économiques et environnementales pertinentes, s'il y a lieu; (CNUCC, 2011, paras 7 et 12)³⁵

L'Afeas sur la place publique

Nous pourrions également inviter une membre de l'Afeas à parler devant un public d'écoliers pour raconter les bonnes habitudes écologiques de son époque.

aux femmes? Selon une étude de l'Université du Colorado à Boulder, « plus les femmes sont incluses dans les processus décisionnels, plus les décisions en lien avec la protection de l'environnement sont efficaces et mises de l'avant ».³²

Certaines études démontrent que les hommes consomment plus d'énergie que les femmes (souvent en raison de leur salaire plus élevé), surtout dans les domaines du transport et de l'alimentation. Il serait intéressant de cibler les secteurs les plus touchés (automobile, électronique, électricité) afin de faire des campagnes d'éducation et de sensibilisation pour réduire la consommation.

Sous-représentation des femmes dans les instances décisionnelles

Comme vous le savez probablement, le Canada a adhéré aux Objectifs du millénaire pour le développement et l'un de ses objectifs était d'atteindre, en 2015, l'égalité des sexes et l'autonomisation des femmes, entre autres en favorisant la participation de celles-ci dans les instances politiques. Les femmes sont de plus en plus

représentées en politique, en affaires ou dans la haute fonction publique, mais nous sommes encore loin de la parité.

Voici quelques chiffres de 2018 représentant les pourcentages des postes décisionnels occupés par des femmes dans différents milieux, démontrant que celles-ci sont encore et toujours sous-représentées dans les sphères décisionnelles :

- MRC (Municipalités régionales de comté) : 23% de préfètes dans les MRC, 19% de mairesses et 35% de conseillères municipales;
- Haute fonction publique québécoise : 36% des sous-ministres et 35% à la présidence d'organismes gouvernementaux;
- Fédération des chambres de commerce : 22% au conseil d'administration.³³

Il serait important que les femmes soient toujours impliquées de façon paritaire dans les processus de prise de décision, notamment en ce qui concerne la lutte aux changements climatiques. Les femmes ont souvent des manières différentes des hommes de voir les choses et de prendre des

décisions et cela peut enrichir le débat et apporter des idées nouvelles. Elles ont aussi généralement une plus grande sensibilité environnementale.

Place aux femmes pour la défense de l'environnement!

En 2007, lors de la Conférence des Parties de Bali, le groupe Global Gender and Climate Alliance (GGCA) a été formé afin de s'assurer que les décisions et initiatives visant la lutte aux changements climatiques intègrent la dimension de genre.³⁴ De plus, lors de la 16^e Conférence des parties à la CNUCC à Cancun, la Décision 1/CP.16 a été adoptée. On reconnaît l'importance de la participation effective des femmes dans la lutte au réchauffement climatique.

Para. 7. Reconnaît que de multiples parties prenantes doivent être mobilisées au niveau mondial, régional, national et local, qu'il s'agisse de gouvernements, y compris les administrations infranationales et locales, d'entreprises privées ou de la société civile, dont les jeunes et les personnes handicapées, et que l'égalité des sexes et la participation effective des femmes et des peuples autochtones sont d'une grande importance pour agir efficacement sur tous les aspects de changements climatiques.

Para. 12. Affirme que l'action renforcée pour l'adaptation devrait être engagée conformément à la Convention, suivre une démarche impulsée par les pays, soucieuse de l'égalité des sexes, de caractère par-

Les femmes sont importantes et maintenant considérées comme essentielles à la lutte contre le changement climatique (même Barack Obama l'a dit!)

Il a été introduit par Françoise d'Eaubonne en 1972. Selon la thèse de l'écoféminisme, les femmes seraient, tout comme la nature, victimes de la domination masculine.⁴²

« Le rapport de l'homme à la nature est plus que jamais, celui de l'homme à la femme. » (D'Eaubonne 1978: 15)⁴³

L'écoféminisme aurait véritablement vu le jour après la révolution verte de l'agriculture en Inde et la lutte antinucléaire aux États-Unis. Il remet en question le patriarcat dans les différentes relations d'affaires. L'écoféminisme ne pointe pas nécessairement du doigt les hommes, mais veut plutôt démontrer que les inégalités sociales entre les genres et que le capitalisme et le colonialisme sont responsables des troubles environnementaux.

La main-d'œuvre féminine est sous-payée et le travail de la femme au foyer qui éduque ses enfants n'est pas du tout rémunéré. Le travail des femmes est bien souvent invisible. L'écoféminisme fait une comparaison de l'exploitation de la femme avec celle de la nature: elle fournit toutes les matières premières nécessaires aux activités des humains, mais ceux-ci n'en ont jamais payé le coût écologique. Ainsi, selon ce mouvement de pensée, il serait impossible de vivre dans un monde durable sans égalité entre les hommes et les femmes.

L'Afeas sur la place publique

L'Afeas sur la place publique

Impliquez-vous durant les rencontres parents et élèves et durant les consultations municipales. Nous avons les compétences pour prendre la parole! Chaque Afeas devrait s'informer des différentes occasions de prendre la parole.

« Les Autochtones sont des acteurs clés dans la défense de l'environnement. »

ments affectent grandement leur santé mentale et physique. Leur expérience de la colonisation est également différente de celle des hommes.³⁸

Ces femmes mises à l'écart

Les savoirs et les rôles des femmes autochtones ont été effacés d'abord par les pratiques coloniales, puis par les hommes autochtones, à qui une grande partie du pouvoir a été attribué, au détriment des femmes qui avaient certains pouvoirs décisionnels avant l'arrivée des Européens. Aujourd'hui, en raison de la perte d'accès aux ressources naturelles, de la détérioration des écosystèmes, du bouleversement dans les processus de prises de décision locale et territoriale et du manque de poids politique, la place occupée par les femmes autochtones dans le gouvernement du territoire s'en trouve

affaiblie. Pourtant, le rôle qu'elles ont joué et continuent à jouer dans la gestion des pratiques territoriales (transmission des territoires familiaux et les responsabilités qui y sont rattachées) et dans l'utilisation des ressources naturelles est loin d'être négligeable.³⁹

Plusieurs femmes autochtones ont commencé à s'investir en politique, domaine qui leur a été interdit jusqu'en 1951. Mais elles sont encore trop peu nombreuses dans les sphères de gouvernance. La colonisation serait, malheureusement, la grande responsable du manque ou de la perte de leadership de ces femmes.⁴⁰

L'écoféminisme

L'écoféminisme est un mot-valise issu de «écologie» et «féminisme».

Les blocus autochtones

Le blocus autochtones anti-gazoduc au Canada ont marqué le début de 2020. Plusieurs autochtones manifestent contre le projet de construction du gazoduc Coastal GasLink (CGL) sur les territoires du peuple Wet'suet'en en Colombie-Britannique. Le CGL, long de 670 km acheminerait du gaz provenant du nord-est de la Colombie-Britannique jusqu'à Kitimat, en passant par les territoires ancestraux des peuples autochtones. Les protestations des autochtones, appuyés par plusieurs Canadiens, prennent plusieurs formes : blocages de voies ferrées, marches, occupations des lieux. La crise de la COVID-19 a mis fin aux protestations, mais les travaux de construction, eux, se poursuivent.⁴¹

Initiatives féminines

Plusieurs initiatives de niveau communautaire et local démontrent à quel point les femmes sont importantes pour le développement de stratégies de prévention, d'atténuation et d'adaptation aux changements climatiques. Nous verrons ici trois initiatives féminines: l'agroécologie, l'agrobiodiversité et la sécurité semencière et le mouvement «slow flower».

L'agroécologie

De plus en plus d'agricultrices se tournent vers l'agroécologie qui combine la science écologique et les savoirs traditionnels. Le but de l'agroécologie est de limiter les dégâts de l'agriculture conventionnelle et polluante en jumelant le développement agricole, la protection environnementale et la biodiversité. Voici quelques pratiques agroécologiques :

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES



Il serait intéressant d'entendre une conférence :

- une femme autochtone
- une femme urbaniste

Rassembler et documenter les bons coups en environnement des Afeas locales et les communiquer à l'équipe de la revue.

Belle réussite féminine

Manika Begum est une agricultrice du Bangladesh qui a inventé une méthode unique pour conserver ses semences. Afin de les protéger de la chaleur et de l'humidité, elle les met dans une bouteille de verre recouverte de boue. La boue permet aux semences de rester au frais et au sec, mais également de germer activement. Elle s'est ensuite servie de ces observations pour faire des tests avec ses semences. Elle les trempe dans l'eau quelques heures, leur donne un temps de repos de trois jours, à l'ombre, dans un linge humide. Par la suite, elle ne sème que celles qui ont germé afin de s'assurer de produire des plans vigoureux.

L'Afeas sur la place publique

N'hésitez pas à transmettre votre savoir à vos ami.e.s, voisin.e.s, enfants ou petits-enfants.

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES

- Faites un tour de table : quels sont vos trucs pour démarrer et bien entretenir un jardin ?
- Témoignage d'une femme agricultrice liée à un des mouvements (slow flower, agroforesterie, etc.)

L'Afeas sur la place publique

- Accroissement de la biodiversité en évitant les monocultures qui ont besoin d'énergie, de pesticides et d'engrais ;
- Valorisation des interactions biologiques pour augmenter la production et diminuer les ravageurs ;
- Intérêt pour la vie des sols et leur fertilité ;
- Utilisation d'engrais verts, de compost ou de digestat pour fertiliser les sols ;
- Économie et optimisation de la consommation d'eau ;
- Reboisement des terres non utilisées .⁴⁴

Plusieurs OCI (organisme de coopération internationale) offrent de la formation et en favorisent l'accès aux femmes. Elles peuvent ainsi jouer un rôle important dans la production agricole de leur communauté.

Voici le témoignage très intéressant d'Elisabeth Katushabe, éleveuse de vaches en Ouganda :

L'agrobiodiversité et la sécurité semencière

L'agrobiodiversité et la sécurité semencière sont des savoirs portés traditionnellement par des femmes. Elles sont utilisées comme stratégies pour diversifier la diète, une tâche généralement assumée par les femmes.

Ces initiatives permettent d'assurer la sauvegarde de plusieurs variétés aux

TÉMOIGNAGE

- Elisabeth Katushabe, éleveuse de vaches en Ouganda

« J'éleve des Ankole Longhorns traditionnelles, une race de vache forte adaptée à l'environnement difficile de mon pays et résistante aux maladies tropicales. Elle n'a pas besoin d'antibiotiques, contrairement aux vaches Frisonnes Holstein qui sont populaires ici.

Traditionnellement, les femmes Bahima ne possédaient pas de bétail ou de terres, mais ce n'est plus le cas aujourd'hui pour certaines femmes. Les hommes traitent les vaches, les conduisent au pâturage et à l'abreuvoir. Les femmes collectent le lait et décident de la quantité à boire pour chaque membre de la famille. Nous transformons le lait pour faire du beurre. Nous connaissons les noms de toutes les vaches laitières, nous pouvons identifier une vache malade, nous prenons soin des veaux, nettoions leurs étables et coupons l'herbe pour les nouveau-nés.

Mon approche de l'élevage de la race Ankole Longhorns est une forme d'agroécologie : elle me permet d'élever mon bétail dans les prairies de la savane de l'Ouganda avec toute sa biodiversité. Mon bétail vit en troupeau comme une famille, ils s'accouplent naturellement et mes veaux têtent leurs mères.

En tant que femme, c'est ça la vie. Je peux gérer mon bétail facilement, car la race Ankole est de nature calme. Avec les vaches Ankole, je ne suis pas obligée de me spécialiser soit dans le lait, soit dans la viande, mais je peux produire ce qui est le plus approprié pour moi et ma communauté. Et j'espère que les autres vont respecter mes droits en tant qu'éleveuse et apprécier mon rôle et ma contribution à l'économie et à la sécurité alimentaire.⁴⁵ »



propriétés diverses. En augmentant la quantité d'espèces dans les champs, les agricultrices et les agriculteurs diminuent les risques de perdre leurs récoltes suite à des changements climatiques extrêmes. Par exemple, certaines espèces résistent mieux aux sécheresses, aux inondations ou à certains parasites.

Il y a maintenant des banques de semences gérées par des associations d'agricultrices et agriculteurs qui permettent d'avoir une réserve diversifiée et d'avoir un plan B en temps de crise. Plusieurs femmes y participent activement en se prêtant ou en s'échangeant des semences.⁴⁶

Le savoir traditionnel des femmes est donc important et même fondamental pour améliorer les rendements agricoles. Voici le témoignage d'une femme a d'ailleurs su partager son savoir avec d'autres femmes de sa communauté.⁴⁷

Le mouvement «slow flower»

Les femmes sont au cœur de cette belle initiative écologique: le mouvement «slow flower». Il s'agit d'un mouvement qui met en valeur les fleurs sauvages locales et qui encourage les circuits courts en les vendant dans des marchés locaux. La mère de ce mouvement, l'Américaine Erin Benzakein, inspire plusieurs autres femmes. Nous retrouvons de plus en plus de Québécoises qui mettent de l'avant ce mouvement. Le mouvement «slow flower» est une manière de mieux se connecter avec la nature et de réellement prendre le temps d'admirer ses fleurs.

En priorisant les achats locaux, les consommateurs encouragent la diminution des ventes de fleurs importées d'Amérique du Sud, d'Afrique ou de Hollande qui ne sont pas très écologiques et qui ont dû subir plusieurs traitements avant de se rendre à destination du fleuriste.⁴⁸

L'impact et l'influence des jeunes sur l'environnement: «l'effet Greta Thunberg»

Il serait impensable de parler de l'impact des femmes sur l'environnement sans parler de la jeune femme de 17 ans, Greta Thunberg. Greta est une militante écologiste suédoise très engagée dans la lutte contre le réchauffement climatique. Elle a reçu plusieurs prix et distinctions, dont le titre de personnalité de l'année en 2019 par le magazine Time.

Et vous, que ferez-vous pour protéger l'environnement?

Son impact sur l'environnement est considéré par plusieurs comme étant mondial. On l'appelle d'ailleurs l'«effet Greta Thunberg».

Une petite fille différente des autres

À 11 ans, Greta a fait une dépression majeure, puis s'est confiée sur ses craintes au sujet de l'environnement et du réchauffement de la planète. Par la suite, elle est devenue végane, refusait les achats qui n'étaient pas nécessaires et finalement, elle a décidé de ne plus prendre l'avion. On lui a diagnostiqué une forme d'autisme, le syndrome d'Asperger qui lui fait voir les choses en noir et blanc, sans demi-mesures.⁴⁹

Cette jeune militante a propagé un mouvement dans le monde entier, soit une grève scolaire pour le climat. En effet, en 2018, lors d'un été caniculaire en Suède, elle décide de faire la grève de l'école. Elle se tenait debout devant le parlement avec sa pancarte et demandait au gouvernement de respecter ses engagements pris à la signature de l'accord de Paris afin de diminuer ses émissions de carbone. Elle s'est ainsi fait connaître. Et l'engouement s'est rapidement multiplié. Au printemps 2019, lors de la première «grève mondiale», des

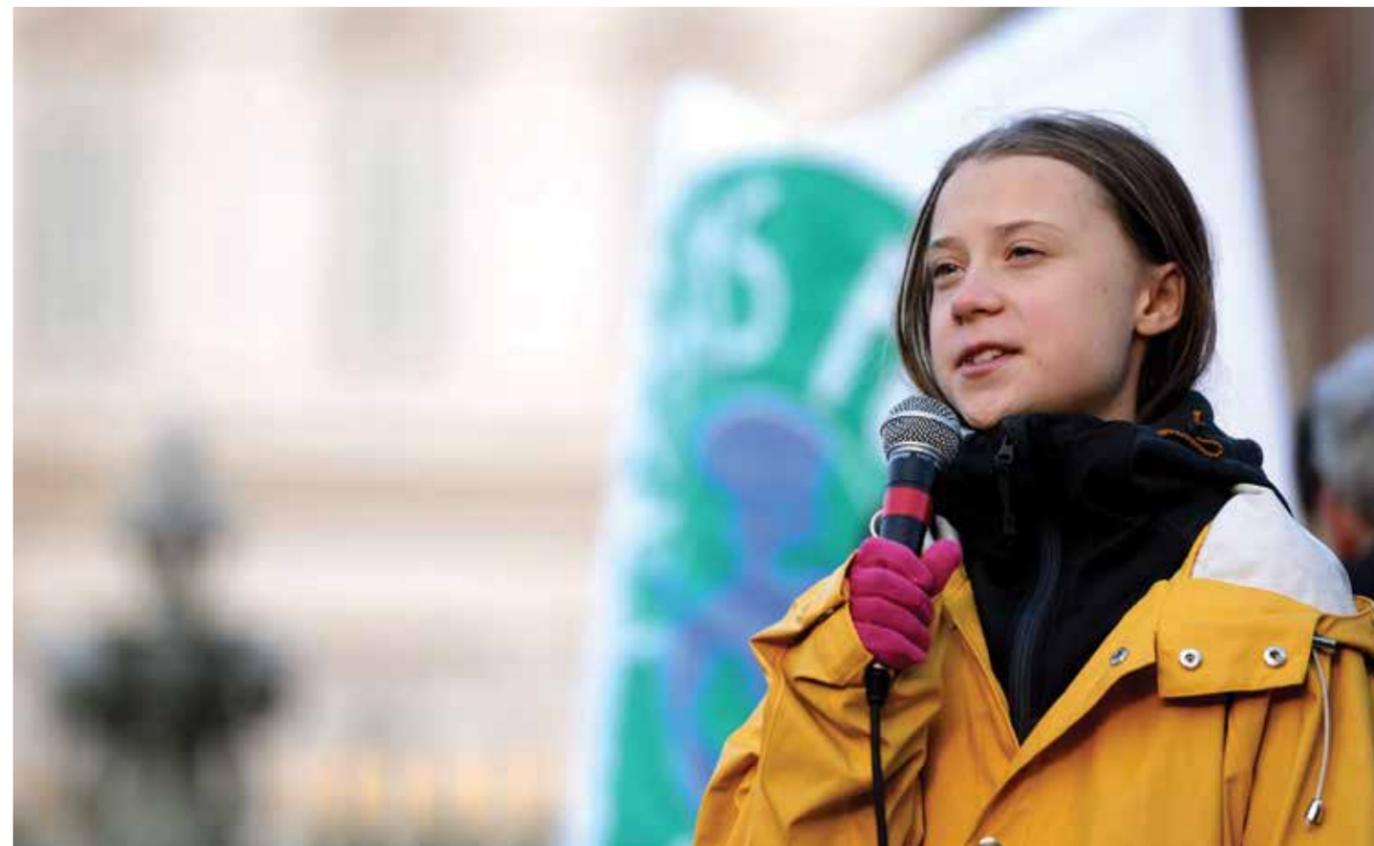
centaines de milliers d'élèves de 120 pays différents sont sortis et ont fait la grève de l'école, dont 150 000 à Montréal.⁵⁰

Cette jeune femme en inspire plusieurs et devient un symbole d'espoir. «Résoudre la crise climatique est le défi le plus important et le plus ambitieux que l'Homo sapiens ait eu à affronter. La solution est pourtant si simple que même un enfant pourrait la comprendre.» – Greta Thunberg

CONCLUSION

La Terre ne doit pas être tenue pour acquise. Nous l'habitons depuis le début de notre existence. Mais nos «besoins» sont devenus si grands que nous oublions l'essentiel: celui de prendre soin de notre maison, de notre habitat. Car tout ce que nous faisons provoquera certainement une réaction: en polluant la nature, les humains se font polluer à leur tour.

Nous devrions prendre l'exemple des animaux et tenter de vivre en harmonie avec l'air et la nature qui nous nourrit. Nous devrions faire un petit geste tous les jours en montrant l'exemple et en l'enseignant aux autres. Et si prendre soin de la Terre devenait notre plus grand besoin?



Filippo Monteforte / AFP - Getty Images

«Résoudre la crise climatique est le défi le plus important et le plus ambitieux que l'Homo sapiens ait eu à affronter. La solution est pourtant si simple que même un enfant pourrait la comprendre.»

- Greta Thunberg

Activiste contre le réchauffement climatique

Journée du travail invisible

Premier mardi d'avril

ET VOUS, VOTRE CHARGE MENTALE ?



Journée du travail invisible

ET VOUS, VOTRE CHARGE MENTALE ?

Comme vous le savez, l'Afeas travaille depuis plus de 50 ans pour la reconnaissance du travail invisible. Nous soulignons cette journée depuis 20 ans. Cette année, nous nous concentrerons sur la charge mentale.

La charge mentale est le petit hamster qui court dans la tête, le jour comme la nuit, en raison de toute la planification et de l'organisation des tâches au sein de la famille (tâches domestiques, soins aux enfants et aux personnes âgées, handicapées ou en perte d'autonomie), de la vie professionnelle et de l'engagement social. Même si la situation s'est améliorée par rapport à la génération précédente, les femmes continuent d'être les « cheffes du projet maison »⁵¹ et consacrent encore plus de temps aux tâches ménagères que les hommes.

- Est-ce que j'ai pris le rendez-vous médical pour mon fils ?
- Je ne dois pas oublier d'appeler mes assurances !
- Qu'est-ce qu'on va manger demain ? Est-ce qu'il reste assez d'œufs dans le frigo ?
- Ai-je mis la brassée de la laveuse dans la sècheuse ?

Toutes ces questions qui ne sont pas partagées équitablement dans le couple représentent un poids que les féministes appellent : « la charge mentale ».

La charge mentale est la somme des tâches non rémunérées qui alourdissent le quotidien. C'est un travail invisible.

La bande dessinée de la dessinatrice Emma⁵² qui explique bien ce qu'est la charge mentale (la bande dessinée complète est disponible dans les librairies : *Un autre regard* Tome 2 : Fallait demander).

Cette bande dessinée illustre bien le poids de la charge mentale quotidienne des femmes. Elle a eu un effet viral sur le web, parce qu'elle met en images ce que plusieurs femmes ressentent, sans toutefois être capables de l'expliquer. La BD fait un parallèle

intéressant avec le conjoint. Lorsque notre partenaire nous demande de lui indiquer les tâches à faire, il ne prend pas sa part de charge mentale. On ne devrait pas avoir à dire à notre conjoint de nous aider, car ça revient encore à nous de penser. Et quand nos conjoints font du ménage ou les repas, ils ne nous « aident » pas : ils font leur part des tâches ménagères, un point c'est tout !

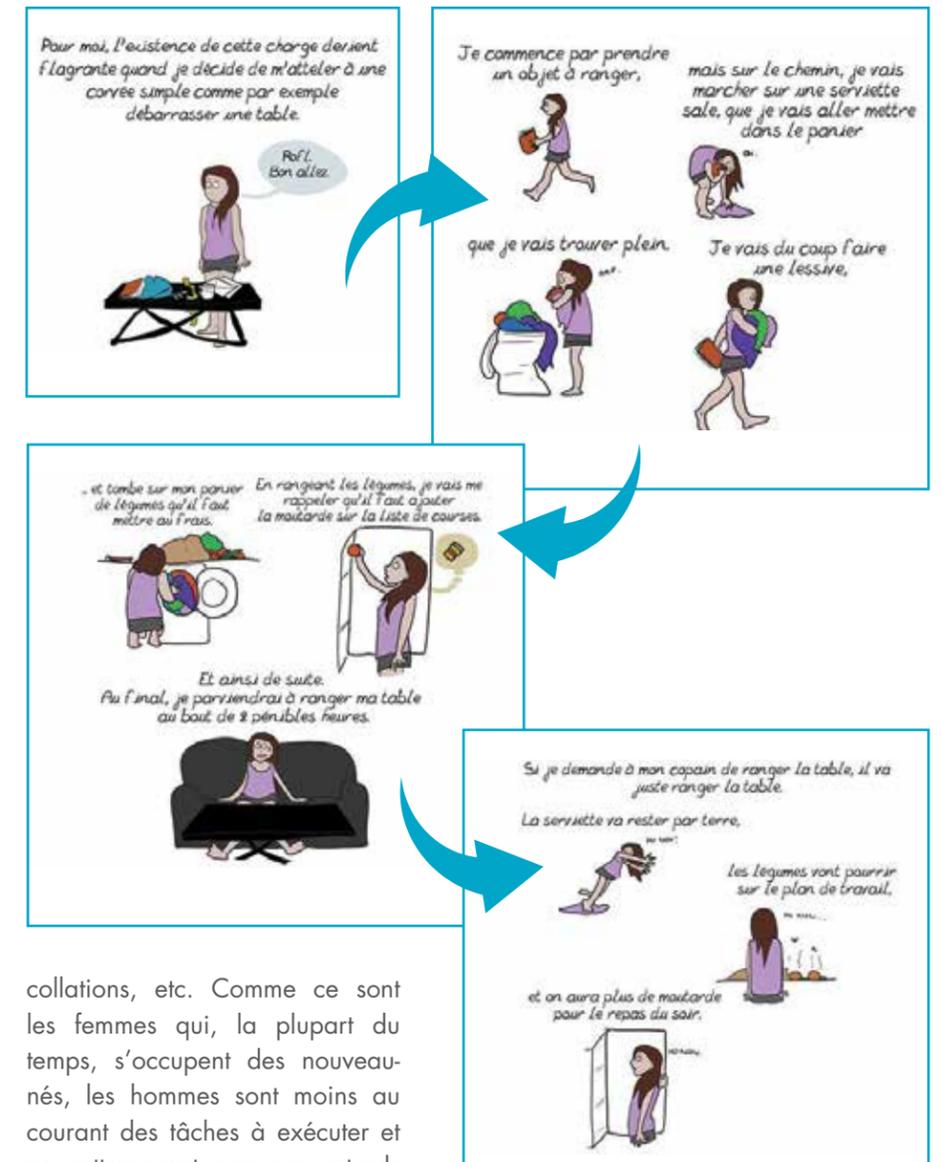
D'OÙ VIENT CETTE CHARGE MENTALE ?

Nous ne naissons pas avec une envie plus grande que les hommes de faire la vaisselle, de préparer les repas ou de changer des couches. Pourquoi associe-t-on ces tâches aux femmes ? Parce que nous vivons dans une société où l'on donne aux petites filles, dès leur jeune âge, des poupées-bébés, des cuisinières et des jouets-aspirateurs. Les petits

garçons, eux, reçoivent des camions et des outils. Il est même honteux ou malaisant de les voir jouer avec de la vaisselle ou des Barbies. De plus, les enfants s'imprègnent de l'image mentale de leur mère devant les chaudrons et de leur père qui bricole à l'extérieur. C'est un conditionnement qui accompagnera les garçons et les filles jusqu'à leur vie d'adulte. Les femmes sont associées, dans l'inconscient collectif, à la reproduction, à la famille, à l'éducation des enfants et aux tâches ménagères. L'entretien et la prise en charge du foyer deviennent le prolongement « naturel » de la grossesse et de l'accouchement. Comme si la conception d'un enfant impliquait nécessairement une expertise domestique !

Ainsi donc, la charge s'amplifie le jour où les femmes deviennent mères. En plus d'avoir à tout apprendre sur les soins à prodiguer au nouveau-né, à apprendre à être « mère », la femme est « en charge » du foyer. Rendez-vous médicaux, allaitement, vêtements à acheter et laver, nuits écourtées, préparation de repas et

Et si on pensait à une façon d'élever nos enfants et petits-enfants sans stéréotypes ?



collations, etc. Comme ce sont les femmes qui, la plupart du temps, s'occupent des nouveaux-nés, les hommes sont moins au courant des tâches à exécuter et ne rattraperont pas ces retards d'apprentissage. La mère restera donc « la meilleure » pour accomplir ces tâches.

« Mômman travaille pas, a trop d'ouvrage ! »

Ce sont les paroles d'un monologue d'Yvon Deschamps, au milieu des années 70. « L'ouvrage de

maison » est une affaire de femmes : ça ne rapporte pas d'argent, donc ce n'est pas un travail. On a fait un bout de chemin depuis les années 70. Mais les charges ne sont toujours pas réparties équitablement. Et en plus, maintenant, « mômman travaille et elle a autant d'ouvrage ! » Selon l'Observatoire des inégalités,

L'Afeas sur la place publique

Saviez-vous que le l'Afeas avait fait la demande aux gouvernements provincial et fédéral de décréter le premier mardi d'avril comme la Journée nationale du travail invisible? Faites votre part pour demander à vos élu.e.s d'adopter officiellement cette journée.



les femmes consacraient en moyenne 3 h 26 par jour aux tâches domestiques, et les hommes, seulement 2.⁵³ En 11 ans (1999-2010), le temps moyen consacré quotidiennement par les femmes au travail dans le foyer n'a baissé que de 22 minutes. Celui des hommes a augmenté d'une minute. Petit train va loin? Il reste quelques croûtes à manger et surtout quelques brassées de lavage à faire!

Voyons cela de plus près! 1 h 26 de travail de plus effectué par les femmes chaque jour, ça fait 523 heures par an de différence, soit 13

semaines de 40 heures! Et il ne s'agit que de la différence entre les femmes et les hommes: si on calcule l'ensemble des heures passées aux tâches domestiques par les femmes, ça fait plus de 31 semaines de 40 heures (!), de travail gratuit, non reconnu, en plus du travail à l'extérieur de la maison pour de nombreuses femmes. Pas étonnant qu'on se sente souvent à bout de souffle, et que l'on soit moins portées que les hommes à se lancer en politique ou dans des postes décisionnels qui requièrent de lourdes implications en temps et en énergie (mais qui sont aussi plus payants!). Un meilleur partage de cette charge



de travail permettrait aux femmes de s'épanouir davantage à l'extérieur de leur foyer, grâce au temps et à l'énergie retrouvés.

LA COVID-19 ENTRAÎNE UNE AUGMENTATION DE LA CHARGE MENTALE DES FEMMES

Comme nous l'avons vu précédemment, les crises ou les désastres climatiques amplifient les inégalités entre les hommes et les femmes. Il en est de même pour la pandémie de la COVID-19; elle amplifie les inégalités liées à la charge mentale des femmes et au travail invisible non rémunéré. Comment la COVID-19 affecte-t-elle la charge mentale des femmes?

- Les femmes représentent, à l'échelle mondiale, 70% des travailleurs de première ligne dans les secteurs de la santé et des services sociaux. Infirmières, technologues de la santé, préposées aux bénéficiaires ou femmes de ménage doivent aller travailler parce qu'elles sont des « personnes essentielles ». Elles courent de plus grands risques de se faire contaminer ou de contaminer leur famille au retour du travail.
- Les femmes sont souvent plus touchées par les retombées économiques, car leurs conditions de travail sont souvent plus

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES



- Le thermomètre : calculez votre niveau de charge mentale grâce au questionnaire dans la revue Femmes d'ici, qui paraîtra au printemps 2021 et sur le site Internet de l'Afeas.
- Tour de table pour connaître les différentes sources de charge mentale des autres membres.
- Inviter une nouvelle maman pour connaître sa nouvelle réalité et partager avec elle.
- Inviter une aidante pour échanger avec elle.

précaires. Pensons à celles qui ont une petite entreprise, les salariées journalières, celles qui travaillent dans le secteur du nettoyage, etc. Comme elles ont souvent un plus petit salaire que leur conjoint, elles doivent rester à la maison pour prendre soin des enfants qui ne vont plus à la garderie ou à l'école. Plusieurs tentent de continuer à travailler de la maison, augmentant grandement la quantité de travail invisible.

- Le confinement rend l'approvisionnement des aliments plus difficile, ce qui entraîne plus de tâches: faire son pain, son jardin, etc., ou demande une plus grande logistique pour la préparation des repas.

N'oubliez pas, ce n'est pas parce que votre travail n'est pas payé qu'il n'est pas essentiel.

- Les personnes de 70 ans et plus sont confinées à la maison. Leurs proches, généralement leurs enfants (les femmes apportent généralement plus d'aide aux aînés), doivent aller faire leurs commissions.
- La présence des enfants à la maison diminue la disponibilité des mères pour travailler ou télétravailler.
- Cette situation grandement déstabilisante demande, de façon générale, une très grande adaptation, ce qui augmente considérablement la charge mentale.⁵⁴

—
Projet rassembleur

**L'AFEAS DEVIENT
DURABLE**



« **Prendre soin de la terre, c'est prendre soin de la vie!** »

- Suco
(Solidarité Union Coopération)

Projet rassembleur

L'AFEAS DEVIENT DURABLE

Vivre en harmonie avec la nature, c'est également vivre en harmonie avec soi-même. Et nous savons que l'activité humaine est responsable du changement climatique. Le sort de la planète est entre nos mains et nous devons faire quelque chose pour tenter de réparer ou de ralentir le réchauffement. L'Afeas a toujours été sensible à l'environnement.

La Déclaration d'urgence climatique

La Déclaration d'urgence climatique (DUC) réclame la réduction immédiate des émissions de gaz à effet de serre (GES) et la transition vers une société carbonneutre. En juin 2019, 394 municipalités du Québec endossaient la DUC, soit plus de 6 482 200 personnes.⁵⁵

« Nous, citoyennes et citoyens, déclarons que seules la reconnaissance de l'état d'urgence climatique et la mise en place de plans de transition d'urgence peuvent contrer un effondrement économique, une crise de santé publique, une pénurie alimentaire mondiale, un anéantissement de la biodiversité et des crises de sécurité nationales et internationales d'ampleur sans précédent. » – Extrait tiré de la Déclaration citoyenne universelle d'urgence climatique

LE POSITIONNEMENT DE L'AFEAS AU POINT DE VUE DE L'ENVIRONNEMENT

En 2008, l'Afeas demandait au gouvernement d'interdire l'utilisation des sacs de plastique non biodégradables⁵⁶ afin de réduire les impacts de ceux-ci sur l'environnement. Depuis ce temps, plusieurs municipalités, villes, commerces ou épiceries ont banni l'utilisation de sacs de plastique non biodégradables. Pour plusieurs, il est devenu pratique courante d'apporter ses propres sacs en faisant les courses et d'en laisser dans le coffre de l'auto.

En 2009, l'Afeas a fait les demandes suivantes⁵⁷:

- Éliminer les substances toxiques dans les cosmétiques en renforçant la réglementation sur les ingrédients des cosmétiques;

- Exiger des fabricants de produits de beauté d'enrayer de la composition de leurs produits tous les ingrédients nocifs pour la santé et l'environnement et les remplacer par les composants approuvés par les normes de qualité du Canada;

- Exiger des fabricants de produits d'entretien ménager le retrait des substances toxiques pour la santé et l'environnement et de les remplacer par des composants approuvés par les normes de qualité du Canada.

En 2019, l'Afeas proposait que le Québec ait un ou une commissaire assigné.e spécifiquement aux impacts du climat, compétent.e, impartial.e et non partisan.e afin d'informer le public, les entreprises, les politicien.ne.s, les scientifiques et les journalistes.

Concernant le suremballage, l'Afeas demandait d'investir davantage dans la recherche pour remplacer les emballages non compostables et de légiférer pour diminuer le suremballage quand aucun « point critique »⁵⁸ n'est identifié, par réduction à la source, en réduisant le poids ou l'épaisseur ou le volume, voire même en supprimant l'emballage dans certains cas. Il serait intéressant de penser à certaines alternatives à l'emballage, comme l'achat en vrac.

Ces petits gestes qui comptent

Il est possible de faire sa part en tant que citoyenne et en tant que femme. Tous les petits gestes comptent et nous ne devons pas minimiser la portée de ceux-ci. Nous pourrions, par exemple, nous initier au compostage même si notre ville n'en of-

« Prendre soin de la terre, c'est prendre soin de la vie! »

- Suco

(Solidarité Union Coopération)



fre pas le service. Il serait aussi plus écoresponsable de diminuer notre consommation de viande, de prioriser les épiceries en vrac, d'emballer les cadeaux avec du papier journal, d'utiliser de la vaisselle réutilisable ou à tout le moins compostable, etc. Changer nos habitudes pour faire du covoiturage, ne plus utiliser les commandes à l'auto, ne plus acheter d'eau embouteillée, auront des impacts qui aideront la planète et qui influenceront positivement les générations futures. Il faut toujours garder en tête les 5 R : Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Réparer.

Il peut sembler étrange que le premier « R » soit celui de refuser, mais il s'agit d'un point très important, dont on parle peu. Refusez ce dont vous n'avez pas besoin : échantillons gratuits, prospectus publicitaires, sacs d'empettes, etc.⁵⁹ Le fait de refuser permet de moins consommer, donc de moins jeter.

Nous verrons, un peu plus loin, comment il est possible de tenir des réunions Afeas plus vertes.

Les bons coups des Afeas en environnement

Au fil des années, les Afeas se sont démarquées par leur engagement et leurs bons coups en environnement. En Estrie, dans la MRC du Val-Saint-François, on a mis en place l'Opération Verre-Vert (OVV) : une action citoyenne contrôlée pour la consignation des contenants de verre. En effet, des conteneurs à verre ont été installés dans les municipalités de cette MRC afin de permettre aux citoyens de mieux recycler le verre, matériau qui se recycle à l'infini. Lorsque le verre est directement placé dans un bac de recyclage, il peut se faire contaminer par les autres produits et contenants. Ce n'est pas le cas dans les conteneurs uniquement conçus pour le recyclage du verre. Les gens de la région se sont habitués à

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES



- Jour de la Terre (22 avril) : planter des cartes ensemencées pendant la semaine de la Terre.
- Grande marche en nature au printemps. Toute la communauté est invitée et il sera possible de laisser des grenades de semences à certains endroits (à côté d'une poubelle, au pied d'un arbre, etc.). Ces grenades seront confectionnées par les membres. Il serait intéressant de prendre des photos pendant la marche, puis d'y retourner afin de constater et d'admirer la croissance des fleurs. (Voir l'annexe à la fin du guide pour des recettes de grenades.)
- Collant « L'Afeas devient durable – Nous faisons notre part pour préserver l'environnement » — sur des tasses réutilisables. Il y aura une version imprimable sur le site Internet de L'Afeas et il sera possible de l'imprimer sur du papier collant, conçu pour cela.

cette initiative et à se déplacer pour rapporter leurs pots de confiture ou bouteilles de vin.

Votre responsabilité (et un objectif à atteindre d'ici les prochaines années) en tant que membre de L'Afeas : Faire des réunions de L'Afeas zéro déchet en apportant des couverts et ustensiles réutilisables et faire affaire avec des traiteurs locaux et zéro déchet.

Voici quelques suggestions :

- Covoiturer pour se rendre aux réunions ou activités Afeas ;
- Partager les bons coups en environnement et nous envoyer les photos pour partager avec les autres membres dans la revue Femmes d'ici et sur le site Internet de L'Afeas ;

- Atelier de fabrication de savons/ transformation de vêtements ;
- Partager des cadeaux du terroir ou écoresponsables ;
- Vendre des produits maison sans emballage ou produits faits au Québec ;
- Faire un souper sans viande ;
- Faire des échanges de recettes végétariennes et végétaliennes.

Campagne de sensibilisation sur le suremballage et le gaspillage alimentaire

- Réfléchir à des alternatives au suremballage et au gaspillage alimentaire pour réduire notre impact au plan individuel, municipal et mondial ;

- Prise d'information à l'épicerie pour connaître la faisabilité de moins emballer ou d'acheter en plus petites quantités ou d'apporter nos propres contenants.

QUE POUVONS-NOUS COMPOSTER ?

MATIÈRES COMPOSTABLES

Résidus alimentaires

- Fruits et légumes
- Viande, os
- Poissons et arêtes, fruits de mer et coquilles
- Céréales, grains, pain, pâtes, farine, pâtisseries et sucreries
- Nourriture pour animaux
- Aliments liquides (en petites quantités seulement)

Résidus de jardins (ne sont pas acceptés partout)

- Feuilles mortes, herbe
- Petites branches
- Fleurs et plantes
- Terre et sable (en petites quantités)

Autres matières organiques

- Filtres et marc de café ou sachets de thé
- Papier et carton souillés par des aliments (boîtes de pizza)
- Serviettes de papier, essuie-tout, mouchoirs
- Cheveux, poils, plumes
- Cendres
- Litière (biodégradable seulement) et excréments d'animaux (ne sont pas acceptés partout)

MATIÈRES NON COMPOSTABLES À NE PAS METTRE DANS LE BAC DE COMPOST

Résidus non compostables

- Soie dentaire, cure-oreilles, lingettes humides, tampons, couches
- Médicaments et déchets biomédicaux
- Résidus de construction
- Contenants et emballages de carton ciré
- Animaux morts
- Briquettes de BBQ
- Styromousse
- Vêtements ou textiles
- Chandelles
- Huiles non végétales
- Peinture
- Pesticide
- Essence
- Piles
- Bois traité ou peint ou teint

Le compostage permet de diminuer la quantité de déchets et les coûts qui y sont associés. Près de la moitié des déchets enfouis pourraient être compostés.

QU'EST-CE QUI VA DANS LE BAC DE RECYCLAGE ?

Fibres

- Journaux, circulaires, revues et magazines, feuilles de papier (même avec agrafe) et enveloppes (même avec fenêtre);
- Boîtes de céréales, d'aliments surgelés, de savon à lessive, de chaussures, etc.;
- Boîtes de carton aplaties, boîtes à pizza (non souillées), tubes et rouleaux de carton, chemises de classement, sacs de papier;
- Annuaire, livres

Verre

- Bouteilles, flacons et pots de toutes formes et de toutes couleurs (avec ou sans étiquette).

Cartons

- Cartons de lait, boîtes à jus et tout autre emballage multicouche rigide ayant contenu des produits liquides, notamment les contenants marqués.

Métal/Aluminium

- Boîtes de conserve, couvercles et bouchons, canettes d'aluminium, assiettes et papier d'aluminium non souillés, objets domestiques de métal (chaudrons, grille-pain, casseroles, etc.)

Plastique rigide

- Bouteilles ayant contenu n'importe quel liquide incluant shampoing et lessive, CD, contenants de yaourt, margarine, graisse, etc., couvercles et bouchons (remettre les bouchons sur les contenants).

Plastique souple

- Sacs d'épicerie et de magasinage, sacs de nettoyage à sec, sacs à pain ou à pâtisserie (sans gras), sacs propres de produits alimentaires, suremballage de sacs de lait, de papier essuie-tout, etc.

COMMENT RÉCUPÉRER LES PLASTIQUES SOUPLES ?

- Placer tous les sacs souples dans un seul sac et vous assurer qu'ils sont propres et vides
- Enlever les coupons de caisse
- Nouer en prévision de la collecte

QUOI ET POURQUOI RINCER ?

- Ne rincer que les contenants souillés pour prévenir la moisissure et les mauvaises odeurs. Il s'agit une question de propreté et d'hygiène, car dans certains centres, les employés trient avec leurs mains.

« Consulter votre municipalité car certains éléments peuvent varier, notamment le recyclage des plastiques 3 et 6. Le triangle no. 6 n'est généralement pas accepté dans les centres de tri. »

VOICI CE QUE VOUS NE DEVEZ PAS DÉPOSER DANS LE BAC DE RECYCLAGE

Métal/aluminium

- Contenants de peinture, solvant, pesticide, aérosol, etc.
- Batteries et piles
- Cintres, fils et broches de métal, pièces de métal de plus de 2 kg ou de longueur supérieure à 60 cm

Verre

- Verre à boire, verre plat (vitre, miroirs, etc.)
- Ampoules et fluorescents
- Pyrex, porcelaine et céramique, vaisselle (pièces entières ou fragments).

Fibres

- Papier/carton souillé, essuie-tout, papier ciré, papier carbone, autocollants, papier peint (tapisserie), papier photographique, sacs de pommes de terre, enveloppes matelassées, objets composés (cartables, etc.), couches.

Plastique rigide

- Tous les contenants ou morceaux de styromousse, contenants de peinture, huile à moteur, etc.
- Tubes et pompes dentifrices
- Produits de caoutchouc (boyaux d'arrosage, bottes, etc.)
- Cordes de nylon, cordes à linge, cordes pour balles de foin, etc.
- Tous produits biomédicaux (seringues, aiguilles, tubulures, etc.)

Plastique souple

- Plastique pour balles de foin, pellicules souillées, sacs de céréales ou de craquelins (cirés), sacs de croustilles (gras), pellicule extensible (emballages alimentaires), bâches (toiles de piscine, auvents, etc.)



Aide-mémoire

Journée nationale des piles et des batteries

Le 18 février est la Journée nationale des piles et des batteries. Pourquoi ne pas en profiter pour rassembler toutes les piles des membres de votre Afeas et les rapporter dans un point de dépôt près de chez vous ?

Journée mondiale du recyclage

Le 18 mars est la Journée mondiale du recyclage. Pourquoi ne pas en profiter pour apporter dans des écocentres tout ce qui se recycle moins facilement (appareils électroniques, électroménagers, vêtements, livres, matelas, pneus, résidus domestiques comme la peinture et le solvant, etc.) Il s'agit d'une excellente façon de se débarrasser de ce qui traîne dans le cabanon ou le sous-sol, à temps pour le ménage de printemps ! Informez-vous des heures d'ouverture de votre écocentre.

Opération Tendre la main

Du 25 novembre au 6 décembre

LE RUBAN BLANC



*Une initiative créée
par l'Afeas...
Rappelons-nous!*



Opération Tendre la main

LE RUBAN BLANC

Chaque année, depuis 1997, l'Afeas lance une campagne de sensibilisation contre la violence faite aux femmes. On appelle cette campagne l'Opération Tendre la main (OTM). Comme vous le savez probablement, plusieurs activités sont organisées afin d'inviter la population québécoise à porter un ruban blanc en forme de «V» inversé. Ce «V» signifie : «Non à la violence!»

Mais d'où vient réellement l'idée des rubans blancs ?

L'OPÉRATION TENDRE LA MAIN

L'Opération Tendre la main est une initiative de l'Afeas qui se tient tous les ans depuis 1997. Elle a lieu pendant les 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes, soit du 25 novembre au 6 décembre. Le 25 novembre correspond à la Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes. Elle a été proclamée par l'ONU en souvenir de l'assassinat politique et sexiste de trois sœurs en République dominicaine. La date du 6 décembre correspond à la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes et, par le fait même, à la date d'anniversaire de l'assassinat de 14 femmes à l'École Polytechnique de Montréal en 1989.⁶⁰ Cet acte terroriste et sexiste

a terriblement ébranlé la population et continue de le faire, même 30 ans plus tard. Chaque année, nous nous commémorons ce tournant tragique de l'histoire du Québec et dans la foulée des 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes, nous nous rappelons l'importance de l'égalité entre les femmes et les hommes.

Cette campagne de 12 jours a comme objectif de montrer que chaque jour des femmes, des enfants et des personnes âgées sont victimes de violence. Elle veut également sensibiliser la population à l'existence de la violence sous diverses formes (psychologique, verbale, économique ou sexuelle) et aux multiples conséquences qu'elle peut entraîner. La campagne veut faire connaître les ressources d'aide aux victimes et aux

personnes violentes et développer un réseau de solidarité et de paix dans les communautés.

Ces 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes sont symbolisés par le ruban blanc.

C'est ainsi que depuis 1997, les membres des Afeas locales sont invitées à dresser un sapin ou un arbre de paix pendant le temps des Fêtes et à le décorer avec des rubans blancs. Elles peuvent également mettre des ornements où est inscrit le nom des ressources du milieu contre la violence (des ressources pour les victimes et également pour les violents).

LE RUBAN BLANC

Saviez-vous que l'idée des rubans blancs venait de l'initiative d'une Afeas locale ?

« On entend souvent parler de violence. Pourtant, c'est la première fois, que je vois une action simple et utile pour aider autant les victimes que les personnes violentes ».

- Commentaire entendu à Saint-Jérôme

où un arbre avait été dressé au centre-ville, devant la caisse populaire.



En 1995, lors d'une table de concertation du Réseau des Femmes des Laurentides, l'idée du ruban blanc fait une petite apparition via une représentante de la maison d'hébergement La Citad'Elle. Elle attire l'attention de l'Afeas de Saint-Jérôme. À la réunion mensuelle de l'Afeas qui suit, les femmes fabriquent et distribuent des rubans blancs en forme de «V» inversé. La lettre «V» fait référence au mot «violence» et en la plaçant à l'envers, on dit «Non à la violence!» La réponse des autres membres est très bonne. Les femmes reconnaissent en ce ruban un geste concret pour dénoncer la violence faite aux femmes.

Le ruban a été porté pour la première fois en février 1996, après le meurtre violent d'une femme de 52 ans de Bellefeuille (ville voisine de Saint-Jérôme). Les membres de l'Afeas de Saint-Jérôme s'étaient présentées sur le parvis de l'église lors des funérailles pour distribuer gratuite-

L'Afeas sur la place publique

La décoration des arbres de paix est une excellente façon pour l'Afeas de se faire connaître par le biais d'une action concrète et utile. N'hésitez pas à inscrire sur un des rubans qu'il s'agit d'une initiative de l'Afeas, depuis 1997!



Saviez-vous que le ruban blanc venait de l'initiative d'une Afeas locale?

ment des rubans blancs et des feuillets explicatifs. La population avait été grandement touchée par ce geste de solidarité.

Le ruban blanc peut se porter à trois occasions :

1. Chaque fois qu'une femme meurt de façon violente (violence conjugale ou agression sexuelle);
2. La semaine du 3e vendredi de septembre: journée de solidarité contre la violence faite aux femmes;
3. Pendant les 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes, du 25 novembre au 6 décembre.

Depuis, les rubans sont commandés chaque année par le Conseil du statut de la femme, le comité de la condition féminine de la FSSS, le Secrétariat à la condition féminine (remettent des rubans à tous les députés), la STT CSN, la CSN, la CNEEST, quelques maisons d'hébergement en milieu de violence conjugale, le syndicat des employés de l'Université de Montréal et de Énergir, quelques cégeps, le ministère de la Sécurité publique et les arrondissements de la ville de Montréal.

Ce geste, devenu provincial, a fait un grand bout de chemin depuis 1996, n'est-ce pas? Nous pouvons en être fières!

LA VIOLENCE FAITE AUX FEMMES

Nous dénonçons de plus en plus, à travers le monde, les violences faites aux femmes. Le mot «féminicide» s'est imposé dans le débat public. Ce terme est utilisé pour décrire l'acte de violence ultime envers une femme: le meurtre.

En 2018, 63 femmes ont été tuées au Canada parce qu'elles étaient des femmes. Voici un tableau représentant le nombre de féminicides au Canada dans les dernières années⁶¹.

2008	65
2009	70
2010	63
2011	81
2012	71
2013	59
2014	72
2015	72
2016	62
2017	67
2018	63

L'Afeas sur la place publique

- Porter et distribuer le ruban blanc.
- Napperon sur l'historique du ruban blanc à distribuer dans les cafétérias et commerces.

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES



- Écoute du film Polytechnique de Denis Villeneuve
- Conférence d'une responsable d'un réseau d'aide aux femmes qui subissent de la violence conjugale

Le plus grand ratio de féminicides au Canada se trouve dans les territoires du Nord (42 par million d'habitants, principalement des femmes autochtones.) Le ratio le plus faible se trouve au Québec [1 par million d'habitants].

Chaque heure, 10 femmes sont tuées à travers le monde, la majorité par leur partenaire ou un membre de la famille.⁶²

N'oubliez pas de compiler vos activités dans le bilan trimestriel pour les Afeas locales et mensuel pour les Afeas régionales.

L'Afeas sur la place publique

En Alberta, Saskatchewan et Terre-Neuve, on a adopté la loi de Clare qui permet aux femmes de s'informer sur les antécédents judiciaires de l'homme qu'elles fréquentent. Elles peuvent ainsi savoir si la violence a déjà été répertoriée à leur fiche criminelle, ce qui constitue un indice non négligeable de leur potentiel d'agressivité.

La meilleure solution restera toujours la prévention de la violence. Il faut revoir la façon d'éduquer les petits garçons en ne mettant pas de l'avant de manière exacerbée leur virilité ou en leur faisant croire que les femmes sont inférieures. Le machisme n'a plus sa place dans la société, qu'on se le tienne pour dit!

« Le violeur, c'est toi ! »

Est un hymne inventé par des Chiliennes pour que cessent la honte et la peur. Il a fait le tour du monde et est chanté dans plusieurs langues. On peut également entendre ces paroles: « Et ce n'était pas ma faute, ni où j'étais ni ce que je portais. » On dénonce les violences faites aux femmes, simplement parce qu'elles sont des femmes.

Au Mexique, la situation est particulièrement alarmante. Une femme est violée toutes les 18 secondes et neuf femmes sont assassinées chaque jour.⁶³

En Espagne, on a réussi à faire diminuer le nombre de féminicides, grâce à la mise sur pied de tribunaux spécialisés où tous les juges sont formés pour les cas de violence conjugale. Une loi a été adoptée en 2004 par le parlement espagnol: la loi de protection intégrale contre les violences de genre.⁶⁴ Des policiers assignés, appelé « policiers protecteurs » veillent sur les femmes victimes de violence. La protection peut être 24 heures par jour si la victime est fortement à risque de subir des actes de violence. De plus, la loi espagnole permet aux policiers, voisins ou médecins de porter plainte au nom d'une victime qui elle, refusera de le faire. Lorsqu'un signalement est fait, les tribunaux agissent en 72 heures. Un beau modèle à suivre pour les autres pays du globe et ici, au Québec, où le système de justice n'a pas été pensé pour les femmes victimes de violence dans le couple.

Journée internationale des droits des femmes

Le 8 mars

**L'AVANCÉE
DES DROITS
DES FEMMES
AU QUÉBEC
ET À TRAVERS
LE MONDE**



Journée internationale des droits des femmes

L'AVANCÉE DES DROITS DES FEMMES AU QUÉBEC ET À TRAVERS LE MONDE

La journée du 8 mars sera toujours importante pour nous, car elle est le reflet de tout ce qui a été accompli pour tenter de rétablir l'équité entre les genres. C'est d'ailleurs pour cette raison que nous la célébrons encore : cette journée permet à tous de faire un bilan sur la situation des femmes à travers le monde. On célèbre les victoires et les acquis en matière de droits des femmes. Il s'agit également d'une bonne occasion pour les femmes de faire entendre leurs revendications pour améliorer leurs conditions et leurs situations.⁶⁵

De grands combats sont encore à prévoir, car les femmes sont encore peu représentées dans les instances politiques et gouvernementales et sont encore moins payées que les hommes. Cette section du guide permettra de détailler les avancées des droits des femmes au Québec et partout à travers le monde.

Selon l'ONU, l'amélioration des droits des femmes permettra de combattre la pauvreté, la violence, la discrimination et même le réchauffement climatique. Intéressant!

«Ce n'est qu'en garantissant les droits des femmes et des filles dans l'ensemble des objectifs que nous parviendrons à assurer la justice et l'inclusion, à développer des écono-

mies qui bénéficient à toutes et tous.»
- (ONU Femmes, 2018)

À l'échelle mondiale, les hommes et les femmes se rapprochent de la parité en matière d'éducation et de santé. Cependant, en termes de salaires, les femmes continuent de gagner un peu moins de la moitié du salaire reçu par les hommes, malgré de plus longues heures de travail (rémunérées ou non).

«Ce n'est qu'en garantissant les droits des femmes et des filles dans l'ensemble des objectifs que nous parviendrons à assurer la justice et l'inclusion, à développer des économies qui bénéficient à toutes et tous.»

- ONU FEMMES 2018

TOUR DU MONDE SUR LES DROITS DES FEMMES

Les femmes ne se voient accorder que les trois quarts des droits reconnus aux hommes⁶⁶

- 15 millions de filles ne pourront aller à l'école comparativement à 10 millions de garçons.
- 330 millions de femmes et de filles ont moins de 1,90\$/jour pour vivre (4,4 millions de plus que les hommes).
- Le mariage précoce prive de leur enfance, tous les ans, 15 millions de filles de moins de 18 ans.
- 49 pays (1 million de femmes) n'ont pas de lois protégeant les femmes contre la violence conjugale.
- 58 pays autorisent l'avortement sans condition.
- Les femmes accomplissent la plus grande partie du travail non rémunéré (garde des enfants, nettoyage, préparation des repas, travaux agricoles)⁶⁷. En fait, 75% de l'ensemble du travail non ré-

munéré serait fait par des femmes.

- 830 femmes meurent tous les jours en raison de l'accouchement ou de la grossesse.

Une avancée pour les droits des femmes

Les droits des femmes se classent selon 8 critères⁶⁸:

1. Liberté de se déplacer
2. Liberté d'obtenir un emploi
3. Rémunération
4. Possibilité de se marier
5. Possibilité d'avoir des enfants
6. Possibilité de diriger une entreprise
7. Possibilité de gérer des actifs
8. Possibilité d'obtenir une retraite

Les pays qui sont les mieux classés sont six pays européens : la France, la Belgique, le Danemark, le Luxembourg, la Suède et la Lettonie. On reconnaît, dans ces pays, les mêmes droits aux hommes et aux femmes dans chacun des domaines

Saviez-vous que ...

La première journée nationale des femmes a eu lieu le 28 février 1909 aux États-Unis, suite à une déclaration du parti socialiste américain?

analysés.⁶⁹ Leur score est à 100 points. Au niveau mondial, le score affiché en 2019 était à 74,71, ce qui représente une hausse de 5 points par rapport au score de 2008. Cette hausse est lente, mais quand même présente.



ment, la défense des immigrantes et des communautés LGBTQ.

Le Nicaragua

Les femmes et les hommes se mobilisent pour le droit à l'avortement afin que les jeunes femmes ne se fassent pas avorter illégalement dans des conditions de salubrité douteuses.

Le Proche et Moyen-Orient

Les pays du Proche et du Moyen-Orient sont les moins bien classés en matière d'avancée des droits des femmes: l'Arabie saoudite (note de 25), l'Iran (31) ou le Qatar (32).

Il est cependant à noter qu'en Arabie Saoudite, les femmes peuvent maintenant conduire et peuvent voter depuis 2015. Au Liban, en Tunisie ou en Jordanie, les lois qui autorisaient un violeur à marier sa victime pour réparer son crime ont été abolies en 2017.⁷³

La Pologne

Grand recul des droits des femmes depuis que le parti ultraconservateur Droits et Justice a remporté les élections en 2015. Le gouvernement ne soutient plus les associations qui viennent en aide aux femmes violentées, prétextant qu'elles étaient discriminatoires, car elles n'aidaient que les femmes. L'avortement n'est autorisé qu'en cas de viol ou d'inceste, ou encore si le fœtus a une malformation grave ou lorsque la femme est en danger. De plus, le gouvernement rend difficile l'accès à la pilule du lendemain. On veut que la femme

regagne le foyer et qu'elle retrouve ses tâches « traditionnelles ». On veut interdire les fécondations in vitro et on parle d'interdire le droit à la pilule contraceptive.⁷⁴

Le Rwanda

Le Rwanda se démarque de plus en plus, en raison d'une forte participation des femmes en politique. En fait, 64% des élus au Parlement rwandais sont des femmes, ce qui représente l'un des taux les plus élevés au monde.⁷⁵ De plus, 88% d'entre elles sont actives sur le marché du travail.

Le rapport de leur salaire est même meilleur qu'ici!

L'Asie

En Asie, depuis 15 ans, l'avortement sélectif qui consiste à se faire avorter en fonction du sexe de l'enfant, entre autres, est maintenant illégal. En effet, les naissances de petites filles sont considérées comme moins avantageuses (et surtout plus onéreuses) pour les familles. Les femmes procédaient donc souvent à des avortements lorsqu'elles attendaient une fille. Mais comme ces pratiques ont

La France

Selon l'Insee (Institut national de la statistique et des études économiques), les écarts de salaires entre les hommes et les femmes diminuent très vite (sauf pour les hauts revenus), passant, en 2013, sous la barre des 10%.⁷⁰

Le congé parental a été réformé pour raccourcir la durée d'éloignement des mères du travail et favoriser l'implication des pères. Une partie du congé parental est désormais réservée au second parent (6 mois pour la première naissance et 12 pour les suivantes). Le père peut également s'absenter du travail, tout en étant payé, pour accompagner sa conjointe aux échographies.

Un plan entrepreneurial a été mis en place afin d'encourager et d'aider les femmes à se lancer en affaires.

Les pays scandinaves

L'Islande, la Finlande, la Norvège et la Suède se démarquent par leur haut indice d'égalité hommes-femmes. Le succès de ces pays s'explique en raison du grand nombre de femmes sur le marché du travail et que cela exige un excellent système de services de garde.⁷¹

Le Québec et le Canada

À Gatineau, ville québécoise, un homme gagne 1,13 \$ pour chaque dollar gagné par une femme. Ce rapport, à l'échelle du pays, est à 1,52 \$. Les villes où l'économie est basée sur des domaines « masculins »

sont classées parmi les moins égalitaires pour les femmes (Edmonton, Calgary, Oshawa et Windsor).

Les femmes sont de plus en plus nombreuses au Québec à siéger au sein des conseils d'administration de l'ensemble des sociétés d'État. Le taux de représentation est passé de 27% en 2005 à 55,6% en 2018.

Le gouvernement du Québec continue de déployer des mesures prévues à la Stratégie gouvernementale pour l'égalité entre les femmes et les hommes vers 2021 (Stratégie Égalité), dont les objectifs sont les suivants :

- réduire les inégalités persistantes et préoccupantes ;
- agir en ayant la préoccupation de considérer l'ensemble des femmes,

notamment les aînées, les femmes handicapées et celles issues des communautés ethnoculturelles ou LGBTQ ;

- mobiliser les femmes et les hommes pour qu'ils fassent progresser ensemble l'égalité de fait, et ce, dans tous les milieux et dans toutes les régions.⁷²

Les États-Unis

Depuis que Donald Trump est au pouvoir, on dénote un recul au niveau des droits des femmes. Pensons, entre autres, à la coupure du financement aux organismes pratiquant des avortements. Les femmes se mobilisent chaque année à Washington, depuis l'élection du président, en faisant une marche « anti-Trump ». Elles réclament le droit à l'avorte-

MENTION PARTICULIÈRE

Il est impossible de passer sous silence le Prix PDF Québec 2019 (Pour les droits des femmes du Québec) qui a été remis à Madame Michèle Audette. Cette femme, née d'une mère innue et d'un père québécois, a bien connu la discrimination. Cependant, elle a su tirer parti de ses deux cultures en favorisant les échanges et le maillage entre celles-ci.

Ce prix souligne son travail exceptionnel pour lutter contre les injustices que subissent les femmes autochtones de façon systémique. Il existe bel et bien un racisme systémique et les milliers de cas non résolus des femmes et des filles autochtones tuées ou disparues le prouvent.

duré longtemps, le mal est fait. On compte 120 garçons pour 100 filles, alors qu'ailleurs dans le monde, la moyenne est de 105 filles pour 100 garçons.⁷⁶

Le domaine où les petites filles gagnent le plus de terrain en terme d'égalité est l'éducation. En Indonésie et au Bangladesh, un très haut pourcentage des petites filles vont à l'école primaire (98% au Bangladesh).⁷⁷ En Chine et en Mongolie, le taux de scolarisation des filles dépasse celui des garçons.

La Thaïlande détient le record mondial de pourcentage de femmes à la tête d'entreprises.

L'Asie du Sud aurait la plus grande progression des droits des femmes, malgré un indice qui est quand même faible (58,36 contre 50 il y a 10 ans).⁷⁸

LE MILITANTISME NUMÉRIQUE

Le 21e siècle se caractérise par un essor du militantisme numérique au niveau mondial. De plus en plus, les femmes réclament leurs droits haut et fort grâce aux réseaux sociaux. On retrouve les hashtags : #MeToo, #BalanceTonPorc, #EverydaySexism, pour dénoncer les violences faites aux femmes et aux filles et pour la lutte contre l'inégalité des sexes.

En Côte d'Ivoire, une jeune journaliste féministe a lancé l'hashtag : #unevraiefemmeafricaine qui dénonce les stéréotypes associés aux femmes africaines, avec une touche d'ironie. Par exemple : une vraie femme africaine fait un massage à son mari, car celui-ci a mal partout à force de la tabasser. Une vraie femme africaine n'accepte pas la périderale lors de l'accouchement, car une vraie femme est capable et doit souffrir. Une vraie femme africaine doit savoir mettre de côté ses projets et éduquer ses enfants à temps plein. Elle dénonce ces situations qui meublent le quotidien des femmes africaines. Et elle veut démontrer que, par-dessus tout, le féminisme « n'ampute pas l'africanité. »⁷⁹

Tant que les hommes et les femmes ne seront pas égaux, il y aura de la place pour le féminisme !

ACTIVITÉS SUGGÉRÉES



- Échanges avec des organisations ou regroupements de femmes immigrantes, par exemple le Rafiq ou le Collectif des femmes immigrantes du Québec, ou un autre groupe de votre localité.
- Jeu questionnaire sur les droits des femmes à publiciser dans votre communauté.

LEXIQUE

ACRONYME	DÉFINITION
Afeas	Association féminine d'éducation et d'action sociale
JIDT	Journée internationale des droit des femmes Célébrée le 8 mars
JTI	Journée du travail invisible L'Afeas a fait la demande aux gouvernements provincial et fédéral de décréter le premier mardi d'avril comme la Journée nationale du travail invisible.
OTM	Opération Tendre la main Représentée par le port du ruban blanc pendant les 12 jours de violence faite aux femmes : 25 novembre au 6 décembre
PR	Projet rassembleur Pour 2020-2022, le projet rassembleur est : l'Afeas devient durable.
TI	Travail invisible La charge mentale

Annexe

BOMBES À GRAINES

Aussi appelées grenades de semences, destinées à revégétaliser les espaces abandonnés urbains ou ruraux.

Apprenons comment fabriquer ces bombes pour voir pousser des fleurs et des fruits entre les pavés ou ailleurs ! Elles peuvent être réalisées avec n'importe quel type de fleurs ou de plantes. Les graines les plus résistantes sont, bien sûr, celles qui auront le plus de chances de pousser dans notre région respective.

Profitez de l'été pour récolter les graines dans notre jardin ou demandons à nos voisins. Nous pouvons également acheter les semences en jardinerie, bio de préférence ; n'oublions pas que nos abeilles les butineront.

Il existe des mélanges tout prêts de fleurs de prairie, qui vont égayer la ville et surtout, faire le bonheur des papillons et des abeilles.

Repérons des lieux où la végétation est laissée à l'abandon et où il n'y a ni fleur ni fruit. Lançons-les sur un terrain vague, un coin de parc, un toit d'immeuble (plat), une plate-bande, bordure d'immeuble ou au pied d'un arbre.

On peut trouver également certaines recettes de bombes « molles » à glisser dans les interstices des murs et des trottoirs.

Ensemble, faisons la guerre aux endroits abandonnés avec des bombes de semences de fleurs.



Le lancer de bombes à graines est un véritable mouvement activiste qui vise à se réapproprié les espaces non entretenus et les végétaliser. Apparu aux États-Unis en 1973, le mouvement comprend des milliers d'adeptes dans le monde. Au-delà des bombes de graines, certains jardiniers réalisent des potagers dans des espaces urbains délaissés, font pousser des « incroyables comestibles » sur les plates-bandes et réalisent de l'art urbain avec de la mousse.

SITES INTERNET RECOMMANDÉS
[mjar#diner juin 2017 mjadiner.com/2017/06/creer-bombe-de-fleurs/](https://mjar.dinerjuin2017.com/2017/06/creer-bombe-de-fleurs/)

www.journaldemontreal.com/2013/08/08/des-grenades-de-semences

www.cca.qc.ca/fr/articles/issues/19/notre-client-la-planete/33730/comment-faire-des-bombes-de-semences

Comment faire DES BOMBES À GRAINES

Ingrédients :

- 4 cuillères à soupe d'argile, moins si en poudre (certains recommandent plus)
- 4 cuillères à soupe de terreau
- Eau (en mettre progressivement selon le choix d'argile en poudre ou en pain)
- Graines +/- ¼ c thé ou une dizaine : 1 part d'engrais verts + 1 part de semences fleurs sauvages ou vivaces + 1 part de semences fleurs annuelles ou fruits (tomates, concombres, maïs).

Préparation :

- **Étape 1** Versez l'argile et le terreau dans un saladier, puis ajoutez l'eau progressivement. Malaxez à la main jusqu'à l'obtention d'une pâte consistante pas trop détrempée.
- **Étape 2** Formez de petites boules, grosseur balles de golf, à l'aide de vos mains. Avec le pouce, faire un creux jusqu'au centre.
- **Étape 3** Ajoutez votre choix de semences par boule, pour être certaine que la bombe prendra. À ce moment, on peut laisser sécher la bombe et la garder dans un endroit sec pour l'utiliser au printemps.
- **Étape 4** Jour J - Déposez-la dans un espace adéquat.

QUELLES GRAINES CHOISIR POUR CONFECTIONNER UNE BOMBE ?

Pour ce qui est des graines à sélectionner, renseignez-vous bien auprès de votre jardinerie avant de faire votre choix. Il est important d'utiliser des espèces efficaces dans le genre

de milieux urbains. Nos choix seront différents selon la région.

Nous devrions utiliser :

1/3 de la composition de semences par de l'engrais vert, telles que : des graines de luzernes, de moutarde, de pois, d'avoines, d'orge et même

de trèfles. Ce qui permet « d'assainir les sols, de contribuer à la fixation de l'azote, de fournir un habitat à une grande variété d'insectes et de micro-organismes ».

www.ledevoir.com/opinion/chroniques/480184/les-engrais-verts-un-plus

www.mapaq.gouv.qc.ca/fr/Regions/chaudiereappalaches/journalvisionagricole/autresarticles/agriculture/Pages/engraivert.aspx

1/3 à 2/3 des semences à sélectionner selon votre environnement, des exemples :

- pour des espaces laissés sans entretien, je propose les mauves. On découvre des bosquets de bouquets naturels. Elles sont bisannuelles et leurs semences se resèment en tombant par terre ou au vent.

<https://www.lapresse.ca/maison/cour-et-jardin/jardiner/200907/24/01-886900-mauve-ou-lavatera.php>

- pour les bords d'immeubles, mettez la main sur les semences de roses trémières. Elles montent en hauteur et apprécient les murs face au sud, pour la chaleur. Comme les mauves, elles se resèment.

- pour un espace près d'un parc, vous pourriez utiliser des semences de concombres avec des tournesols. Les plants de concombre s'accrocheront au tournesol. Ici, vous devriez peut-être lancer la bombe de tournesol 1 à 2 semaines avant celle qui contient les concombres.

Soyons des graffiteuses horticoles et développons nos recettes. Nous pourrions y aller simplement avec des bombes de graines de tournesol. Notons les lieux où seront lancées nos bombes et, ensemble, suivons la progression.

RÉFÉRENCES

¹ Équiterre (2010). [En ligne] « L'action de l'homme, au cœur du réchauffement climatique » <https://equiterre.org/fiche/laction-de-lhomme-au-coeur-du-rechauffement-climatique>. Consulté le 24 février 2020.

² Gouvernement du Canada (2019). [En ligne] « Causes des changements climatiques » <https://www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/changes-climatiques/causes.html>. Consulté le 24 février 2020.

³ Développement et paix (2016). [En ligne] « L'agriculture paysanne au cœur de la justice climatique » <https://www.devp.org/sites/www.devp.org/files/documents/materials/small-fam-farmers-complete-fr-web.pdf> p.5. Consulté le 25 février 2020.

⁴ Gouvernement du Canada (2019). [En ligne] « Causes des changements climatiques » <https://www.canada.ca/fr/environnement-changement-climatique/services/changes-climatiques/causes.html>. Consulté le 24 février 2020.

⁵ SANS NOM (2017). « Déforestation : les forêts émettent plus de CO₂ qu'elles n'en absorbent » dans Sciences avenir. 30 septembre, 11 h 28. [En ligne] https://www.sciencesetavenir.fr/nature-environnement/deforestation-les-forets-emettent-plus-de-co2-qu-elles-n-en-absorbent_116938. Consulté le 25 février 2020.

⁶ SANS NOM (2018). « Acidification et réchauffement des océans : des dangers qui se démultiplient » dans Réseau action climat. 12 mai. [En ligne] <https://reseuactionclimat.org/acidification-rechauffement-ocean-dangers-demultiplie/>. Consulté le 24 février 2020.

⁷ AGENCE FRANCE-PRESSE (2018). « Les gaz à effet de serre dus aux rizières probablement très sous-estimés » dans Radio-Canada. 10 septembre. [En ligne] <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1122996/riziere-gaz-effet-serre-etude>. Consulté le 25 février 2020.

⁸ SANS NOM (2015). « Les 15 conséquences du réchauffement climatique » dans Les affaires. 17 novembre. [En ligne] <https://www.lesaffaires.com/secteurs-d-activite/general/les-15-consequences-du-rechauffement-climatique/583372>. Consulté le 25 février 2020.

⁹ LABRECQUE A. (2018). « Hausse du niveau des mers : 2 mètres d'ici 2100 » dans Québec Science. 7 juin. [En ligne] <https://www.quebecscience.qc.ca/environnement/hausse-du-niveau-des-mers-2-metres-d-ici-2100/>. Consulté le 26 février 2020.

¹⁰ SANS NOM (2015). « Les 15 conséquences du réchauffement climatique » dans Les affaires. 17 novembre. [En ligne] <https://www.lesaffaires.com/secteurs-d-activite/general/les-15-consequences-du-rechauffement-climatique/583372>. Consulté le 25 février 2020.

¹¹ Rapport spécial du GIEC 2019 sur les conséquences d'un réchauffement planétaire de 1,5 °C https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/sites/2/2019/09/IPCC-Special-Report-1.5-SPM_fr.pdf

¹² Rapport spécial du GIEC 2019 sur les conséquences d'un réchauffement planétaire de 1,5 °C

¹³ MARCEAU G. & SAUVAJON L. (s.d.). « Les abeilles à miel en danger » dans La semaine verte. [En ligne] <https://ici.radio-canada.ca/nouvelles/special/2015/02/abeilles/>. Consulté le 26 février 2020.

¹⁴ SANS NOM (2015). « Les 15 conséquences du réchauffement climatique » dans Les affaires. 17 novembre. [En ligne] <https://www.lesaffaires.com/secteurs-d-activite/general/les-15-consequences-du-rechauffement-climatique/583372>. Consulté le 25 février 2020.

¹⁵ SANS NOM (2017). « Réchauffement climatique. Les lézards aussi en souffrent » dans Ouest-France. 10 mai, 15 h 30. [En ligne] <https://www.ouest-france.fr/environnement/climat/rechauffement-climatique-les-lezards-aussi-en-souffrent-4980849>. Consulté le 27 février 2020.

¹⁶ COLOGNON M. (2018). « Coraux : impact du réchauffement climatique sur les récifs » dans Futura Planète. 27 avril. [En ligne]. <https://www.futura-sciences.com/planete/dossiers/environnement-coraux-face-rechauffement-climatique-2479/page/6/>. Consulté le 26 février 2020.

¹⁷ DELL'AMORE. C. (s.d.). « 7 espèces affectées par le changement climatique dont une déjà disparue » dans National Geographic. [En ligne] <https://www.national-geographic.fr/environnement/7-especes-affectees-par-le-changement-climatique-dont-une-deja-disparue>. Consulté le 27 février 2020.

¹⁸ SANS NOM (s.d.). « 10 solutions pour lutter contre le changement climatique » dans BNP Paribas. [En ligne] <https://www.bnpparibas-am.com/fr/10-solutions-pour-lutter-contre-le-changement-climatique/>. Consulté le 28 février 2020.

¹⁹ DÉVELOPPEMENT ET PAIX, CHAUD DEVANT (2015). « Impacts des changements climatiques dans les pays du sud et recommandations pour une action du Canada », rapport officiel PDF. [En ligne] https://www.devp.org/files/documents/materials/rapport_chaud_devant.pdf. Consulté le 10 mars 2020.

²⁰ COMITÉ QUÉBÉCOIS FEMMES ET DÉVELOPPEMENT (s.d.). « Femmes et changement climatiques », fiche synthèse PDF. [En ligne] [file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20(1).pdf). Consulté le 10 mars 2020.

²¹ COMITÉ QUÉBÉCOIS FEMMES ET DÉVELOPPEMENT (s.d.). « Femmes et changement climatiques », fiche synthèse PDF. [En ligne] [file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20(1).pdf). Consulté le 10 mars 2020.

²² GRIS ROY, C. (2020). « La pollution semble baisser avec la COVID-19 : est-ce une bonne nouvelle ? » dans Radio-Canada. 13 mars. [En ligne] <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1662778/impact-pollution-air-coronavirus-chine-co2-carbon-brief-nasa>. Consulté le 30 mars 2020.

²³ CHALOUX, A. (2020). « Climat, l'état peut agir et nos comportements peuvent changer » dans La Presse +. 19 avril. [En ligne] https://plus.lapresse.ca/screens/e578566b-018e-42f5-8642-a39b2d11e82d__7C__0.html?utm_medium=Facebook&utm_campaign=Internal+Share&utm_content=Screen&fbclid=IwAR3fv3Cv_CQf81Xcj5TDfyj39xij4G5Jwff_47ZzsooBOmMx-ZNgb-uQTkw. Consulté le 20 avril 2020.

²⁴ Israël J. (2013). « La pollution des villes rend les bébés malades » dans Spirale 4 (68), 45-51. [En ligne] <https://www.cairn.info/revue-spirale-2013-4-page-45.htm>. Consulté le 12 mars 2020.

²⁵ Israël J. (2013). « La pollution des villes rend les bébés malades » dans Spirale 4 (68), 45-51. [En ligne] <https://www.cairn.info/revue-spirale-2013-4-page-45.htm>. Consulté le 12 mars 2020.

²⁶ SAINT-LAURENT, A. (1997). Tout faire soi-même dans la maison : des centaines de façons de créer des choses utiles. Canada : Reader's digest.

RÉFÉRENCES (SUITE)

²⁷ GAUVREAU, C. (2019). « Êtes-vous éco-anxieux ? » dans Actualités UQAM. 4 novembre, 10 h 58. [En ligne] <https://www.actualites.uqam.ca/2019/etes-vous-eco-anxieux>. Consulté le 15 mars 2020.

²⁸ TOUSSAINT, J.-P. (2019). « Êtes-vous "écoanxieux" ? » dans Québec Science. 16 mai. [En ligne] <https://www.quebecscience.qc.ca/anthropocene/etes-vous-ecoanxieux/>. Consulté le 15 mars 2020.

²⁹ FERAFF, M. (2019). « Écoféminisme : les femmes à la défense de l'environnement ». 2 octobre, 6 h 30. [En ligne] <https://www.lapresse.ca/societe/201910/01/01-5243658-ecofeminisme-les-femmes-a-la-defense-de-lenvironnement.php>. Consulté le 15 mars 2020.

³⁰ Reportage de Jacaudrey Charbonneau à Radio-Canada <https://ici.radio-canada.ca/info/videos/media-8048622/ecoanxiete-quand-sort-planete-vous-angoisse>

³¹ SIAG, J. (2019). « On fait tous partie de la solution » dans La Presse +. 7 novembre. [En ligne] https://plus.lapresse.ca/screens/47a951d4-cc40-4e4a-8191-72f2f9493a08__7C__0.html. Consulté le 15 mars 2020.

³² FERAFF, M. (2019). « Écoféminisme : les femmes à la défense de l'environnement ». 2 octobre, 6 h 30. [En ligne] <https://www.lapresse.ca/societe/201910/01/01-5243658-ecofeminisme-les-femmes-a-la-defense-de-lenvironnement.php>. Consulté le 15 mars 2020.

³³ FABRIÈS, C. (2019). « Les femmes toujours sous-représentées en politique et dans les postes de présidente » dans Le Soleil. 11 mars, 4 h. [En ligne] <https://www.lesoleil.com/actualite/les-femmes-toujours-sous-representees-en-politique-et-dans-les-postes-de-presidente-8bafb39d71a126ce2a4af42f7f834478>. Consulté le 20 mars 2020.

³⁴ ROCHETTE, A., GRAMME S. & LAVIGNE LEBUIS, F. (s.d.) « L'intégration du genre dans la lutte aux changements climatiques au Québec ». Recherche réalisée en partenariat avec le Réseau des femmes en environnement dans le cadre du Protocole UQAM/Relais-femmes, Service aux collectivités. Université du Québec à Montréal. [En ligne] <http://www.mediaterre.org/docactu,Sm9lbGxlX-1BhbG1pZXJpL2RvY3MvcmFwcG9ydC1maW5hbDlyZXZ-pc2U=,13.pdf>. Consulté le 20 mars 2020.

³⁵ Nations Unies. Convention-cadre sur les changements climatiques- PDF. [En ligne] <https://unfccc.int/resource/docs/2010/cop16/fre/07a01f.pdf>. Consulté le 20 mars 2020.

³⁶ GUILLETTE, M. (2018). « Le savoir autochtone peut-il protéger l'environnement ? » dans Québec Science. 15 novembre. [En ligne] <https://www.quebecscience.qc.ca/sciences/savoir-autochtone-protoger-environnement/>. Consulté le 22 mars 2020.

³⁷ BASILE, S. (2018). « La relation des femmes autochtones au territoire » dans Acfas Magazine. 19 novembre. [En ligne] <https://www.acfas.ca/publications/magazine/2018/11/relation-femmes-autochtones-au-territoire>. Consulté le 17 avril 2020.

³⁸ Ibid. 36

³⁹ Ibid. 36

⁴⁰ Ibid. 36

⁴¹ Wikipédia (2020). [En ligne] https://fr.wikipedia.org/wiki/Blocus_autochtone_anti-gazoduc_de_2020_au_Canada. Consulté le 17 avril 2020.

⁴² GANDON, A.-L. (2009). « L'écoféminisme : une pensée féministe de la nature et de la société » dans Recherches féministes 22(1), 5-25. [En ligne] <https://www.erudit.org/fr/revues/rf/2009-v22-n1-rf3334/037793ar/>. Consulté le 22 mars 2020.

⁴³ EAUBONNE, F. D'(1978). Écologie/féminisme. Révolution ou mutation ? Paris : Éditions ATP.

⁴⁴ COMITÉ QUÉBÉCOIS FEMMES ET DÉVELOPPEMENT (s.d.). « Femmes et changement climatiques », fiche synthèse PDF. [En ligne] [file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20(1).pdf). Consulté le 22 mars 2020.

⁴⁵ ADLER, S., BELL, B. & AL. (s.d.) « Entretiens-portraits avec femmes promotrices de l'agroécologie » dans Innovation environnement développement Afrique. [En ligne] <http://www.iedafrique.org/Entretiens-portraits-avec-femmes.html>. Consulté le 22 mars 2020.

⁴⁶ Ibid. source 37

⁴⁷ COMITÉ QUÉBÉCOIS FEMMES ET DÉVELOPPEMENT (s.d.). « Femmes et changement climatiques », fiche synthèse PDF. [En ligne] [file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Utilisateur/Downloads/fiche_technique_femmes_et_changements_climatiques_vf%20(1).pdf). Consulté le 22 mars 2020.

⁴⁸ COUTURIER, F. (2017). « La révolution des fleurs » dans La Presse. 6 juin, 9 h 44. [En ligne] <https://www.lapresse.ca/maison/cour-et-jardin/jardiner/201706/06/01-5104779-la-revolution-des-fleurs.php>. Consulté le 22 février 2020.

⁴⁹ Wikipédia (2020). [En ligne] https://fr.wikipedia.org/wiki/Greta_Thunberg. Consulté le 25 mars 2020.

⁵⁰ LACHAPPELLE, J. (2019). « Le monde de Greta » dans La Presse. 25 septembre, 8 h 38. [En ligne] <https://www.lapresse.ca/actualites/environnement/201909/24/01-5242680-le-monde-de-greta.php>. Consulté le 25 mars 2020.

⁵¹ <https://start.lesechos.fr/societe/egalite-diversite/la-charge-mentale-ce-concept-que-nos-mecs-devraient-integrer-1177464>

⁵² BD tirée de <https://start.lesechos.fr/societe/egalite-diversite/la-charge-mentale-ce-concept-que-nos-mecs-devraient-integrer-1177464> - Emma (2018). Un autre regard T.2 : Fallait demander. Paris : Florent Massot.

⁵³ <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1281050>

⁵⁴ Déclaration de Mme Phumzile Mlambo Ngcuka, sous-secrétaire des Nations Unies et Directrice exécutive d'ONU Femmes (2020). 20 mars. [En ligne] <https://www.unwomen.org/fr/news/stories/2020/3/statement-ed-phumzile-covid-19-women-front-and-centre>. Consulté le 25 mars 2020.

⁵⁵ https://docs.wixstatic.com/ugd/bf4f35_90fe2b88f0cd4454a7d3059d8e1fb9b1.pdf

⁵⁶ Recueil des propositions adoptées lors du 42^e congrès provincial en août 2008

⁵⁷ Recueil des propositions adoptées lors du 43^e congrès provincial en août 2009

⁵⁸ Le maximum à atteindre qui correspond au poids ou au volume de l'emballage où l'impact environnemental est minimum.

RÉFÉRENCES (SUITE)

⁵⁹ WALLON, V. (2018). « Zéro déchet : les 5 règles pour bien commencer » dans Ici Radio-Canada. 18 septembre. [En ligne] <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1123887/zero-dechet-5-regles-refuser-reduire-reutiliser-recycler-composter> . Consulté le 10 mars 2020.

⁶⁰ <https://csf.gouv.qc.ca/egalite-et-societe/journees-action-contre-violence-aux-femmes/>

⁶¹ Statistiques Canada

⁶² Tirée de l'émission spéciale « Ces femmes qu'on tue » à Radio-Canada animée par Céline Galipeau <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1650557/femicide-celine-galipeau-femmes-violence-speciale>

⁶³ Ibid.

⁶⁴ LAFON, C. (2019) « Lutte contre les violences conjugales : l'Espagne pionnière en Europe » dans Sud-Ouest. 17 mars. [En ligne] <https://www.sudouest.fr/2019/03/15/lutte-contre-les-violences-conjugales-l-espagne-pionniere-en-europe-5901659-5022.php> . Consulté le 28 avril 2020.

⁶⁵ Amnesty international (2017). [En ligne] « Pourquoi une journée internationale des droits des femmes le 8 mars ? » <https://www.amnesty.fr/focus/8-mars-journee-internationale-des-femmes>. Consulté le 20 avril 2020.

⁶⁶ Selon une étude de la Banque mondiale basée sur des données de 187 pays <http://documents.worldbank.org/curated/en/611261468315302211/pdf/217760FRENCHOE1Development01PUBLIC1.pdf>

⁶⁷ MOURGERE, I. (2018). « Rapport ONU Femmes 2018 : l'égalité des sexes, un droit et un nécessité pour l'humanité » dans TV5Monde. 26 février, 10h 13. [En ligne] <https://information.tv5monde.com/terriennes/rapport-onu-femmes-2018-egalite-des-sexes-un-droit-et-une-necessite-pour-humanite> . Consulté le 27 mars 2020.

⁶⁸ Women, business and the law 2020 <https://openknowledge.worldbank.org/bitstream/handle/10986/32639/9781464815324.pdf>

⁶⁹ HIAULT, R. (2019). « Le droit des femmes dans le monde s'améliore lentement » dans Les Echos. 28 février, 7h 30. [En ligne] <https://www.lesechos.fr/monde/enjeux-internationaux/le-droit-des-femmes-dans-le-monde-sameliore-lentement-994665> consulté le 27 mars 2020.

⁷⁰ LAURENT, S. (2015). « Les écarts de salaires hommes-femmes se réduisent, sauf pour les hauts revenus » dans Le Monde. 21 septembre, 20 h 8. https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2015/09/22/salaires-les-ecarts-hommes-femmes-se-reduisent-sauf-pour-les-hauts-revenus_4767045_4355770.html. Consulté le 5 avril 2020.

⁷¹ Ibid. source 67

⁷² Gouvernement du Québec (2019). « Journée internationale des femmes 2019 — Des gestes pour un Québec plus égalitaire. ». 8 mars. [En ligne] <http://www.fil-information.gouv.qc.ca/Pages/Article.aspx?aiguillage=ajd&type=1&idArticle=2703085630>. Consulté le 5 avril 2020.

⁷³ Watrin, A. (2017). « Pourquoi certains pays exonèrent les violeurs s'ils épousent leur victime ? » dans RFI. 8 septembre, 15 h 9. [En ligne] <http://www.rfi.fr/fr/hebdo/20170908-tunisie-jordanie-liban-viol-femme-loi-abolition-code-penal-522-femme>. Consulté le 20 avril 2020.

⁷⁴ HALIFA-LEGRAND, S. (2016). « Droits des femmes : le grand bond en arrière de la Pologne » dans L'OBS. 23 janvier, 23 h 16. [En ligne] <https://www.nouvelobs.com/monde/20160126.OBS3439/droits-des-femmes-le-grand-bond-en-arriere-de-la-pologne.html>. Consulté le 5 avril 2020.

⁷⁵ MELOCHE-HOLUBOWSKI, M. (2017). « Où l'égalité des sexes est-elle la plus avancée ? La réponse en carte » dans Ici Radio-Canada. 4 mars. [En ligne] <https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1020261/egalite-homme-femme-carte-forum-economique-mondial>. Consulté le 5 avril 2020.

⁷⁶ Charrier, L. (2018). « "Être femme en Asie" : pour en finir avec les idées reçues » dans TV5Monde. 5 mars, 8h 56. [En ligne] <https://information.tv5monde.com/terriennes/etre-femme-en-asie-pour-en-finir-avec-les-idees-receues-222070> . Consulté le 23 avril 2020.

⁷⁷ Ibid. 76

⁷⁸ GONZALEZ FARRAN, A. (2019). « Les femmes n'ont que les trois quarts des droits des hommes dans le monde » dans Europe 1. 28 février, 7 h 33. [En ligne] <https://www.europe1.fr/societe/les-femmes-nont-que-les-trois-quarts-des-droits-des-hommes-dans-le-monde-3865412> . Consulté le 23 avril 2020.

⁷⁹ KOUASSI, C. (2020) « #UneVraieFemmeAfricaine : le hashtag décalé pour briser les stéréotypes sur la femme africaine » dans Africanews. 4 mars, 9h42. [En ligne] <https://fr.africanews.com/2020/03/04/unevraiefemmeafricaine-le-hashtag-decale-pour-briser-les-stereotypes-sur-la/> . Consulté le 6 avril 2020.



www.afeas.qc.ca

info@afeas.qc.ca

514-251-1636

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