

Hiver 2025-2026 ■ Volume 60 ■ Numéro 2

FEMMES d'ici

REVUE DE L'ASSOCIATION FÉMINISTE
D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE

À la une

Le féminisme et les nouvelles technologies

Dans ce numéro

- La philanthropie
- Travailler c'est trop dur
- La mémoire : une découverte majeure



Afeas

ASSOCIATION FÉMINISTE
D'ÉDUCATION ET
D'ACTION SOCIALE

- 02** Vie associative
Sylvanie Nguyen
- 03** Éditorial
Lise Courteau
- 04** La philanthropie
Lise Courteau
- 06** Le féminisme et les nouvelles technologies
Sylvanie Nguyen
- 08** Travailler c'est trop dur
Joëlle Cardonne
- 10** La marche mondiale des femmes
Diane Matte
- 11** La répartition des tâches
Sophie Hoeffler
- 12** La mémoire
Doris Milot
- 14** Coup de cœur / Infobulle
Lise Courteau
- 15** Nouvelles de l'Association
Emma Saffar
- 16** Concours provinciaux
Sylvanie Nguyen
- 17** Portrait : Chantal Hébert
Joëlle Cardonne
- 18** Les participations non gagnantes
Lise Courteau
- 19** Tirage



La force de l'Afeas, c'est nous... et toutes celles qui nous rejoindront!

Par Sylvanie Nguyen, responsable de la vie associative

Prenons un moment pour nous questionner sur le recrutement. Prendre ce moment n'est pas douter de ce que nous faisons déjà. C'est simplement de nous donner l'espace pour réfléchir ensemble à comment notre Afeas continue de vivre, s'adapter et accueillir de nouvelles femmes. Nos réalités changent, nos communautés évoluent, et il est normal de nous demander comment rejoindre les femmes d'aujourd'hui, chacune selon nos forces, nos personnalités et notre rythme. Cette réflexion n'ajoute aucune pression. Au contraire, elle témoigne de l'intérêt que nous portons à notre organisation et à nos nouvelles recrues.

Le recrutement à l'Afeas n'est ni une action isolée, ni une formule toute faite. C'est un geste vivant, ancré dans l'humain. C'est la manière dont on raconte ce que l'Afeas représente pour nous, dont nous ouvrons la porte à d'autres femmes pour qu'elles trouvent, elles aussi, une place où leur voix compte et où elles peuvent grandir.

Le recrutement s'accomplit de différentes façons. Il n'y a pas de modèle unique : une discussion autour d'un café ; l'invitation d'une amie à une rencontre ; un partage sur nos réseaux sociaux ; un kiosque communautaire ; un projet local ou régional. Chaque Afeas a sa couleur, et chaque membre a sa manière à elle d'aller vers les autres. Et chaque geste compte !

Recruter, c'est reconnaître que l'Afeas a quelque chose d'unique : un lieu

d'éducation populaire féministe, de solidarité, de réflexion et de soutien. Pas besoin d'être expertes pour en parler. Il suffit de dire, avec authenticité, ce que l'Afeas nous apporte et pourquoi on choisit d'y mettre du temps, du cœur et de l'énergie.

Le recrutement n'appartient pas à quelques personnes : il appartient à nous toutes. Et plus nos approches sont variées, plus on permet à chaque femme de se reconnaître quelque part dans l'Afeas.

Osons inviter, osons raconter, osons tendre la main. Chaque nouvelle membre rend notre mouvement plus fort, plus vivant et encore plus représentatif des femmes d'aujourd'hui. Ensemble, faisons grandir l'Afeas !





La montée du masculinisme au Québec : un danger pour l'égalité

Par Lise Courteau, présidente provinciale

« Quand le masculinisme et la misogynie prendront fin, il n'y aura plus de féminisme. »¹



Le documentaire *Alphas* diffusé sur les ondes de Télé-Québec nous a montré que le masculinisme n'est pas qu'aux États-Unis, il est bel et bien présent au Québec. De plus en plus, les discours masculinistes marginaux se normalisent grâce aux réseaux sociaux.

Les avancées en matière d'égalité, de droits reproductifs et de lutte contre les violences sexuelles ont été significatives. Pourtant, dans l'ombre de ces victoires, une force de réaction s'est structurée et gagne en visibilité : le masculinisme anti-féministe. Souvent confondu avec la défense légitime des enjeux masculins (santé mentale, rôle paternel, etc.), ce mouvement se définit par son hostilité envers le féminisme et constitue aujourd'hui un danger tangible pour les acquis de l'égalité et, plus directement, pour les femmes elles-mêmes.

L'émergence de ce discours s'explique en grande partie par un sentiment de perte de privilège historique et par la peur face aux remises en question engendrées par des mouvements comme *#MeToo*.

L'espace public, surtout numérique, a permis à ces voix de s'unir pour former des communautés. Le masculinisme, dans sa forme radicale, ne cherche pas l'égalité, mais une restauration d'un ordre social perçu comme juste, où les hommes sont les victimes d'une « féminisation » de la société.

Un aspect particulièrement alarmant de ce phénomène est sa capacité à recruter les jeunes, notamment les adolescents en quête d'identité ou se sentant marginalisés. Ces figures, souvent charismatiques, présentent des problèmes légitimes que vivent les jeunes hommes (solitude, pression sociale, insécurité) pour ensuite les rediriger vers une explication simpliste et haineuse : leurs difficultés sont la faute du féminisme et des femmes. Cet engrenage de radicalisation isole les jeunes, les coupe des modèles d'hommes progressistes et les équipe d'un langage misogyne.

Pour les masculinistes, le féminisme n'est pas un mouvement pour l'égalité, mais un concept qui vise à opprimer les

hommes. Cette tactique vise à détourner l'attention des inégalités structurelles persistantes, comme l'écart salarial, la sous-représentation politique ou les féminicides, pour se concentrer sur des griefs individuels ou marginaux perçus comme des injustices systémiques envers les hommes.

Un des dangers réside dans l'impact direct sur la vie des femmes. Le discours masculiniste n'est pas inoffensif, il crée un terrain fertile pour la haine et la violence. La normalisation de l'idée que les femmes sont des manipulatrices, que les victimes de violence exagèrent ou mentent, ou que les féministes sont responsables des maux masculins, se traduit par un climat toxique.

Ce discours misogyne s'infiltré également dans les institutions. Lorsque des jugements, des pratiques policières ou des politiques publiques se mettent à accorder du crédit à la rhétorique masculiniste, par exemple, en minimisant la détresse des victimes de violence conjugale ou en considérant les plaintes de harcèlement comme des « réactions excessives », c'est la protection et la sécurité des femmes qui sont directement menacées.

Il est donc impératif de cesser de traiter le masculinisme comme une simple opinion minoritaire. C'est un mouvement idéologique, souvent lié à l'extrême droite, qui s'organise pour faire reculer les droits des femmes et perpétuer des dynamiques de domination. Pour y faire face au Québec, il faut non seulement de la vigilance de la part des institutions, mais aussi de l'éducation pour déconstruire les mythes et la désinformation. L'égalité ne pourra pas être atteinte tant que nous permettrons à la haine et à la peur d'être les principaux moteurs du débat public sur les sexes.

¹ Mélissa Blais, sociologue et chercheuse québécoise, spécialiste reconnue des mouvements anti-féministes.



La philanthropie à la croisée des chemins

Enjeux et défis pour l'action communautaire autonome

Par Lise Courteau



L'élan du « don pour l'amour de l'humanité »

La philanthropie est un concept ancien, dont l'étymologie grecque, *philos* (aimer) et *anthrôpos* (l'être humain), signifie littéralement « l'amour de l'humanité ». Historiquement, cette démarche se traduit par des actions de don volontaire de temps, de biens ou d'argent pour améliorer le bien-être d'autrui ou pour soutenir une cause d'intérêt général. Elle se distingue de la simple charité par son approche plus stratégique et systémique visant à attaquer la racine des problèmes sociaux.

Les acteurs de la philanthropie

La philanthropie se manifeste sous différentes formes et engage une variété d'acteurs :

- Les donateurs individuels : le geste philanthropique le plus courant est celui du citoyen qui fait un don ponctuel ou régulier à un organisme de bienfaisance ;
- Les entreprises : on parle alors de responsabilité sociale des entreprises ou de philanthropie corporative, où les entreprises s'engagent à soutenir des causes sociales ou environnementales, souvent en lien avec leurs valeurs ou leur secteur d'activité ;
- Les fondations philanthropiques : ce sont les acteurs qui centralisent le plus souvent les débats. Les fondations sont des organisations à but non lucratif créées dans le but unique d'accorder des subventions à d'autres organismes.

Elles sont généralement dotées d'un capital (un fonds de dotation) qui est géré de manière à assurer la pérennité de leurs actions. Elles se divisent en deux grandes catégories : les fondations privées, qui sont créées par des familles ou des individus, et des fondations communautaires, qui recueillent des fonds auprès de multiples donateurs pour les redistribuer localement.

Le rôle et la portée

La philanthropie est souvent perçue comme un complément essentiel à l'action de l'État. Elle permet de financer des projets pilotes, d'innover là où les fonds publics sont trop rigides, et d'apporter une aide rapide en cas de crise. Elle soutient des domaines variés comme l'éducation, la culture, la santé, l'environnement et, bien sûr, le développement social et l'action communautaire.

Cependant, la philanthropie moderne, particulièrement celle des grandes fondations, est de plus en plus associée à une volonté d'influencer les politiques publiques. C'est cette ambition qui génère des tensions significatives avec les organismes qui prônent l'autonomie et la souveraineté de la société civile.

L'action communautaire autonome (ACA) est un pilier de la société civile québécoise, regroupant des organismes qui se

définissent par leur autonomie face à l'État et aux intérêts privés, leur ancrage dans leur milieu et leur approche globale des problématiques. L'ACA a pour mission de transformer la société et de s'attaquer aux causes profondes des inégalités.

La nécessité du financement diversifié : un dilemme pour l'ACA

Les organismes communautaires autonomes vivent un défi constant de sous-financement. L'insuffisance des subventions gouvernementales de base (le financement à la mission) oblige de nombreuses organisations à chercher des sources de revenus alternatives pour maintenir ou développer leurs activités.

Dans ce contexte, la philanthropie apparaît comme une bouée de sauvetage ou une voie d'expansion légitime. C'est une opportunité de diversification : le financement philanthropique peut réduire la dépendance totale à l'État, offrant une certaine flexibilité financière pour des projets spécifiques ou des besoins urgents. Ainsi, des subventions importantes peuvent permettre à des organismes de lancer des initiatives d'envergure, d'expérimenter de nouvelles approches ou d'étendre leur portée à de nouvelles clientèles.

Il est crucial de reconnaître et de respecter le fait que, pour plusieurs organismes, le recours à ce type de financement est une nécessité vitale qui leur permet de poursuivre leur mission auprès de populations vulnérables.

Les enjeux systémiques et les craintes du RQ-ACA

Malgré les avantages, le Réseau québécois de l'action communautaire autonome (RQ-ACA), dont l'Afeas est membre actif, soulève des inquiétudes majeures concernant l'influence grandissante du secteur philanthropique sur la société. Ces préoccupations ne visent pas les petits dons, mais l'impact des grandes fondations dotées de capitaux considérables.

La principale crainte est l'influence induite des bailleurs de fonds privés sur les priorités du secteur communautaire. Lorsque les fondations dirigent l'argent vers des thématiques qu'elles jugent prioritaires, elles peuvent involontairement détourner des organismes de leur mission première : les organisations, par besoin de financement, pourraient être tentées d'adapter leurs projets aux critères des fondations plutôt qu'aux besoins réels et autodéterminés de leur communauté. Les fondations tendent à privilégier le financement de projets novateurs et mesurables au détriment du financement à la mission de base. Cela fragilise la structure même de l'ACA, dont le rôle est d'être un lieu de mobilisation et de revendication plutôt qu'un simple fournisseur de services.

Les fondations, cherchant souvent des solutions rapides et quantifiables, peuvent privilégier des actions de "réparation" plutôt que de "transformation", ce qui contribue à maintenir les structures qui créent les problèmes sociaux au lieu de les éradiquer.

La contestation de la légitimité dans la gouvernance publique

Le RQ-ACA s'oppose fermement à toute privatisation des services publics et des politiques sociales. Selon le Réseau, l'État a la responsabilité de financer adéquatement les services essentiels et l'action communautaire, sans déléguer cette tâche à des acteurs privés.

Plus spécifiquement, le mouvement communautaire rejette catégoriquement la participation des fondations dans l'élaboration des politiques publiques concernant l'ACA. Le RQ-ACA soutient que les fondations ne devraient être ni consultées, ni impliquées dans des processus décisionnels majeurs tels que la création d'une loi sur l'action communautaire autonome ou l'élaboration du Plan d'action gouvernemental en action communautaire. Leur présence dans des lieux de décision comme la Table nationale des partenaires de l'action communautaire ou à tout autre outil politique ou administratif lié à l'action communautaire est jugée problématique. Ces espaces doivent rester des lieux de dialogue entre l'État et la société civile organisée, représentée par les organismes qui vivent et agissent sur le terrain.

La critique repose sur le fait que les fondations, bien que motivées par de bonnes intentions, sont des entités privées non élues et non redevables démocratiquement. Leur influence sur les orientations gouvernementales, souvent due à leurs ressources considérables et leurs avantages fiscaux importants*, représente une menace à la souveraineté du secteur communautaire et à la primauté de la démocratie. Les organismes communautaires autonomes, par leur ancrage et leur légitimité historique, sont les mieux placés pour déterminer les besoins du milieu et les stratégies de changement social.

Pour un équilibre entre don et autonomie

La philanthropie représente à la fois une ressource potentielle et une menace pour l'action communautaire autonome. L'enjeu fondamental est de garantir que l'élan du « don pour l'humanité » ne se transforme pas en un outil d'influence sur les orientations sociales et politiques du Québec.

Pour que la philanthropie soit un véritable partenaire du changement social, elle doit reconnaître et respecter l'autonomie, le rôle politique et la mission de transformation des organismes communautaires. L'avenir de l'ACA passe par un financement adéquat de l'État et par une collaboration respectueuse avec tous les acteurs, sans jamais compromettre sa liberté de parole et sa capacité à remettre en question les structures de pouvoir. C'est le prix de sa force et de son rôle essentiel dans la construction d'une société plus juste.

** Les fondations ne seraient pas aussi généreuses qu'elles ne le prétendent, en redonnant seulement 5 % de leurs capitaux. Ce qui soulève des questions sur leur impact réel, alors qu'elles bénéficient d'un double avantage fiscal. (Loi de l'impôt sur le revenu du Canada et la réglementation fiscale qui établit le taux de décaissement minimal pour les fondations privées, combinée à l'analyse critique de l'impact de ce taux sur la société).*



Féminisme et nouvelles technologies

Un nouveau champ de lutte incontournable

Par Sylvanie Nguyen, responsable de la vie associative

Les nouvelles technologies façonnent aujourd'hui toutes les sphères de nos vies : nos interactions sociales, nos déplacements, notre accès à l'information, notre travail, nos loisirs et même notre santé. Longtemps perçues comme neutres ou au service de toutes et tous, elles sont pourtant loin de l'être. Le chapitre 5 du Guide d'animation 2024-2026 nous rappelle une vérité fondamentale : les technologies reproduisent, voire amplifient, les inégalités déjà présentes dans la société, notamment le sexisme, le racisme et les discriminations envers les personnes vivant des difficultés économiques ou un handicap.

Dans ce contexte, le féminisme ne peut ignorer la question technologique. Au contraire, il s'agit désormais d'un terrain essentiel de revendications, de vigilance et d'action collective.

Les femmes ont une longue histoire dans la technologie

Les femmes ont façonné l'histoire de la technologie dès ses premiers instants. Pourtant, leur apport essentiel a trop souvent été minimisé, rendu invisible, voire complètement effacé au fil du temps. De l'invention de la programmation aux calculs pionniers de la conquête spatiale, l'empreinte des femmes est pourtant bien réelle et profonde.

Au XIX^e siècle, Ada Lovelace écrit le tout premier algorithme informatique, imaginant un « moteur analytique » capable de créer bien plus que des calculs : elle ouvre la porte au numérique moderne. Au début du XX^e siècle, des milliers de femmes deviennent des « computers » humaines, effectuant les calculs scientifiques les plus complexes pour les universités, l'armée et les industries. Pendant la Deuxième Guerre mondiale, les programmeuses du ENIAC développent les premiers codes informatiques. Et dans les années 60, ce sont encore des femmes qui permettront à la NASA d'envoyer des astronautes dans l'espace.

Ces rôles, pourtant fondateurs, ont été éclipsés lorsque l'informatique est devenue un secteur valorisé, masculinisé et lucratif. Mais l'histoire ne disparaît jamais vraiment : aujourd'hui, nous la remettons en lumière. Car reconnaître cette contribution, c'est aussi affirmer que les femmes ont toujours eu leur place dans la technologie et qu'elles doivent plus que jamais la reprendre, l'occuper et la transformer.

Les biais technologiques

L'émergence des nouvelles technologies, particulièrement de l'intelligence artificielle (IA), remet en lumière les inégalités et

les biais qui persistent dans notre société. L'IA n'est ni bonne ni mauvaise en soi : elle reproduit simplement les données, les visions du monde et les préjugés qui l'ont façonnée. Ainsi, les biais déjà présents dans la société ne disparaissent pas avec l'IA... ils s'y multiplient et s'y amplifient, risquant de renforcer encore davantage les inégalités.

Faut-il pour autant éviter l'intelligence artificielle ou s'en écarter par crainte ? Absolument pas. Les femmes ont au contraire un rôle essentiel à jouer pour s'assurer que l'IA devienne un outil qui soutient l'égalité et la justice plutôt qu'un vecteur de discrimination.

La question devient donc : comment les femmes peuvent-elles transformer l'intelligence artificielle en un outil d'équité ?

- Une première façon d'agir consiste à participer aux consultations municipales et publiques sur l'intelligence artificielle, afin que les réalités féminines soient intégrées aux décisions politiques.
- Il est également essentiel de s'informer et d'explorer les différents programmes d'IA pour mieux comprendre leur fonctionnement, développer un esprit critique et se sentir outillées face aux transformations technologiques.
- Les femmes peuvent également réclamer davantage de transparence de la part des entreprises qui développent ces systèmes, en questionnant leurs pratiques, leurs données et leurs mécanismes de prévention des biais.
- Enfin, elles peuvent exiger des lois et des mesures concrètes de protection auprès des instances décisionnelles, afin que les droits, la sécurité et la dignité des femmes soient pleinement pris en compte dans le déploiement de l'intelligence artificielle.

Par leur présence active, les femmes peuvent influencer le futur numérique et contribuer à créer une IA véritablement inclusive et égalitaire.

Un nouveau champ de lutte pour les femmes

L'intelligence artificielle ouvre ainsi un nouveau champ de lutte incontournable pour le mouvement féministe. Comme l'ont fait les générations avant nous dans les domaines du travail, de la santé, du droit et de la reconnaissance du travail invisible, nous sommes aujourd'hui appelées à occuper l'espace numérique avec la même détermination. Pourquoi ? Parce que les décisions technologiques qui se prennent maintenant auront un impact direct sur l'égalité de demain.

Pour les membres de l'Afeas, cette réalité représente une occasion de mobilisation. En créant des forums de discussion dans les Afeas locales, en organisant des activités d'éducation populaire sur les biais numériques, en partageant leurs expériences de cyberviolence, en interpellant le monde municipal et provincial ou simplement en s'initiant à l'usage critique des nouvelles technologies, les membres de l'Afeas peuvent contribuer à ce mouvement essentiel. Chaque action compte : comprendre, questionner, apprendre, soutenir, revendiquer. L'Afeas peut jouer un rôle déterminant pour que l'intelligence artificielle devienne un outil d'émancipation plutôt qu'un nouveau terrain d'exclusion.

Se poser les bonnes questions

Face à ce nouveau territoire d'inégalités qu'est l'intelligence artificielle, il devient essentiel d'apprendre à se poser les bonnes questions pour développer une vigilance collective.

- Qui conçoit ces technologies et quelles valeurs portent-elles ?
- Quels groupes sont inclus dans les données... et surtout, lesquels en sont exclus ?
- Quels impacts ont les algorithmes sur les femmes, les personnes racisées, les aînées ou les personnes vivant des limitations fonctionnelles ?
- Qui profite réellement des technologies, et qui en subit les risques ?
- En quoi l'IA influence-t-elle déjà nos droits, nos accès aux services, notre sécurité et nos possibilités d'emploi ?

Ces questions constituent le point de départ d'une réflexion féministe solide. Plus nous cultivons cet esprit critique, plus nous sommes en mesure de détecter les angles morts, de contester les décisions injustes, de revendiquer des changements structurels et d'exiger que les innovations technologiques servent réellement l'égalité. Se poser ces questions, c'est déjà commencer à agir !

Organisez un atelier d'éducation populaire sur l'intelligence artificielle au sein de votre Afeas pour renforcer ces réflexions et renforcer votre pouvoir d'agir. C'est l'occasion idéale de vous réunir dans une ambiance ouverte et bienveillante, de vous poser des questions sans jugement, de comprendre les impacts réels de ces technologies et d'explorer ensemble des pistes d'action. Un tel moment permet d'éclairer les enjeux et de nourrir une mobilisation collective.

Le verdict final

L'intelligence artificielle transforme déjà nos vies, nos institutions et nos relations. La question n'est donc pas de savoir si nous voulons y prendre part, mais comment nous choisissons d'y participer. Les femmes ont marqué l'histoire de la technologie dès ses débuts ; elles doivent maintenant en façonner l'avenir. En développant une conscience critique, en occupant les espaces de décision, en exigeant des pratiques responsables et en s'engageant collectivement, nous pouvons faire de l'IA un levier d'égalité plutôt qu'un outil d'exclusion. L'Afeas, forte de ses 60 ans de mobilisation, a un rôle essentiel à jouer pour ouvrir ces discussions, accompagner les femmes et défendre leurs droits dans ce nouveau territoire numérique. Ensemble, transformons ces défis en opportunités et faisons en sorte que la technologie, cette fois-ci, soit vraiment construite pour toutes et avec toutes.



Travailler, c'est trop dur

Par Joëlle Cardonne

« Travailler c'est trop dur et voler c'est pas beau... ». En 1977, Zachary Richard, un artiste francophone nord-américain, popularise une chanson du folklore cajun, une chanson typique de Louisiane. Le succès est immédiat, à tel point que la chanson acadienne sera reprise l'année suivante par Julien Clerc.

Historique du travail

Le travail est une activité humaine qui vise à transformer le monde physique. Au sens économique, elle permet la production de biens et de services. Dans nos sociétés modernes, le travail est fourni par des personnes en échange d'un salaire et contribue à l'activité économique. Il a même une fête à son nom... comme Noël ou le Jour de l'An!

La notion de travail a évolué au cours des siècles. Dans l'Antiquité, l'esclavage a été utilisé pour accomplir les tâches les plus dures... souvent sans autre rétribution que le logement et la nourriture. À cette époque, le travail est le signe évident de la servitude qui se perpétue jusqu'au Moyen Âge.

La période contemporaine se caractérise par la généralisation du salariat et la mise en place de codes de travail qui en déterminent les règles. Employeurs et salariés se doivent de respecter les lois et les réglementations du travail.

Travail invisible

Depuis le rapport Stiglitz (du nom du prix Nobel d'économie, Joseph Stiglitz), les économistes soulignent que le travail, outre le travail rémunéré, englobe toute activité productrice des travailleurs, dont le bénévolat et le travail domestique.

La notion de travail invisible apparaît dans les années 1970. Le travail invisible désigne les tâches non rémunérées et souvent non reconnues, qui sont essentielles au bon fonctionnement des organisations et des foyers. C'est, en quelque sorte, l'appropriation du travail gratuit le plus souvent fourni par les femmes.

L'Année internationale de la femme, décrétée par l'ONU en 1975, marque un premier tournant qui dépasse la conception que la tenue des ménages et les soins aux enfants sont essentiellement des actes d'amour maternel sans valeur économique. En 2020, Oxfam a évalué la quantité de travail non rémunéré des femmes à 12,5 milliards d'heures quotidiennes pour une valeur annuelle de 10 800 milliards de dollars, soit l'équivalent du travail accompli par 1,5 milliard de personnes travaillant huit heures par jour pendant un an.

Dans sa fiche info sur le travail invisible, l'Afeas dresse la liste des activités en faisant partie :

- Les tâches domestiques et les soins aux personnes ;
- Le travail effectué par les proches aidantes ;
- Le travail effectué au sein de l'entreprise familiale ;
- Le bénévolat ;
- Les stages non rémunérés.

Accès au marché du travail

L'accès des femmes au marché du travail rémunéré, le travail visible, s'est amorcé au cours des deux premières guerres mondiales. Les hommes combattaient au front et l'économie avait besoin de bras. Par la suite, l'accès à l'éducation et à l'université a grandement renforcé la place des femmes dans le monde industriels.

Dans un article percutant daté du 7 mars 2023, Stéphanie Grammond, éditorialiste en chef de la Presse, souligne que le taux de participation des Québécoises au marché du travail est passé de 76 % à

89 % depuis 30 ans. Toutefois, les femmes gagnent encore 17 % de moins que les hommes. L'équité salariale demeure une question non résolue.

Par ailleurs, l'accession de femmes de talent et de conviction à des postes clés et leur présence « phare » dans des domaines à prédominance masculine donnent l'exemple d'une présence accrue. Au 1^{er} janvier 2023, 11,3 % des pays ont une femme chef d'État (17 pays sur 151, hors systèmes monarchiques) et 9,8 % ont une femme à la tête du gouvernement (19 pays sur 193). Il s'agit d'une augmentation par rapport à la décennie précédente, pour laquelle les chiffres étaient respectivement 5,3 % et 7,3 %.



Le nombre d'entreprises détenues majoritairement par des femmes a bondi de 50 % entre 2014 et 2017. Elles représentaient 15,6 % des petites et moyennes entreprises (PME) ayant au moins un employé.

Épisode COVID 19

À l'aube de l'année 2020, ce sont des défis planétaires qui s'imposent à tous. La pandémie de COVID-19 explose et contraint les gouvernements à imposer de nombreuses restrictions : port du masque, fermeture des écoles et des bureaux, télétravail, consignes d'hygiène, et surtout, surtout l'impossibilité de réunions et de rencontres.

Le télétravail ou le travail à distance, promu dans les années 70 grâce au téléphone et au fax, est une forme d'organisation du travail selon laquelle le personnel effectue une partie ou la totalité des tâches qu'il réalise habituellement dans les locaux de l'employeur, dans un lieu de télétravail, notamment en utilisant les technologies de l'information.

Le télétravail devient de plus en plus commun aujourd'hui. Pourtant, il n'existe pas de définition officielle du télétravail dans la loi. Horaire, accidents de travail, surveillance par l'employeur... Les règles qui s'appliquent au télétravail sont généralement les mêmes qu'au bureau, en faisant les adaptations nécessaires.

Les robots viennent à notre secours

La robotisation des tâches représente une avancée technologique majeure dans divers secteurs. Elle permet d'augmenter la productivité en automatisant des tâches répétitives et banales, assurant ainsi une précision et une rapidité d'exécution inégalées, car les robots peuvent travailler sans interruption.

La précision des robots est remarquable. Ils sont capables d'effectuer des tâches répétitives avec une exactitude inégalée, ce qui minimise les erreurs humaines et améliore la qualité des produits, qualité bénéfique dans les secteurs nécessitant une grande rigueur, tels que la médecine ou l'agroalimentaire.



De plus, les robots minimisent les risques en prenant en charge des missions dangereuses, préservant ainsi la santé des personnes qui normalement les exécutent.

Cependant, cette automatisation soulève des défis : elle peut entraîner une réduction des emplois disponibles, générant des inquiétudes face au risque d'une société déshumanisée. L'automatisation de certaines tâches peut conduire à des licenciements, particulièrement dans des métiers peu qualifiés où la substitution par des robots est envisageable.

De plus, la dépendance envers les machines crée des défis en matière de formation et d'adaptation des travailleuses et travailleurs aux nouvelles technologies. Elle peut également engendrer des problèmes. Une panne technique ou une défaillance logicielle pourrait paralyser l'ensemble d'une production, exposant les entreprises à des risques de perturbation.

Enfin, le coût initial de l'investissement en robotique est important. Acquérir et maintenir des robots représentent une charge financière significative, notamment pour les petites et moyennes entreprises.

En somme, bien que la robotisation offre de nouvelles opportunités, elle pose également des enjeux que la société doit prendre en compte.

Un nouveau défi à l'horizon

L'intelligence artificielle ! On en parle beaucoup. On la découvre au fur et à mesure des avancées. On ne sait pas

tout. Certains nous mettent en garde, d'autres nous encouragent à apprivoiser cet animal fougueux et surprenant.

L'intelligence artificielle possède la capacité surprenante de traiter une masse énorme d'informations de façon rapide, plus rapide que le cerveau humain. Déjà, on constate ses prouesses dans divers domaines où l'intelligence humaine régnait en maître.

Des métiers de création en musique, en art, en littérature, entre autres, font face à ce redoutable partenaire. Des professionnels de la santé, du droit, de l'éducation et de bien d'autres disciplines puisent allègrement dans les ressources fournies par l'intelligence artificielle pour rassembler de l'information, comparer des données, produire des rapports et poser des diagnostics.

Les robots menaçaient le travail manuel et répétitif, parfois dangereux, souvent ennuyeux. L'intelligence artificielle s'attaque à des « jobs » payantes, intéressantes. L'avenir nous dira comment tout cela va tourner.

À moins qu'on ne pose la question à ChatGPT... Il a peut-être la réponse ! Peut-être ? Sûrement !

Sources

Zachari Richard, Travailler c'est trop dur
Wikipédia, Travail
Julien Vincent, Le travail <invisible>, Journal Le Monde, septembre 2022
Afeas, Fiche Info, Le travail invisible - Introduction
Afeas, Revue Femmes d'ici, La place des femmes et le marché du travail, mai 2024
Chloé Fontaine, Innovations et technologies, janvier 2025



La Marche mondiale des femmes... une journée historique !

Diane Matte, présidente régionale de Québec-Chaudière-Appalaches

Le 18 octobre 2025, entre 16 000 et 20 000 femmes, accompagnées de nombreux alliés, ont pris part à une marche historique à Québec.

L'événement faisait écho à la Marche de 1995, organisée par la Fédération des femmes du Québec sous l'impulsion de Françoise David, qui avait marqué un tournant dans la lutte contre la pauvreté et les violences faites aux femmes. Trente ans plus tard, cette mobilisation a ravivé l'héritage de cette marche, réaffirmant l'importance des luttes féministes, de la dignité et de la justice sociale.

Sous le thème *Encore en marche pour transformer le monde*, plusieurs membres de l'Afeas se sont jointes à la foule pour démontrer la force de la solidarité intergénérationnelle. La marche a rappelé que la sororité dépasse les mots et se manifeste dans l'action collective. Toutes étaient réunies pour défendre le droit fondamental de vivre libre et en sécurité.

Une journée animée

Dès 10 heures, le site de rassemblement vibré d'énergie. Des kiosques d'éducation populaire féministe, des espaces d'animation pour enfants, un atelier d'autodéfense et des performances artistiques, des discours éloquentes ont créé une ambiance festive et engagée.

Un moment marquant fut le plus grand flash mob féministe du monde, organisé par le Regroupement des groupes de femmes de la région de la Capitale-Nationale. Des milliers de participantes ont uni leurs voix et leurs gestes dans une performance puissante et symbolique, capturant l'essence même de la mobilisation.

La marche s'est déployée comme un parcours hautement symbolique. Une vingtaine de tableaux vivants illustraient les revendications féministes : lutte contre les violences, justice sociale, égalité économique, respect des droits humains. La présence de marionnettes géantes et de fanfares ajoutait une dimension artistique et militante.

Un contingent a également ému la foule : une douzaine de cyclistes de Granby ont pédalé près de 300 kilomètres pour se joindre à l'événement. Leur périple incarnait la persévérance et la force du mouvement féministe.

La journée s'est conclue sur un moment fort : l'interprétation collective d'une version adaptée par le Regroupement des



groupes de femmes de la Capitale nationale (RGF-CN) de Bella Ciao, devenue pour l'occasion un hymne féministe. Entonnée par des milliers de voix, elle a créé une vague d'émotion, exprimant résistance, solidarité, courage et espoir.

Le Village féministe : réfléchir et se rassembler

La veille, le Village féministe avait accueilli une conférence intitulée « Le monde féministe que nous voulons », animée par des porte-paroles de la marche. Cet espace d'échange a permis d'approfondir des thèmes essentiels : lutte contre la violence, justice environnementale, pauvreté et solidarité internationale. Les ateliers ont renforcé les liens et préparé la mobilisation du lendemain.

Une mobilisation rendue possible par un engagement collectif

L'ampleur de l'événement repose sur l'implication remarquable de nombreuses organisations, dont la Coordination du Québec de la Marche mondiale des femmes et le RGF-CN. Leur travail, tout comme celui des bénévoles, des porte-paroles et de l'ensemble des participants, a permis de faire de cette marche un moment de solidarité inspirant.

L'égalité : une responsabilité partagée

La marche a aussi rappelé que la lutte féministe ne peut être menée seule : l'inclusion des hommes demeure essentielle pour bâtir une société véritablement égalitaire. Leur présence témoignait d'un engagement à soutenir ce combat.

En ces temps troublés, cette marche représentait bien plus qu'un événement militant : elle fut un souffle d'humanité. En voyant ces milliers de personnes marcher, chanter et s'entraider, une conviction s'est imposée : ensemble, nous pouvons incarner l'espoir d'un avenir plus lumineux, juste et solidaire. Cette flamme doit continuer à s'élever et à être portée collectivement.

Répartition des tâches au sein du couple : Encore une affaire stéréotypée ?

Par Sophie Hoeffler

Depuis que je suis mère, j'ai pris l'habitude de lancer un balado quand je me promène avec ma poussette. Un jour, je tombe sur « Sœurs de lutte¹ » qui revient sur l'année 1975, proclamée Année internationale de la femme. On y apprend qu'en 1970, deux tiers des femmes étaient « ménagères » à temps plein. Le début des années 70 a marqué un tournant avec l'arrivée massive des femmes sur le marché du travail. Aujourd'hui, la majorité des femmes au Canada l'occupe. Constatation désolante : la répartition des rôles à la maison ne s'est pas vraiment modifiée.

À la maison, les femmes en font toujours plus

En 2025, les femmes continuent d'assumer plus de tâches domestiques. C'est ce que confirme une étude de l'université de l'Alberta, qui parle de « schéma sexué des tâches domestiques ». Les femmes font majoritairement la lessive (61%) et préparent les repas (56%), soit des tâches quotidiennes ! Les hommes s'occupent davantage des rénovations et travaux extérieurs (78%)². Mais on ne passe pas la tondeuse tous les jours ! L'équilibre est loin d'être acquis. En outre, les pères ont tendance à effectuer leurs tâches en soirée et fin de semaine, favorisant la conciliation avec la vie professionnelle³.

À l'origine, un schéma social stéréotypé

Une idée répandue veut que le soin des autres relève de la nature féminine. Les femmes sont d'ailleurs surreprésentées dans les métiers (peu rémunérés) du soin. Or, faut-il le rappeler, la nature n'a rien à voir là-dedans. C'est uniquement « le résultat d'une construction historique et sociale qui rattache les femmes à la sphère privée et les hommes à la sphère publique⁴ ». Ces normes sociales s'accompagnent d'un lourd tribut pour les femmes : l'impression qu'une large part du travail domestique leur revient.

« Il fallait demander »

Ainsi que l'observe la chercheuse Sophie Mathieu, « ce qu'on pense être des choix personnels sont des inégalités structurelles⁵ ». Les arguments rebattus que les femmes sont trop exigeantes, qu'elles n'arrivent pas à déléguer, etc. comme si on pouvait lier un trait de caractère à un genre, sont tout simplement ridicules.

Alors suffirait-il que les hommes en fassent davantage ? Non, car il ne s'agit pas seulement d'exécuter une tâche, mais bien de prendre des initiatives, c'est-à-dire prendre sa part de charge mentale ! La charge mentale c'est tout ce qui a trait à l'organisation du quotidien. Planifier les repas de la semaine, faire l'inventaire du frigo, identifier les besoins, ce n'est pas tout

à fait la même chose que se rendre à l'épicerie avec une liste toute faite par sa partenaire. Certes, aujourd'hui les hommes en font plus, mais la charge mentale, facteur de stress démontré, est encore très majoritairement portée par les femmes.

Des inégalités en cascade

Les conséquences de la charge mentale dépassent largement le cadre privé. La société tout entière s'appuie sur le travail domestique des femmes. Bien plus que leurs homologues masculins, les femmes sont mises hors-jeu professionnellement que ce soit à l'arrivée d'un enfant ou lorsqu'elles prennent de l'âge. Le marché du travail s'appuie ainsi sur le travail domestique accompli par les femmes. Le partage équitable des tâches est donc aussi, et surtout, un sujet politique qu'il est temps de régler.

¹ Sœurs de lutte : 1975, la révolution inachevée, Ariane Labrèche

² Statistique Canada 2020

³ À la recherche des nouveaux pères, balado Les couilles sur la table, 24 septembre 2020

⁴ Troubles dans le couple, un podcast à soi

⁵ Les femmes et les tâches ménagères, Radio Canada, 15 janvier 2025



La mémoire

Une découverte majeure sur le vieillissement du cerveau!

Par Doris Milot

La mémoire est une aide précieuse, indispensable à notre autonomie. Elle est la capacité qui nous permet d'enregistrer, de conserver et de réutiliser des informations. Quand elle dysfonctionne, c'est toute notre vie qui vacille.

Saviez-vous que nous avons, non pas une mémoire, mais bien cinq mémoires? Et contrairement à l'idée que la mémoire serait un simple coffre où l'on conserve des informations, elle fonctionne comme un réseau dynamique où différents types de mémoires interagissent.

Les mémoires à court terme

- La mémoire immédiate ou sensorielle enregistre, de façon très brève, automatique et inconsciente, les informations provenant de l'ouïe, l'odorat ou la vision. C'est grâce à elle qu'on peut reconnaître instantanément une voix, un visage ou le goût d'un aliment;
- La mémoire de travail est sollicitée pour retenir un numéro de téléphone, le temps de le composer ou le temps d'effectuer un calcul. Cette mémoire permet de maintenir temporairement des informations en tête et de les manipuler pendant quelques secondes.

Les mémoires à long terme

- La mémoire sémantique correspond à la mémoire des faits et des connaissances générales. C'est grâce à elle que nous savons que la ville de Paris est la capitale de la France, que la ville de Québec est la capitale du Québec, qu'un arbre est un arbre;
- La mémoire épisodique nous permet de conserver et de récupérer le souvenir d'un événement quelconque. Où s'est-il produit, quand, comment, etc.;
- La mémoire implicite regroupe les apprentissages activés de façon automatique et sans effort conscient. Elle comprend la mémoire procédurale qui correspond à la mémoire des savoir-faire, aux automatismes acquis, comme marcher, faire du vélo.



Pour bien fonctionner, les différentes formes de mémoire ne se contentent pas d'interagir entre elles. Elles sont également profondément liées aux sens, aux émotions, au langage et au contrôle des mouvements.

Avec l'âge, le cerveau subit des changements qui modifient le fonctionnement de la mémoire. Les neurones deviennent plus petits, leur communication ralentit et certaines connexions synaptiques s'affaiblissent. La perte de la mémoire serait justement liée à ces petits changements au cœur même de notre cerveau. Perdre un peu la mémoire en vieillissant, c'est, dit-on, tout à fait normal. Mais est-ce tout à fait vrai?

Des chercheurs viennent de faire une remarquable découverte. Ils ont trouvé un moyen d'agir sur ces changements pour redonner un coup de fouet à notre mémoire. La perte de mémoire ne serait donc plus une fatalité.

Des scientifiques et chercheurs de l'université Virginia Tech, menés par le professeur Timothy J. Jarome, ont mis le doigt sur quelque chose de crucial. Ils ont compris que la perte de mémoire n'est pas une simple usure due à l'âge, mais bien la conséquence de changements moléculaires très précis dans notre cerveau. Une information capitale pour chercher des solutions. Et comme le dit le professeur Jarome, la perte de mémoire touche plus d'un tiers des personnes de plus de soixante-dix ans. C'est donc un facteur de risque pour la maladie d'Alzheimer. Son travail montre qu'en comprenant mieux ce qui se passe au niveau moléculaire cérébral, on peut espérer, un jour, trouver de nouveaux traitements contre les maladies cognitives.

Dans une première étude, les chercheurs se sont intéressés à un mécanisme au nom compliqué : la polyubiquitination K63. C'est comme un système d'étiquetage qui dit aux protéines du cerveau comment travailler. Quand tout va bien, ce système aide nos neurones à fabriquer des souvenirs.

Mais avec l'âge, ce système se dérègle dans deux zones très importantes : l'hippocampe, qui gère la formation des souvenirs, et l'amygdale, qui s'occupe des nos souvenirs liés à nos émotions.

Dans l'hippocampe, ils ont vu que le système d'étiquetage devenait trop actif avec l'âge. Avec un outil super moderne, ils ont réussi à le calmer. Résultat, la mémoire des rats plus âgés s'est nettement améliorée. Dans l'amygdale, c'était l'inverse, le système devenait paresseux.

Dans une deuxième étude, l'équipe s'est penchée sur un gène appelé IGF2. Il est comme un super assistant pour notre mémoire. Le problème, c'est qu'en vieillissant, ce gène a tendance à s'endormir, il se met en veille dans l'hippocampe. Et ce gène est très spécial puisque nous n'en possédons qu'un seul, hérité d'un de nos deux parents.

Ce gène s'endort à cause de marques chimiques qui s'accumulent dessus. Les chercheurs ont utilisé un autre outil de précision, le CRISPR-dCas9, qui a agi comme une gomme à effacer sur une note manuscrite. Et ça a fonctionné ! Le gène s'est rallumé et les rats âgés ont même retrouvé une meilleure mémoire.

Cela démontre que, pour une bonne efficacité, il faut intervenir dès que les choses commencent à se dégrader.

Finalement, la perte de mémoire liée à l'âge n'est pas la faute d'un seul coupable. Tout est interrelié, imbriqué et impliqué en même temps. On ne peut se contenter de regarder une seule pièce du casse-tête.

En résumé, ces recherches sont porteuses d'espoir. Oui, il est normal, avec l'âge, d'avoir quelques oublis. Mais quand la perte de mémoire devient plus sérieuse, il ne faut pas baisser les bras. La science nous montre que des changements dans notre cerveau peuvent être corrigés.

Le chemin des traitements pour l'être humain est encore long. Personnellement, et sans doute ne suis-je pas la seule, je ne verrai pas ces traitements. Mais une porte s'ouvre et cette avancée donne un espoir pour l'avenir de notre santé cérébrale.

Enfin, pourquoi pas un peu de nutrition ?

Les recherches scientifiques convergent aujourd'hui vers un consensus : l'alimentation.

C'est un levier puissant et souvent sous-estimé, pour protéger notre santé cérébrale. Les études scientifiques soutiennent ce constat avec force.

Le régime MIND, (Mediterranean-DASH Intervention for Neurodegenerative Delay) a démontré sa capacité à réduire, de façon significative, les risques de maladie neurodégénérative. Il se concentre sur les aliments anti-inflammatoires et se limite sur les sucres et les graisses saturées. Il prouve que la prévention commence dans notre assiette.

Six aliments, faciles à trouver et souvent à un prix raisonnable, se distinguent par leur impact direct sur les fonctions cognitives :

- Les sardines et autres petits poissons gras, riches en DHA, sont essentiels au développement du cerveau et cruciaux pour la fluidité des membranes neuronales et l'efficacité des synapses ;
- Les myrtilles, et certains autres petits fruits, sont une mine d'or en antioxydants et protègent directement les neurones du stress lié à l'âge ;
- Les noix, riches en acide alpha-linolénique, un autre type d'oméga-3, en polyphénol et en vitamine E. Ils maintiennent une bonne communication interneuronale ;
- Les épinards, et les légumes verts feuillus, apportent des quantités importantes en vitamines B9 et K. Ils modulent l'inflammation et ralentissent notablement le vieillissement cognitif ;
- Les pois chiches, et autres légumineuses, source privilégiée des vitamines B6 et B9, sont fondamentales pour la synthèse des neurotransmetteurs, qui, comme la sérotonine et la dopamine, influencent l'humeur, la concentration et la mémoire ;
- Le chocolat noir... Ah ! le chocolat ! Mais noir, uniquement celui avec un minimum 70 % de cacao. À consommer toutefois avec modération, mais régulièrement, favorisent la vasodilatation, améliorent la circulation sanguine cérébrale et offrent un meilleur apport en oxygène aux zones liées à la mémoire et à l'apprentissage.

Rappelons également l'importance de l'activité, physique et mentale, afin de maintenir une bonne santé cérébrale. L'activité physique irrigue le cerveau et stimule la neurogenèse (la création de nouveaux neurones). Le sommeil réparateur, la réduction du stress et une vie sociale riche sont tous des facteurs de protection.

Ne regrette pas de vieillir, c'est un privilège refusé à beaucoup ! - Félix Leclerc

Sources

Scitechdaily.com

Internet, article de Mathieu Gagnon : « Une nouvelle découverte pour stimuler la mémoire de nos aînés. »



Portrait des Québécoises - Violence

Conseil du statut de la femme, 42 pages, 2024



Depuis 2005, le Conseil du statut de la femme (CSF) publie le Portrait des Québécoises, qui rassemble des données statistiques sur la situation des femmes au Québec.

Pour cette édition, l'objectif est de faire le point sur la question de la

violence. Des indicateurs statistiques permettent de brosser un portrait partiel de l'ampleur et de l'évolution de la violence faite aux femmes au Québec. Ils mettent en lumière le fait que :

- les femmes sont plus touchées que les hommes par certaines formes de violence, comme la violence sexuelle et la violence conjugale;
- certaines catégories de femmes sont plus susceptibles que d'autres de subir de la violence, notamment celles appartenant à des groupes minoritaires;
- la violence faite aux femmes est majoritairement le fait d'hommes de leur entourage;
- le nombre de femmes qui signalent à la police avoir été victimes de violence conjugale ou sexuelle est en hausse.

Accessible sur le site Internet du Conseil du statut de la femme à l'adresse suivante : <https://www.csf.gouv.qc.ca/publications>

INFOBULLE

Par Lise Courteau

APPEL DE LA DÉCISION DE LA PRÉSIDENTE - Garantir la souveraineté de l'assemblée

Une congressiste qui se sent lésée dans ses droits par une décision de la présidente de délibération peut en appeler au jugement de l'assemblée. Ce droit fondamental est le mécanisme qui garantit la souveraineté de l'assemblée. En dernier ressort, c'est l'ensemble des membres, et non la personne qui préside, qui tranche.

Conditions et déroulement de la procédure

Par exemple, une intervenante fait un amendement sur une proposition et la présidente juge cet amendement irrecevable. L'intervenante en question, et elle seule, peut faire appel de la décision de la présidente. L'appel doit être immédiatement formulé après la décision contestée, avant que l'assemblée ne reprenne la discussion. Un appel tardif est généralement jugé irrecevable, car la procédure est conçue pour rétablir l'ordre sans délai.

La présidente doit ensuite expliquer clairement la raison de sa décision. À la suite de l'explication, l'intervenante peut maintenir son appel. Un appui sera requis pour que la question soit soumise au vote. En général, un appui signifie qu'une deuxième membre de l'assemblée doit manifester son soutien à l'appel. Cet appui permet de filtrer les appels jugés frivoles ou personnels.

Le débat et le vote

Une fois l'appel appuyé, l'assemblée doit voter sur la proposition d'appel. Le débat qui précède ce vote est souvent très encadré et bref. La règle veut qu'un débat limité soit permis, donnant la parole une seule fois à l'appelante pour défendre sa position, une seule fois à la présidente pour réitérer son point de vue, et parfois à une ou deux autres membres pour ou contre l'appel.

La question posée au moment du vote est simple : « La décision de la présidente sera-t-elle maintenue ? » Un vote contre la présidente (la majorité vote contre la décision de la présidente d'assemblée de rejeter l'amendement) signifie que l'appel est accepté. Si le vote pour l'appel est accepté, on poursuit la discussion sur l'amendement, considérant ainsi qu'il est recevable. Si le vote pour l'appel est rejeté (la majorité vote pour maintenir la décision de la présidente d'assemblée de rejeter l'amendement), on reprend l'étude de la proposition principale, et l'amendement contesté est écarté.

Un appel de la décision de la présidente règle des points de procédure et n'est pas un vote de confiance ou de non-confiance envers la présidente d'assemblée. Il s'agit d'une clarification démocratique sur la bonne application des règles.



Quoi de neuf ?

Par Emma Saffar, coordonnatrice de projet

L'Afeas lance sa nouvelle campagne de dons !

Cette année, l'Afeas déploie une nouvelle campagne de dons afin de soutenir plus que jamais ses actions en faveur de l'égalité. Depuis 60 ans, notre association porte la voix des femmes dans toutes les régions du Québec, défend leurs droits et permet des changements concrets dans les politiques publiques. Pour poursuivre cette mission essentielle, nous avons besoin du soutien de notre communauté.

La nouvelle campagne met de l'avant un message simple : chaque don compte et permet à l'Afeas de continuer à agir là où les besoins sont les plus pressants. Qu'il s'agisse d'outiller nos membres, de soutenir des recherches essentielles, ou d'amplifier nos revendications, votre contribution fait une différence directe.

En donnant à l'Afeas, vous investissez dans un Québec plus juste, plus égalitaire et plus solidaire. Nous vous invitons, toutes et tous, à soutenir la campagne et à partager cette initiative autour de vous. Ensemble, nous pouvons renforcer l'impact de notre mouvement et poursuivre notre travail pour faire reconnaître, valoriser et protéger les droits des femmes d'aujourd'hui et de demain.

Parce que chaque don compte, merci d'être là, solidaires et engagé.e.s

Tentez votre chance en participant au tirage moitié-moitié de l'Afeas

L'Afeas est heureuse de lancer son tirage moitié-moitié, une occasion unique de soutenir nos actions tout en courant la chance de gagner une cagnotte exceptionnelle. Achetez vos billets dès

maintenant en scannant le QR code ou en visitant : tirage.moitiemoitie.com/210. Un geste simple qui fait une différence... et qui pourrait vous faire gagner gros !

Le tirage aura lieu le 20 février 2026 à 12 heures.



Retour sur l'Opération Tendre la main 2025

Cette année encore, l'Afeas a démontré son engagement contre les violences envers les femmes et les filles. Dans le cadre de l'Opération Tendre la Main (OTM) 2025, l'Afeas provinciale a mis de l'avant des activités fortes et mobilisatrices. Cette année, nous avons notamment proposé la projection virtuelle du documentaire *Fuir* le 4 décembre, suivie d'un échange animé en collaboration avec Citad'elle. Une intervenante spécialisée s'est jointe à nous pour approfondir la discussion, offrir des outils concrets et réfléchir collectivement aux façons de mieux comprendre, prévenir et combattre les violences. Cette formule interactive a permis de rejoindre des participantes de partout au Québec et de créer un espace sécuritaire où partager expériences, questions et pistes d'action.

En parallèle, l'Afeas a lancé une tombola spéciale en partenariat avec le chanteur Dee Joyce, offrant la chance de remporter un bâton de hockey autographié par les Canadiens de Montréal. Cette initiative a permis de soutenir l'OTM tout en engageant largement la communauté dans une activité rassembleuse et accessible. Ensemble, ces actions illustrent le cœur de l'OTM : tendre la main, créer des solidarités et agir concrètement pour un Québec sans violence envers les femmes et les filles.

Coalition nationale pour l'équité du travail invisible

Un nouveau document est maintenant disponible dans la zone réservée aux membres sur le site Internet de l'Afeas – Date Phare – JTI ! Ce document présente en détail les travaux en cours de la Coalition nationale pour l'équité du travail invisible au Canada, une initiative lancée par l'Afeas. Vous y trouverez un aperçu clair des projets et des actions actuellement menés pour faire avancer la reconnaissance du travail invisible à l'échelle nationale. Une ressource essentielle pour suivre l'évolution de cette mobilisation d'envergure.





Les concours provinciaux

Par Sylvanie Nguyen, responsable de la vie associative

Participez et partagez

Chaque année, les concours provinciaux de l'Afeas représentent une occasion unique de mettre en lumière la créativité, l'engagement et les réussites des instances locales et régionales. Ces concours ne sont pas conçus pour créer de la compétition, mais plutôt pour célébrer ce que vous faites déjà avec cœur, solidarité et conviction. C'est un moment pour reconnaître vos actions, inspirer d'autres groupes et faire briller votre Afeas.

Participer est simple. Il suffit de choisir une initiative dont vous êtes fières et de remplir le formulaire de participation, disponible auprès des Afeas régionales et sur le site Internet de l'Afeas dans la section privée des membres. Rien de plus.

Vos projets méritent d'être connus

Portés avec autant de générosité et de dévouement, ils contribuent chaque jour à transformer vos communautés. Ainsi, les concours provinciaux permettent de les faire connaître et de leur donner une visibilité, tout en célébrant les efforts que vous avez déployés pour faire avancer l'égalité entre les femmes et les hommes.

Participer, c'est aussi partager ce qui fonctionne chez vous : une activité de sensibilisation, une collaboration locale, une stratégie de recrutement, un projet intergénérationnel... Ce qui fait votre force peut devenir une source d'inspiration pour d'autres instances, ailleurs au Québec.

Enfin, préparer une candidature est un bel exercice d'unité qui nourrit la cohésion et la fierté d'une Afeas : passer en revue

l'année, souligner vos réussites, choisir ce que vous souhaitez présenter... aux trois concours de cette année.

1) Initiatives recrutement — 100 \$ à remporter !

Ce concours récompense les instances locales qui se distinguent par leur créativité pour attirer de nouvelles membres : journées portes ouvertes, partenariats avec des centres communautaires, stratégies innovantes, activités découvertes... chaque initiative compte. Les Afeas locale peuvent se regrouper pour participer.

2) Prix Azilda-Marchand — 100 \$ à remporter !

Ce prix met en valeur les actions sociales menées par les instances locales ou régionales, seules ou en collaboration, qui contribuent à la mission féministe de l'organisation. Les projets sont évalués selon leur impact, leur pertinence et l'engagement démontré. C'est l'occasion parfaite de faire rayonner votre engagement dans la communauté.

3) Activités femmes d'ici — 100 \$ à remporter au local et 100 \$ à remporter au régional !

Ce concours célèbre les initiatives menées par les instances locales et régionales qui organisent des Activités femmes d'ici reflétant la vision et la mission de l'Afeas. Vous pouvez participer individuellement ou en groupe, selon deux catégories : locale ou régionale. Une belle manière de mettre de l'avant vos actions pour un changement durable et concret.

Comment participer ?

1. Consultez les formulaires de candidatures déjà disponibles dans la section privée du site Internet, ou

communiquez avec votre Afeas régionale ou provinciale pour obtenir de l'aide.

2. Respectez les critères d'admissibilité propres à chaque concours. (Disponibles dans les formulaires de candidatures).

3. Soumettez votre candidature au siège social, idéalement par courriel, avant le 31 mai 2026.

4. Les instances gagnantes recevront leur prix lors du 60^e congrès provincial.

Pour toute question, écrivez-nous à vieassociative@afeas.qc.ca ou composez le 514-251-1636.

Ensemble, faisons briller nos Afeas ! Les concours provinciaux sont avant tout une célébration de votre engagement, de votre créativité et de votre solidarité. Chaque participation — petite ou grande — contribue à faire rayonner la mission de l'Afeas partout au Québec. Alors cette année, pourquoi ne pas vous lancer ?



Chantal Hébert, journaliste

Par Joëlle Cardonne

«Une des journalistes politiques les plus connues au pays». C'est la description que l'animateur Reddy fait de Chantal Hébert à l'émission *Le goût des autres* du 4 janvier 2020 à la radio de Radio-Canada. Et il ajoute «Une de celle qu'on admire le plus, autant chez les anglophones que chez les francophones.»

Il convient d'ajouter que madame Hébert est une chroniqueuse politique connue et respectée. Elle exerce son métier depuis de nombreuses années. Elle éprouve aussi du respect pour les politiciennes et les politiciens. Elle respecte son public et, depuis toujours, lui laisse se faire sa propre idée, en leur donnant les éléments d'information pertinents et nécessaires pour qu'il arrive lui-même à sa propre conclusion. Son travail professionnel de haute qualité lui a valu en 2024 le prestigieux prix Michener-Baxter, la plus haute distinction en journalisme au Canada. Ce prix souligne son apport exceptionnel à l'évolution du journalisme canadien, tout en gardant l'intérêt du public au centre de son travail.

Une carrière dédiée au journalisme

Née à Ottawa de parents francophones québécois, Chantal Hébert est une élève talentueuse et fait de très bonnes études universitaires. Elle est parfaitement bilingue. Son père travaille à Radio-Canada et elle-même commence à y travailler durant les vacances d'été de 1975. Son destin semble scellé!

Elle sera correspondante à Queen's Park et à la colline parlementaire de la capitale canadienne. Puis, elle assume diverses chroniques politiques dans le *Ottawa Citizen* et au *Toronto Star*. Elle collabore à Radio-Canada, CBC, *La Presse*, *RDI*, *Le Devoir*, le *National Post*, et *l'Actualité* où elle tient un blogue sur le site de la revue.

En 2007, elle fait publier son livre *French Kiss: le rendez-vous de Stephen Harper avec le Québec* aux Éditions de l'homme. Le livre analyse la victoire de Stephen Harper et sa campagne de séduction de l'électorat québécois.



En 2025, elle est nommée Chevalière de l'Ordre national du Québec. Reconnue comme une figure du journalisme politique qui se démarque au Québec et au Canada, en français comme en anglais dans un milieu masculin, elle est appréciée pour ses chroniques connues pour leur impartialité et leurs angles incisifs.

Quelques citations

- «Le projet politique qui a la vie la plus dure au Québec n'est pas celui de la souveraineté, mais plutôt le rêve, tenace, d'un accommodement honorable à l'intérieur de la fédération canadienne.» (*Le Devoir*, 9 janvier 2006)
- «Ce que je fais dans la vie, c'est donner aux gens l'éclairage pour les aider à prendre leur propre décision et pas celle que je pourrais souhaiter. J'ai une grande foi dans la sagesse de l'électorat.» (*Radio de Radio-Canada*, 4 janvier 2020)
- «Quoiqu'on en dise, et sans égard aux idées des uns et des autres, les gens que je couvre en politique travaillent très fort et font des sacrifices. Ils ne sont pas là pour se faire une piasse, et parfois, ils font de grandes choses – pas toujours, mais c'est correct. Si on élisait seulement des génies, ça s'appellerait une dictature éclairée, plutôt que des gens qui nous ressemblent, qui font leur possible.» (*Radio de Radio-Canada*, 4 janvier 2020)



Sources :

Wikipédia

La Presse, Chantal Guy, *Un café avec Chantal Hébert*

Gouvernement du Québec, *Ordre national du Québec*

Les participations non gagnantes

Par Lise Courteau

Trésors de créativité des concours Afeass

Les concours de l'Afeas célèbrent le dynamisme et l'ingéniosité de nos membres, mettant en lumière des projets porteurs d'espoir et de changement. Si l'objectif ultime est souvent de remporter un prix, l'histoire de notre Association est tout aussi riche des contributions qui, sans décrocher les plus hautes distinctions, témoignent d'un engagement et d'une ferveur absolument essentiels.

Présenter une activité à un concours est déjà en soi une démarche de courage et de croissance. C'est accepter le défi, structurer et formaliser ses idées et les partager. C'est une affirmation publique de la vitalité de l'Afeas dans sa communauté.

Derrière chaque candidature se cachent des heures de travail et une vision audacieuse. Ces initiatives méritent d'être reconnues non seulement pour leur contenu, mais aussi pour l'effort qu'elles représentent. Elles forment un terreau fertile d'idées novatrices. Ces contributions, même non retenues par le jury, sont loin d'être des échecs. Au contraire, ce sont des démonstrations de force, de persévérance et de dynamisme, ainsi qu'une source d'inspiration inestimable qui enrichit profondément notre mouvement. Elles ouvrent la voie à de futures collaborations et à l'amélioration continue de nos actions.

Concours Activités femmes d'ici

Santé des femmes et nutrition

Afeas locale Granby, région Richelieu-Yamaska

Prix coup de cœur du jury

Cette rencontre de style café-causerie réunissait la Dre Marie-Hélène Luly et la nutritionniste et conseillère en santé, madame Geneviève Gagné. Ces deux invitées ont animé des discussions sur la santé des femmes africaines, le cancer du sein et l'importance de saines habitudes alimentaires.

Café-rencontre

Afeas locale Lachute, région Montréal-Laurentides-Outaouais

Rencontre virtuelle avec madame Rhéaume, intervenante de la maison d'hébergement Citad'Elle de Lachute. Cette rencontre portait sur les enjeux et défis auxquels doivent faire face les intervenantes et intervenants en maison d'hébergement pour venir en aide aux victimes et leurs enfants.

Habiter une cage ouverte : Regards sur la liberté et ses paradoxes

Afeas régionale Québec-Chaudière-Appalaches

Cette conférence dévoilait les mécanismes invisibles qui influencent nos choix, orientent nos désirs et modèlent nos aspirations. Elle visait à éveiller une réflexion sur les normes qu'on internalise, les stratégies d'évitement que nous adoptons et les conditionnements qui façonnent notre rapport au monde.

Concours Initiatives recrutement

Viens tisser des liens

Afeas locale Jean-XXIII, région Mauricie

Prix coup de cœur du jury

Journées portes ouvertes dont le but était d'intégrer des nouvelles et nouveaux arrivants, des personnes avec des limitations sociales, culturelles et financières pour faire la promotion de l'Afeas. Deux organismes ont été sollicités afin de rejoindre la clientèle ciblée.

Recrutement des nouvelles et nouveaux membres

Afeas locale L'Ancienne-Lorette, région Québec-Chaudière-Appalaches

Sensibilisation auprès de leurs membres pour qu'elles soient des représentantes de l'Association. Le public cible était des hommes et des femmes qui croient au féminisme, peu importe leur âge.

La vraie récompense

L'essence des concours Afeas dépasse le simple fait de gagner. Chaque participation est une victoire en soi, car elle signifie qu'une idée a pris forme, qu'une équipe s'est mobilisée et qu'un message a été transmis. C'est dans l'élaboration même du projet, dans l'énergie consacrée et dans la créativité que réside la valeur la plus durable. Ces contributions non gagnantes ne sont pas des parenthèses, mais des chapitres essentiels de notre histoire collective. Elles forment une banque d'expériences et de savoir-faire qui peut être partagée et réutilisée, multipliant ainsi l'impact de nos actions à travers le Québec.

Nous saluons le courage de l'initiative de chacune, car c'est cette volonté inébranlable de contribuer et d'innover qui fait la richesse incomparable de notre Association. Continuons à célébrer non seulement les lauréates, mais aussi toutes celles qui ont osé se lancer. Leur engagement est le véritable moteur de l'Afeas, et leur créativité, notre plus grand trésor.

**6000 billets
à 20\$**

**Tirage
15000 \$
en argent!**



13 février 2026

à 13 h 30

**au siège social de l'Afeas
(en direct sur Facebook)**

7 prix à gagner!

1 X 10 000 \$

1 X 2 000 \$

1 X 1 000 \$

4 X 500 \$

**SOUTENEZ LES
GROUPES AFEAS
ET CONTRIBUEZ
À NOS ACTIONS
POUR
L'AVANCEMENT
DE L'ÉGALITÉ
DES GENRES !**

RACJ: L-02269

**Profits générés en 2024: 70 179 \$ partagés
entre 153 Afeas locales, le palier provincial et
les 8 Afeas régionales: • Centre-du-Québec
• Estrie • Lanaudière • Mauricie • Montréal-
Laurentides-Outaouais • Québec-Chaudière-
Appalaches • Richelieu-Yamaska •
Saguenay-Lac-Saint-Jean-Chibougamau**

**Partage du coût
du billet (20 \$)**

- Frais fixes: 6 \$
- Profits des Afeas locales: 5 \$
- Afeas régionales: 6 \$
- Afeas provinciale: 3 \$

SECRÉTARIATS RÉGIONAUX

Équipe de rédaction

Rédaction

Lise Courteau
Joëlle Cardonne
Doris Milot
Huguette Dalpé

Couvertures / Infographie

Mélanie Loubier

Montage / Infographie

Mélanie Loubier

Coordination

Huguette Dalpé

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

Envoi de publication
No de convention : 40012171

Dépôt légal
Bibliothèque nationale du Québec 2026
Bibliothèque nationale du Canada 2026
ISBN 0705-3851
Parution : Janvier 2026



ASSOCIATION FÉMINISTE
D'ÉDUCATION ET
D'ACTION SOCIALE

La revue Femmes d'ici est publiée par l'Afeas
5999, rue de Marseille
Montréal (Québec) H1N 1K6
T. 514 251-1636
F. 514 251-9023
info@afeas.qc.ca
www.afeas.qc.ca

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

Centre-du-Québec

Doris Milot

1228, rue Dionne
Drummondville J2B 2N7
819-474-6575
info@afeascentreduquebec.ca

Estrie

5182, boul. Bourque
Sherbrooke J1N 1H4
819-864-4186
afeasestrie@videotron.ca

Lanaudière

Manon Durand

25, Avenue des Sapins
Notre-Dame-des-Prairies J6E 1C4
450-754-1119
afeasregionlanau@videotron.ca

Mauricie

Johanne Blanchette

2-580 rue Forget
Trois-Rivières G8T 6C8
819-375-5291
afeas.mauricie@hotmail.com

Montréal-Laurentides- Outaouais

Nicole Rivest

227, Boul. Iberville
Repentigny J6A 1Z5
450-581-8247
nicole.rivest@videotron.ca

Québec-Chaudière- Appalaches

Gisèle Boudreau

553, route du Petit Cap
Cap St-Ignace G0R 1H0
418-246-5535
quebecca@afeas.qc.ca

Richelieu-Yamaska

Germaine Desrosiers

5330, des Seigneurs Est
Saint-Hyacinthe J2R 1Z8
450-209-7011
Afeasregionalrichelieuyamaska@gmail.com

Saguenay-Lac-St-Jean- Chibougamau

Guylaine Maltais

208, Dequen
St-Gédéon G0W 2P0
418-345-8324
afeas02@gmail.com

Pour retour à l'expéditeur :

Siège social de l'Afeas: 5999, rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6