



LE CENTRE DE FEMMES

LES ELLES  
DU NORD

# Rapport d'activité 2023-2024



*Le Jardin des Elles* 



## Mot de l'équipe

Une nouvelle année qui se termine pour mon équipe et moi. Nous sommes très fières du travail accompli et nous avons une multitude de projets pour l'année à venir. Étant en congé de maternité, les membres du personnel, ainsi que le conseil d'administration ont su donner les bouchés doubles et je tiens à les remercier sincèrement de leur implication.

- Madame Sophie Jobin, directrice

Je dirais que pour moi la dernière année a été synonyme de prendre ma place au sein de l'organisme et je crois avoir beaucoup appris autant sur moi que sur mon travail. Je souhaite poursuivre le développement de mes acquis et compétences afin de continuer à donner aux femmes le meilleur de moi-même.

- Madame Véronique Pearson, intervenante

J'ai commencé à travailler au Centre dans la pandémie donc, cette année a été pour moi la découverte de la réalité du CFEN et de son objectif qui est d'aider les femmes dans tous les domaines. Je suis heureuse de travailler pour un organisme comme celui-ci. Il est valorisant pour moi d'évoluer dans un tel environnement.

- Madame Elise Emond, agente administrative

C'est un privilège pour moi d'avoir rejoint l'équipe à nouveau cette année entre autres en tant que chargée de projet pour la 3e édition du Salon qui fut encore une très belle expérience et qui a permis d'aller à la rencontre des femmes de Chibougamau. J'ai à cœur depuis plusieurs années la cause féministe et toutes ces femmes qui rendent le CFEN si vivant et dynamique me donnent beaucoup de bonheur et d'espoir pour l'avenir.

- Madame Isabelle Jutras, chargée de projet et intérim à la direction

J'ai aimé m'impliquer aux Elles du Nord. L'équipe est formidable. L'accueil chaleureux des membres a facilité mon intégration au C.A. De plus, j'adore passer du temps à choisir des livres au centre de documentation avec ma fille, Rose. Le choix est varié et on y revient souvent.

- Madame Sarah Laplante, Administratrice

Je me suis impliquée pour prendre part aux décisions et contribuer à la concrétisation de projets qui peuvent apporter un changement ou une amélioration dans la vie des femmes d'aujourd'hui.

- Madame Jessica Goulet, vice-présidente

Mon coup de cœur : Joie et sérénité.

- Madame Christine Larouche, administratrice

Pour cette année, je suis fière de ce qu'on a accompli. L'équipe du centre a fait de grands projets, mais aussi plusieurs petites actions qui changent le quotidien des femmes. Merci à toutes celles qui se sont impliquées au cours de l'année, c'est grâce à nous toutes que le centre est ce qu'il est.

- Madame Cassandra Larouche, présidente

## Nouvelle image

Le Centre de femmes Les Elles du Nord a décidé en 2023 de revampier son image et la mettre au goût du jour. À la suite des nombreux changements au sein de l'organisme, ce renouveau allait de soi. Lors de la journée Portes Ouvertes du 8 septembre 2023, l'équipe a dévoilé son nouveau logo. Le papillon, symbole de transformation, fut conservé comme référence permettant d'identifier le CFEN. La silhouette féminine quant à elle représente le renouveau.



## Présentation du Centre

Depuis 1982, le Centre de Femmes Les Elles du Nord (CFEN) offre des services visant l'autonomie des femmes. C'est par l'approche communautaire et féministe que le CFEN écoute, accompagne et supporte les femmes de Chibougamau. Le CFEN encourage et supporte les transformations sociales susceptibles d'améliorer les conditions de vie de toutes les femmes de la communauté.

Chaque année, des milliers de femmes sont directement touchées par l'action des centres de femmes. Ceux-ci répondent aux besoins de toutes, et plus particulièrement, à ceux des femmes défavorisées. Ces dernières se voient offrir la possibilité de faire les apprentissages nécessaires au développement de leur potentiel, de leur autonomie et de leur créativité.

Le Centre permet à toutes les femmes de s'approprier les moyens d'expression et d'action qui les aideront à prendre plus de pouvoir dans leur vie, et ainsi, à devenir des citoyennes actives dans leur communauté.

## Notre mission

À travers nos différents services et activités, le Centre permet :

- D'être un lieu de rencontre, de partage, d'apprentissage et de solidarité;
- De briser l'isolement social;
- D'offrir des méthodes, des moyens et des outils;
- De soutenir les femmes dans leur démarche d'autonomie et de reprise de pouvoir;
- D'informer et sensibiliser les femmes à diverses causes;
- D'offrir un lieu sécuritaire, accueillant et sans jugement;
- D'améliorer les conditions de vie des femmes de Chibougamau.

## Accessibilité du Centre

### Heures d'ouverture

Le CFEN est ouvert du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30. Il est aussi possible de prendre rendez-vous en soirée pour une rencontre individuelle. Selon le calendrier, certaines activités sont également offertes en soirée. Annuellement, le CFEN est ouvert quarante-huit semaines. Nos bureaux sont fermés deux semaines à la période des Fêtes et deux semaines lors des vacances annuelles.

## Territoire desservi

Selon notre Charte d'incorporation, le territoire desservi du CFEN, qui est sous-régional, comprend Chibougamau et Chapais.

## Les outils

Avec l'objectif de toujours mieux répondre aux besoins des femmes, une banque d'outils est utilisée et mise à jour de façon régulière. De plus, elle peut servir aux intervenantes, aux organismes communautaires ou encore être distribuée au besoin. En voici quelques-uns :

- Le programme *Lanterne*;
- Les ateliers « *J'accepte, j'aime, j'ai confiance, je suis, je rêve* »;
- Les ateliers en estime de soi;
- La trousse « *Le courage de guérir* »;
- Prêts de volumes du centre de documentation;
- Politiques de travail;
- Prêts d'équipements tels qu'ordinateurs, tables, chaises, projecteur et écran.

## Moyens de promotion, communication et information

- Page Facebook : <https://www.facebook.com/CentreFemmeEllesNord>;
- Instagram : <https://www.instagram.com/ellesdunord/>;
- Site Web : <https://cfen.ca/>;
- Les organismes en action du journal La Sentinelle;
- Affiches, cartes professionnelles, dépliant et calendrier d'activités;
- Téléphone : 418 748-7171;
- Adresse courriel : [direction.cfen@gmail.com](mailto:direction.cfen@gmail.com);
- YouTube : <https://www.youtube.com/@centrefemmesellesdunord3172>.

## Nos services

- Le milieu de vie : L'Espace femme;
- L'aide en individuel et le référencement;
- Les services liés aux agressions à caractère sexuel;
- Ateliers de groupe fermé et ateliers ponctuels;
- Le centre de documentation;
- Les activités de sensibilisation et de prévention et les activités grand public;
- La boutique Le Jardin des elles (campagne d'autofinancement).

## Le conseil d'administration 2023-2024

- M<sup>me</sup> Cassandra Larouche, présidente
- M<sup>me</sup> Jessica Goulet, vice-présidente
- M<sup>me</sup> Sylvie Caron, secrétaire-trésorière
- M<sup>me</sup> Sarah Laplante, administratrice
- M<sup>me</sup> Christine Larouche, administratrice

Au cours de l'année 2023-2024, nous avons tenu sept rencontres régulières du conseil d'administration, ainsi que cinq rencontres extraordinaires.



(De gauche à droite : Cassandra Larouche, présidente, Jessica Goulet, vice-présidente, Sarah Laplante, administratrice, Christine Larouche, administratrice et Sylvie Caron, secrétaire-trésorière)

## Les travailleuses

- M<sup>me</sup> Sophie Jobin, directrice
- M<sup>me</sup> Véronique Pearson, intervenante-animatrice
- M<sup>me</sup> Elise Emond, agente administrative
- M<sup>me</sup> Isabelle Jutras, chargée de projet et intérim à la direction



(De gauche à droite : Sophie Jobin, directrice, Elise Emond, agente administrative, Isabelle Jutras, chargée de projet et Véronique Pearson, animatrice-intervenante)

## Les participantes

Les femmes apprécient se retrouver et échanger à travers les différents ateliers, groupes d'entraide, activités et actions de solidarité. Elles viennent également chercher de l'écoute et du support à l'intérieur d'une démarche d'aide individuelle.

Le vécu, l'expérience, les opinions et les besoins des participantes alimentent notre travail en plus d'aiguiser notre conscience sociale. Car, après tout, toutes ces femmes sont notre raison d'être. En ce sens, voici leurs portraits :

- Ce sont des étudiantes, des femmes au foyer, des mères en congé de maternité, des travailleuses, des professionnelles, des retraitées et des femmes en situation de pauvreté;
- Elles ont seize ans et plus. Elles sont de tous les groupes d'âge, toutefois 38 % d'entre elles ont de 26 à 35 ans et 36 % d'entre elles ont de 56 à 75 ans;
- Elles sont célibataires, en couple, veuves, monoparentales ou en instance de séparation ou de divorce;
- Plusieurs de nos participantes viennent dans nos locaux, accompagnées de leurs jeunes enfants qui ont entre 0 et 5 ans. Au total cette année, nous avons accueilli 139 enfants;
- Elles ont besoin de parler, d'échanger, de valider les opinions et leurs émotions auprès d'autres femmes;
- Elles vivent souvent l'isolement des régions éloignées;
- Elles vivent des problématiques directement reliées au fait qu'elles sont des femmes, soit le sexisme ou la violence sous toutes ses formes.

## Vie associative et démocratique

### Les membres

Le CFEN compte 157 membres en règle. La carte de membre est au coût de 5,00 \$. Au cours de l'année 2023-2024, le CFEN a développé différents incitatifs afin de favoriser l'adhésion :

- Dix pour cent de réduction à la boutique le Jardin des Elles;
- Dîner-causerie à plus faible coût;
- Possibilité d'emprunter les volumes du Centre de documentation.

La carte membre est aussi une façon pour les femmes de soutenir le Centre. Elle permet aussi de siéger au conseil d'administration et d'avoir le droit de vote lors des assemblées des membres. Il est important de préciser que les femmes peuvent participer à toutes nos activités sans être membres.

## L'assemblée générale annuelle

Lors de l'assemblée générale annuelle du 27 juin 2023, dix femmes étaient présentes. Cette assemblée a lieu annuellement et elle présente tout le travail accompli pendant l'année précédente.

## Le milieu de vie : L'Espace femme

Le milieu de vie *L'Espace femme* est un endroit accueillant où les femmes peuvent se rassembler, se sentir écoutées et créer des liens entre elles. Il permet de s'approprier l'espace du CFEN. C'est un point de repère où l'on trouve de la chaleur humaine, du respect, du soutien, de la solidarité et des moyens concrets pour reprendre le pouvoir sur leur vie. Le milieu de vie permet également de transmettre de l'information et de présenter des activités de sensibilisation, de conscientisation et d'apprentissage portant sur la condition féminine sous toutes ses formes.



### Objectifs du milieu de vie

- Améliorer la qualité de vie des femmes et lutter contre les injustices;
- Soutenir les femmes dans leur démarche et valoriser la reprise de pouvoir;
- Briser l'isolement;
- Créer un réseau d'entraide entre les femmes;
- Créer/renforcer un sentiment d'appartenance avec l'organisme;
- Offrir la continuité des services d'aide en individuel;
- Promouvoir les saines habitudes de vie et la santé mentale;
- Créer un climat favorisant la participation, la responsabilisation et l'implication bénévole;
- Promouvoir les autres services et activités de l'organisme;
- Faire la promotion des activités réalisées par nos partenaires.

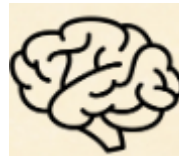
Le milieu de vie *L'Espace femme* est ouvert tous les mardis, jeudis et vendredis de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30 ainsi qu'un soir par semaine. L'Espace femme possède du matériel disponible pour les femmes de la communauté : des collations et boissons gratuites, des tablettes intelligentes, un ordinateur portable, une station de recharge pour les téléphones portables, des jeux de société, un casse-tête commun, une télévision, de la contraception gratuite, des dessins, des mots cachés, des mots croisés, un coin allaitement-biberon, une table à langer et le nécessaire pour accueillir les mères et leurs jeunes enfants dans nos locaux (tapis de jeux, chaise vibrante, jouets, etc.).

## Activités ponctuelles

### Remue-méninges (21 fois, 84 participantes au total)

#### Objectifs :

- Développer la complicité des femmes;
- Augmenter la participation des femmes dans le milieu;
- Encourager le travail d'équipe et la solidarité;
- Favoriser l'estime de soi;
- Développer le sens de l'observation;
- Augmenter la logique et la mémoire;
- Enrichir le vocabulaire et les connaissances générales.



### Cuisinons (6 fois, 26 participantes au total)

#### Objectifs :

- Encourager l'implication bénévole;
- Lutter contre la pauvreté;
- Favoriser l'entraide entre les femmes;
- Promouvoir les saines habitudes alimentaires.



### Soirée tricot (29 fois, 64 participantes au total)

#### Objectifs :

- Aborder des sujets divers;
- Créer un réseau d'entraide entre les femmes;
- Encourager l'initiative et l'implication bénévole des femmes;
- Prévenir et sensibiliser les femmes sur divers sujets.



### **Déjeuner Tranches de vie (11 fois, 132 participantes au total)**



#### Objectifs :

- Aborder des sujets divers;
- Lutter contre la pauvreté;
- Prévenir et sensibiliser les femmes sur divers sujets;
- Offrir aux femmes un lieu de rencontre et d'échange agréable.

### **Dîner-causerie (8 fois, 70 participantes au total)**



#### Objectifs :

- Sensibiliser les femmes sur divers sujets;
- Promouvoir les saines habitudes alimentaires;
- Lutter contre la pauvreté;
- Valoriser les partenaires avec les autres organismes communautaires.

### **Parle-nous de ta lecture (8 fois, 7 participantes au total)**



#### Objectifs :

- Créer un lieu d'échanges et d'expression dirigé et agréable;
- Partager nos appréciations et nos émotions de lecture avec d'autres femmes;
- Regrouper des femmes qui ont des intérêts communs en faisant une activité de socialisation;
- Stimuler l'intérêt des femmes pour la lecture;
- Faire découvrir le centre de documentation du CFEN.

### **Dét-plus (4 fois, 5 participantes au total)**



#### Objectifs :

- Pratiquer la détente de plusieurs façons différentes;
- Augmenter ses connaissances sur les techniques proposées;
- Offrir aux femmes l'occasion de se détendre dans un environnement propice;
- Promouvoir les bonnes habitudes de vie.

### **Viens marcher avec les Elles (7 fois, 24 participantes au total)**



#### Objectifs:

- Faire une activité de socialisation;
- Promouvoir les bonnes habitudes de vie;
- Regrouper des femmes qui ont des intérêts communs;

- Encourager les femmes à faire une activité physique.

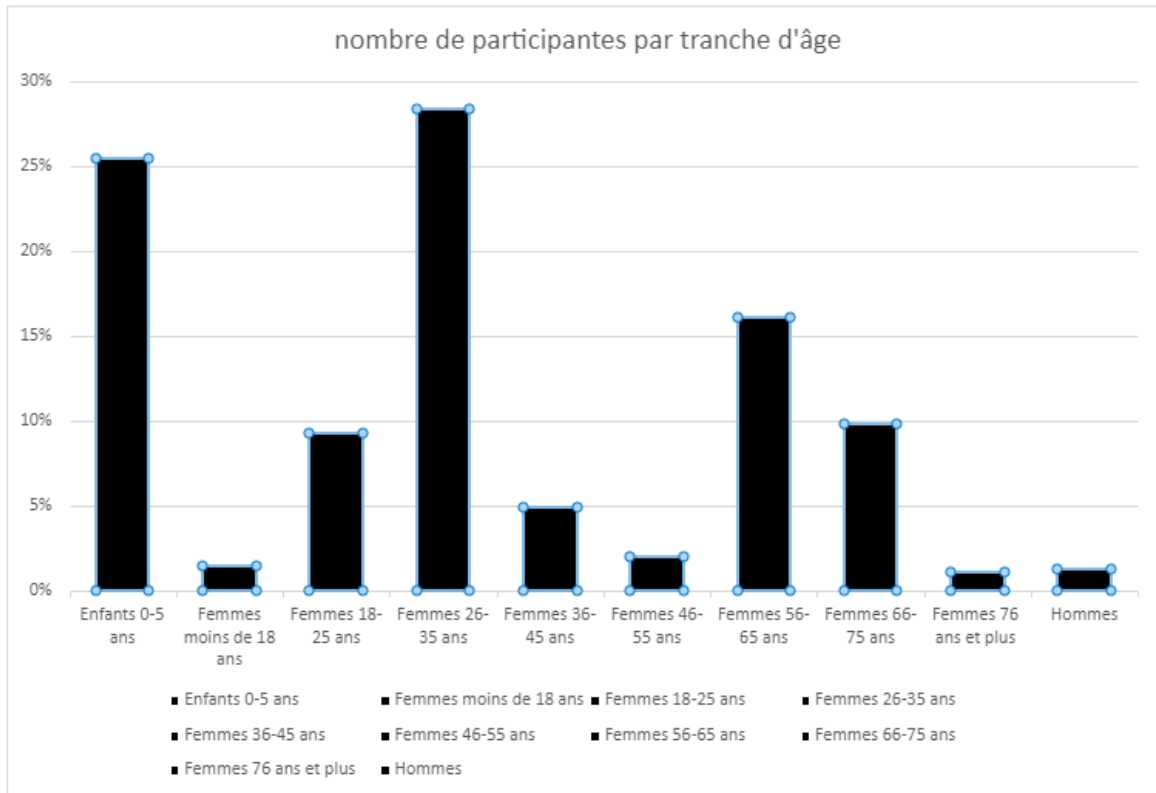
Le défi des sommets proposé par Santé en Nord a été incorporé à l'activité de marche et a permis aux femmes participantes de découvrir de nouveaux sentiers autour de Chibougamau et de pouvoir effectuer ces sorties de manière sécuritaire, en groupe.

En plus des activités ponctuelles prévues au calendrier, nous avons également reçu des femmes au milieu de vie Espace femme. Ces dernières ont pu profiter de la salle et du matériel à disposition. Elles se sont rassemblées 20 fois durant l'année pour un total de 87 femmes et de 35 enfants.

Faute de participantes, certaines activités prévues au calendrier d'activité n'ont pas eu lieu:

- Parle-nous de ta lecture (5);
- Viens marcher avec les Elles (3);
- Dét-plus (1);
- Remue-méninges (2);
- Atelier collaboratif (2).





Nous devons mentionner que nous avons accueilli 139 enfants de moins de cinq ans lors de nos activités. Leurs mères ont pu profiter de nos services. Il est important de rappeler que les services du CFEN sont offerts aux femmes de quatorze ans et plus seulement. Nous sommes toutefois ouvertes à recevoir les enfants de moins de cinq ans puisque nous sommes sensibles au manque de services de garderie et à la réalité des femmes qui sont en congés de maternité et à la maison.

Cette année encore, le CFEN tient à jour des statistiques sur les sujets de discussion dans le milieu de vie. Les principaux sujets abordés cette année sont : la vie quotidienne (les passions, l'hygiène de vie et les activités de vie quotidienne), la sexualité des femmes (le consentement, l'éducation, l'identité et l'expression de genre), les relations interpersonnelles (l'amitié, les relations toxiques, la résolution de conflits) et la santé mentale des femmes (la charge mentale, l'estime de soi, le stress et l'anxiété). Les femmes ont discuté souvent de la grève du réseau de la santé et de l'éducation, elles ont aussi abordé à mainte reprise le feu de forêt de juin 2023. Nous croyons que ces deux événements ont été stressants pour beaucoup de familles de Chibougamau.



## L'aide individuelle

L'aide en individuel est offerte à toutes les femmes vivant des difficultés dans au moins une de leurs sphères de vie. L'aide est offerte gratuitement, de façon anonyme et confidentielle. Les femmes ne sont pas limitées à un nombre de rencontres et les interventions sont orientées par l'approche féministe.

La plupart des rencontres individuelles se font en personne au CFEN, mais il est possible que celles-ci se réalisent par téléphone, par zoom ou via Messenger lorsque la personne ne peut se déplacer. Nous priorisons cependant le fait que la femme se déplace pour les rencontres en individuel. Le fait que les femmes sortent pour venir nous rencontrer leur permet aussi de découvrir les autres services que nous offrons et par le fait même de briser leur isolement.

### **L'estime de soi**

Le sujet qui a été abordé le plus souvent lors des rencontres en individuel a été l'estime de soi. La plupart des femmes avaient besoin d'être validées et d'approfondir leur cheminement personnel. Le fait de les écouter, sans jugement sur leurs situations, les aide à reprendre du pouvoir sur leur vie et à mieux à se connaître.

## Information/références/accompagnements

Les demandes d'information, de références et d'accompagnement arrivent au deuxième rang. Les femmes qui viennent chercher des services au centre ont parfois des besoins qui dépassent notre champ d'expertise directe. Le fait d'avoir une connaissance large des autres organismes communautaires est un atout pour nous, car nous devenons un point de référence et de confiance pour les femmes.

## Les relations de couple/séparation

Les relations de couple/séparation ont également été un sujet largement abordé lors des rencontres individuelles. Les femmes ressentent le besoin de parler de leur relation afin de mieux comprendre où elles en sont et de discuter de solutions lorsque ces dernières sont problématiques. Parfois, elles demandent du soutien en contexte post-séparation.

**Tableau des problématiques touchées lors des interventions  
Individuelles classées par ordre de fréquence**

1	Estime de soi	6	Relation familiale
2	Informations/références/accompagnements	7	Difficultés au travail
3	Relation de couple / séparation		
4	Santé mentale		
5	Deuil		

## Les services liés aux agressions à caractère sexuel

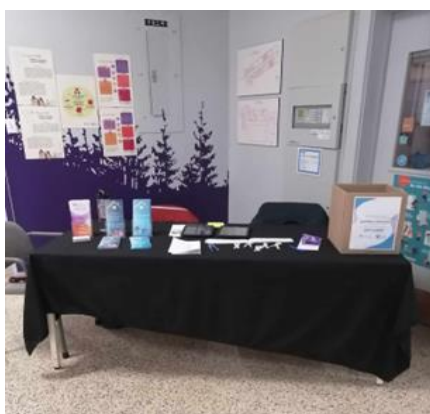
### L'aide aux victimes d'agression à caractère sexuel et/ou à leurs proches

Le CFEN offre un service d'aide aux femmes et aux adolescentes de quatorze ans et plus ayant été victimes d'agression à caractère sexuel ainsi qu'à leurs proches. Il n'est pas nécessaire d'avoir entamé des procédures judiciaires ou d'en avoir l'intention pour recevoir nos services. Concernant les demandes d'aide reçues cette année, nous constatons, une fois de plus, que ce sont les conséquences de ces agressions qui amènent les femmes à consulter. Nous utilisons plusieurs outils en estime de soi pour permettre aux femmes de reprendre du pouvoir sur leur vie et nous les accompagnons dans leur processus de guérison. Le Centre travaille également sur les aspects de prévention et de sensibilisation aux agressions sexuelles.

## Activités de sensibilisation

### Kiosque pour les 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes au Centre d'études collégiales à Chibougamau (une présentation, environ 50 personnes)

Cette activité est le fruit d'une collaboration avec la maison d'hébergement l'Aquarelle. L'objectif principal était de sensibiliser les jeunes du Centre d'études collégiales de Chibougamau aux violences faites aux femmes et aux conséquences de celles-ci. Le consentement, les types de violence et les 12 jours d'actions y ont été abordés par le biais d'échanges directs, de l'outil interactif "C'est pas violent", d'affiches et de la distribution de dépliants présentant les services des deux organismes. Nous avons atteint notre objectif de sensibilisation. Un peu plus de 50 étudiants(e)s et membres du personnel ont visité notre kiosque.



### Projet d'éducation à la sexualité avec la Maison des jeunes sacs-ados (MDJ) (177 personnes)

Dans le cadre d'un projet de collaboration avec la Maison des jeunes Sac-Ados de Chibougamau des activités de sensibilisation sur les relations saines, le consentement, les sextos, le risque et l'intoxication à la drogue du viol, la violence amoureuse, les organes sexuels, les ITSS, la contraception, la grossesse, l'image corporelle, l'estime de soi et la pornographie. Les ateliers ont eu lieu de septembre 2023 à mars 2024. Certains ateliers étaient animés à la Maison des jeunes, mais nous avons aussi reçu les couloirs de la violence amoureuse au Club de Golf Chibougamau. Ceux-ci présentent un parcours interactif pour sensibiliser les adolescents(es) aux conséquences de la violence. La visite du labyrinthe leur permet de mieux comprendre le cycle de la violence amoureuse et leur fournir des outils et des ressources leur permettant d'obtenir de l'aide.



Ce projet est réalisé dans le cadre de l'Entente sectorielle de développement en matière d'égalité entre les femmes et les hommes dans la région du Nord-du-Québec, secteur Baie-James 2022-2024 qui réunit les partenaires suivants



### Autres activités

Différentes publications de sensibilisation et de promotion de la santé sexuelle auprès de la population ont été publiées au cours de l'année via la page Facebook du Centre de Femmes Les Elles du Nord. Comme la campagne du mois de mai sur Facebook et en vitrine pour faire de la sensibilisation sur ce mois qui est celui de la prévention des agressions sexuelles. Plusieurs publications par semaine ont été faites tout au long du mois de mai.

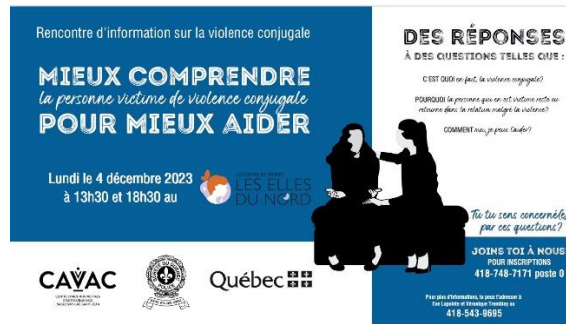
**Mai** : mois de sensibilisation aux agressions sexuelles

**Qu'est-ce qu'une agression sexuelle ?**

L'agression sexuelle est un acte abusif qui vise à soumettre une personne à ses propres désirs sexuels sans avoir obtenu son consentement au préalable.




Une activité de sensibilisation sur les conséquences de la violence conjugale sur les victimes en collaboration avec le CAVAC a malheureusement dû être annulée, car il n'y a pas eu assez d'inscriptions.



## Ateliers de groupe fermé et atelier ponctuels

Pour répondre aux différents besoins des femmes, nous avons réalisé des ateliers en après-midi et en soirée.

**Atelier collaboratif avec la Maison d’hébergement l’Aquarelle (15 mai 2023 – 1 participante) (25 septembre 2023 – 5 participantes) (23 octobre 2023, 2 participantes) (20 novembre 2023, 2 participantes)**

Cette belle collaboration avec la Maison d’hébergement l’Aquarelle s’est poursuivie dans la dernière année. Les objectifs étant encore de communiquer de l’information sur des sujets qui touchent les femmes, de donner des moyens d’aider les femmes en lien avec les sujets des activités et de créer des liens avec les femmes participantes. Les ateliers ont touché plusieurs sujets: le système de justice et les droits des victimes, le cycle menstruel et ses aléas, la sexualité : apprendre à se connaître ainsi que sur les relations saines.



**Atelier : Gratitude (journal et collage) (2 participantes de jour et 1 participante de soir)**

Cet atelier avait pour objectif de mieux connaître le concept de la gratitude. Un collage de gratitude a amené les femmes à réfléchir sur leur vie et de s’exprimer en image. La créativité était au rendez-vous!



### **Tableau de visualisation (activité sur deux sessions, cinq participantes (2 de jour et 3 de soir))**

Au fil de ces deux rencontres, les femmes inscrites ont pu approfondir leur connaissance de soi en répondant à des questions et par quelques activités. Par le biais de ces questionnements, elles ont pu se définir un défi personnel pour créer leur tableau de visualisation. À la fin de la création, chaque femme était invitée à présenter sa toile en expliquant le processus de création et la réflexion derrière celui-ci.



### **Atelier : adaptation aux changements (2 participantes de jour)**

Cet atelier a permis aux femmes de mieux comprendre le concept de changement et de l'adaptation. D'en apprendre plus aussi sur les étapes qui mènent vers un changement et d'explorer sur leurs résistances envers ceux-ci à amener les femmes à réfléchir à elle-même et de mieux comprendre les éléments qui peuvent parfois les restreindre lorsqu'elles vivent des changements.



Malheureusement dû à la difficulté de recrutement, nous avons dû annuler quelques ateliers, dont l'atelier collaboratif du mois de mai de jour et celui du mois d'octobre en soirée. Aussi, l'atelier sur l'adaptation aux changements en soirée n'a pas eu lieu.

## Activités de mobilisation et grand public

Cette année, trois activités grand public ont été organisées.

### Les objectifs généraux

- Rejoindre un plus grand nombre de personnes;
- Informer, sensibiliser, conscientiser et outiller les femmes et la population en général;
- Assurer une plus grande visibilité de nos services auprès des différents groupes.

### Journée portes ouvertes (50 participantes et participants)

Notre événement Journée portes ouvertes de cette année s'est déroulé le vendredi 8 septembre 2023 entre 9 h 30 et 16 h. Nous avons accueilli au cours de cette journée une cinquantaine de personnes (femmes, hommes et enfants). Ils ont pu faire une visite guidée de nos locaux, en savoir plus sur nos services et découvrir notre nouveau logo ainsi que la programmation des activités prévues pour la période de l'automne. Un goûter était offert tout au long de la journée, les visiteuses pouvaient également renouveler leur carte de membre. Pour remercier les personnes qui se sont déplacées à notre événement, nous avons procédé en fin de journée à un tirage de deux cartes cadeaux en direct sur notre page Facebook.



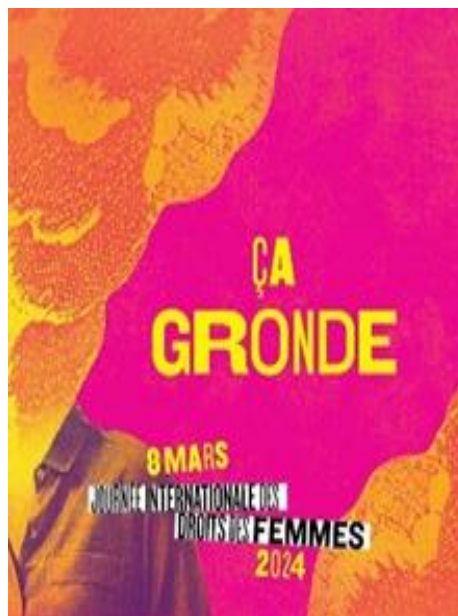
### **Salon de la femme édition 2024 (158 personnes)**

Les 16 et 17 mars 2024 se tenait la troisième édition du Salon de la femme. Voulant informer et explorer différents tabous et préjugés, le Salon était ouvert à l'ensemble de la population et était entièrement gratuit. Une douzaine de kiosques d'organismes communautaires ou d'entreprises, des conférences et des ateliers interactifs en lien avec différents thèmes tels que la violence faite aux femmes, le gaspillage alimentaire ou la gestion de budget furent présentés à la population.

Le kiosque du CFEN mettait de l'avant le projet "Comment tu te réalises ?" Ce projet portait sur la réalisation de soi et l'accomplissement personnel. L'exposition photo présentait 12 femmes de Chibougamau très inspirantes. Le kiosque a également permis de faire connaître l'ensemble des services du centre, de promouvoir les activités qui y sont présentées et de mettre en valeur le centre de documentation. Plusieurs femmes ont pu également renouveler leur carte de membre.

L'artiste locale Marianne Dumas fut invitée pour créer et animer une murale collective sur le thème officiel de la Journée mondiale des droits des femmes 2024 : "ça gronde". Chaque visiteuse a ainsi pu mettre sa touche à cette œuvre de peinture vitrail. Le résultat final sera exposé dans les locaux du Centre de femmes.

Finalement, le CFEN a reçu Anne-Marie Ménard, professionnelle en sexologie qui fait rayonner sa passion et ses connaissances à travers différents médias, sa mission est de normaliser les discussions entourant le bien-être sexuel de façon inclusive et positive. La conférence portait sur le plaisir féminin et la sexualité positive. La conférence était gratuite et 114 personnes y ont assisté.



## Centre de documentation

Cette année encore le CFEN a fait des ajouts de livres dans son centre de documentation. Le centre a maintenant 485 livres classifiés en catégories variées abordant des sujets qui touchent les conditions de vie des femmes en général. Une nouvelle section de roman écrit par des autrices québécoises a été ajoutée afin d'encourager la lecture au féminin.

Par le biais de l'activité, *parle-nous de ta lecture*, nous faisons la promotion de notre centre de documentation. Les membres du CFEN peuvent emprunter des livres au cours de l'année. Il y a eu 24 emprunts en 2023-2024. Nous avons également utilisé quelques livres en référence pour certains projets comme celui du mois de l'histoire des femmes.

## Les ressourcements et les formations

Nous pensons qu'il est important que chaque travailleuse puisse participer aux différentes formations et ressourcements en lien avec leur travail au CFEN. Le nombre de formations a augmenté comparativement à l'année précédente et ce fût très agréable d'y participer afin de se ressourcer et d'approfondir nos acquis. Certaines formations étaient en présentiel, d'autre en ligne. Voici le tableau indiquant les différentes formations et conférences qui ont été suivies :

FORMATION OU RESSOURCEMENT	FORMATRICE OU CONFÉRENCIÈRE	PARTICIPATION
Colloque sur la violence conjugale et familiale de l'Abitibi-Témiscamingue	UQAT et collaboration avec la Table de concertation en violence conjugale, familiale et sexuelle de la MRC d'Antoine-Labelle	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Déchiffrez vos états financiers	Table régionale des organismes communautaires	M <sup>me</sup> Sophie Jobin M <sup>me</sup> Elise Emond M <sup>me</sup> Cassandra Larouche
Siéger à un conseil d'administration	Table régionale des organismes communautaires	M <sup>me</sup> Sophie Jobin M <sup>me</sup> Elise Emond M <sup>me</sup> Véronique Pearson M <sup>me</sup> Cassandra Larouche M <sup>me</sup> Sylvie Caron
Rapport annuel vs rapport d'activité	Table régionale des organismes communautaires	M <sup>me</sup> Sophie Jobin M <sup>me</sup> Danielle Meilleur M <sup>me</sup> Véronique Pearson M <sup>me</sup> Cassandra Larouche
(Webinaire) Se sortir de la violence conjugale : lancement d'une étude sur l'expérience de femmes au sein des services en Mauricie et dans les communautés Atikamekw	Table de concertation du mouvement des femmes de la Mauricie (TCMFM) et le centre de recherche sociale appliquée (CRSA)	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Le cybercounseling	L'Institut de formation en matière de violence faite aux femmes	M <sup>me</sup> Véronique Pearson

Introduction au féminisme	L'Institut de formation en matière de violence faite aux femmes	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Conférence de Dre Sophie Éthier : Reconnaître et signaler la maltraitance, ça concerne tout le monde	Dre Sophie Éthier	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Conférence mieux comprendre la vulnérabilité dans la Loi de lutte contre la maltraitance	Les coordonnatrices régionales spécialisées en matière de lutte à la maltraitance et au développement de la bientraitance des personnes âgées	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Introduction à la violence conjugale	L'Institut de formation en matière de violence faite aux femmes	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Formation de secourisme en milieu de travail	Service aux entreprises	M <sup>me</sup> Véronique Pearson M <sup>me</sup> Elise Emond
Formation : prévention et intervention en contexte de cyberviolence sexuelle : les meilleures pratiques – Module 1	Fondation Marie-Vincent	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Éthique et confidentialité	Table régionale des organismes communautaires	M <sup>me</sup> Sophie Jobin M <sup>me</sup> Elise Emond M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Formation ADS + (analyse différenciée selon le sexe + (intersectionnalité))	Relais-Femmes	M <sup>me</sup> Véronique Pearson

Politique salariale	Table régionale des organismes communautaires	M <sup>me</sup> Sophie Jobin M <sup>me</sup> Cassandra Larouche M <sup>me</sup> Jessica Goulet M <sup>me</sup> Sarah Laplante
Intoxication aux opioïdes	La croix rouge	M <sup>me</sup> Véronique Pearson M <sup>me</sup> Elise Emond
Intervention féministe et santé mentale	L'Institut de formation en matière de violence faite aux femmes	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Deuil du conjoint : s'apaiser et se reconstruire (Coffret : les couleurs du deuil, formation 1)	Rachel Galerme	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Le deuil et ses issus ET Le burnout et la dépression (Coffret : les couleurs du deuil, formation 2)	Danie Beaulieu	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Accompagner en fin de vie... apprendre, comprendre, apprivoiser (Coffret : les couleurs du deuil, formation 3)	Hélène Giroux	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Colloque violence conjugale : explorer les intersections entre la recherche et la pratique	Forensia- Centre de formation en santé mentale, justice et sécurité (PINEL)	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Faire face aux surdoses d'opioïdes (pour le milieu communautaire)	Profan 2.0 Méta-d'Ame (Association de pairs pour les personnes utilisant ou ayant utilisé des opioïdes) et AIDQ (association des intervenants en dépendance du Québec)	M <sup>me</sup> Véronique Pearson

Assistance au suicide ou aide médicale à mourir : accompagner la fin de vie et le deuil  (Coffret : les couleurs du deuil, formation 4)	Vanessa Maier	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Colloque hypersexualisation	Comité condition féminine Baie-James	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Communauté de pratique  - Loi 25 - Les assurances d'organismes à but non lucratif	Table régionale des organismes communautaires Nord-du-Québec	M <sup>me</sup> Sophie Jobin
Formation de français à Clé d'accès	M <sup>me</sup> Lise Fradet	M <sup>me</sup> Elise Emond

Voici le tableau indiquant les différents événements et rencontres auxquels nous avons assisté :

<b>REPRÉSENTATION OU RÉUNION TABLE/COMITÉ/REGROUPEMENT</b>	<b>LIEU / OBNL</b>	<b>PARTICIPATION</b>
Événement CANAPÉ  Mercredi 10 mai 2023	Comité condition féminine Baie-James	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Lancement d'équipements adaptés vendredi 2 juin 2023	Association des personnes handicapées de Chibougamau-Chapais	M <sup>me</sup> Sophie Jobin
Réunion pour le plan de communication (3 fois)	LE BLEU	M <sup>me</sup> Sophie Jobin
Séance information projet aire ouverte  Jeudi 7 septembre 2023	Nathalie Lapointe  Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James	M <sup>me</sup> Véronique Pearson

Conférence Maryse Audet, Démâquez les relations toxiques  Lundi 18 septembre 2023	La table de concertation en violence conjugale, auprès des enfants exposés la violence et aux agressions à caractère sexuel du Nord-du- Québec	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Marche pour le climat  Vendredi 22 septembre 2023	Centre d'études collégiales à Chibougamau	M <sup>me</sup> Véronique Pearson M <sup>me</sup> Elise Emond
Porte ouverte CJE  Jeudi 28 septembre 2023	CJE Chibougamau	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Aga par Teams du CCFBJ  Mardi 7 novembre 2023	CCFBJ (comité condition féminine Baie-James)	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Dîner TEAMS présentation du service de soutien d'intensité variable (SIV)  Jeudi 9 novembre 2023	Le Zéphir	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
La fête des voisins du Zéphir  Jeudi 16 novembre 2023	Le Zéphir	M <sup>me</sup> Véronique Pearson M <sup>me</sup> Elise Emond
Conférence Nathalie Trottier Unis-Vers-Celles tous ensemble  Mardi 21 novembre 2023	La maison d'hébergement l'Aquarelle	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Lieux de rencontre : Parler des services du CFEN  Mardi 5 décembre 2023	Le Mirador des marmots	M <sup>me</sup> Sophie Jobin M <sup>me</sup> Véronique Pearson
La guignolée des médias  Jeudi 7 décembre 2023	Le Carrefour communautaire	M <sup>me</sup> Véronique Pearson

Rencontre du comité local de prévention du suicide 5 rencontres	Comité prévention suicide Chibougamau	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
L'assemblée régulière des membres (ARM) du CCFBJ Mardi 26 mars 2024	Comité condition féminine Baie-James CCFBJ	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Table régionale de concertation en violence conjugale et en agression sexuelle Nord-du-Québec Mercredi 3 avril 2024	Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James	M <sup>me</sup> Isabelle Jutras
Rencontre comité consultatif produit d'hygiène féminine réutilisable Lundi 15 avril 2024	Jo-Annie Charbonneau et Comité condition féminine Baie-James	M <sup>me</sup> Véronique Pearson
Dîner présentation d'organismes Mardi 23 avril 2024	Le Zéphir	M <sup>me</sup> Véronique Pearson

## De l'éducation populaire aux actions collectives

L'éducation populaire est au cœur de notre mission et il a été établi dans notre plan stratégique 2022-2025, d'en faire davantage. Nous avons donc maximisé nos chances de sensibilisation en utilisant nos réseaux sociaux plus particulièrement notre page Facebook où nous avons été actives tout au long de l'année.

Nombre d'abonnés sur nos réseaux :

Instagram : 226 followers

Facebook: 901 abonnés

### **Le 6 juin 2023 : Journée sans maquillage**

Cette journée spéciale a été soulignée par une publication sur notre réseau social. Nous y invitons la population à se questionner individuellement et collectivement sur l'importance que nous portons à l'apparence au quotidien ainsi que sur les standards actuels de beauté et de son impact sur la santé et le bien-être.



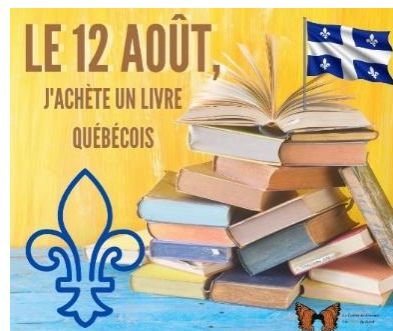
### Le 10 juin 2023 : Journée mondiale de sensibilisation à l'anxiété

Considérant le fait qu'un pourcentage élevé de femmes souffrent d'anxiété, nous voulions démontrer notre support à cette Journée mondiale de sensibilisation à l'anxiété. Notre publication souhaitait sensibiliser les gens à cette problématique et inciter les gens à porter du bleu et de l'orange qui sont les couleurs qui représentent cette journée.



### Le 12 août 2023 : J'achète un livre québécois

Dans le cadre de la journée, *J'achète un livre québécois*, nous avons fait une publication pour encourager la population à faire ce petit geste pour encourager nos autrices québécoises et par la même occasion mettre en valeur notre centre de documentation qui comporte plusieurs livres québécois.



## **Journée du chandail orange et journée nationale de la vérité et de la réconciliation**

Afin de souligner ces deux journées importantes, nous invitons la population à porter de l'orange pour rendre hommage aux victimes et aux survivants des pensionnats autochtones et conscientiser la population sur le processus de réconciliation.



## **Octobre 2023 : Mois de l'histoire des femmes**

Afin de souligner le mois de l'histoire des femmes, nous avons mis en ligne 31 publications, soit une par jour, tous au long du mois d'octobre. Chaque publication nous présentait une femme et son parcours marquant. Parmi les femmes choisies, plus de la moitié sont québécoise et 3 d'entre elles sont de notre région.

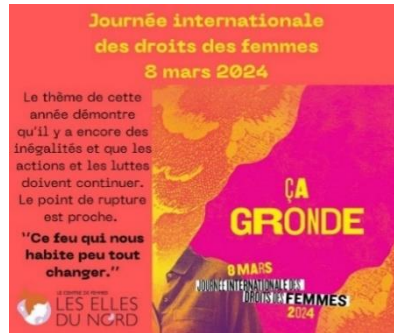


## **Le 11 octobre 2023 : Journée internationale de la fille**

Cette journée est importante, car elle met l'accent sur la nécessité de relever les défis auxquels sont confrontées les filles, de promouvoir leur autonomisation et de célébrer leurs voix et leurs capacités. Cette journée permet également de sensibiliser à la défense de leurs droits de partout dans le monde.

## Journée internationale des droits des femmes 2024

Cette publication avait pour objectif d'expliquer le thème qui a été choisi pour l'année 2024 et de démontrer notre solidarité avec toutes les femmes en cette journée très spéciale. Cette journée est la plus importante du calendrier féministe.



## Avril 2024 : mois de sensibilisation aux agressions sexuelles

Ce mois a été souligné par trois publications. La première traitait de c'est quoi une agression sexuelle, la seconde parlait du consentement à des actes sexuels et la troisième expliquait les façons d'aider une personne qui fait un dévoilement. Celles-ci avaient aussi pour objectif de promouvoir notre service d'aide en agressions à caractère sexuel.



## 22 avril 2024 : jour de la terre

Pour souligner cette journée importante, une publication a été mise en ligne pour mettre en lumière les effets des changements climatiques sur la vie des femmes, statistiques à l'appui.



## Vitrines

Notre vitrine donnant directement sur l'artère principale a également été utilisée à maintes reprises. Nos affichages de vitrine suscitent des questionnements, conscientisent et informent.

Nous avons pu observer que les gens en passant devant la vitrine s'arrêtaient pour regarder et lire les affiches. Certaines personnes nous ont même dit que chaque fois que nous affichons quelque chose de nouveau, on le remarque et on en prend connaissance.

Nous avons fait plusieurs vitrines au cours de l'année. Voici le résumé de celles qui ont retenu l'attention:

### Un événement important est arrivé, quoi faire ?

Cette vitrine faisait suite aux feux de forêt qui sont survenus à l'été 2023 et qui ont forcé la ville au complet à évacuer leur domicile. Celle-ci abordait le fait qu'il est possible de vivre des émotions et d'avoir des réactions après un événement aussi important qui vient bouleverser notre quotidien. Des conseils et des ressources pour soutenir les gens qui avaient des besoins étaient affichés.



## Sensibilisation sur la diversité corporelle en été et conseil au soleil

Cette vitrine se voulait de normaliser le fait que chaque femme a le droit d'aller à la plage, peu importe l'apparence de son corps. La diversité corporelle existe et nous devons en être fières tous les jours. Aussi, de petits conseils de prévention sur l'exposition au soleil étaient affichés.



## Le 30 septembre 2023 : Journée nationale de la vérité et de la réconciliation et Journée du chandail orange

Ces deux journées ont été soulignées en vitrine. Une affiche qui expliquait la journée du chandail orange s'est ajoutée aux chandails où il était écrit "chaque enfant compte" ou "every child matters" en hommage aux victimes et survivants des pensionnats autochtones. Nous voulions démontrer notre soutien envers ces communautés.



## En octobre 2023 : Le Mois de l'histoire des femmes

Chaque jour du mois d'octobre, nous affichions, dans notre vitrine, la femme du jour. Les affiches étaient les mêmes que celle qui nous publions sur notre page Facebook.



## Le 6 décembre 2023 : Vitrine commémorative aux victimes des féminicides au Québec 2023

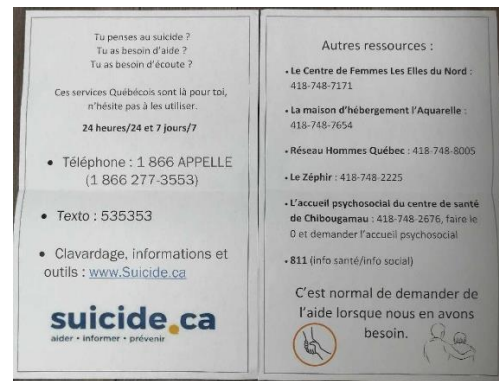
Pour une deuxième année consécutive, nous avons affiché en vitrine les noms des femmes et des enfants qui ont été des victimes des féminicides qui sont malheureusement survenus en cours de l'année au Québec. En 2023, le nombre encore trop élevé de victimes étaient de 10 femmes et de 5 enfants.



## Du 4 au 10 février 2024 : Semaine de prévention du suicide

Pour la semaine de prévention du suicide, qui s'est déroulée du 4 au 10 février 2024, notre vitrine présentait le thème de la semaine. Un affichage avait également été réalisé plus tôt dans l'année pour mettre en valeur les ressources communautaires qui peuvent venir en aide aux personnes qui en ressentent le besoin. L'objectif était de normaliser le fait de demander de l'aide lorsque

cela est nécessaire pour se relever. Nous croyons toujours que la clé pour aider les gens en difficulté est la sensibilisation, la prévention et les informations sur les services et les ressources.



### Avril, mois de sensibilisation aux agressions sexuelles

Le mois de sensibilisation aux agressions sexuelles a été souligné sur notre page Facebook mais également en vitrine. Le but était d'étendre la sensibilisation. L'affichage abordait le thème des attitudes aidantes face à un dévoilement d'agression sexuelle. Ces publications permettaient également de réaffirmer la présence et le soutien du CFEN auprès des femmes de la communauté.



### 22 avril 2024 : Jour de la terre

Pour le jour de la terre, une vitrine a été réalisée pour démontrer l'importance de cette journée et soutenir la cause de l'environnement.



Cette année, nous avons repris la concertation et nous avons rejoint plusieurs tables.

**Le Centre de Femmes Les Elles du Nord est membre ou affilié aux organismes suivants :**

- Table régionale des organismes communautaires Nord-du-Québec (TROC-10)
- Comité condition féminine Baie-James (CCFBJ)
- Comité local de prévention du suicide
- Table régionale de concertation violence conjugale et agression sexuelle Nord-du-Québec
- Centre de santé de Chibougamau
- Ville de Chibougamau
- Centre d'études collégiales à Chibougamau
- École secondaire La Porte-du-Nord
- Maison d'hébergement l'Aquarelle
- Maison des jeunes Sac-Ados
- Maison de la famille – Le Mirador des marmots
- Carrefour Communautaire de Chibougamau
- Carrefour Jeunesse-emploi de la Jamésie (CJEJ)
- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)
- Corporation Le Zéphir de Chibougamau-Chapais
- Travailleuse de proximité de Chibougamau (TDP)
- Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV)
- L'Association à Fleur d'espoir
- CALACS-Abitibi

## Financement

### Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)

Le financement à la mission provenant du Centre régional de santé et services sociaux de la Baie-James est indexé tous les ans depuis quelques années. Pour 2023-2024, le Centre de femmes Les Elles du Nord a reçu une subvention récurrente au montant de **283 052 \$**.

### Entente spécifique – Mise sur pied d’une ressource d’aide aux victimes d’agression à caractère sexuel (RAVACS)

En plus du financement à la mission globale, le CFEN bénéficie d’une entente spécifique afin de mettre sur pied une ressource d’aide aux victimes d’agression à caractère sexuel. Pour 2023-2024 nous avons reçu une subvention de **22 190 \$**.

### Campagne d’autofinancement – Le Jardin des Elles

Pour sa dernière année d’opération, le Jardin des Elles a engendré des profits de **25 097,56 \$**.

### Dons

Chaque année le CFEN reçoit quelques dons. Cette année, nous avons reçu un don **93,60 \$** de la part des membres du CFEN.

### Demandes d’aides financières pour projets ponctuels

PERSONNE OU ORGANISATION	OBJECTIF ET SOMME REÇUE
M. Denis Lamothe, député d’Ungava	Salon de la femme 2024 : 1000 \$
Secrétariat à la condition féminine	Entente Québec-Canada 2020-2024: 125 000 \$
CCFBJ – ARBJ - CRSSS	Projet d’éducation à la sexualité : 21 000 \$

## La boutique le Jardin des Elles

En place depuis déjà plusieurs années, la boutique le Jardin des Elles a mis fin à ses activités le 31 mars 2024. La fermeture est due à plusieurs raisons, mais principalement en raison de la baisse d'achalandage dû aux effets de la pandémie. Les gens ont pris, pour la plupart, l'habitude d'acheter en ligne.

Le CFEN réaménagera l'espace dans les prochains mois. En effet, le milieu de vie Espace femme, un projet qui tient grandement à cœur l'équipe du CFEN, occupera plus d'espace ce qui permettra aux femmes de bénéficier d'un endroit à leur image.



## Mot de la fin








Nous abordons l'année à venir avec optimisme et fébrilité. Un sondage effectué dernièrement sur nos réseaux nous a permis de consulter plus d'une cinquantaine de femmes de Chibougamau. Ce sondage nous a permis de connaître leurs besoins et de cerner leurs préoccupations. L'équipe est déjà au travail afin de leur présenter une programmation 2024-2025 colorée et enrichissante à tous les niveaux.

Le CFEN poursuivra également sa mission de mobilisation et de revendication sur tous les plans. Plus que jamais, le groupe de femmes comme le nôtre doit être à l'affût sur des enjeux tels que le droit à l'avortement, la violence faite aux femmes et leurs enfants et l'ensemble des systèmes d'oppression à la racine des inégalités sociales. Nos adhésions à différents groupes de concertation telles que la TROC-10 et l'R des centres de femmes nous permettront d'être plus connectées et mieux outillées dans l'ensemble de nos actions.




Plus que jamais le Centre de femmes Les Elles du Nord sera présent auprès des femmes de Chibougamau, pour les soutenir, les accompagner et les entendre. Solidarité et sororité!

## Annexe I : Calendriers d'activités

### Les activités de Mai

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
1 Semaine nationale de la santé mentale	2	3	4  8 h 30 : Déjeuner Tranches de vie	5
8	9  13 h 30 : Remue-méninges	10	11	12
15  13 h 30 ou 18 h : Atelier collaboratif Le système judiciaire et les droits des victimes	16	17  12 h : Dîner-causerie Journée sans diète	18	19
22 	23  13 h 30 : Remue-méninges	24	25	26
29	30	31	 Le Centre de Femmes Les Elles du Nord	








### Les activités de Juin

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
 Le Centre de Femmes Les Elles du Nord			1	2
5	6	7	8	9
12  17 h 30 : AGA	13  13 h 30 : Remue-méninges	14	15	16
19	20 	21	22	23
26 	27 13 h 15 : Viens marcher!	28	29	30

## Les activités de Juillet

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
3 	4	5	6	7
10	11  13 h 15 : Viens marcher!	12	13	14
17	18  13 h 30 : Remue-méninges	19	20	21  11 h 30 : Pique-nique
24 	25 	26 	27 	28 
31 	 Le Centre de Femmes Les Elles du Nord			

## Les activités d'Août

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
	1 	2 	3 	4 
7	8  13 h 15 : Viens marcher!	9	10	11
14	15  13 h 30 : Remue-méninges	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30	31	 Le Centre de Femmes Les Elles du Nord










# Septembre

2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
-	-	-	-	1
4 FERMÉ	5	6	7	8
11	12	13 FERMÉ	14 FERMÉ	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

LE CENTRE DE FEMMES  
**LES ELLES  
DU NORD**

-  9 h 30 à 16 h : Journée portes ouvertes
-  13 h 30 : Remue-méninges
-  18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
-  13 h 30 : Viens marcher! - Défi des sommets
-  13 h : Cuisinons au Carrefour
-  12 h à 13 h : Dîner causerie
-  18 h 30 : Séance d'informations pour les parents
-  13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
-  13 h 30 ou 18 h 30 : Atelier collaboratif avec l'Aquarelle

# Octobre

2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
2	3	4	5	6 FERMÉ
9 FERMÉ	10	11	12	13
17	17	18	19	20
23	24	25	26	27
30	31	-	-	-

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

LE CENTRE DE FEMMES  
**LES ELLES  
DU NORD**

-  18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
-  8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranche de vie
-  13 h 30 : Viens marcher! - Défi des sommets
-  13 h 30 : Remue-méninges
-  13 h : Cuisinons au Carrefour
-  12 h à 13 h : Dîner causerie
-  13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
-  13 h 30 ou 18 h 30 : Atelier collaboratif avec l'Aquarelle

# Novembre 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
-	-	1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28	29	30	-

LE CENTRE DE FEMMES  
**LES ELLES  
DU NORD**

- 18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
- 13 h 30 : Remue-méninges
- 8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranche de vie
- Atelier : 14 novembre 18 h 30  
Atelier : 15 novembre 13 h 30
- 13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
- 13 h 30 ou 18 h 30 : Atelier collaboratif avec l'Aquarelle

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

# Décembre 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
-	-	-	-	1
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

LE CENTRE DE FEMMES  
**LES ELLES  
DU NORD**

- 13 h : Décore ton CFEN
- 13 h 30 : Remue-méninges
- 18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
- 8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranche de vie
- 13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
- 13 h : Cuisinons au carrefour
- 12 h à 13 h : Dîner causerie et après-midi festive

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

# Janvier

2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 FERME	2 FERME	3 FERME	4 FERME	5 FERME
8	9 	10 	11	12 
15	16	17 	18	19 
22	23 	24 	25 	26
29	30 	31 	-	-

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

- 13 h 30 : Remue-méninges
- 18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
- 8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranches de vie
- 13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
- 13 h : Cuisinons au Carrefour
- 12 h à 13 h : Dîner causerie
- 13 h 30 : PM Dét-plus
- Atelier : 30 janvier et 6 février 18 h 30
- Atelier : 31 janvier et 7 février 13 h 30
- Couloirs de la violence amoureuse
- 17 janvier 18 h à 20 h Club de golf de Chibougamau

# Février

2024



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
-	-	-	1	2
5	6 	7 	8	9 
12	13 	14 	15	16 
19	20 	21 	22	23
26	27 	28 	29 	-

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

- Atelier : 30 janvier et 6 février 18 h 30
- Atelier : 31 janvier et 7 février 13 h 30
- 18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
- 8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranches de vie
- 13 h 30 : Remue-méninges
- 13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
- 13 h : Cuisinons au Carrefour
- 12 h à 13 h : Dîner causerie
- 13 h 30 : PM Dét-plus

# Mars



2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
-	-	-	-	1
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

LE CENTRE DE FEMMES  
**LES ELLES  
DU NORD**

- Journée internationale pour les droits des femmes
- 13 h 30 : Remue-méninges
- 18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
- 8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranches de vie
- 13 h 30 : Parle-nous de ta lecture
- 13 h 30 : PM Dét-plus
- Salon de la femme 2024**
  - samedi 16 mars 9 h à 17 h / 19 h à 21 h
  - dimanche 17 mars 9 h à 12 h

# Avril



2024

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	-	-	-

Suivez nous sur notre page Facebook : Centre de Femmes Les Elles du Nord

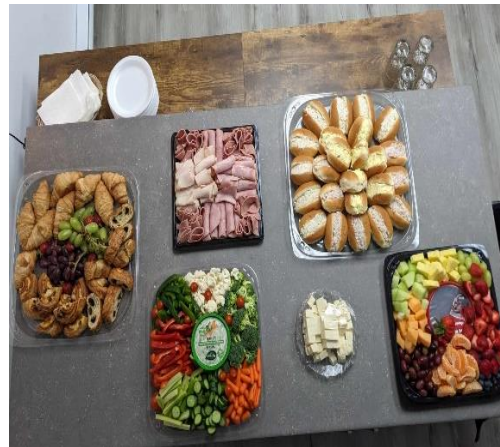
LE CENTRE DE FEMMES  
**LES ELLES  
DU NORD**

- 13 h 30 : Remue-méninges
- 18 h 30 : Soirée tricot et milieu de vie
- Atelier : 9 avril 18 h 30  
Atelier : 10 avril 13 h 30
- 8 h 30 à 12 h : Déjeuner Tranches de vie
- 13 h 30 : PM Dét-plus
- 13 h : Cuisinons au carrefour
- 12 h à 13 h : Dîner causerie
- 13 h 30 : Parle-nous de ta lecture

**Ajout au mobilier du Milieu de vie : îlot de cuisine, congélateur**



**Journée portes ouvertes du 8 septembre 2023**



Salon de le femme édition 2024 du 16 et 17 mars 2024  
et conférence d'Anne-Marie Ménard 16 mars en soirée



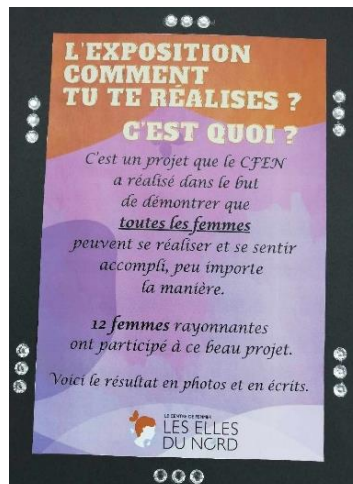


## Photo du comité organisateur pour le salon de la femme édition 2024



Sur la photo de gauche à droite, M<sup>me</sup> Sophie Jobin, directrice, M<sup>me</sup> Isabelle Jutras, chargée de projet, M<sup>me</sup> Suzie Potvin, organisatrice communautaire, M<sup>me</sup> Elise Emond, agente administrative, M<sup>me</sup> Danielle Meilleur, bénévole, Mme Jessica Goulet, vice-présidente, Mme Véronique Pearson, animatrice-intervenante et M<sup>me</sup> Kassandra Larouche, présidente.

## Exposition du projet comment tu te réalises ?





## Marche de mobilisation pour l'action climatique, 22 septembre 2023



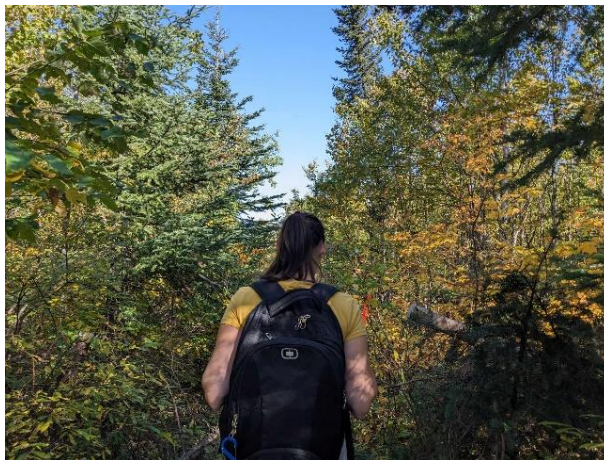
## Gala reconnaissance des bénévoles, 20 avril 2024



Sur la photo de gauche à droite, M<sup>me</sup> Sophie Jobin, directrice, M<sup>me</sup> Christine Larouche, administratrice, M<sup>me</sup> Jessica Goulet, vice-présidente, Mme Sylvie Caron, secrétaire-trésorière et M<sup>me</sup> Sarah Laplante, administratrice.



## Photos des activités du CFEN



**ACTUALITÉS**

**Les Elles du Nord présente  
Le Salon de la femme**

GUY TREMBLAY

Les 16 et 17 mars dernier, Les Elles du Nord présentait au Club de golf de Chibougamau-Chapais, le Salon de la femme. Ce salon regroupait une douzaine d'organismes qui œuvrent dans notre communauté.

Des kiosques plus intéressants les uns que les autres étaient sur place avec des répondants pour discuter avec les visiteurs et donner des réponses à leurs questionnements. Samedi, Anne-Marie Ménard a présenté une conférence sur la sexualité positive et le plaisir au féminin.

L'artiste peintre Marianne Dumas a également participé à ce salon en dévoilant une murale qui représentait magnifiquement l'objectif du salon.

Photos : Guy Tremblay



La Sentinelle de Chibougamau et de Chapais - Le mardi 19 mars 2024 - 15

Article de La Sentinelle pour le salon de la femme 2024