**La Grande Lettre**

**Le journal du Centre des femmes de Longueuil**

Numéro 2 – Mars / Avril 2023

Merci à toutes celles qui participent au journal!

Édition, mise en page et expédition : l'équipe des travailleuses

Rédaction : Émilie Bergeron-Boyer, Francine Charbonneau, Clodie Corriveau-Granger, Céline Desrosiers, Louise Desrosiers, Julie Drolet, Chantal Godin, Paulette Lamoureux, Claire Langlois, Christine Letendre, Anne-Marie Payette, Laurence Raynault-Rioux

Révision : Céline et Louise Desrosiers, l'équipe des travailleuses

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 1981

Table des matières

[Résister! 4](#_Toc128391180)

[ENTRE NOUS : Un mot du Conseil d’administration 4](#_Toc128391181)

[ENTRE NOUS : Comité créativité 6](#_Toc128391182)

[ENTRE NOUS : Remerciements des femmes qui ont assisté à la causerie de la Saint-Valentin 7](#_Toc128391183)

[Invitation : rencontre « diversité et inclusion » 8](#_Toc128391184)

[CHRONIQUE EN TANT QUE FEMME : En tant que féministe 9](#_Toc128391185)

[JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES : 8 mars 2023 - Résistances féministes 11](#_Toc128391186)

[JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES : 8 mars 2023 - Résistances féministes 13](#_Toc128391187)

[FEMMES ET ENVIRONNEMENT : Ne baissons pas les bras 17](#_Toc128391188)

[FEMMES ET ENVIRONNEMENT : Nous devons prendre soin de la planète 18](#_Toc128391189)

[FEMMES ET ENVIRONNEMENT : La récupération 20](#_Toc128391190)

[FEMMES ET ENVIRONNEMENT : Grève du communautaire pour la justice climatique et sociale 20](#_Toc128391191)

[DES NOUVELLES DE L’ÉQUIPE : Vouloir connecter avec les femmes de ma communauté 21](#_Toc128391192)

[DES NOUVELLES DE L’ÉQUIPE : L’appel d’un nouveau défi 22](#_Toc128391193)

[Donner de l'amour... aux animaux! 23](#_Toc128391194)

[POÉSIE : TDLPÉ 24](#_Toc128391195)

[CHRONIQUE LITTÉRAIRE : La mort de Mignonne - Poésie et paraboles 26](#_Toc128391196)

[Livres présentés aux dernières rencontres du Club de lecture 27](#_Toc128391197)

[CHRONIQUE CULINAIRE : Trempette aux olives 30](#_Toc128391198)

[CHRONIQUE CULINAIRE : Pâte à tarte très facile à faire et à rouler 32](#_Toc128391199)

[On veut vous lire! 33](#_Toc128391200)

[La Grande Lettre audio 33](#_Toc128391201)

[CHRONIQUE D’INFORM’ELLE : Les programmes de cohabitation intergénérationnelle entre étudiants et aînés 34](#_Toc128391202)

[LA GRANDE LETTRE : Thèmes proposés pour mai/juin 2023 37](#_Toc128391203)

[LA GRANDE LETTRE : Fonctionnement concernant la rédaction de textes 38](#_Toc128391204)

[Coordonnées 39](#_Toc128391205)

[Notre mission 39](#_Toc128391206)

[Nos valeurs 40](#_Toc128391207)

[Le conseil d'administration 40](#_Toc128391208)

[L'équipe des travailleuses 41](#_Toc128391209)

[Ressources utiles 41](#_Toc128391210)

# Résister!

Par Julie Drolet

Le slogan Résistances féministes est un appel pour que toutes se lèvent et s’engagent, prennent la parole et agissent pour un monde solidaire. Comme le dit si bien le Collectif du 8 mars, ce thème est « comme un chant de ralliement, un appel à la lutte […] Un slogan fait de nos diversités, alimenté par nos colères, nourri par notre sororité. » Nous ne pouvons qu’être d’accord avec leur cri d’alarme face à l’urgence climatique, à l’effritement de nos droits et à l’augmentation des violences à l’égard des femmes. Nous contestons également ce qui mène à la hausse des inégalités et à la montée du racisme, du sexisme et de la haine de l’autre. Plus que tout, nous voulons nous rallier, nous relier, résister ensemble pour un monde féministe. Ensemble, nos résistances peuvent faire changer les choses!

Ce numéro de La Grande Lettre invite évidemment à la résistance féministe et conscientise face aux changements climatiques. Vous y trouverez également recettes, poésie, mot du Conseil d’administration, chronique d’Inform’elle, images et mots des membres.

Bonne lecture!

# ENTRE NOUS : Un mot du Conseil d’administration

Par Anne-Marie Payette

L’hiver tire à sa fin et on a hâte au printemps au Centre des femmes de Longueuil. Vivement de retrouver le chaud soleil et la lumière chatoyante d’avril! Mais avant d’être rendues là, laissez-moi vous raconter ce qui se trame à notre Centre et ce que concoctent les membres de votre CA.

Tout d’abord, nous accueillons au Conseil d’administration une nouvelle membre de la communauté : il s’agit de Catherine Paré qui nous a découvert par l’entremise du site du Centre de Bénévolat de la Rive-Sud et qui a tout de suite été charmée par notre mission. À notre rencontre du 6 février dernier, elle se joignait à nous pour la première fois et elle a beaucoup apprécié cette nouvelle expérience (c’est la première fois qu’elle siège sur un conseil d’administration).

Nous avons aussi de nouvelles travailleuses dans l’équipe : vous avez sûrement déjà croisé Christine Letendre qui était parmi nous déjà l’an passé mais qui est depuis janvier travailleuse à temps plein au Centre. Se joint aussi à nous Laurence Raynault-Rioux qui doit nous aider à approcher des femmes issues de la diversité et des jeunes femmes. Laurence a beaucoup d’expérience en recherche et combinera son expertise à celle des travailleuses pour nous permettre d’être encore plus accueillantes et disponibles pour toutes les femmes de Longueuil.

L’équipe est en réflexion pour essayer de comprendre pourquoi certaines femmes ne sont pas revenues au Centre depuis la fin de la pandémie. Mais pas d’inquiétudes! Le Centre est toujours très vivant : beaucoup de femmes s’y présentent pour de l’aide individuelle ou pour profiter de nos services (ordinateurs, photocopieur, aide à remplir des formulaires, etc.) et le milieu de vie est visité tous les jours par nos membres. L’équipe est heureuse de voir que les membres aiment fréquenter le Centre même s’il n’y a pas d’activités auxquelles elles sont inscrites. Beaucoup de femmes semblent aussi avoir apprécié le retour d’activités plus informatives. Vous pourrez constater qu’il y en aura plusieurs autres au programme en mars-avril.

# ENTRE NOUS : Comité créativité

Par Chantal Godin

Un nouveau comité a vu le jour en janvier dernier. Le comité créativité a comme objectif d'organiser des animations créatives pour décorer le Centre lors de moments importants, tant lors de fêtes que lors de journées de mobilisation. La première activité a eu lieu le 9 février ayant comme thème la Saint-Valentin.

Voici un texte de Chantal, membre du comité qui vous présente sa coanimation avec Émilie:

Après avoir été au comité décoration en janvier, j'ai proposé de faire une activité de décoration pour la Saint-Valentin. En plus d'utiliser notre créativité pour faire des cœurs, chacune devait ajouter dans son cœur « ce que j'aime de moi, une qualité, un talent, etc. ». Ce n'est pas toujours facile, nous sommes plus habituées à remarquer nos défauts.

Par la suite Émilie, qui coanimait avec moi, nous a invitées à faire une carte avec un souhait de la Saint-Valentin qui a été remise aux participantes du dîner-causerie.

Nous avons eu beaucoup de plaisir à travailler ensemble pour embellir le Centre. Et surtout à réaliser que la Saint-Valentin n'est pas seulement pour les couples, c'est aussi pour l'amour de soi et de nos amies du Centre.

Pour celles qui sont abonnées à Facebook et qui sont actives sur les réseaux sociaux, nous nous sommes engagées au comité communication d’être plus visibles, alors surveillez plein de beaux contenus!

Surveillez les prochaines programmations pour participer aux activités du comité créativité.

# ENTRE NOUS : Remerciements des femmes qui ont assisté à la causerie de la Saint-Valentin

Par Anne-Marie Payette

Quelle belle surprise ont eu les femmes qui ont assisté à la causerie du 13 février! Non seulement la salle était toute décorée avec les créations des membres qui avaient participé au bricolage de la Saint-Valentin (animé par Chantal et Émilie), mais en plus chaque femme venant dîner avait une belle carte de la Saint-Valentin faite juste pour elle! Mes dîneuses et moi-même avons tenu à remercier nos bricoleuses pour leur gentille attention. Voici donc nos petits mots de remerciements :

« Merci d’avoir fait cette belle carte et d’avoir choisi cette belle pensée. » Francine Charbonneau

« Merci Kristine pour ton beau message de la Saint-Valentin. Ça m’a fait chaud au cœur. » Danielle Laurin

« Merci pour les cartes de la Saint-Valentin et l’activité de bricolage et les messages. » Suzanne D.

« Merci à tout le monde qui m’a écoutée pendant la convalescence de ma fille. Une chance que vous êtes là. À vous toutes, les filles, n’oubliez pas de prendre soin de vous. Je vous aime. » Josette L.

« Ce message arrive à point. Le départ de ma sœur me fait réfléchir à la qualité de ma vie de tous les jours. Le temps est précieux. » M.-Josée

« Merci pour la carte et le beau message. » Claudette Champagne

« Un gros merci à toutes nos membres qui se serrent les coudes et qui s’envoient de beaux petits mots. Je me sens toujours privilégiée de faire partie d’une si belle communauté. Merci pour les cartes et pour la déco! » Anne-Marie Payette

# Invitation : rencontre « diversité et inclusion »

Par Laurence Raynault-Rioux

Vous êtes une femme de la diversité ethnoculturelle qui fréquente le Centre des femmes de Longueuil?

Vous êtes une femme de 35 ans ou moins?

Vous êtes une femme immigrante nouvellement arrivée à Longueuil?

Votre opinion est importante pour nous!

Quels services, quelles approches ou même quels aménagements le Centre peut-il mettre en place pour stimuler l'intérêt de plus de femmes de Longueuil? Toutes les idées sont les bienvenues!

Autour d'un bon repas offert par le Centre, nous ferons une tempête d'idées afin d'identifier les activités et les mesures à mettre en place pour que le Centre des femmes de Longueuil soit plus accueillant pour les jeunes femmes, les femmes immigrantes et les femmes de la diversité ethnoculturelle. On veut vous entendre!

* Rencontre d'échanges « diversité et inclusion »
* Jeudi 13 avril, à 18h
* 1529, boulevard Lafayette, Longueuil
* Souper gratuit

Réservez votre place en téléphonant au 450 670-0111, poste 5, ou par courriel à lraynault@centredefemmeslongueuil.org

# CHRONIQUE EN TANT QUE FEMME : En tant que féministe

Par Paulette Lamoureux

Être féministe, c’est jouer un grand rôle dans l’aventure de la vie et dans une société où on doit faire sa place et se faire respecter.

Être féministe, c’est donner force et espoir à celles qui vivent dans la violence et la peur et poser des gestes concrets pour que cessent les violences faites aux femmes et aux enfants.

Être féministe, c’est agir ensemble pour faire reconnaître les droits des femmes de toutes nationalités et démontrer ce qu’elles apportent à la société au présent et pour le futur.

Être féministe, c’est continuer de revendiquer nos droits et sensibiliser nos gouvernements à financer les organismes d’aide aux femmes en difficulté et les refuges pour femmes victimes de violence conjugale.

Être féministe, c’est amener les gouvernements à améliorer les mesures en santé et en éducation, fournir des logements pour les familles à faible revenu, aider les itinérantes et contrer la pauvreté.

Être féministe, c'est vivre sa vie avec ardeur, se faire respecter et parvenir à éduquer les jeunes en leur enseignant l’importance du rôle des féministes.

Être féministe, c’est partager, aider les siens sans contrainte, savoir déléguer les tâches familiales et surtout, prendre du temps pour soi.

Être féministe au Centre des femmes de Longueuil, c’est faire partie d’un groupe de femmes engagées où des intervenantes au cœur vaillant font un travail d’équipe extraordinaire et bienveillant pour accueillir et aider les femmes à se libérer, s’émanciper et s’épanouir dans leur cheminement. C’est une mission d’entraide et de partage.

En tant que féministes, unissons nos efforts pour atteindre notre but ultime : justice, égalité et mieux-être pour toutes les femmes.

# JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES : 8 mars 2023 - Résistances féministes

Par Paulette Lamoureux

On ne clamera jamais assez haut et fort l’importance de lutter pour les droits des femmes dans le monde entier. On doit briser le silence, élever nos voix, lutter pour une société juste, égalitaire, inclusive et s’assumer en toute liberté.

Malheureusement oui, il y aura toujours des injustices, des inégalités, de la violence faite aux femmes, des féminicides et du mépris envers les femmes. On doit résister à ces ignominies et s’impliquer davantage socialement et politiquement pour faire avancer et faire valoir nos droits. Certes, ces droits légitimes, au présent et au futur, constituent un immense défi à relever pour qu’ils soient reconnus et surtout respectés : on doit lutter, persévérer et continuer de les revendiquer par tous les moyens possibles.

La liberté des femmes est et sera toujours notre priorité. On sait combien la lutte est ardue et dangereuse pour les femmes dans le monde, notamment en Afghanistan où les femmes dans la société ont un rôle très restreint et où le voile est obligatoire. L’accès à l’université, au travail de direction et à la politique est quasi impossible ou interdit; c’est d’autant plus humiliant car elles ont connu la très chère liberté qui leur est maintenant enlevée. En Iran, où la jeune Masha Amini a été tuée pour un foulard mal ajusté, où sont tuées ou emprisonnées les personnes qui manifestent, que d’atrocités commises par les autorités pour contraindre les femmes à la soumission!

Que de souffrances envers elles pour exercer leur pouvoir inhumain! Combien faudra-t-il de femmes battues, blessées, mutilées, violées ou même tuées pour démontrer l’immense cruauté de ces gestes odieux et l’injustice envers les femmes? Tous ces crimes ne doivent pas restés impunis. C’est intolérable et on se doit de les dénoncer.

Continuons d’unir nos forces et de revendiquer justice, égalité, reconnaissan-ce et surtout amélioration des conditions de vie. On doit protéger les femmes, contrer la violence, donner accès à des logements sociaux abordables, aider les plus vulnérables, augmenter le pouvoir de vivre dans l’harmonie et dans la paix au quotidien.

Lutter, résister à toute menace, contrainte, violence et soumission est notre devoir en tant que femmes pour se faire reconnaître et se faire apprécier de la famille et de la société. La solidarité est notre force et nous atteindrons nos objectifs.

# JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES : 8 mars 2023 - Résistances féministes

Par Céline Desrosiers

Cette année, le thème de la Journée internationale des droits des femmes est : Résistances féministes. Quel sens pouvons-nous donner à ces mots? Nous comprenons qu’il s’agit de l’opposition à ce qui contrevient aux droits des femmes, à la dénonciation de situations qui briment les revendications des femmes ainsi que le refus de se plier à des autorités antiféministes.

Parmi de multiples situations qui peuvent illustrer le thème choisi, nous en privilégions une : la résistance des femmes iraniennes au régime politique et religieux de leur pays. De nombreuses manifestations suite au décès de Mahsa Amini en septembre dernier ont fait les manchettes à travers le monde. Cette jeune femme de 22 ans a été arrêtée pour « port de vêtements inappropriés » et est décédée trois jours plus tard dans un hôpital. Les causes réelles de sa mort ne sont pas encore connues. La police des mœurs est responsable de l’arrestation de Mahsa Amini. Cette organisation est « chargée de faire respecter le code vestimentaire » et « de remettre les femmes sur le droit chemin ». Pendant que des hommes conduisent des camionnettes, des femmes à l’arrière surveillent la conformité de l’habillement des femmes. La répression vécue par les Iraniennes dépasse leur façon de s’habiller. Les autorités veulent que les femmes restent à la maison et qu’elles se couvrent complètement lorsqu’elles circulent dans l’espace public. (1) Quoi de mieux pour rendre les femmes totalement invisibles!

La répression féroce des autorités a pour but de semer la peur et d’arrêter la résistance. Cela se manifeste avec des arrestations, des tortures, des condamnations rapides et des exécutions dans un pays où la peine de mort sévit encore. (2) Malgré le climat actuel, des milliers de femmes, appuyées par des hommes, sont descendues dans la rue en revendiquant fermement leur liberté en scandant : Les femmes, la vie, la liberté! (3) Des femmes ont brûlé leur hijab (voile islamique) qui doit être obligatoirement porté en public. (4) Voilà un exemple de résistance féministe.

Les Iraniennes n’en sont pas à leur première résistance. En effet, peu avant l’arrivée de l’ayatollah Khomeni, en 1979, appuyé par une bonne partie de la population, des femmes et des hommes traditionalistes, des femmes avaient manifesté, le 8 mars 1979, afin de protester contre l’obligation de porter le hijab et le recul de leurs droits.

Des avancées avaient été faites auparavant dans une société qui tendait à la modernisation : le droit de vote pour les femmes en 1963, l’accès aux études universitaires et à des postes ministériels. Sous le régime politique et religieux qui s’est ensuite mis en place, il y a 44 ans, plusieurs de ces gains ont été perdus, sauf le droit de vote qui malheureusement influence peu la dictature. Le régime politique s’est appuyé sur la domination religieuse en prenant pour cibles les femmes afin de revenir à la « pudeur » du pays et en exigeant de ce fait, le port du voile islamique. (5)

La combativité des femmes iraniennes nous apprend l’importance de lutter pour les droits des femmes, ici et ailleurs. Nous faisons des gains et nous subissons des reculs, d’où l’importance de résister. Par des paroles et des gestes, de façon personnelle et collective, nous nous impliquons dans les résistances féministes, aujourd’hui et demain. Toutes les actions, petites et grandes, comptent.

Sources

**(1)** Benjamin Beraud, « Décès de Mahsa Amini en Iran : comment la police des mœurs surveille les femmes », Tv5 Monde, 19 septembre 2022, mis à jour 4 décembre 2022. Les informations contenues dans le 2e paragraphe proviennent de cet article.

<https://information.tv5monde.com/info/deces-de-mahsa-amini-en-iran-comment-la-police-des-moeurs-surveille-les-femmes-471979>

(**2)** « Iran : les autorités annoncent l’amnistie de milliers de prisonniers », Le Monde, 5 février 2023. Et « Iran Plus de 50 personnes ont été exécutées depuis le début de l’année », La Presse, Agence France-Presse, 27 janvier 2022. Selon les informations reçues, 20 000 personnes ont été arrêtées durant l’automne 2022 et plus de 500 ont été tuées. Seulement depuis janvier 2023, 55 personnes ont été exécutées. On ne connaît pas le nombre de personnes, femmes et hommes, qui seront relâchées.

<https://www.lemonde.fr/international/article/2023/02/05/les-autorites-iraniennes-annoncent-l-amnistie-de-milliers-de-prisonniers_6160643_3210.html>

<https://www.lapresse.ca/international/moyen-orient/2023-01-27/iran/plus-de-50-personnes-ont-ete-executees-depuis-le-debut-de-l-annee.php>

**(3)** Haut-Commissariat des Nations Unies aux droits de l’homme (HCDH), « Les femmes, la vie, la liberté ! » : une militante poursuit son combat pour les droits des femmes », 29 novembre 2022. « Toutes les femmes et tous les hommes qui marchent côte à côte et qui réclament une vie libre pour les femmes ont très bien compris que la femme c’est la vie et que la vie ne consiste pas à être vivant, mais à être libre. »

<https://www.ohchr.org/fr/stories/2022/11/woman-life-freedom-activist-continues-her-fight-womens-rights>

**(4)** Benjamin Beraud, Ibid.

**(5)** Lou Chabani, « Iran : retour sur l'évolution de la condition féminine », National Geographic, 4 novembre 2022. Les informations contenues dans le 4e paragraphe proviennent de cet article.

<https://www.nationalgeographic.fr/histoire/2022/10/iran-retour-sur-levolution-de-la-condition-feminine>

# FEMMES ET ENVIRONNEMENT : Ne baissons pas les bras

Par Claire Langlois

En tant que femme, je me sens concernée face à l’environnement. D'une certaine manière, nous vivons quand même dans un pays où il fait bon vivre. Pas de guerre, pas de famine ni de forêts dévastées par le feu ou les insectes. Bien sûr, il y a des arbres qui meurent. Il y a aussi des chevreuils qui sont en train de saccager les endroits comme le Parc régional de Longueuil, mais ce n’est quand même pas une épidémie ou un tsunami.

Nous constatons aussi en écoutant les nouvelles à la télé que notre planète ne va pas si bien que cela, mais le bon côté c’est que plus de monde en prend conscience et plus de monde pose des gestes pour y remédier. Par exemple, des biologistes prennent soin de préserver les cours d’eau, les forêts et même les animaux en voie de disparition.

Plus près de nous, un geste très anodin comme fermer le robinet d’eau quand on se lave les dents a un impact sur l’environnement.

Récupérer dans le bac à recyclage les cartons, bouteilles de verre et de plastique, sacs en papier et j’en passe, fait une différence autour de nous.

L’environnement c’est aussi l’affaire des compagnies qui déversent des produits toxiques dans les cours d’eau.

C’est l’affaire des gouvernements de conscientiser ces gens, surtout ces compagnies. Mais il faut quand même mettre notre grain de sel là-dedans.

Bien sûr, on se sent bien impuissante face à tout cela, mais ce n’est pas une raison pour abandonner. Ne baissons pas les bras et agissons. Par exemple, si nous utilisons les transports en commun, cela nous amène à moins polluer. N'hésitons pas à en parler à nos enfants qui peuvent aussi être conscientisés.

# FEMMES ET ENVIRONNEMENT : Nous devons prendre soin de la planète

Par Paulette Lamoureux

On est devant les changements climatiques, les catastrophes écologiques et les cataclysmes. Pour assainir et protéger l’environnement il faut agir, réduire les émissions de gaz à effet de serre et la pollution et prendre en urgence les grands moyens en posant des gestes concrets et efficaces.

La planète est malade, polluée, exploitée à outrance par les industries au nom de l’économie et de la richesse. Nous traversons des temps difficiles où les crises environnementales, économiques et sociales sont présentes. L’abus des ressources qu’on a cru inépuisables nous fait subir les terribles conséquences de la surexploitation et du non-respect de la Nature. On n’a qu’à consulter les statistiques pour s’en rendre compte.

L’écosystème est débalancé, la déforestation met la faune et la flore en péril. La pollution est extrêmement nocive pour la santé des êtres vivants. Le monde entier doit s’impliquer davantage pour assainir à tout prix l’air ambiant et l’eau des océans et cours d’eau qui sont sources de vie. Aider et secourir les pays les plus démunis et leur fournir une aide financière indispensable à une meilleure qualité de vie s'avère nécessaire.

Et nous, les femmes, quelles solutions avons-nous? Se conscientiser, s’unir, agir et se responsabiliser par des actions concrètes. L’environnement malsain et l’air de plus en plus pollué nous amènent à modifier nos habitudes de consommation et une modération dans notre quotidien.

Certes, la tâche est colossale mais il faut persévérer. Chaque goutte d’eau dans l’océan est importante et doit être protégée. Chacune de nos actions doit être réfléchie et sensée. On doit aussi penser à nos générations futures.

Comment y arriver? Pratiquer la modération dans tout, faire des choix écologiques et économiques et utiliser des énergies renouvelables. Prendre les transports en commun, le vélo ou faire du covoiturage. Éviter le gaspillage de l’eau du robinet et de la nourriture, trier nos articles et leur donner une deuxième vie en les recyclant. Prolonger la durée de vie de nos appareils ménagers, articles de maison et ne pas consommer sans nécessité. À l’épicerie, il faut profiter des spéciaux et miser sur les fruits, les légumes, encourager les produits frais de la ferme. Échanger des recettes et préparer des plats, consommer moins de viande et réduire ses portions. Choisir des loisirs en plein air et aller marcher. Chaque geste posé et chacune de nos décisions sont bénéfiques pour garder l’espoir de respirer l’air pur et pour vivre en santé.

Prends bien soin de la Nature et elle te le rendra au centuple.

# FEMMES ET ENVIRONNEMENT : La récupération

Par Francine Charbonneau

Moi, j'aime beaucoup faire de la récupération. Ça me permet de réduire mes déchets et de nettoyer l'environnement.

Je vais vous donner les chiffres des articles en plastique que nous pouvons récupérer. Les numéros 1 à 7 le sont, sauf le 6 qui est le styromousse.

J'espère qu'en vous donnant ces renseignements, ça vous donnera le goût de faire de la récupération comme moi.

# FEMMES ET ENVIRONNEMENT : Grève du communautaire pour la justice climatique et sociale

Par Christine Letendre

Le 21 février dernier, plus d'une cinquantaine de personnes ont bravé le froid et se sont rassemblées à Varennes devant le bureau de Mme Suzanne Roy, ministre de la Famille et responsable de la région de la Montérégie. Elles sont venues dénoncer l'inaction du gouvernement face à la crise climatique et exiger qu'il réinvestisse dans le filet social pour réduire les inégalités sociales.

Conscientes de l'urgence d'agir pour la justice climatique et sociale, les femmes du Centre des femmes de Longueuil estiment que le temps des paroles est révolu, il faut maintenant des actions concrètes! Cette manifestation était organisée par la Table régionale des organismes volontaires d'éducation populaire (TROVEP) de la Montérégie.

# DES NOUVELLES DE L’ÉQUIPE : Vouloir connecter avec les femmes de ma communauté

Par Laurence Raynault-Rioux

Bonjour à toutes! Il me fait plaisir de joindre le Centre des femmes à titre de chargée de projet Inclusion et diversité. Mon mandat sera de chercher à connaître pourquoi certaines femmes ne fréquentent pas vraiment le Centre, entre autres les femmes des diversités sexuelles, ethnoculturelles et les jeunes femmes.

Cela fait quelques années que je travaille dans le milieu communautaire, ayant fait mes premiers pas dans un regroupement national. La mission du Centre des femmes de Longueuil est très inspirante et il me fait plaisir de joindre une équipe aussi politisée et engagée.

N'hésitez pas à venir me parler de chats, de comédies musicales ou de votre dernière histoire de date quand vous passerez au Centre! Au plaisir de militer avec vous.

lraynault@centredefemmeslongueuil.org / 450 670-0111, poste 5

# DES NOUVELLES DE L’ÉQUIPE : L’appel d’un nouveau défi

Par Josée Demers

C’est avec le cœur gros que je vous annonce mon départ du Centre des femmes de Longueuil.

J’ai eu l’immense plaisir de vous côtoyer au cours des quatre dernières années. Grâce et avec vous, j’ai ri, j’ai appris, j’ai été touchée et j’ai grandi. En quatre ans, j’ai vu des femmes arriver, partir, revenir…… Mais, plusieurs d’entre vous étaient membres bien avant mon arrivée et je comprends pourquoi! Au Centre, il y a une belle solidarité, une force du groupe et des valeurs féministes communes qui nous unissent. Je n’aurais pas pu rêver d’un meilleur accueil de la part de mes collègues.

Je m’en souviens comme si c’était hier, hier il y a quatre ans déjà!

Merci à vous toutes membres et collègues pour toutes ces belles années.

Féministement!

# Donner de l'amour... aux animaux!

Par Émilie Bergeron-Boyer

Lorsque l’on m’a demandé d’écrire un article sur mon bénévolat auprès d’un refuge animalier, ça m’a tout de suite enthousiasmée. J’avais hâte d’expliquer à quel point ces trois heures par semaine me font du bien, à moi et à tant de petites bêtes attachantes.

L’idée m’est venue, il y a deux ans, lorsque j’ai adopté ma petite dernière, Juliette, dans un refuge animalier. Je me suis dis que ces petits bêtes devaient tellement manquer d’amour et de contacts humains, abandonnées dans leurs petites cages. C’est à ce moment que la gentille animalière m’a expliqué qu’il y avait des bénévoles qui venaient leur donner des câlins et jouer avec eux, en matinée et en après-midi. Cela m’a énormément parlé et je me suis dit que moi aussi je pouvais faire une différence. Mais j’étais loin de réaliser à quel point ce serait eux qui m’apporteraient le plus de bien.

Lorsque vient le mercredi matin et que je dois me lever, beau temps mauvais temps, pour aller donner de l’amour et câliner ces adorables chats, j’ai toujours le cœur léger. Quand j’arrive et que je jase avec le très loquace Mallow, que je donne des câlins à mon tendre Salmon et une poignée de gâteries à mon gourmand Henri, cela me remplit de bonheur. J’apprends à les apprivoiser, je connais leur passé, je suis empathique à leurs sentiments. Et puis, même si je m’attache et que je voudrais tous les adopter, mes yeux se remplissent de larmes et mon cœur de joie lorsque je vois le mot ‘’Adopté’’ sur le site web, comme la semaine dernière où j’ai fait mes adieux au beau Machu. Une nouvelle aventure l’attendait et je savais qu’il saurait remplir de bonheur une autre famille! C’est aussi ça, mon bénévolat à Proanima, savoir les laisser partir et ne leur souhaiter que le meilleur.

**Saviez-vous que...**

[Proanima](https://www.proanima.com/fr/) peut offrir l'hébergement temporaire d'un animal dans certains cas d'urgence, par exemple en raison de violence conjugale ou pendant un séjour en centre de désintoxication, si la place disponible au refuge le permet.

Ce sont les organismes ou professionnels intermédiaires (intervenants sociaux, maisons d’hébergement, personnel médical, service de police ou autres) qui peuvent contacter Proanima dans le cas où des personnes ont besoin d’aide avec leur animal.

# POÉSIE : TDLPÉ

Par Anne-Marie Payette

Vivre avec une maladie mentale peut parfois être difficile. On se sent seule et différente, et on n'est pas toujours à l’aise de parler de ce que l’on vit. Mais parfois, partager fait du bien, alors je vous raconte ce qu’est mon quotidien en vivant avec un trouble de la personnalité évitante (TDLPÉ).

Cette peur tragique qui s'emballe en moi

Ils ne m'aimeront plus, ils ne m'aimeront pas

Les mots d'amour partagés volent en éclats

Ma tête les connaît, mais mon cœur n'y croit

On me serre, on m'enlace, même on me chérit

On me raconte fierté et m'appelle son amie

Mais dans la souffrance, mon esprit tout oublie

Le doute s'installe en moi comme une douce folie

Je m'enlise dans la crainte, l'indomptable mépris

La certitude d'être celle que l’on juge sans répit

Et qui mérite chaque once de ce qui la salit

Jamais à la hauteur, une honte à l'infini

Et dans cette terreur, j'ai peur et je m'enfuis

Mieux vaut errer pour l'heure que risquer d'être haïe

Lutter contre les voix qui ne me sont qu'aigries

Lutter contre l'horreur de tout perdre aujourd'hui

Et pourtant, et pourtant, suis jamais rassasiée

Besoin d'approbation, besoin d'être rassurée

Être fille, être amie, être digne d'être aimée

Comment puis-je être aimable? Comment être désirée?

J'imagine des besoins que je comble sans tarder

Pour prouver ma valeur et pour la mériter

Vais au devant des autres, m'empresse tout de suite d'aider

Je ne sais plus que faire pour être validée

Pardonnez l'insistance de l'insécurité

Laissez-moi m'habituer à cesser de douter

Je bâtis ma raison à coup d'intimités

Créer de l'expérience pour tronquer l'anxiété

Répéter, répéter qu'on aime autour de moi

Cette petite fille timide perdue dans son effroi

Je grandis tous les jours, juste un pas à la fois

Pour révéler un jour la véritable moi

# CHRONIQUE LITTÉRAIRE : La mort de Mignonne - Poésie et paraboles

Par Anne-Marie Payette

Mignonne, jument qui normalement traîne derrière elle une calèche dans les rues de Montréal, se retrouve soudain libre et, pleine d’ivresse, court et court encore jusqu’à ce que l’épuisement et l’émerveillement aient raison d’elle. Cette première nouvelle du recueil La mort de Mignonne de Marie-Hélène Poitras, nous plonge immédiatement dans l’ambiance de ce volume où se mélangent paraboles et poésie. Si chaque histoire se veut une simple tranche de vie, la plume de Marie-Hélène Poitras l’élève d’humble anecdote à une aventure dont nous lectrices déterminons le sens et choisissons combien le texte nous touche.

Les sujets sont ici très variés : dans La beauté de Gemma, on nous raconte comment une jeune femme à l’apparence singulière, ladite Gemma, est dénichée par une photographe de mode. Cette photographe va tenter de redéfinir par l’influence de la jolie jeune fille le sens de la beauté au détriment des conventions et de l’avenir de Gemma. Dans Grunge, une adolescente se rebelle, passant ses journées avec ses ami.E.s et un garçon plus vieux pour qui elle a le béguin. Elle enfreindra les règles qui ne lui conviennent pas et découvrira dans cette révolte le vrai sens de la loyauté et de l’amitié là où elle s’y attend le moins. La maison nous parle de ce qui reste dans les murs d’une demeure abandonnée après qu’un drame s’y soit produit. Dans Comme la renarde à trois pattes, des ami.E.s réuni.E.s dans un chalet en forêt font le point sur leur vie. En parallèle, une renarde est prise dans un piège à ours à l’extérieur de leur cabane. La renarde est-elle la seule enchaînée ou les humain.E.s se sont-ils autant enchaînés à leur quotidien? Jusqu’où ces ami.E.s et la renarde seront-ils prêts à aller pour se libérer?

La mort de Mignonne peut nous pousser à la réflexion et à la contemplation, comme elle peut simplement nous divertir avec ses anecdotes semblant anodines. Ce livre nous révèle le talent de Marie-Hélène Poitras pour créer de petits mondes complexes où l’on plonge un court instant. Son passé de cochère de calèche dans les rues de Montréal (avant que la pratique soit interdite en 2019) nous fait découvrir une réalité que l’on n'imaginait pas. On devine par ses récits que la vie de l’autrice a été précaire à certains moments, mais voyant son talent d’écriture se révéler ici, nous lui souhaitons de longues années en tant qu’autrice qui saura nous inspirer.

Marie-Hélène Poitras, La mort de Mignonne et autres histoires, Éditions Alto, 2017, 192 pages.

# Livres présentés aux dernières rencontres du Club de lecture

Par Céline et Louise Desrosiers

Les livres précédés d’un astérisque (\*) sont disponibles à la bibliothèque du Centre des femmes.

**Astier**, Alexandre et Steven **Dupré**, Kaamelott. 1, L'armée du Nécromant, Paris, Casterman, 2006, 48 p.

\***Barbeau-Lavalette**, Anaïs, La femme qui fuit, Montréal, Éditions Marchand de feuilles, 2015, 378 p.

**Besson**, Philippe, Ceci n’est pas un fait divers, Paris, Julliard, 2023, 203 p.

**Blackwood**, Algernon, The Wendigo, (1910) dans Algernon **Blackwood**, Best ghost stories of Algernon Blackwood, New York, Dover Publications, 1973, 366 p. Version anglaise audio de 2 h : <https://www.youtube.com/watch?v=TKowNI-vYtA>

**Brantenberg**, Gerd, Les filles d’Égalie, Paris, Zulma, 2022, 375 p.

**Charlton**, Victoria et Alexandre **Soublière**, Et tombent les têtes, Montréal, Les Éditions de l’Homme, 2021, 246 p.

**Chizmar**, Richard, À la poursuite du croquemitaine, Paris, Le livre de poche, 2022, 429 p.

**Couture**, Mélanie, 21 amants : sans remords ni regrets, Montréal, Recto verso, 2014, 254 p.

**Dubois**, Amélie, Le gazon… plus vert de l’autre côté de la clôture?, Marieville, Les Éditeurs réunis, 2018, 417 p.

**Dumont**, Micheline, De si longues racines, Montréal, Les Éditions du Remue-ménage, 2022, 266 p.

**Demeule**, Fanie, Highlands, Montréal, Québec Amérique, 2021, 181 p.

**Desabysses**, Arielle, 14 ans et portée disparue, Boucherville, Éditions de Mortagne, 2015, 259 p.

\***Fontaine**, Naomi, Manikanetish : Petite Marguerite, Montréal, Mémoire d'encrier, 2017, 140 p.

\***Fontaine**, Naomi, Shuni : ce que tu dois savoir, Julie, Montréal, Mémoire d’encrier, 2019, 158 p.

\***Gervais**, Lisa-Marie et Marie-Noëlle **Hébert** (illustrations), Un grand moment dans la vie de Françoise David : la marche Du pain et des roses[,](https://bibliotheques.longueuil.quebec/uhtbin/cgisirsi.exe/?ps=IGgldBUTnP/VGDOR/218180132/18/X245/XTITLE/Un+grand+moment+dans+la+vie+de+Fran%E7oise+David+:) Montréal, Atelier 10, 2022, 47 p.

**Gravel,** François, Le deuxième verre, Montréal, Éditions Druide, 2022, 154 p**.**

**Jonasson,** Ragnar, Dix âmes, pas plus, Paris, Éditions de La Martinière, 2022, 344 p. (Roman traduit de l’islandais)

**Matios**, Maria, Daroussia la douce, Paris, Gallimard, 2015, 194 p. (Roman traduit de l’ukrainien)

**Matsumoto**, Taiyo, Les chats du Louvre, Paris, Louvre éditions et Futuropolis, 2017. (Livre illustré traduit du japonais)

**Navarro**, Brenda, Maisons vides, Montréal, Mémoire d’encrier, 2021, 184 p. (Roman mexicain traduit de l’espagnol)

**Perlman**, Eliott, Ambiguïtés, Paris, Laffont, 2005, 645 p.

**Pésémapéo Bordeleau**, Virginie, Les enfants lumière, (pp. 55-67) dans Michel **Jean**, Wapke : nouvelles, Montréal, Stanké, 2021, 209 p.

**Pinson**, Claire, Le guide Marabout des plantes dépolluantes : agir pour purifier l’air dans la maison, Paris, Marabout, 2009, 143 p.

**Sai Maa**, Lakshmi Devi, Vivre sa pleine conscience : guide et enseignements, Montréal, Édition La Semaine, 2015, 205 p.

**Tagaq**, Tanya, Croc fendu, Québec, Alto, 2019, 201 p.

**Tarzibachi**, Adelle, Les Filles Fattoush : la cuisine syrienne : une cuisine de cœur, Montréal, KO éditions, 2021, 200 p.

# CHRONIQUE CULINAIRE : Trempette aux olives

Par Anne-Marie Payette

Une trempette chaude, à servir avec des chips de maïs ou des craquelins, qui plaît beaucoup et qui est parfaite quand on reçoit. 10-12 portions

**Ingrédients**

* 2 paquets de 8 onces (250 g) de fromage à la crème
* 1 tasse (250 ml) de mayonnaise
* 1 pot de 375 ml d’olives vertes tranchées, égoutté
* 1/2 c. à thé (3 ml) de poudre d’oignon
* 1/2 c. à thé (3 ml) de poudre d’ail
* 1/2 c. à thé (3 ml) de poivre
* 1 tasse (250 ml) de fromage cheddar fort ou extra fort, râpé

**Préparation**

* Préchauffer le four à 350 F (180 C).
* Dans un grand bol, déposer les briques de fromage à la crème et les laisser tempérer.
* Lorsque le fromage est malléable, mélanger vigoureusement avec la mayonnaise afin d’obtenir un mélange grossier.
* Ajouter les olives, la poudre d’oignon, la poudre d’ail et le poivre. Bien mélanger à nouveau.
* Ajouter la moitié du fromage râpé et mélanger une dernière fois.
* Verser dans un plat allant au four de 13 po x 9 po (33 cm x 23 cm).
* Répartir le reste du fromage sur le dessus. Cuire au four pendant 20 à 30 minutes, jusqu’à ce que le pourtour bouillonne et que le fromage sur le dessus soit fondu et légèrement gratiné.

# CHRONIQUE CULINAIRE : Pâte à tarte très facile à faire et à rouler

Par Paulette Lamoureux

**Ingrédients**

* 2/3 tasse de shortening
* 1/2 tasse d’eau bouillante
* 1 c. à thé de sel
* 2 tasses de farine tout usage
* 1 c. à thé de poudre à pâte

**Préparation**

* Mettre le shortening dans un bol; ajouter l’eau bouillante et battre au batteur rotatif jusqu’à consistance crémeuse et froide.
* Mélanger farine, sel et poudre à pâte et ajouter au shortening en une seule addition et remuer pour bien mélanger.
* Travailler la pâte légèrement en un disque.
* Rouler et placer dans un moule à tarte.

Donne 2 fonds de tarte de 8 ou 9 pouces ou une tarte de 9 pouces à deux croûtes.

# On veut vous lire!

Par le comité de La Grande Lettre

La Grande Lettre, c'est un journal PAR et POUR! Ça veut dire que toutes les femmes peuvent soumettre un texte pour le journal.

Vous êtes encore hésitante? Pour vous dégêner, le comité de La Grande Lettre vous invite à écrire quelques lignes sur le sujet suivant : « Racontez-nous une belle rencontre que vous avez faite en décidant de vous ouvrir aux autres. »

Les textes reçus seront publiés dans la chronique « On veut vous lire » de la prochaine édition du journal.

Vous pouvez remettre votre texte :

* par courriel (cletendre@centredefemmeslongueuil.org),
* par la poste (1529, boul. Lafayette, Longueuil, J4K 3B6),
* ou en personne au Centre.

Date limite pour envoyer votre texte : lundi 24 avril 2023

Pour plus d'information concernant la rédaction des textes, consultez la page 38.

# La Grande Lettre audio

La Grande Lettre débarque bientôt dans vos oreilles!

Afin d'être accessible à un plus grand nombre de femmes, il sera possible d'écouter les textes du journal sur notre site et sur une plateforme dédiée à la baladodiffusion. Nous vous informerons dès que ce sera en ligne.

Si vous souhaitez être lectrice pour La Grande Lettre audio, contactez-moi au 450 670-0111, poste 4, ou par courriel à cletendre@centredefemmeslongueuil.org

# CHRONIQUE D’INFORM’ELLE : Les programmes de cohabitation intergénérationnelle entre étudiants et aînés

Par Clodie Corriveau-Granger, 2017

Révisé par Me Yves Dallaire, 2022

Jean est professeur de français au secondaire à Baie-Comeau. La mère de Jean qui habite à Québec se retrouve seule à la suite du décès de son mari et elle est craintive de rester seule dans sa maison qui par ailleurs coûte cher à chauffer. Jean serait rassuré de savoir que sa mère n’est pas seule. Il offre à un de ses étudiants qui va étudier à Québec au mois d’août, l’option de cohabiter avec sa mère.

Une situation financière précaire peut empêcher l’accès de certaines personnes à un logement convenable ou risquer de leur faire perdre leur maison. L’option de louer une chambre à un étudiant est un moyen de boucler les fins de mois et de briser la solitude des personnes vivant seules. Si vous êtes intéressé par ce type de cohabitation et que vous ne connaissez personne de votre entourage immédiat, il existe maintenant au Québec des programmes de jumelage coordonnés par des organismes spécialisés pour mettre en contact des étudiants disposés à cohabiter avec un aîné qui est prêt à partager sa résidence moyennant une contribution financière. C’est souvent moins cher qu’un appartement pour l’étudiant et ça rend service à une personne âgée. Par ailleurs, lorsque les repas sont inclus, l’étudiant profite souvent des talents et de l’expérience culinaires de son hôte, ce qui est très soutenant et réconfortant en période d’examens.

**Cohabitation intergénérationnelle**

Phénomène répandu en Europe, la cohabitation intergénérationnelle prend de l’essor au Québec. Des initiatives ont été déployées depuis quelques années à Montréal, Longueuil, Sorel, Laval et ailleurs en région où des jumelages d’habitation entre aînés et étudiants ont été mis en place. Plus concrètement, il peut s’agir d’un aîné qui offre une chambre à prix réduit à un étudiant en échange de certains services, comme faire des courses à l’épicerie, la tonte du gazon ou le déneigement de la cour. Cette cohabitation intergénérationnelle permet aux personnes aînées de demeurer chez elles plus longtemps, sécurisées par la présence à la maison d’un adulte prêt à rendre quelques services, tout en profitant d’un avantage financier pour équilibrer son budget.

L’étudiant qui souhaite un environnement familial paisible et pas trop coûteux pour étudier gagne aussi à partager la vie du propriétaire et à avoir accès aux commodités et au confort d’une maison. Outre l’échange de services convenu entre le propriétaire et l’étudiant, la communication qui se développe entre les générations est habituellement profitable à tous.

Le jumelage est fait selon les intérêts et les affinités des individus, et plusieurs étapes sont franchies avant la réalisation de l’entente. Une rencontre individuelle, une visite du logement, une vérification des antécédents judiciaires et la signature d’un protocole d’entente sont mises en place. Également, un suivi continu est effectué afin de s’assurer que l’harmonie règne entre les deux individus.

Bien que la cohabitation intergénérationnelle soit encore marginale au Québec, il s’agit d’une mesure qui devrait gagner en popularité. Elle permet non seulement de briser l’isolement, mais aussi de favoriser l'entraide entre les générations. La rapide progression du coût de la vie et la crise actuelle du logement sont des éléments qui devraient favoriser davantage cette option.

Voici quelques exemples d’organismes qui offrent du soutien à ce type de cohabitation:

* [La Maisonnée](https://www.lamaisonnee.org/services/accueil-integration-et-programmes-speciaux/les-habitations-partagees/) (région de Montréal, surtout pour accompagnement et intégration des immigrants - Les habitations partagées - cohabitation intergénérationnelle ou interculturelle)
* [Combo2Generations](http://combo2generations.com)

(Montréal et régions)

* [Action logement Pierre-de-Saurel](https://actionlogementpds.wordpress.com)
* [CohabitAction](https://actionlogementpds.wordpress.com/cohabitaction/) (Sorel)

**Notes**

L’information contenue dans le présent article est d’ordre général. Chaque situation mérite une analyse spécifique. Pour de plus amples renseignements concernant le droit familial, téléphonez à la ligne d’information juridique d’Inform’elle 450 443-8221 ou au 1 877 443-8221 (sans frais) ou consultez une personne exerçant la profession d’avocat ou de notaire.

Règle d’interprétation : la forme masculine peut inclure le féminin et vice versa.

# LA GRANDE LETTRE : Thèmes proposés pour mai/juin 2023

* S'ouvrir aux autres
* Les différentes facettes de la maternité : du désir d'être mère à la pression sociale
* Sujet libre

Date de tombée : 24 avril 2023

Ces thématiques vous inspirent? Venez en parler, échanger autour de ces thèmes lors des ateliers de La Grande Lettre :

* Mercredi le 15 mars à 13h30 au Centre
* Mercredi le 12 avril à 9h30 au Centre

Après avoir pris connaissance du fonctionnement concernant les textes à remettre pour La Grande Lettre, vous pouvez nous les faire parvenir à l’adresse courriel suivante : cletendre@centredefemmeslongueuil.org

# LA GRANDE LETTRE : Fonctionnement concernant la rédaction de textes

1. Toutes les femmes peuvent écrire dans le journal, même si elles ne participent pas aux ateliers de La Grande Lettre.
2. La longueur du texte peut être d’une page recto/verso (+ ou -) écrite à la main ou une page écrite au traitement de texte.
3. Il est possible d’ajouter une photo ou une image au texte.
4. Le texte envoyé pourrait paraître dans le journal suivant, faute de place, ou si plusieurs textes ont été envoyés par la même personne.
5. La priorité sera donnée aux textes portant sur les thématiques proposées. De plus, un sujet libre permet de vous laisser porter par votre inspiration.
6. Si cela est nécessaire, une travailleuse peut vous demander de raccourcir un texte.
7. Un texte qui va à l’encontre des valeurs du Centre des femmes (voir la dernière page de LGL ou disponibles au Centre ou sur le site internet du Centre) pourrait être refusé, avec une explication de la part d’une travailleuse.
8. La correction des textes sera faite par des bénévoles et l’équipe des travailleuses.
9. La date de tombée est à surveiller dans La Grande Lettre.
10. Toutes les membres peuvent recevoir le journal gratuitement par courriel ou en venant le chercher au Centre des femmes. Pour le recevoir par la poste, une contribution de 12$ est demandée afin de payer les frais postaux.

# Coordonnées

Centre des femmes de Longueuil

1529, boulevard Lafayette

Longueuil (Québec) J4K 3B6

Téléphone : 450 670-0111

Télécopieur : 450 670-9749

info@centredefemmeslongueuil.org

# Notre mission

Nous bâtissons ensemble une communauté féministe et solidaire, qui reflète toutes nos diversités. Le Centre des femmes de Longueuil est notre lieu d’appartenance accueillant et sécuritaire. C’est un lieu d’éducation populaire féministe intersectionnelle. Nous nous y entraidons et nous y engageons pour déployer notre pouvoir d’agir individuel et collectif.

Nous réclamons notre place et exigeons le respect.

# Nos valeurs

Autonomie - Engagement - Justice sociale - Respect – Solidarité

# Le conseil d'administration

Manon Bessette, secrétaire-trésorière

Stéphanie Corbeil, administratrice

Audrey Lapierre, administratrice

Catherine Paré, administratrice

Anne-Marie Payette, vice-présidente

Cécile Roy, présidente

Nathalie Pomerleau, représentante des travailleuses

Julie Drolet, coordonnatrice

# L'équipe des travailleuses

Josée Demers, adjointe administrative

Julie Drolet, coordonnatrice

Angélie Jacques, intervenante

Sarah Legault, stagiaire

Christine Letendre, organisatrice communautaire

Lucie McKay, intervenante

Nathalie Pomerleau, intervenante

Laurence Raynault-Rioux, agente de projet

# Ressources utiles

APAMM - Rive Sud 450 766-0524

Centre d'aide et de lutte aux agressions à caractère sexuel (CALACS) 450-616-8580

Carrefour pour Elle 450 651-5800

Centre d’aide aux victimes d’actes criminels (CAVAC) 450 670-3400

Centre de crise ACCÈS 450 679-8689

CLSC Simonne-Monet-Chartrand 450 463-2850

CLSC Longueuil ouest 450 651-9830

DPJ 1 800 361-5310

Inform’elle 450 443-8221

Info santé 811

Pavillon Marguerite-de-Champlain 450 656-1946

Rebâtir 1 833 732-2847

Service d’écoute Carrefour le Moutier 450 679-7111

Suicide Action 1 866 277-3553

S.O.S Violence Conjugale 1 800 363-9010

Tel-Aide 514 935-1101

Logo Centraide du Grand Montréal

Logo Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre