

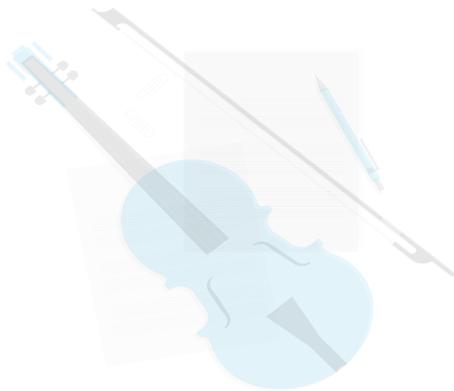
En symphonie



Rapport d'activités 2023-2024

Table de matières

INTRODUCTION	4
VIE ASSOCIATIVE	10
SERVICE	23
ACTIVITÉS	30
ACTIONS COLLECTIVES	42
COLLABORATIONS	52
GESTION ADMINISTRATIVE	57
GESTION	59
CONCLUSION	63



**« Et je dis
Sans même trembler
Que j'arrive
À te ressembler
Je suis toi
Et toi tu es moi**

Et nous sommes le monde, nous sommes bientôt. »

Toi, plus moi, Star Académie

INTRODUCTION

Depuis sa création en 1985 par des femmes visionnaires de notre quartier, le Carrefour des Femmes d'Anjou (CFA) a été le témoin et le moteur d'une symphonie de changement, d'autonomie et de solidarité. Enraciné dans les besoins et les aspirations des femmes, le CFA est bien plus qu'un simple centre communautaire : c'est un phare de soutien, un lieu de résilience et un espace d'apprentissage continu.

À travers les décennies, le CFA est devenu une ressource incontournable, un sanctuaire d'appartenance où les femmes peuvent se retrouver, se soutenir mutuellement et s'élever ensemble. Notre engagement envers le respect, la solidarité, la justice et l'autonomie guide chacune de nos actions, chacun de nos programmes et chacun de nos objectifs.

La mission du CFA, gravée dans le cœur de chaque membre, est de créer un milieu de vie où les femmes peuvent s'épanouir, développer leur autonomie, défendre leurs droits et améliorer leurs conditions de vie. Nous croyons fermement que chaque femme mérite d'être entendue, respectée et soutenue dans son cheminement vers l'émancipation.

Nos valeurs et nos objectifs, tissés ensemble comme les notes d'une symphonie, créent l'harmonie qui guide nos actions quotidiennes :

- Le respect, symbole de considération et de dignité envers chaque individu.
- La solidarité, clé de voûte de notre action collective pour des changements sociaux significatifs.
- La justice, fondement de nos efforts pour assurer l'équité et le respect des droits de toutes les femmes.
- L'autonomie, pilier sur lequel reposent nos programmes visant à renforcer la capacité des femmes à prendre le contrôle de leur vie.

Nos objectifs, déclinés en actions concrètes, visent à briser l'isolement, à cultiver l'implication des femmes, à développer leurs compétences et leur confiance en elles, à favoriser la collaboration et l'entraide, à célébrer les différences et à identifier et combattre les oppressions.

Dans ce rapport d'activités, nous avons le plaisir de partager les réalisations et les défis rencontrés dans la poursuite de notre mission. À travers les volets de la vie associative, des services, des activités éducatives et de l'action collective, nous dévoilons les notes de notre symphonie collective, les harmonies que nous avons créées et les mélodies que nous avons partagées au cours de l'année écoulée.

Ensemble, continuons à écrire cette symphonie de l'émancipation, de l'égalité et de la solidarité, afin que chaque femme puisse trouver sa voix, son pouvoir et sa place dans cette grande œuvre de transformation sociale.

**« Danse sur le rythme des battements de ton cœur
Écris ta musique et montre tes couleurs
Ose prendre place et surtout n'aie pas peur
De quitter les traces entre ici et ailleurs »**

Ici et ailleurs, Andréanne A. Malette

Mot de la Coordonnatrice

Au cœur vibrant de notre communauté, là où nos aspirations résonnent en harmonie avec nos engagements, le Carrefour des femmes d'Anjou s'est élevé comme un phare de changement au cours de cette année de renouveau. En ma qualité de nouvelle coordonnatrice, je suis captivée par les rythmes envoûtants de notre engagement communautaire, tissés dans une symphonie singulière de solidarité et de progrès. C'est pourquoi notre rapport d'activités 2023-2024 a pour thème la musique où chaque section représente une note de notre mélodie collective.

Au fil de cette année, notre orchestre s'est enrichi de nouvelles voix et de nouveaux visages, insufflant un vent de fraîcheur à l'équipe de travail et au conseil d'administration. Malgré ces changements, notre engagement envers les valeurs féministes reste inébranlable, guidant nos pas sur le chemin de l'égalité et de la solidarité. D'ailleurs, nous avons été les instigateurs d'une série d'activités de sensibilisation, rassemblant plusieurs organismes partenaires et ouvertes à toute la population. En nous alliant ainsi, nous avons amplifié le message, le rendant plus impactant auprès de la communauté. Comme un quatuor en constante évolution, nous avons uni nos voix et nos forces pour créer une harmonie encore plus puissante, propageant ainsi notre message d'égalité et de solidarité.

Cette année, les intervenantes du centre ont orchestré un enchaînement harmonieux d'écoute et d'interventions individuelles, offrant ainsi un accompagnement mélodieux aux femmes dans leur cheminement personnel. Dans le cadre de notre engagement féministe, nous considérons chaque femme comme une partition unique, portant en elle le potentiel d'une symphonie de réussite et d'épanouissement. Telles des chefs d'orchestre bienveillantes, nous nous efforçons de diriger ces mélodies vers des sommets de confiance et de réalisation de soi.

Je tiens à exprimer ma profonde gratitude envers mon équipe de travail, le conseil d'administration, les bénévoles et tous ceux qui ont contribué à mon intégration. Ensemble, nous avons orchestré une année remplie de nouveaux projets et de réalisations harmonieuses, et je suis impatiente de voir notre mélodie collective s'épanouir davantage au cours de l'année à venir.

Solidairement vôtre,
Caroline Gravel
Coordonnatrice

Mot de la présidente du Conseil d'administration

UNE ANNÉE DE TOUS LES CHANGEMENTS

Bonjour,

C'est avec enthousiasme et fierté que je vous écris ces quelques lignes. Le Conseil d'administration m'a accordé sa confiance en septembre 2023 en m'invitant à occuper la fonction de présidente. Je dois avouer que ces quelques mois ont été riches d'engagements, d'activités et de défis stimulants.

Premièrement, nous avons renouvelé l'équipe d'intervention du CFA par la nomination de Caroline Gravel à titre de coordonnatrice de l'organisme et deux nouvelles intervenantes se sont jointes à l'équipe.

De plus, le Conseil d'administration a renouvelé ses officières en nommant, outre la présidente, une nouvelle secrétaire et une nouvelle trésorière, et, de plus, nous avons eu le plaisir de recruter deux nouvelles membres issues de la communauté. Finalement, le CA a pourvu tous les postes et compte une diversité d'administratrices en termes d'âge, de compétences et d'origine.

Afin d'assurer un fonctionnement optimal du Carrefour des femmes d'Anjou, le conseil d'administration a agi avec diligence notamment en concluant la révision du Répertoire des conditions de travail, en mettant en place un cycle de gestion et en soutenant l'exercice de conformité à la Loi 25 qui constitue l'exploitation, la collecte et l'utilisation de données des renseignements personnels. Tous les efforts ont été mis de l'avant pour soutenir une gestion rigoureuse nécessaire au déploiement du Carrefour des femmes d'Anjou.

Déjà, nos actions convergent vers un autre grand projet, soit celui du déménagement du CFA dans une bâtisse partageant nos nouveaux locaux avec le Service d'aide communautaire Anjou (SAC Anjou). Le déménagement est prévu en janvier 2025.

Ce rapport d'activités est le portrait des réalisations menées en cours d'année dans le respect des champs d'action du CFA. Il est la preuve de notre contribution à répondre aux besoins exprimés par les femmes de la communauté.

J'aimerais conclure en remerciant les merveilleuses femmes qui gravitent au CFA. Entre rires et bienveillance, chacune veille à l'entraide et au rayonnement de cet organisme nécessaire aux femmes !

Julie Morin
Présidente du CA

Présentation de l'équipe



Je m'appelle **Caroline Gravel** et je suis la nouvelle coordonnatrice du Carrefour des femmes d'Anjou. La plupart d'entre vous me connaissent déjà, car j'étais technicienne en travail social au sein de l'organisme depuis 2015. Je suis ravie de poursuivre mon parcours professionnel au sein d'une organisation aussi riche en valeurs.

Nous avons de nombreux projets pour l'année à venir. J'espère amener le centre à un niveau supérieur et renforcer notre lien avec la communauté en travaillant ensemble sur divers enjeux. Au plaisir de collaborer avec vous!

Laissez-moi vous présenter la merveilleuse équipe du CFA:

Meredith, intervenante et responsable des activités au Carrefour des femmes d'Anjou.

Depuis novembre 2023, c'est avec bonheur que j'ai pu prendre part à cette merveilleuse équipe qu'est le CFA. Mes expériences passées ont nourri ma créativité et mes connaissances en lien avec les enjeux vécus auprès des femmes. L'intersectionnalité et la solidarité sont au cœur de mes interventions et de mon approche. C'est avec dynamisme, ouverture et plaisir que je vous proposerai des programmations à votre image !



Véronique, intervenante et responsable de la mobilisation au Carrefour des femmes d'Anjou.



Mon accueil en 2016 comme stagiaire n'était pas passé inaperçu, tout comme mon embauche cette année comme intervenante sociale responsable de la mobilisation. Je suis revenue comme si je n'avais jamais quitté. Je suis revenue vers le Carrefour des femmes parce que l'intervention féministe, les problématiques variées que les femmes rencontrent, l'empathie qu'on partage, l'accueil chaleureux des lieux et l'ouverture de l'équipe vers des nouveaux projets me manquaient. Je m'accomplis dans mon travail, je grandis avec les membres, vous embarquez dans mes projets... que demander de mieux !

Jeanne, responsable de l'accueil



L'année 2023-2024 a été remplie de défis, d'émotions et d'adaptations. Le départ de collègues, la formation d'une nouvelle équipe et le changement de coordination ne m'ont pas laissée indifférente. À un certain moment, j'ai ressenti du découragement face à tous ces changements. Cependant, mon amour pour mon travail m'a redonné courage.

Malgré tout cela, je suis satisfaite et fière de mes réalisations de l'année. J'ai vécu des moments de plaisir pendant mes animations, lors d'appels, de visites, de rencontres au centre ou avec d'autres groupes collaborateurs. Mon sentiment de satisfaction est renforcé par les témoignages des personnes avec qui j'ai été en contact. J'en profite pour remercier toutes ces personnes qui ne cessent de m'envoyer des messages d'encouragement. Cela me motive à toujours faire de mon

mieux et à me dépasser pour répondre aux besoins des membres.



Samira, éducatrice en petite enfance

Depuis 2021, j'ai eu le privilège d'être éducatrice à la halte-garderie du Carrefour des femmes d'Anjou (HDG) où ma passion pour l'éducation des enfants s'est épanouie. Avec une expérience précédente auprès des enfants de 0 à 12 ans, je comprends l'importance cruciale de chaque instant dans leur développement.

À la halte-garderie, notre équipe dévouée s'engage à offrir un environnement sûr et stimulant où les enfants peuvent grandir, apprendre et s'épanouir.

Nous privilégions l'apprentissage par le jeu, l'exploration et la créativité, tout en favorisant l'autonomie, la socialisation et le respect mutuel.

Notre approche individualisée garantit une prise en charge adaptée à chaque enfant, avec une collaboration étroite avec les familles pour assurer une transition harmonieuse entre la maison et la garderie.

Nous vous invitons chaleureusement à visiter la HGC, où vos enfants seront entre de bonnes mains, évoluant dans un environnement enrichissant et sécuritaire.

Au plaisir de vous accueillir bientôt!

VIE ASSOCIATIVE

Quelle est l'importance de la vie associative au sein du CFA ? Elle incarne un espace où la démocratie guide les décisions. La vie associative devient ainsi une pratique de partage du pouvoir, où chaque membre contribue aux processus de changement en lien avec la mission et les valeurs. Les membres sont également impliqués dans les décisions prises par les différentes instances de gouvernance telles que l'Assemblée Générale (AGA), le Conseil d'Administration (CA) et les comités.

L'Assemblée Générale Annuelle (AGA)

L'AGA du 15 juin 2023 en présentiel au Centre communautaire d'Anjou, où plus d'une trentaine de membres étaient présentes lors de cette assemblée.

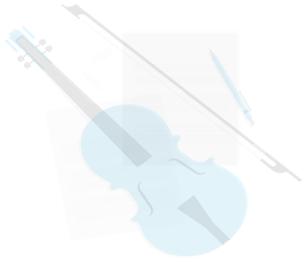
L'AGA a été présidée par Anick Paradis. Il y a eu présentation des états financiers par l'auditeur comptable du CFA et une période de questions.



La présentation du rapport d'activités s'est faite par une animation soulignant les surprises de l'année sous forme de « cadeaux » et « de défis ».



À la suite de la présentation, les bénévoles (les membres du CA sortant ainsi que les bénévoles engagées pour l'activité « Let's Talk ») ont été remerciées et applaudies pour leur engagement au CFA.



« Tour à tour elles prendront
La tête du peloton
Le temps d'une gouvernance »

- *Les oies sauvages, Mes aïeux*

La qualité du rapport d'activités a été soulignée par les membres ainsi que la formule utilisée pour sa présentation. Des félicitations sont adressées à la coordonnatrice et à l'équipe.

Ce fut aussi le moment où l'assemblée a élu les postes vacants d'administratrices pour siéger au Conseil d'administration.

Le Conseil d'Administration (CA)

Le Conseil d'Administration est responsable du bon fonctionnement du CFA entre les assemblées des membres. Il doit assurer la mise en œuvre des orientations, des objectifs, des priorités et de toute décision de l'assemblée générale des membres. Il étudie et prend position sur toute question ou dossier intéressant l'organisme, et ce, en conformité avec les orientations du centre et des décisions de l'assemblée générale.



Le CA élu lors de l'AGA de juin 2023

- Hélène Thériault : Présidente
- Claudette Dilger : Vice-présidente
- Irène Pinet : Trésorière
- Alexandra Vasile : Secrétaire
- Julie Antoine : Administratrice
- Julie Morin : Administratrice
- Caroline Gravel: Représentante des employées
- Rim El Khouja : Coordonnatrice

Cependant des surprises nous guettaient! À l'automne, la composition du conseil d'administration a changé à la suite du :

- ✚ Départ de Rim El Khouja, coordonnatrice, pour aller vers de nouveaux projets
- ✚ Départ d'Hélène Thériault, présidente du CA
- ✚ Départ de Julie Antoine, administratrice
- ✚ Départ de Irène Pinet, trésorière

Le CFA est administré par un Conseil d'administration composé de sept (7) membres. En mars 2024 ce dernier a été complété:

- ✚ Julie Morin : Présidente
- ✚ Claudette Dilger : Vice-présidente
- ✚ Marjolaine Dicaire : Trésorière
- ✚ Alexandra Vasile: Secrétaire
- ✚ Louise Vaillant : Administratrice
- ✚ Soraya Bacha : Administratrice
- ✚ Jeanne-Françoise Nsanganiyumukama: Représentante des employées
- ✚ Caroline Gravel : Coordonnatrice

Cette année, les membres du CA se sont rencontrés mensuellement. Un sous-comité RH ad-hoc a été créé afin de réaliser les entrevues de sélection pour pourvoir les postes ouverts de coordonnatrice, d'intervenante responsable de la mobilisation et ensuite d'intervenante responsable des activités. D'autres rencontres se sont également ajoutées au calendrier afin de répondre aux enjeux émergents (déménagement avec le SAC, halte-garderie, conditions de travail, planification stratégique, mise à jour des politiques, etc.) Le CA a remarquablement soutenu l'équipe tout au long de l'année.

Merci à toutes les membres du CA pour votre engagement et travail dévoué.

La gestionnaire aux plaintes

Merci à madame **Danielle Gervais** pour son implication au centre à titre de gestionnaire aux plaintes

Cette année le CFA n'a reçu aucune plainte officielle.



Planification stratégique quinquennale

2022-2023, une année charnière et préparatoire vers une planification sur cinq ans. Quelle belle aventure, se projeter vers une vision engageante !

Après les belles réalisations de la Planification stratégique 2016-2020 et les plans d'action annuels liés à la pandémie 2020-2021 et 2021-2022, le Carrefour des femmes d'Anjou est rendu à l'étape d'entamer une réflexion pour les années 2023-2026. Le moment est effectivement propice aux grandes réflexions et à l'action ! Que voulons-nous accomplir et réaliser ?

L'équipe, ainsi que le conseil d'administration (CA), souhaitent une approche mobilisatrice et rassembleuse, permettant l'implication de ses membres, ses bénévoles et ses partenaires pour identifier une vision enthousiasmante de même que les grands objectifs à mettre en place pour atteindre cette vision. Le CFA a décidé de se faire accompagner par Dynamo, financé par le programme Point de bascule de Centraide.

Dans le cadre de cette planification, l'approche proposée par Dynamo a été une démarche inspirée de l'approche appréciative, favorisant l'identification des forces et des aspirations du milieu permettant l'émergence de stratégies porteuses prenant en considération l'ensemble de la réalité de l'organisation (y compris ses enjeux). Cette approche est particulièrement efficace dans les démarches se voulant rassembleuses et intégrées.

La première étape de ce processus s'est déroulée en janvier 2023 afin de ressortir les forces, opportunités, aspirations et résultats (FOAR).

La deuxième étape consistait à passer des entrevues appréciatives en février et mars 2023.

37 discussions porteuses et inspirantes avec :

- ✓ 15 membres du CFA
- ✓ 7 membres de l'équipe
- ✓ 4 membres du conseil d'administration
- ✓ 8 partenaires et bailleurs de fonds
- ✓ 3 bénévoles



Les entrevues appréciatives ont été un réel bonheur à réaliser ! Les témoignages recueillis reflètent l'importance du Carrefour des femmes d'Anjou dans la vie des femmes du quartier.

« J'ai l'impression d'être importante; je ne sens pas que je dérange. »

« Ça me fait du bien de savoir que vous êtes là, on peut toujours compter sur vous, vous êtes un soutien et une sécurité. »

« La confiance en autrui... elles m'ont donné la chance de la vivre. »

« J'ai appris à gérer mon anxiété sociale et à me faire confiance pendant les Triple P. »

« Grâce à l'intervention individuelle, j'ai renforcé mon pouvoir d'agir. »

« Je marche maintenant dans les parcs et j'explore ; avant je n'y allais pas. »

« Le tour à Vélo permet aux femmes d'apprendre à faire du vélo. »

« Les activités m'ont motivée à sortir de chez moi. »

« Le CFA est reconnu pour son militantisme en vue d'améliorer les conditions de vie des femmes. »

« Les intervenantes permettent aux femmes de s'exprimer librement ; elles interviennent sans jugement. »

« J'ai appris via le CA à prendre la parole, me dépasser et que mon opinion avait de la valeur et pouvait être entendue. »

« L'animation d'ateliers m'a aidée à reprendre confiance en mes capacités (...) Je me sens maintenant compétente et fière. »

« J'ai trouvé un emploi grâce aux connaissances faites au CFA. »

« Les ateliers nourrissent mon besoin de nouvelles connaissances. »

La troisième étape a été la journée de forum stratégique du 25 mai 2023. Les membres du CFA, les bénévoles, les partenaires et les bailleurs de fonds ont été conviés à cet événement. Une participation enjouée des membres qui voulaient contribuer à la vision du CFA !

Un remerciement particulier à Geneviève Dufour et à son équipe de Dynamo Collectivo qui a animé la journée. L'énergie était à son meilleur afin de se positionner sur les quatre axes de changements pour le CFA.



- **TABLE 1 « Le CFA »** : Sentiment d'appartenance et accueil inclusif
- **TABLE 2 « Femmes membres du CFA »** : Empowerment des femmes membres du CFA
- **TABLE 3 « Toutes les femmes d'Anjou »** : Rayonnement et sensibilisation
- **TABLE 4 « Société équitable »** : Mobilisation et défense de droits

Les grands changements ont été dégagés.

Les membres ont manifesté leur satisfaction face au processus de planification stratégique qui leur a permis d'être partie prenante de la transformation du CFA et de sa projection dans le futur. Elles ont réfléchi, discuté, échangé, et rigolé.

La journée a été considérée comme un succès.

La quatrième étape l'élaboration du plan d'action a eu lieu en septembre 2023. Le comité de planification s'est rencontré un certain nombre de fois afin de finaliser le processus de planification.



« Je ne me souviens que d'un mur immense
Mais nous étions ensemble
Ensemble, nous l'avons franchi »

- Ensemble, Jacques Goldman

Je voudrais témoigner de mon expérience lors de la journée du forum stratégique. La firme présente à l'activité était dynamique et à mon avis ces femmes et toute l'équipe du carrefour ont fait de cette journée un succès. Merci d'avoir entendu nos voix, nos idées, et nos besoins ceux d'aujourd'hui et ceux de demain.

Le carrefour représente pour toutes ces femmes un lieu d'apprentissage, de mieux-être et de nouvelles connaissances. En espérant que ces idées, que ces paroles résonneront en vous très longtemps afin que nous puissions conserver cet endroit remplie de chaleur humaine, d'accueil, de rires et de diversité.

Que la beauté de cette féminité puisse rayonnée au carrefour et auprès de toutes ces femmes en quête d'aide afin qu'une main aimante leur soit tendue.

Francine Carrier

Nous sommes heureuses de vous annoncer que notre planification stratégique sur cinq ans est maintenant terminée. En complément de ce rapport d'activité, vous trouverez un cahier détaillant notre planification stratégique, notre plan d'action, ainsi que les projets en cours de développement.

Portrait des membres

Au cœur de notre quartier, le Centre pour les Femmes actives (CFA) se distingue par sa composition dynamique et inclusive. Fondé sur des valeurs d'égalité et de diversité, le CFA accueille toutes les femmes de dix-huit ans et plus, sans distinction d'âge, d'origine ethnique ou de situation de vie.

En effet, la force du CFA réside dans sa variété : ici, jeunes et aînées se côtoient, partageant expériences et connaissances dans un esprit d'entraide et de solidarité. Les membres du centre représentent un éventail riche et vibrant de la réalité de notre arrondissement, reflétant la diversité qui fait la richesse de notre communauté.

Que l'on soit étudiante, mère de famille, travailleuse ou retraitée, chacune trouve sa place au sein du CFA, où la différence est célébrée et la voix de chaque femme est écoutée. Ensemble, nous tissons des liens forts, tissant une toile de soutien et d'empowerment qui nous unit dans notre quête commune d'épanouissement et de réussite.

Le CFA, c'est bien plus qu'un simple lieu de rassemblement : c'est un véritable symbole de notre engagement envers l'inclusion et le respect mutuel. En franchissant ses portes, chaque femme trouve une communauté accueillante, prête à l'accompagner sur le chemin de l'autonomie et de l'épanouissement personnel.

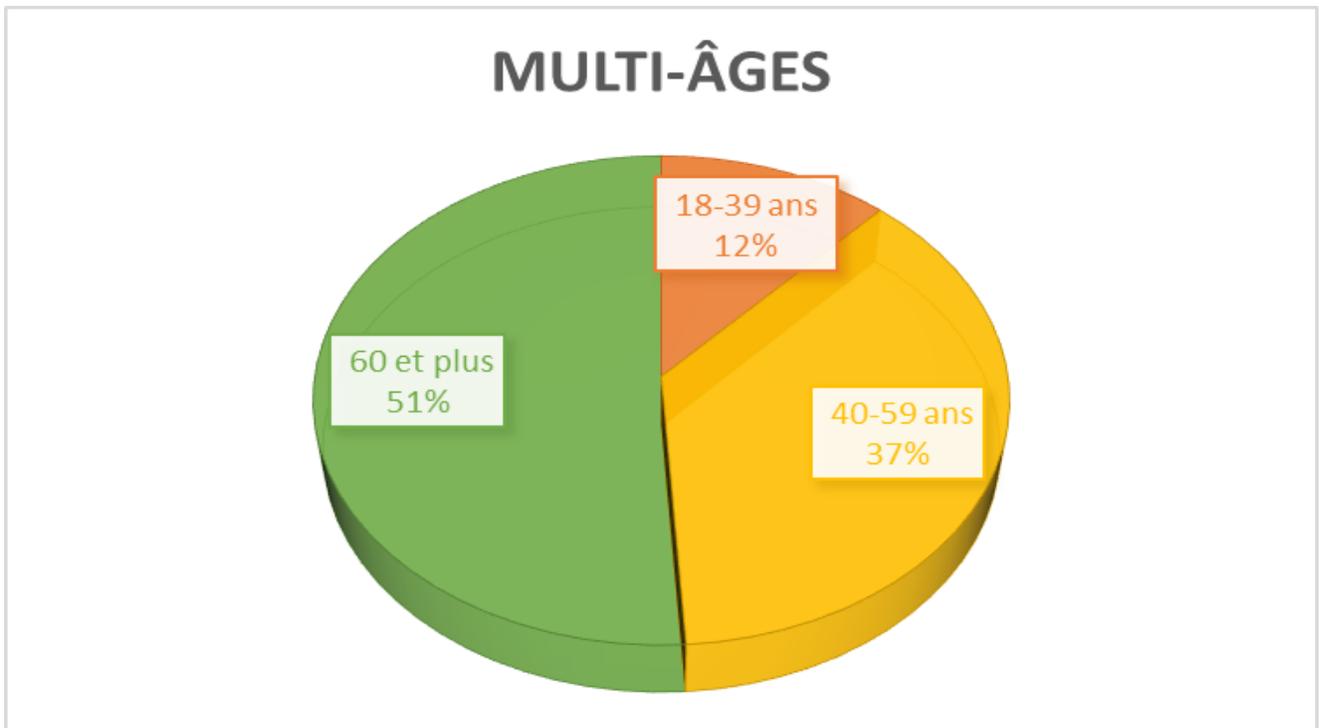
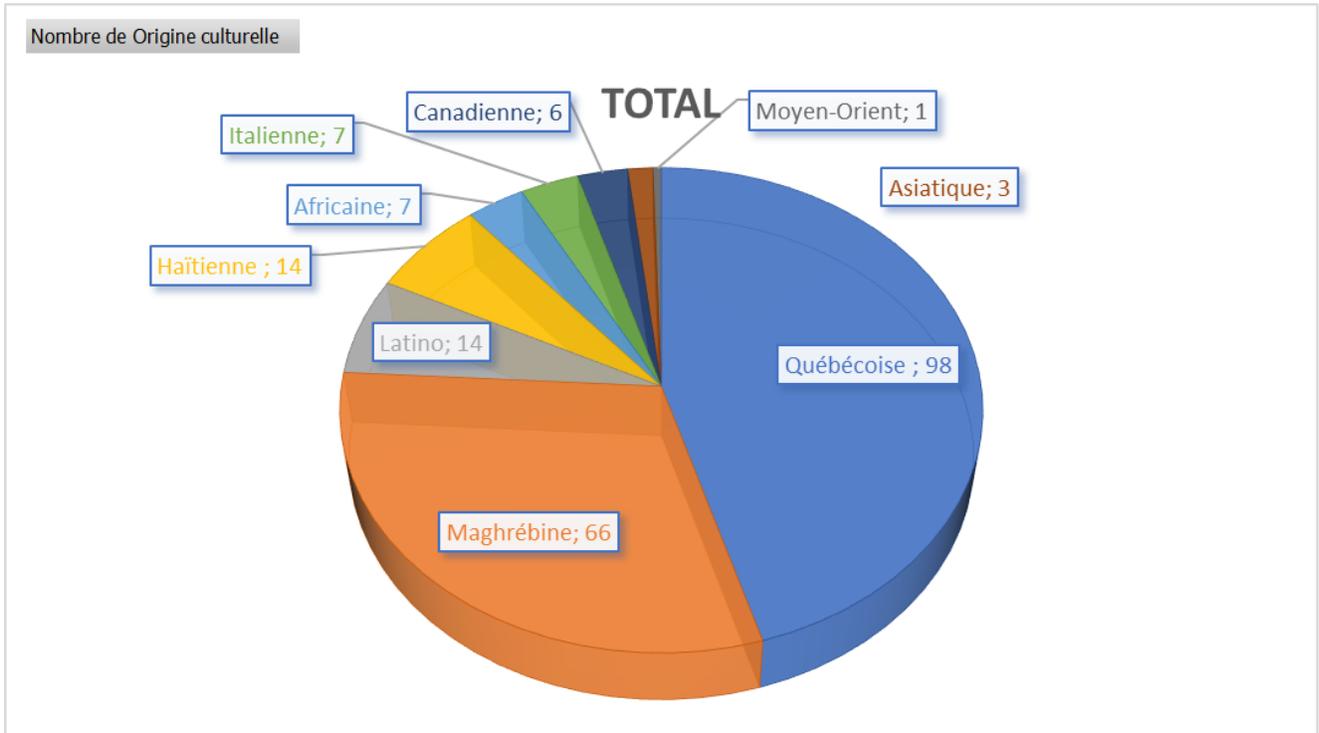
Ainsi, que l'on soit jeune ou moins jeune, d'ici ou d'ailleurs, le CFA demeure un lieu d'ouverture et de partage, où chacune peut s'épanouir et trouver sa voix. Ensemble, nous construisons un avenir où la diversité est célébrée et où toutes les femmes ont leur place.

La grande majorité des membres du CFA sont des résidentes d'Anjou. La réputation du centre dépasse les limites de notre quartier grâce à la loyauté de ses membres, même après leur déménagement. De surcroît, beaucoup d'entre elles font la promotion du centre auprès de leurs amies et connaissances résidant en dehors du quartier.



**« Femme du monde
Pour toutes les femmes du monde, hey
Femme actuelle, femme toujours éternelle, hey ah »**

– Femme du monde, Perle Lama



La visibilité

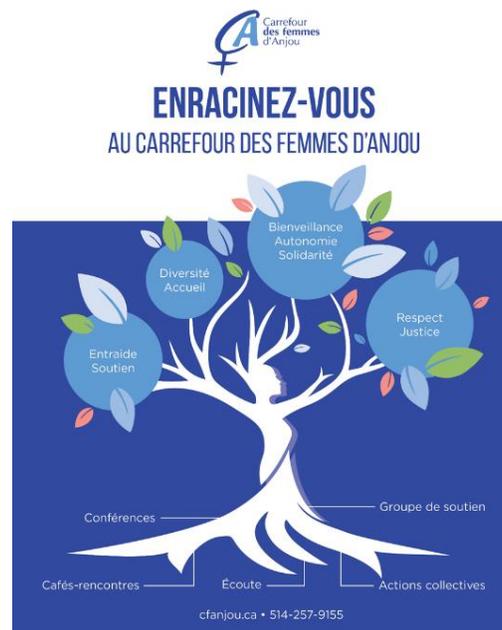
Cette année, le Carrefour des femmes d'Anjou a mis l'accent sur le renforcement de sa visibilité à travers des activités collaboratives avec d'autres organismes locaux ainsi que des initiatives de sensibilisation ouvertes à la population, visant à promouvoir l'expertise féministe du Centre. Ces efforts ont permis à un plus large public de découvrir nos services et notre mission.

Nous avons organisé plusieurs événements ouverts au public pour marquer les dates symboliques du 6 décembre et du 8 mars, respectivement la Journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes et la Journée internationale des droits des femmes. Ces événements ont été largement promus sur nos plateformes de médias sociaux, permettant ainsi d'atteindre un public plus large et de le sensibiliser à nos initiatives.

Une autre initiative importante a été la tournée des postes de police d'Anjou Montréal/Est, au cours de laquelle nous avons présenté le Centre ainsi que nos services et nous avons offert une brève formation sur les meilleures pratiques d'intervention auprès des femmes victimes de violence. Cette collaboration avec les forces de l'ordre locales a renforcé notre partenariat communautaire et notre impact dans la lutte contre la violence faite aux femmes.

Bien que notre volet de sensibilisation habituel, comprenant les info-lettres et les articles de sensibilisation, ait été reporté à l'année prochaine afin de permettre à la nouvelle équipe de s'acclimater et de s'adapter à leurs postes, nous avons néanmoins lancé une section blogue sur notre site web en début d'année. Cette nouvelle plateforme servira à la publication d'articles de sensibilisation et de communiqués de presse, renforçant ainsi notre présence en ligne et notre engagement envers notre mission.

Pour l'année 2024-2025, notre objectif est d'accroître l'attrait de cette section blogue en proposant un contenu pertinent et engageant, tout en continuant à explorer de nouvelles opportunités de collaboration et de sensibilisation pour faire progresser notre mission et notre impact dans la communauté.



Les portes-ouvertes

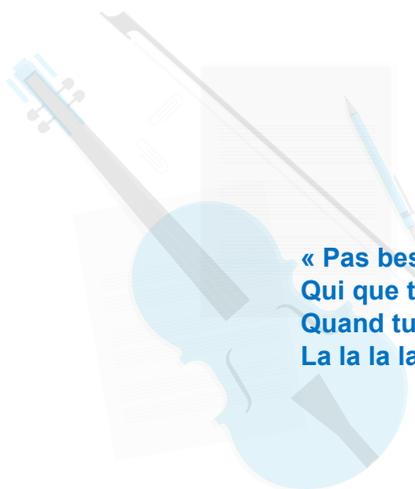
Au cours de l'année 2023, le Carrefour des femmes d'Anjou a organisé plusieurs événements significatifs visant à promouvoir nos services et à renforcer nos liens avec la communauté angevine. Parmi ces événements, deux journées portes ouvertes se sont démarquées par leur impact positif et leur contribution à notre mission.

Le 9 septembre, nous avons participé avec enthousiasme à la journée portes ouvertes de la Ville d'Anjou. Cette initiative nous a permis de présenter nos services et nos activités à un large public de femmes de la communauté locale. Nous avons saisi cette opportunité pour mettre en lumière notre engagement à soutenir et à accompagner les femmes dans leur cheminement personnel et professionnel. Nous avons été particulièrement ravis de constater que plusieurs participantes ont choisi de devenir membres du Carrefour des femmes d'Anjou à cette occasion.

Le 14 septembre, c'était à notre tour d'ouvrir nos portes à la population angevine. Nous avons accueilli chaleureusement hommes et femmes pour une journée mémorable de découverte de nos locaux et de nos services. Nos membres ont eu l'opportunité d'explorer nos différentes activités et de rencontrer notre équipe dévouée. Cette journée a été l'occasion de renforcer nos liens avec la communauté et de faire connaître davantage notre mission et nos valeurs.

Un aspect important de ces deux événements a été la distribution de cartes ensemencées de graines de plantes, en accord avec notre slogan : « Enracinez-vous au Carrefour des femmes d'Anjou ». Cette initiative symbolique témoigne de notre engagement à cultiver des relations durables et florissantes avec notre communauté.

En conclusion, les journées portes ouvertes de la Ville d'Anjou et du Carrefour des femmes d'Anjou ont été des moments clés de l'année 2023, marquant notre volonté de servir et de soutenir les femmes de notre communauté. Nous sommes reconnaissantes envers tous ceux qui ont participé et contribué au succès de ces événements. Nous sommes impatientes de travailler ensemble pour créer un avenir où chaque femme trouvera sa place unique au sein de la communauté.



**« Pas besoin de frapper pour entrer chez moi
Qui que tu sois, pousse la porte
Quand tu voudras, il y a une place pour toi
La la la la la, la la... »**

- Pas besoin de frapper, Sylvain Cossette



Le bénévolat

Chaque année, le Carrefour des Femmes d'Anjou bénéficie de l'engagement sans faille de volontaires dévouées, prêtes à consacrer leur temps et leur énergie à notre cause. Leur implication est un pilier essentiel dans la réalisation de la mission du CFA. Nous sommes reconnaissantes de leur précieuse collaboration, qui renforce notre équipe et enrichit nos actions.

La relation entre notre équipe et nos bénévoles est fondamentale. Elle repose sur le respect mutuel et la volonté commune de faire une différence dans la vie des femmes que nous accompagnons. Nous encourageons nos bénévoles à s'investir selon leurs intérêts et compétences, en les intégrant aux divers projets et activités de l'organisme.

Nous tenons à exprimer toute notre gratitude envers nos merveilleuses bénévoles, dont l'engagement ne cesse de nous inspirer. Leur soutien indéfectible et leur dévouement sans limite contribuent à faire du Carrefour des Femmes d'Anjou un lieu d'accueil chaleureux et d'entraide solidaire.

Cette année, nous avons eu le privilège de compter sur l'aide précieuse de seize bénévoles, qui ont consacré un total impressionnant de 1402 heures à notre cause. Chaque minute investie représente un pas de plus vers la réalisation de notre mission et le soutien aux femmes de notre communauté.

Nous avons souligné leur implication en organisant un souper de reconnaissance, où nous avons eu l'occasion de leur exprimer notre profonde gratitude pour leur dévouement. De plus, nous avons accompagné les bénévoles au souper de reconnaissance organisé par la ville, afin de leur offrir une double marque de reconnaissance pour leur engagement exceptionnel.

Enfin, lors de notre Assemblée Générale Annuelle, nous avons pris le temps de récompenser certaines bénévoles qui se sont démarquées pendant l'année. Leurs efforts et leur engagement ont été mis en lumière devant l'ensemble de notre communauté, afin de les remercier et de les honorer comme il se doit.

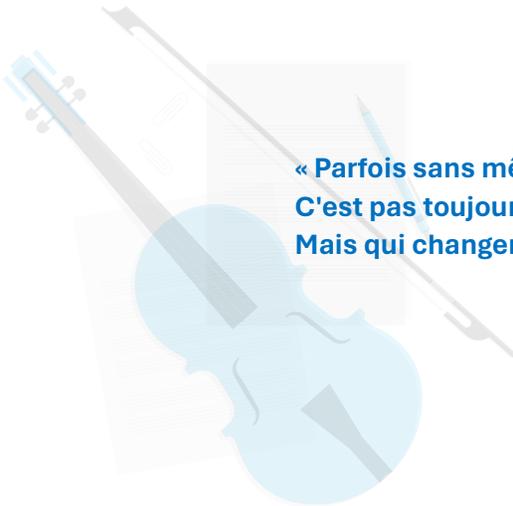
Ensemble, nous continuons d'avancer, portées par la force de notre engagement commun et la solidarité qui nous unit. Merci à toutes nos bénévoles pour leur générosité et leur détermination sans faille. Leur contribution est inestimable et leur présence est un véritable moteur pour le Carrefour des Femmes d'Anjou.

Cette année a été marquée par le départ de Dominique, une bénévole dévouée qui a joué un rôle crucial à l'accueil du CFA pendant de nombreuses années. Son départ crée un vide profond, ressenti à la fois par nos employés et nos membres. Dominique a pris cette décision pour des raisons personnelles, et nous la respectons pleinement. Bien que son absence soit ressentie, nous savons qu'elle reste solidaire envers le Carrefour des Femmes d'Anjou et qu'elle reviendra parfois pour nous apporter son aide précieuse ou nous saluer.

Pour exprimer notre gratitude, des intervenantes du centre sont allées la surprendre chez elle avec une plante, pour lui rappeler qu'elle est enracinée au Carrefour des Femmes d'Anjou.



« Bonjour à toutes, je ne quitte pas le CFA, mais je vais cesser mon bénévolat hebdomadaire à l'accueil. Vos sourires resteront dans ma mémoire. L'énergie des femmes est merveilleuse et un grand merci aux intervenantes pour leur soutien et leur confiance. Je serai heureuse d'aider au besoin pour certaines demandes particulières et je demeure membre avec cœur. Bonne continuation, le Carrefour grandit toujours. » - Dominique



**« Parfois sans même un "Merci"
C'est pas toujours facile
Mais qui changera tout ça sinon toi et moi? »**

- Les bénévoles, Les Enfoirés

SERVICE

Au Carrefour des Femmes d'Anjou (CFA), nous sommes bien plus qu'un simple centre d'écoute. Nous sommes un lieu d'intervention individuelle et de groupe, où chaque femme est accueillie avec respect, solidarité et empathie. En tant que seul organisme communautaire de la ville d'Anjou à offrir des services dirigés par des techniciennes en travail social, nous sommes fières de fournir un soutien essentiel aux femmes touchées par diverses formes d'adversité.

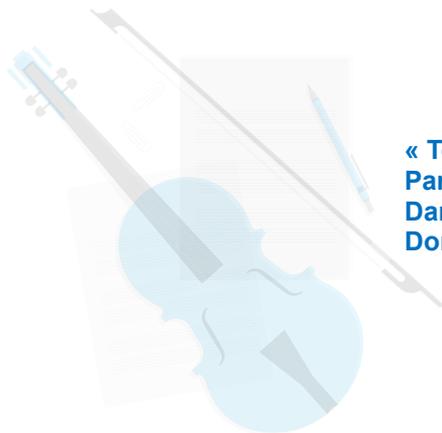
Nos services sont conçus pour répondre aux besoins uniques de chaque femme. Nous offrons des séances d'intervention individuelle (présentiel, visioconférence ou par téléphone), où nos intervenantes travaillent en partenariat avec chaque femme pour explorer ses défis, identifier ses forces et élaborer un plan d'action pour son autonomie. Parallèlement, nos groupes de soutien offrent un espace sécuritaire où les femmes peuvent partager leurs expériences, trouver du soutien mutuel et renforcer leur résilience ensemble.

En plus de notre approche individualisée, nous proposons également un service de référencement personnalisé, où nous mettons en relation les femmes avec les ressources et les services appropriés pour répondre à leurs besoins spécifiques. Que ce soit pour accéder à des services juridiques, des services de santé mentale ou des programmes de formation, nous nous engageons à fournir des références adaptées à chaque situation.

Au-delà de nos interventions, le Carrefour des Femmes d'Anjou offre un milieu de vie stimulant et enrichissant, où les femmes sont accueillies chaleureusement et où leur bien-être est au centre de nos préoccupations. Nous comprenons l'importance de soutenir chaque aspect de la vie d'une femme, c'est pourquoi nous offrons également un service de halte-garderie, permettant ainsi aux mères de bénéficier de nos services en toute tranquillité d'esprit.

Ensemble, nous sommes les artisanes du changement, fournissant un refuge où les femmes peuvent reconstruire leur force intérieure et trouver le chemin vers une vie épanouie. Au Carrefour des Femmes d'Anjou, nous sommes déterminées à soutenir et à autonomiser chaque femme qui franchit nos portes, dans le respect de son parcours individuel et de ses aspirations.

« Pour ma première visite à votre centre, tu m'as vraiment bien mise à l'aise, écouté et accueilli. Je suis venue en pleurant et je suis partie avec un sourire. » Zahra Ougniti



**« Tous les cris, les S.O.S.
Partent dans les airs
Dans l'eau laissent une trace
Dont les écumes font la beauté »**

–S.O.S, Marie-Denise Pelletier

L'approche féministe

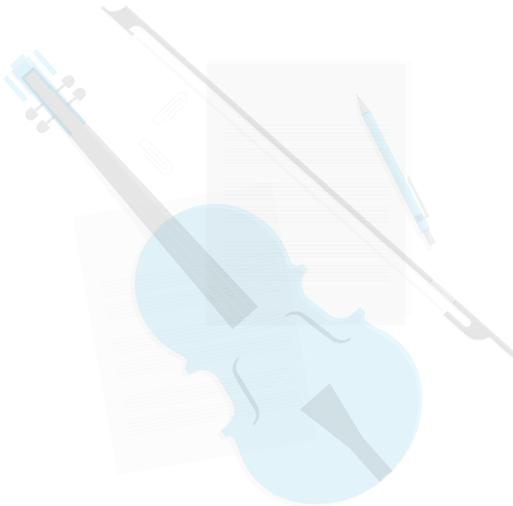
Au Carrefour des Femmes d'Anjou (CFA), notre approche féministe guide chacune de nos interventions. Nous croyons fermement en l'importance de connaître pleinement chaque personne que nous accompagnons, afin de mettre en lumière ses forces et son potentiel. Comprendre la réalité est essentiel pour identifier les différentes sources d'oppression que les membres peuvent rencontrer.

Notre objectif est de travailler en partenariat avec les femmes pour explorer les possibilités et les ressources qui s'offrent à elles, leur permettant ainsi de prendre des décisions libres et éclairées face à leur situation. L'intervenante joue un rôle essentiel dans ce processus en accompagnant la personne dans son cheminement, offrant un soutien constant et bienveillant.

En tant que centre de femmes, le CFA offre un service de première ligne à celles qui vivent sous le poids de l'oppression, parfois multiple, et qui subissent les conséquences d'une société souvent individualiste. Les femmes du quartier viennent à nous avec une variété de problématiques, et nos intervenantes sont là pour les écouter attentivement.

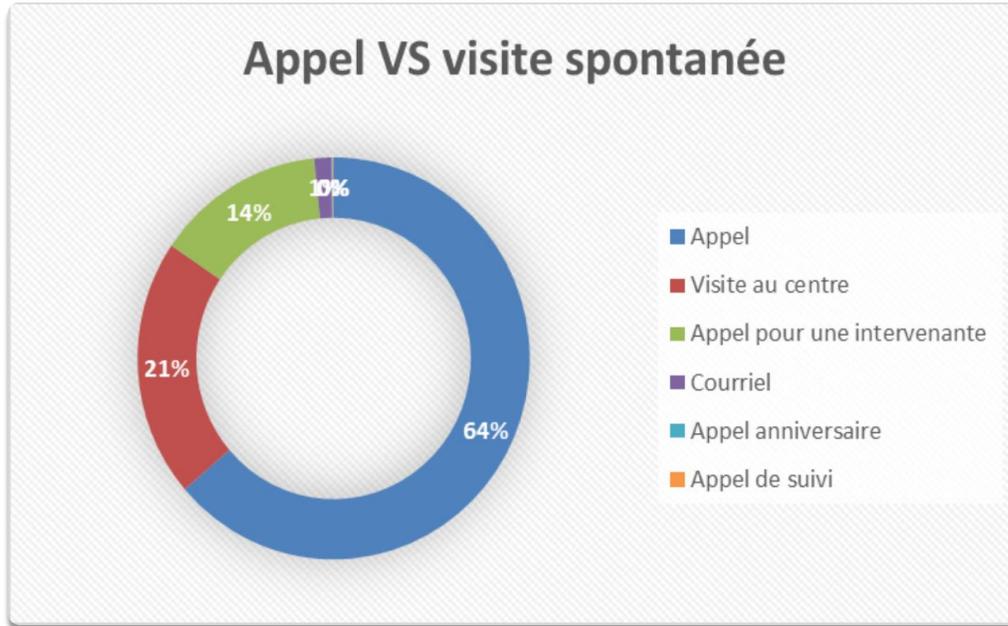
Si nécessaire, nous orientons les femmes vers des organismes partenaires qui pourront mieux répondre à leurs besoins spécifiques. Notre objectif est d'offrir un espace sûr où les femmes peuvent s'exprimer librement, trouver du soutien et être guidées vers les ressources qui les aideront à surmonter leurs défis.

Notre engagement envers l'approche féministe est au cœur de notre mission, et nous sommes fières de travailler en partenariat avec les femmes pour créer un monde plus juste et équitable.



**« Mais moi, je sais c'que j'veux devenir
C'est sur mes termes que j'veux sourire »**

– T'es belle, Cœur de pirate



En raison du changement de l'équipe de travail et des défis résultant de l'absence d'un système de gestion des données adéquat, nous regrettons de signaler qu'il manque malheureusement 18 semaines de données pour l'année 2023-2024 au Carrefour des Femmes d'Anjou (CFA).

Malgré cette lacune, nous avons enregistré un total de **4136 appels** pour des informations ou des services au cours de cette période. De plus, nos intervenantes ont tenu **339 consultations téléphoniques**, offrant ainsi un soutien direct et personnalisé à celles qui en avaient besoin. En outre, notre milieu de vie a été fréquenté par **500 visites** spontanées, témoignant ainsi de son importance en tant que lieu d'accueil et de soutien pour les femmes de notre communauté.

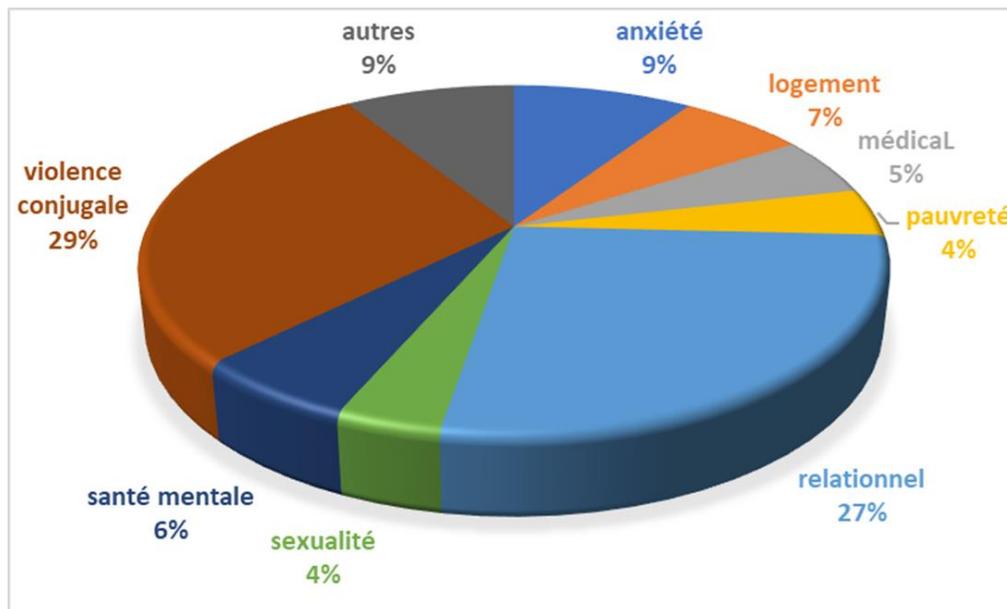
Bien que nous regrettions l'absence de données pour une partie de l'année, ces chiffres reflètent la confiance continue que la communauté accorde au Carrefour des Femmes d'Anjou et à nos services. Nous restons déterminées à améliorer notre infrastructure et nos processus, comptant sur une assiduité dans la compilation des données, afin de mieux répondre aux besoins des femmes que nous servons, et à poursuivre notre engagement envers l'autonomisation et le bien-être des femmes dans notre communauté.

Les interventions

Cette année, nos intervenantes ont réalisé un suivi d'intervention auprès de **68 personnes différentes**, totalisant ainsi **520 heures de soutien personnalisé**. Ces efforts représentent l'équivalent de quatre mois de travail à temps plein, démontrant l'engagement sans faille de notre équipe envers les femmes de notre communauté.

Nous sommes particulièrement préoccupées par l'augmentation notable des interventions auprès de femmes vivant de la violence conjugale, ainsi que des femmes confrontées à des difficultés relationnelles, souvent des signes précurseurs de violence conjugale. Cette hausse témoigne de l'urgence d'agir en matière de violence conjugale et de la nécessité de fournir un soutien immédiat et efficace aux femmes en situation de danger. Pour pallier temporairement cette problématique sociale, le CFA a créé un fond d'urgence, qui nous a permis de mettre en sécurité certaines femmes le temps qu'une maison d'hébergement les accueille et/ou la situation se régularisent.

Au Carrefour des Femmes d'Anjou, nous reconnaissons l'importance cruciale d'une intervention précoce et efficace pour prévenir la violence et assurer la sécurité et le bien-être des femmes. Nous continuerons à travailler sans relâche pour offrir un soutien inestimable à celles qui en ont le plus besoin, en mettant en œuvre des programmes et des services adaptés à leurs besoins spécifiques.

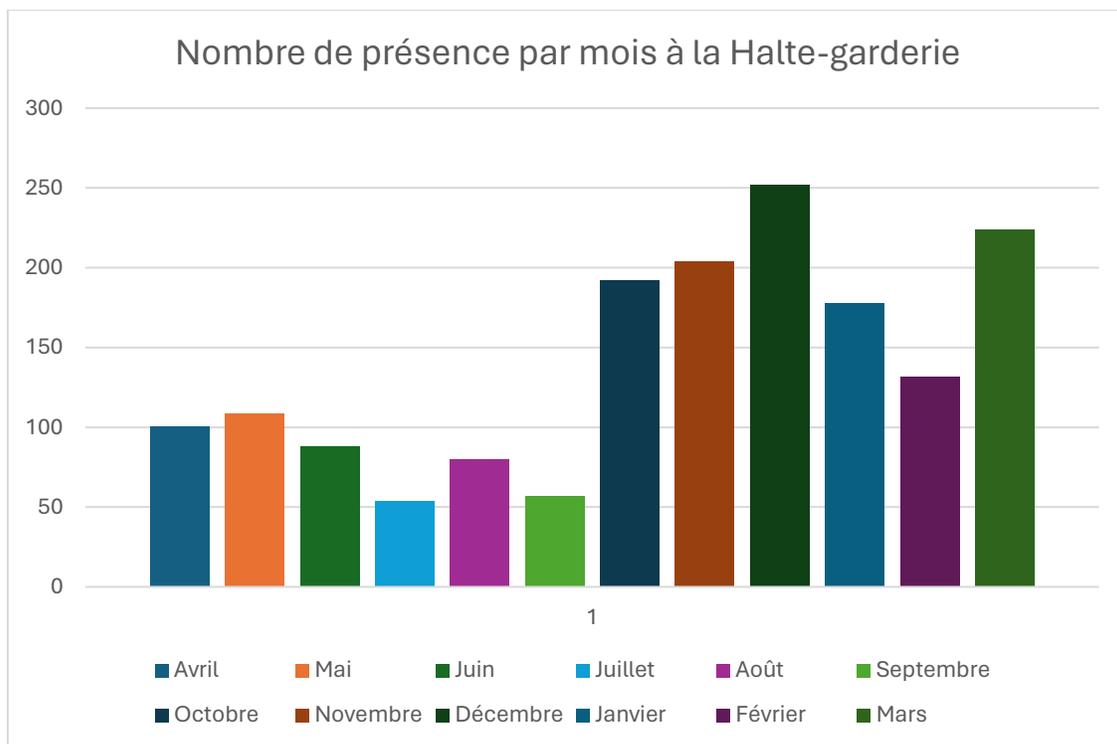


« Merci à ces femmes pour leur écoute, leur soutien, leur temps. Il y a 9 ans maintenant que je suis arrivée au Carrefour. Je me suis découverte, fait des amies sincères et aimantes, je suis devenue ce que j'ai toujours été, mais avec beaucoup plus d'assurance. Je suis une leader, une femme visionnaire et aventureuse. J'ai suivi une foule d'ateliers pour l'estime de soi, j'ai pris le temps de m'impliquer comme bénévole. C'est un endroit que j'ai connu grâce au défunt journal métro d'Anjou et je suis restée parce qu'il y règne le respect, la solidarité, l'amitié et la générosité. Je suis fière d'être des vôtres. » – F.C

Halte-garderie (HG)

Grâce au financement octroyé par le ministère de la Famille, le Carrefour des Femmes d'Anjou a continué de proposer le service de la halte-garderie (HG) à ses membres. Depuis avril 2023, le Carrefour des Femmes d'Anjou a assumé la responsabilité du service de Halte-garderie communautaire, auparavant géré par le Carrousel du Petit Monde, offrant ainsi ces services aux parents de la communauté.

Les parents ont utilisé des services de la halte-garderie pour diverses raisons, notamment pour participer à des activités organisées par le CFA, pour bénéficier de moments de répit ou pour se rendre à des rendez-vous importants tels que des consultations médicales, des démarches d'immigration ou des audiences judiciaires. La halte-garderie est ouverte en semaine et le week-end afin de soutenir les mères du quartier. De plus, le CFA collabore avec le CIUSSS de l'Est de l'Île dans le cadre du programme OLO, réservant des places en garderie pour les mamans participantes aux programmes OLO.



Tout au long de l'année, une variété d'activités éducatives a été proposée pour divertir les jeunes enfants, notamment lors des célébrations d'Halloween, de Noël, des récoltes de pommes et des séances de soins. Ces activités ont permis aux enfants de socialiser, d'apprendre et de développer leurs capacités cognitives et physiques.

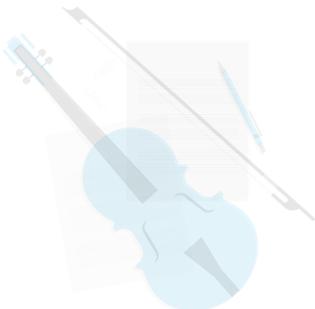
La halte-garderie communautaire est un service essentiel, voire indispensable pour de nombreux parents, en particulier les mères monoparentales. Notre éducatrice principale, Samira Mebarki, est une professionnelle qualifiée, dévouée et bienveillante, qui veille au développement global des enfants avec passion. Au besoin, nous faisons appel à quatre éducatrices supplémentaires pour répondre à la demande croissante pour ce service, témoignant ainsi de sa popularité et de son importance au sein de la communauté.



« Je remercie de tout cœur l'aide généreuse que l'organisme m'a apportée. Je suis extrêmement reconnaissante et je me considère chanceuse. J'ai fait la rencontre d'une perle rare, Samira. Je n'avais jamais confié mon enfant à personne depuis sa naissance donc j'étais très inquiète. C'est lorsque mon fils me demandait s'il verra Samira demain le soir avant de se coucher et que j'ai vu à quel point il l'aime, ce qui m'a rassuré. Et, j'ai vu qu'elle aime profondément nos enfants, elle y met vraiment tout son cœur avec passion.

Elle a émerveillé mon fils, rassuré quand je ne suis pas là. Elle a préparé mon petit bébé pour son entrée à la maternelle. Il est rare de rencontrer une personne aussi dévouée, attentionnée et digne de confiance; mon fils et moi sommes choyés de l'avoir eu dans notre vie.

Nous l'aimons profondément et je souhaite à toutes les mamans comme moi et à leurs enfants une éducatrice exceptionnelle comme elle: un beau rayon de soleil. » - Marie-Hélène.



**« Prendre un enfant par la main
Pour l'emmener vers demain
Pour lui donner la confiance en son pas »**

- Prendre un enfant, Yves Duteil

Entre-nous

Le Carrefour des Femmes d'Anjou (CFA) a institué deux plages horaires de "milieu de vie accompagné" animées par une intervenante, où les femmes se réunissent pour échanger sur une variété de sujets qui leur sont chers. L'objectif de briser l'isolement et de favoriser le développement de liens sociaux a été pleinement réalisé. Plusieurs femmes ont développé des liens d'amitié solides, qui perdurent en dehors des activités organisées par le CFA.

Ces rencontres mettent en lumière les valeurs de solidarité, d'entraide et d'empathie entre les participantes. Elles se soutiennent mutuellement et échangent des conseils pratiques. De plus, de nombreux sujets abordés ont suscité une sensibilisation interculturelle et ont contribué à l'éducation populaire au sein du groupe.

Voici quelques sujets de discussion :

- **L'immigration**
- **La santé**
- **L'alimentation**
- **La violence faite envers les femmes**
- **La sexualité**

« Merci pour les beaux après-midis que je passe avec toi. J'ai toujours hâte de venir, même en étant malade, car je sais très bien je vais repartir la tête légère. » K.A.

Milieu de vie autonome

Le Carrefour des Femmes d'Anjou est un centre offrant un accès permanent à un Milieu de Vie autonome pendant nos heures d'ouverture. Ce concept représente un environnement ouvert et dynamique, où les femmes de tous âges, de toutes conditions et vivant des situations diverses peuvent se retrouver, échanger, s'informer, s'entraider et agir, sans qu'une intervenante soit présente en permanence.

Le Milieu de Vie autonome constitue un espace où les femmes ont la liberté de venir pour diverses activités, telles que la lecture, les jeux de société ou tout simplement pour prendre du temps pour elles-mêmes. C'est un lieu où chacune peut se sentir à l'aise et en contrôle de son propre espace, favorisant ainsi un sentiment de bien-être et d'appartenance à la communauté.

Nous croyons fermement en l'importance de fournir un espace où les femmes peuvent se réunir en toute autonomie, sans pression ni contrainte, pour partager des moments de détente, de socialisation et de ressourcement. Le Milieu de Vie autonome du Carrefour des Femmes d'Anjou s'inscrit dans cette démarche, offrant un lieu d'épanouissement personnel et de renforcement des liens communautaires.

ACTIVITÉS

Les activités éducatives organisées au sein du Carrefour des Femmes d'Anjou jouent un rôle essentiel dans le renforcement de l'estime de soi, de la capacité d'affirmation et de l'expression des besoins des femmes, dans le but ultime de favoriser leur autonomie, d'améliorer la qualité de vie de celles-ci et de défendre leurs droits.

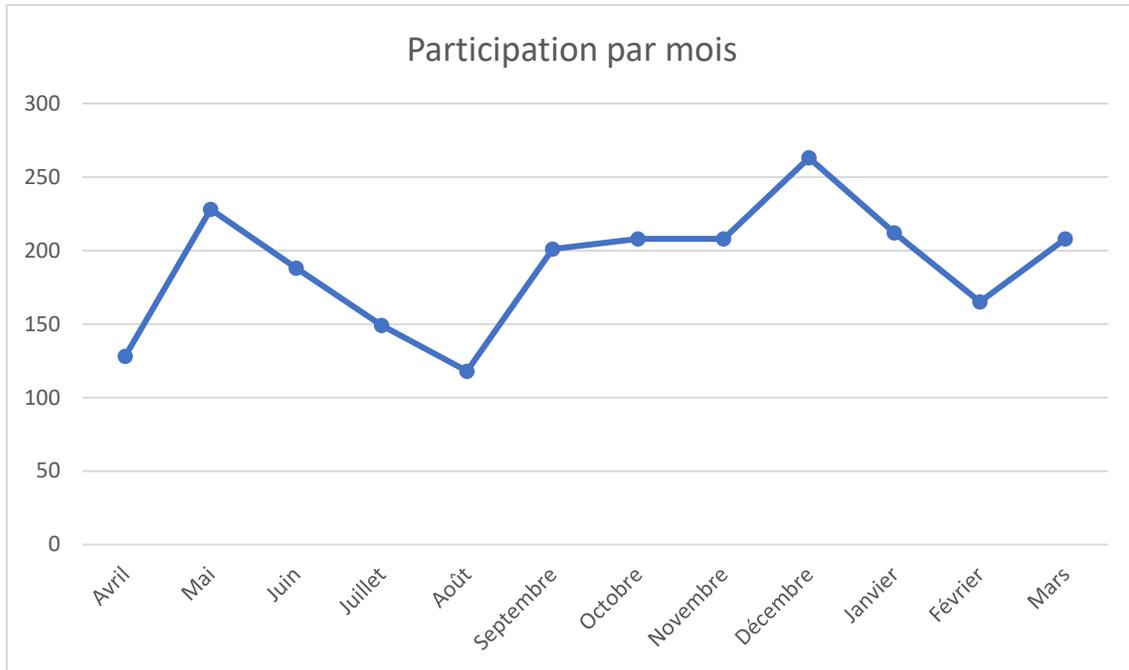
Ces activités se déclinent en diverses formes, allant de la sensibilisation à l'information jusqu'à la formation sur des thématiques variées. Les sorties organisées permettent aux femmes de découvrir la ville de Montréal et ses environs, favorisant ainsi leur enracinement dans la communauté locale. De plus, ces expériences contribuent à renforcer la confiance en soi, encourageant ainsi les femmes à retrouver leur autonomie et à s'engager plus activement dans leurs activités quotidiennes.

L'offre d'un repas lors de certaines activités revêt également une importance particulière. En plus de favoriser la convivialité et les échanges entre les membres, ces repas offrent l'opportunité de mieux connaître les autres et leur origine. Dans un contexte où la pauvreté s'intensifie avec l'inflation, la gratuité de ces repas est accueillie avec gratitude par les femmes, leur permettant de savourer un bon repas sans contrainte financière.

Afin de répondre aux enjeux émergents en intervention, nous avons renforcé nos investissements dans les activités du CFA. Notre objectif est de continuer à enrichir la programmation tout en la rendant accessible à nos membres. Ainsi, nous proposons ces activités gratuitement ou à un coût symbolique de 5\$ pour favoriser la participation et l'inclusion de toutes les femmes de notre communauté.

	2022-2023	2023-2024
Activités	84	98
Participations	1940	2276
Femmes différentes	270	622

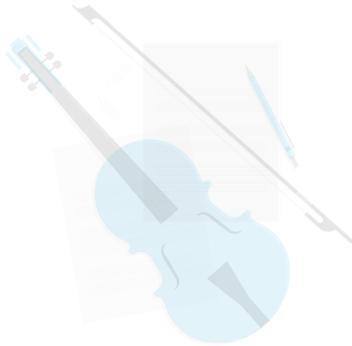
« Je désire remercier toutes les intervenantes pour les activités! J'apprécie beaucoup le partage et les échanges avec toutes. » - Isabelle



« Nous avons bien aimé l'activité du café-jeux. Nous nous sommes bien amusées, ri, découvert de nouvelles personnes, de nouveaux jeux et liés de nouvelles amitiés. Merci beaucoup. » – Joanne Trudel et Sylvie Lafrance

Les activités par thématique

Le Carrefour des femmes d'Anjou est un organisme communautaire dédié à l'amélioration des conditions de vie des femmes. Nous veillons à ce que les activités du centre soient alignées avec notre mission et atteignent les objectifs fixés en se concentrant sur plusieurs volets : la santé, la création de liens et la découverte culturelle, ainsi que l'éducation et la défense des droits. L'annexe 1 présente le tableau complet des activités proposées en 2022/2023, réparties par volets. Les paragraphes suivants décrivent ces volets d'activités et mettent en lumière certaines des activités phares.



**« C'est bon pour le moral,
C'est bon pour le moral,
C'est bon, bon, c'est bon bon »**

- C'est bon pour le moral, *Compagnie créée*

1. La santé

La promotion de la santé constitue un élément crucial dans la vie de chacun, comme l'exprime le proverbe « La santé est une richesse à préserver ». Les activités liées à la santé visent à aider les femmes à acquérir des compétences pour maintenir ou retrouver leur bien-être mental, sexuel et physique.

En ce qui concerne la santé mentale, il s'agit d'atteindre un état de bien-être dans lequel une personne peut s'épanouir, surmonter les défis de la vie quotidienne et contribuer au bon fonctionnement de la communauté. Ainsi, les objectifs des activités concernant la santé consistent à atténuer les effets émotionnels néfastes engendrés par les facteurs environnementaux et sociaux, afin que les femmes puissent retrouver un équilibre émotionnel et s'épanouir pleinement. Parallèlement, l'activité physique joue un rôle essentiel dans le maintien de la santé en général, et de la santé mentale en particulier, en réduisant les symptômes de dépression, d'anxiété et de douleur chronique, tout en favorisant un sentiment d'appartenance à une communauté ou à un lieu.

Voici un aperçu des activités proposées tout au long de l'année et qui ont contribué au maintien d'une bonne santé physique et mentale:

*** Un tableau des activités complètes de l'année vous est proposé en annexe**



Je continue de me choisir

Ce groupe de soutien a été créé pour les femmes vivant ou ayant vécu des situations de violence conjugale. Lors de ces rencontres, les participantes ont eu l'opportunité de briser leur isolement, de comprendre qu'elles ne sont pas seules dans cette situation et qu'elles peuvent recevoir du soutien.

Les rencontres ont offert un espace sécurisant où les femmes pouvaient partager leurs expériences et se sentir comprises. Plusieurs outils et informations leur ont été remis, adaptés aux besoins exprimés par chacune.

Nous avons pu observer différents changements positifs au cours et au fil des rencontres :

- Une plus grande estime de soi
- Une meilleure confiance en soi
- Une facilité accrue à s'affirmer et à s'exprimer

De plus, les femmes ont pu progresser à leur propre rythme, et ce fut un réel bonheur de les voir prendre leur envol et reprendre du pouvoir sur leur vie.

Ce groupe a permis à ses membres de retrouver force et autonomie, en créant un réseau de soutien essentiel pour leur bien-être et leur rétablissement.

Objectif 1 : Maintenir un filet social solide entre les participantes

- **Évaluation** : Le groupe de soutien *Je continue de me choisir* a évolué d'un espace de soutien initial à un groupe entièrement autonome. Les participantes s'organisent, échangent et se soutiennent mutuellement, assurant ainsi un filet social solide.
- **Résultat** : Objectif pleinement atteint. Le maintien des liens entre les participantes a été essentiel pour leur bien-être et leur rétablissement.

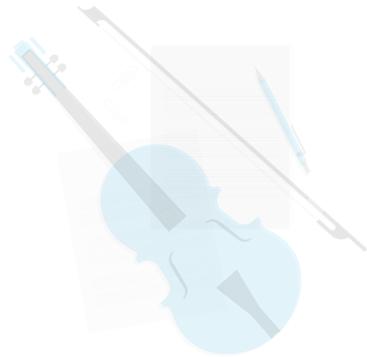
Objectif 2 : Fournir des outils concrets d'affirmation de soi

- **Évaluation** : Les participantes ont été équipées d'outils concrets d'affirmation de soi, applicables dans leur quotidien.
- **Résultat** : Objectif atteint. Ces outils ont contribué à renforcer la confiance et l'indépendance des participantes.

Objectif 3 : Développer la capacité à reconnaître les signes avant-coureurs de la violence et à appliquer des mesures de protection

- **Évaluation** : Les participantes ont développé la capacité à reconnaître les signes avant-coureurs de la violence et à appliquer les mesures de protection établies.
- **Résultat** : Objectif atteint. Cette compétence a renforcé leur autonomie et leur sécurité, les aidant à se prémunir contre de futures situations de violence.

Conclusion: Le groupe *Je continue de me choisir* a non seulement atteint, mais a dépassé ses objectifs. Il a créé un environnement où les survivantes de la violence conjugale peuvent se soutenir mutuellement tout en acquérant des compétences vitales pour leur sécurité et leur épanouissement personnel.



« Refaire le jour, refaire le ciel
Refaire la vie et le soleil »

– *Chanson pour Marie, Nicola Ciccone*



Méditation et respiration

Dans le cadre de nos activités visant à promouvoir le bien-être et la réduction du stress, nous avons mis en place des séances axées sur la respiration consciente, la méditation active et les postures de yoga. Ces pratiques sont conçues pour aider les participantes à développer une pleine présence au corps et à l'instant présent, favorisant ainsi une détente profonde et un cheminement personnel vers un mieux-être durable.

Objectifs

Les principaux objectifs de nos séances sont les suivants :

- Diminution du stress chez les participantes.
- Appropriation de diverses techniques de respiration.
- Apprentissage de certaines postures de yoga bénéfiques pour la santé physique.

Activités proposées

1. **Respiration consciente** : Techniques de respiration guidée permettant de calmer l'esprit et de réduire le stress.
2. **Méditation active** : Exercices de méditation dynamique visant à centrer l'attention et à accroître la pleine conscience.
3. **Postures de Yoga** : Enseignement de postures spécifiques qui améliorent la souplesse, renforcent les muscles et favorisent une meilleure circulation sanguine.

Résultat :

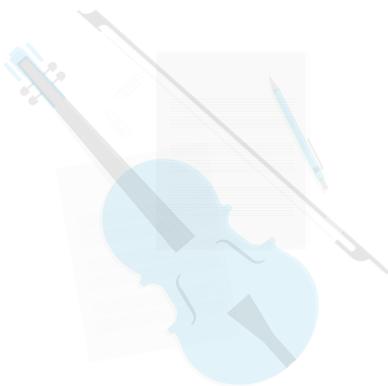
- 80% des participantes utilisent les techniques apprises dans la vie quotidienne.
- 60% des participantes affirment avoir une meilleure qualité de sommeil.
- 90% affirment avoir plus de contrôle sur leurs émotions.

Progression et Expansion

Face à l'augmentation de la popularité de nos séances, nous avons ouvert un deuxième groupe pour répondre à la demande croissante. Cela témoigne de l'intérêt et de l'efficacité de nos activités auprès de la communauté.

Témoignages et Impact

Parmi les nombreux témoignages reçus, l'histoire d'une participante se distingue particulièrement. Après avoir intégré nos techniques, elle a pu enseigner ces méthodes à une autre femme en détresse, illustrant ainsi la transmission des connaissances et la solidarité engendrée par notre programme. Ce type de retour positif est un fort indicateur que nos séances atteignent leur but et résonnent avec notre mission de soutien au mieux-être.



« Pour un instant, j'ai respiré très fort
Ça m'a permis de visiter mon corps »

– Pour un instant, Harmonium

2. La défense de droits et l'éducation civique

L'éducation est le meilleur moyen pour permettre aux femmes de défendre leurs droits et de faire librement des choix éclairés. Conscient de cet enjeu crucial, le CFA enrichit chaque mois sa programmation avec des activités ciblant des sujets spécifiques. Ces initiatives visent à accroître les connaissances des participantes, à leur offrir des pistes de solution et à leur fournir des moyens concrets pour lutter contre les problématiques sociales qu'elles rencontrent.

En proposant régulièrement ces activités éducatives, le CFA s'engage à accompagner les femmes dans leur démarche d'autonomisation et de prise de pouvoir sur leur vie. Les participantes sont ainsi mieux outillées pour défendre leurs droits et faire des choix éclairés, contribuant à la construction d'une société plus juste et équitable.



Brunch de sororité

Cet atelier a été donné en collaboration avec l'organisme communautaire Info-Femmes. Les membres des deux organismes étaient présents, comblant les 25 places disponibles pour l'événement. Cette collaboration a renforcé l'impact de l'atelier et a permis de toucher un plus grand nombre de participantes. En effet, *Le brunch de sororité* a eu un succès retentissant, atteignant et dépassant ses objectifs. Les jeux de sensibilisation ont efficacement conscientisé les participantes aux inégalités sociales, tandis que les discussions ont favorisé une compréhension approfondie du concept d'intersectionnalité. Cet atelier a été sollicité par les participantes pour une prochaine programmation, démontrant leur intérêt et l'engagement envers ces enjeux cruciaux.

Objectif 1 : Conscientiser à l'inégalité sociale

- **Évaluation** : *Le Brunch de sororité* a réussi à sensibiliser les participantes aux inégalités sociales grâce à des jeux de sensibilisation. Ces activités ont été très appréciées par les femmes, qui ont activement participé et intégré les enjeux sociaux dans leurs discussions. Un délicieux repas a également été fourni, ajoutant à l'attrait de l'événement et favorisant un environnement convivial.
- **Résultat** : Objectif atteint. Les jeux de sensibilisation ont efficacement conduit les participantes à prendre conscience des inégalités sociales.

Objectif 2 : Connaître le concept d'intersectionnalité

- **Évaluation** : Le brunch a permis aux participantes de comprendre le concept d'intersectionnalité. Les discussions et les échanges ont suscité des réflexions profondes sur les différentes perceptions d'une même réalité, mettant en lumière la complexité des inégalités vécues par les femmes en

fonction de leur identité multiple. La participation des femmes de diverses cultures a enrichi les échanges et a permis une compréhension plus large des enjeux.

- **Résultat** : Objectif atteint. Les participantes ont compris le concept d'intersectionnalité et ont aussi discuté activement des différentes dimensions de leurs réalités, favorisant une compréhension plus nuancée des enjeux sociaux.

Objectif 3 : Déclencher une solidarité pour la réalité des participantes

- **Évaluation** : Les discussions et les échanges lors du brunch ont déclenché un sentiment de solidarité parmi les participantes. Elles ont partagé leurs expériences et perçu les différentes réalités avec empathie, renforçant ainsi les liens de sororité et de soutien mutuel.
- **Résultat** : Objectif atteint. Le brunch a créé un espace de solidarité où les participantes ont pu se connecter et se soutenir mutuellement face aux défis sociaux.



Le mandat de protection

Le mandat de protection a pris la forme d'un document que toute personne devrait posséder. En cas d'accident ou de maladie, il protège les droits et la dignité de l'individu en respectant les choix qu'il a lui-même pris. Cette activité est alignée avec les valeurs et objectifs du CFA, visant à augmenter l'autonomie des personnes par la défense de leur droit de choisir, ainsi que par l'affirmation et le respect de leurs décisions personnelles.

Objectif 1 : Sensibiliser les femmes sur l'importance de ce document

- **Évaluation** : L'activité a réussi à sensibiliser les participantes sur l'importance du mandat de protection. Les discussions ont mis en lumière le rôle crucial de ce document dans la protection des droits et de la dignité en cas d'accident ou de maladie.
- **Résultat** : Objectif atteint. Toutes les femmes présentes ont compris l'importance du mandat de protection.

Objectif 2 : Comprendre les différentes parties du document

- **Évaluation** : Les participantes ont été guidées à travers les différentes sections du mandat de protection, apprenant à identifier et comprendre chaque partie du document. Cette compréhension est essentielle pour assurer que le document reflète précisément leurs choix et leurs souhaits.

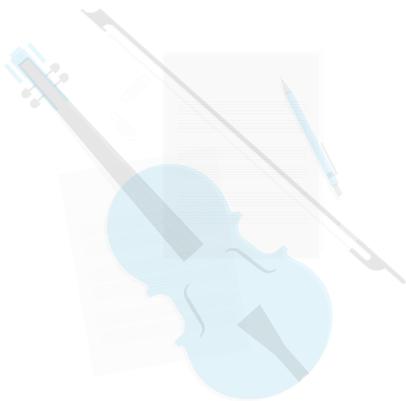
- **Résultat** : Objectif atteint. Les femmes ont acquis une compréhension claire des différentes parties du mandat de protection.

Objectif 3 : Remplir le document

- **Évaluation** : L'atelier a permis à chaque participante de rédiger un mandat de protection manuscrit. Ce processus a renforcé leur autonomie et leur capacité à prendre des décisions éclairées concernant leur propre protection.
- **Résultat** : Objectif atteint. Toutes les femmes présentes ont rempli un mandat manuscrit, assurant ainsi la documentation de leurs choix personnels.

3. La création de liens et la découverte culturelle

Le Carrefour des femmes d'Anjou est un organisme communautaire dont la mission est notamment de briser l'isolement social des femmes. Pour atteindre cet objectif, l'organisme propose un autre volet d'activités axé sur des ateliers et des sorties extérieures. Ces initiatives favorisent les échanges, développent les connaissances générales et renforcent la confiance des participantes en leurs capacités, tout en leur permettant de tisser des liens significatifs avec d'autres femmes.



« Je vais les routes et
Je vais les frontières
Je sens, j'écoute et j'apprends,
je vois »

– *Destin, Céline Dion*



Le havre familial

Le havre familial est un camp de jour familial où les membres et leurs enfants ont pu profiter de diverses activités en plein air. Ils ont fait de la randonnée et ils ont appris à naviguer dans différents sports nautiques comme le kayak, le pédalo et le paddle board. En plus, ils ont eu accès à la plage et aux glissades d'eau. Les familles ont dégusté un repas préparé par les cuisiniers de la cafétéria sur place. Cette sortie a été rendue possible grâce au financement de Centraide Montréal, qui a octroyé une subvention pour les camps d'été.

Objectif 1 : Découvrir un lieu

- **Évaluation** : Les femmes et leurs enfants ont eu l'occasion de découvrir le havre familial, un camp de jour offrant diverses activités en plein air.
- **Résultat** : Objectif atteint. Les participantes ont exploré un nouvel environnement et découvert les différentes installations et activités proposées par le camp.

Objectif 2 : Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants

- **Évaluation** : Grâce au financement de Centraide Montréal, les participantes ont pu profiter d'une sortie gratuite avec leurs enfants, incluant diverses activités estivales, de plein air et aquatiques.
- **Résultat** : Objectif atteint. La sortie a été entièrement gratuite pour les familles, permettant à un plus grand nombre de participer, sans contrainte financière.

Objectif 3 : Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant)

- **Évaluation** : L'activité a favorisé la création de liens entre les familles et renforcé les relations mère-enfant. Le cadre détendu et les activités partagées ont permis aux participantes de tisser des liens solides et de partager des moments de complicité.
- **Résultat** : Objectif atteint. Les interactions et les activités communes ont contribué à renforcer les relations et à créer un sentiment de communauté parmi les participantes.

L'activité *Le havre familial* a été un succès, atteignant tous ses objectifs. Les participantes ont découvert un nouveau lieu, bénéficié d'une sortie gratuite avec leurs enfants, et créé des liens significatifs entre elles et avec leurs enfants. Grâce au financement de Centraide Montréal, cette sortie a offert une expérience enrichissante et mémorable.



Création de bijoux

L'atelier de création de bijoux a débuté en 2022 avec une intervenante qualifiée pour guider les femmes dans leur apprentissage. Utilisant des perles et des accessoires professionnels, donnés par la compagnie Fraise-limette après sa fermeture post-COVID, l'atelier a permis aux participantes de créer de magnifiques bijoux. Au départ de l'intervenante pour de nouveaux défis professionnels, les membres ont exprimé le désir de poursuivre les ateliers. Les participantes initiales sont ainsi devenues animatrices, transmettant leurs connaissances aux nouvelles venues et formant un groupe autonome, animé par et pour les femmes.

Objectif 1 : Briser l'isolement des femmes

- **Évaluation** : L'atelier de création de bijoux a permis aux participantes de se rassembler régulièrement, offrant ainsi un espace de convivialité et de soutien mutuel. Les échanges au sein du groupe ont contribué à réduire l'isolement social.
- **Résultat** : Objectif atteint. Les participantes ont bénéficié d'un espace où elles pouvaient interagir et se soutenir mutuellement, diminuant ainsi leur isolement.

Objectif 2 : Développer de nouvelles compétences

- **Évaluation** : Les participantes ont appris diverses techniques de fabrication de bijoux, utilisant des perles et des accessoires professionnels. Ces compétences nouvellement acquises ont permis aux femmes de créer des pièces uniques et de développer leur savoir-faire artisanal.
- **Résultat** : Objectif atteint. Les femmes ont développé de nouvelles compétences en bijouterie, améliorant ainsi leur confiance en leurs capacités créatives.

Objectif 3 : Développer l'autonomie des femmes

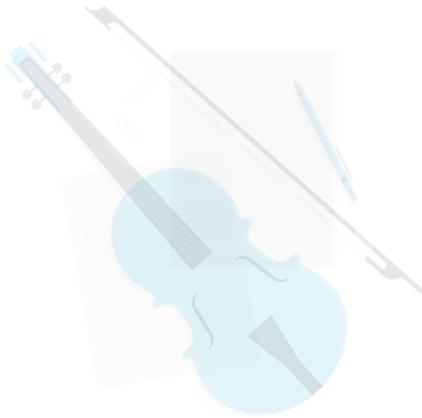
- **Évaluation** : À la suite du départ de l'intervenante, les participantes ont pris en charge l'animation des ateliers. Cette transition a renforcé leur autonomie, les obligeant à organiser et diriger les sessions elles-mêmes.
- **Résultat** : Objectif atteint. Les participantes ont démontré leur autonomie en continuant les ateliers de manière indépendante.

Objectif 4 : Prendre confiance comme animatrice

- **Évaluation** : Les anciennes apprenantes sont devenues animatrices, partageant leurs connaissances avec les nouvelles participantes. Cette responsabilité a permis aux femmes de gagner en confiance et en compétences de leadership.

- **Résultat** : Objectif atteint. Les participantes ont pris confiance en elles en assumant le rôle d'animatrice, démontrant leur capacité à transmettre leur savoir.

L'atelier de *Création de bijoux* a largement dépassé ses objectifs, en brisant l'isolement des participantes, en leur permettant de développer de nouvelles compétences, en renforçant leur autonomie et en leur donnant confiance en leurs capacités d'animation. La solidarité et le soutien mutuel au sein du groupe ont été remarquables, tout comme la fierté des femmes pour leurs créations. Cette initiative a démontré l'importance de l'entraide et de l'autonomisation dans le cadre des activités communautaires.



« J'aime mieux rêver que d'voir sans y croire
J'aime mieux ramper que de me rasseoir »

– *Rêver mieux, Louis-Jean Cormier*

ACTIONS COLLECTIVES

Le CFA sensibilise les femmes aux réalités politiques, sociales et économiques qui impactent leurs conditions de vie, tant ici qu'ailleurs, afin de renforcer les liens de solidarité autour de problématiques communes. Il s'agit de prendre conscience des enjeux collectifs vécus par les femmes.

Pour le CFA, l'action collective englobe toutes les stratégies visant à défendre et promouvoir les droits et les intérêts des femmes dans une optique de changement social. Cela peut aller de la diffusion d'un courriel ou d'une lettre d'opinion jusqu'à la participation à des rassemblements. L'essentiel est de créer un mouvement collectif autour d'une revendication.

12 jours d'action contre la violence faite aux femmes

La violence envers les femmes est une problématique sociale qui touche toutes les femmes, indépendamment de leur origine ou de leur statut socio-économique. Aucune femme n'est à l'abri des violences potentielles. Cette année, la thématique des 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes était « Précarité genrée, violences ignorées ». Le Carrefour des femmes d'Anjou (CFA) a été à l'avant-garde de cette initiative, en organisant plusieurs activités en collaboration avec Info-Femmes, le Service de police de la Ville de Montréal (SPVM), Transit Secours et La Table de Groupe de Femmes de Montréal.

Activités organisées

- **Kiosques d'Information**

La population a eu accès à un espace de kiosques d'information où divers organismes partenaires ont fourni des ressources et des conseils sur la prévention de la violence et le soutien aux victimes. Ce volet informatif a permis de sensibiliser le public aux réalités de la violence genrée et à l'importance de la solidarité communautaire.

- **Prestation théâtrale et discours commémoratif**

Une prestation théâtrale poignante a été présentée, retraçant les vies des victimes de la tragédie de la Polytechnique, le 6 décembre 1989. Cet hommage émouvant a été suivi d'un discours commémoratif en mémoire de toutes les victimes de féminicides de la dernière année. Ces moments de réflexion ont permis de rappeler l'importance de la lutte contre la violence faite aux femmes et d'honorer la mémoire de celles qui ont perdu la vie.

- **Dîner communautaire**

Pour conclure cette journée de sensibilisation et de solidarité, la population a été invitée à partager un délicieux dîner offert par le CFA et Info-Femmes. Ce moment convivial a permis de renforcer les liens communautaires et de favoriser les échanges sur les moyens de combattre la violence faite aux femmes.

Les 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes ont été marqués par une série d'événements significatifs organisés par le Carrefour des femmes d'Anjou, en partenariat avec des organismes locaux. Grâce à ces initiatives, nous avons pu sensibiliser la population à la précarité genrée et aux violences souvent ignorées, tout en rendant hommage aux victimes. Le CFA reste déterminé à poursuivre ses efforts pour créer une société plus juste et sécuritaire pour toutes les femmes.





Cabane à sucre à saveur féministe

L'événement *Cabane à sucre à saveur féministe* a été un franc succès, atteignant pleinement ses objectifs de conscientisation, de construction de liens sociaux, et de sensibilisation aux inégalités sociales. En rassemblant diverses composantes de la communauté, en incluant les hommes comme alliés dans la lutte pour les droits des femmes, et en promouvant une plus grande inclusion sociale et économique, le CFA a démontré l'efficacité de ses initiatives et son engagement envers une société plus équitable. Les napperons fabriqués avec des articles de sensibilisation et les jeux éducatifs ont ajouté une dimension interactive et informative à l'événement, renforçant ainsi l'impact des messages véhiculés.

Objectif 1 : Conscientiser la population sur les droits des femmes

- **Évaluation** : L'activité mixte a permis de sensibiliser un large public, y compris les hommes, à l'importance des droits des femmes. Grâce aux affichages sur l'évolution des droits des femmes, la majorité des hommes présents ont pris le temps de lire et de s'informer. Des napperons fabriqués avec des articles de sensibilisation, d'éducation et des jeux de sensibilisation ont également été utilisés, renforçant ainsi l'engagement des participants.
- **Résultat** : Objectif atteint. La conscientisation sur les droits des femmes a été efficacement réalisée.

Objectif 2 : Construction d'un filet social

- **Évaluation** : L'événement a servi de plateforme pour rassembler diverses personnes de la communauté, favorisant ainsi la création et le renforcement des liens sociaux.
- **Résultat** : Objectif atteint. La nourriture, en tant qu'élément rassembleur, a joué un rôle crucial dans la construction d'un filet social inclusif.

Objectif 3 : Sensibiliser la population sur les inégalités sociales

- **Évaluation** : En intégrant des options végétariennes et en rendant l'événement accessible, le CFA a non seulement inclus diverses préférences alimentaires, mais a aussi soutenu des entreprises locales, démontrant ainsi un engagement envers l'inclusion sociale et économique. Les napperons éducatifs ont également contribué à cette sensibilisation en fournissant des informations et des jeux sur les inégalités sociales.
- **Résultat** : Objectif atteint. L'événement a sensibilisé les participants aux inégalités sociales, notamment en rendant accessible un dîner à la cabane à sucre, souvent considéré comme dispendieux pour la plupart des familles du quartier.

-

D'Amours Spécial début de saison!

Spécial d'ouverture
17 Mars au 8 Mars 2024
11h à 19h - 34,79€
4 à 12 ans - 17,49€

7 choix de desserts délicieux !!
- Payer en espèces, sans sur la carte, sans compte.

"Non-respect"
l'égalité parité de genres et terre, signes français & étrangers

damours.ca | 450 478 1377 | 427, 5^e Avenue, Sainte-Anne-des-Pains

L'IMPORTANT DU 8 MARS

Le 8 mars, nous devons réaffirmer l'importance des luttes pour les droits des femmes, saluer les combats menés en faveur de leur reconnaissance sociale et politique et poursuivre les batailles pour que leurs droits cessent d'être bafoués partout sur la planète. Cet événement nous rappelle qu'encore aujourd'hui, les droits des femmes ne sont pas respectés, que l'égalité n'est pas atteinte et qu'il faut continuer à lutter pour que cela change, enfin.

L'origine de la cabane à sucre

La cabane à sucre est une tradition séculaire au Québec, transmise de génération en génération. Avant même la colonisation, les Amérindiens entaillaient les érables avec une hache pour recueillir leur sève dans un morceau d'écorce. Ils réduisaient ensuite cette sève pour obtenir du sirop d'érable. Les colons ont adopté cette coutume et ont fait du sucre d'érable leur édulcorant de choix.

8 mars

Cabane à sucre

CÉLÉBRONS LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES

1950

C'est la décennie où la « canne » de sirop fait son apparition sur les tablettes des épiceries de la province. Les consommateurs adoptent alors le sirop, qui remplace progressivement le sucre d'érable dans les chaumières québécoises. D'ailleurs, la conserve de sirop d'érable que l'on affectionne doit son « look » emblématique à un concours de dessin.

Ça gronde

CE SLOGAN, IL SE VEUT FORT ET PUISSANT POUR LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES DE CETTE ANNÉE. DEVANT LES CRISES QUI SE MULTIPLIENT, LES INÉGALITÉS QUI S'AMPLIFIENT ET LES VIOLENCES ENVERS LES FEMMES QUI S'ACCROISSENT, LA COLÈRE GRONDE. TRANSFORMONS CETTE INDIGNATION EN UNE FORCE MOBILISATRICE ET CONSTRUISONS UNE SOCIÉTÉ FÉMINISTE ET SOLIDAIRE!

ÇA GRONDE

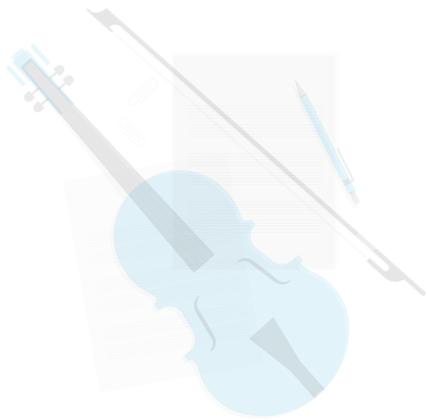
8 MARS
JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES
2024

PAROISSE LES CROIX - PAROISSE LES MÉDAILLES - PAROISSE LES VIOLENCES - MÈRE TERRE ORAIRE ET PLUS TOUT CHANGÉ



Carrefour
des femmes
d'Anjou

COORDONNÉES
514-351-7974
7777 boul. Louis-H Lafontaine Local 105
Anjou, (Qc) H1K 4E4
PROGRAMMATION@CFANJOU.CA



« Elles sont là des millions
Qui n'attendent qu'à résonner
Reste qu'à trouver les pieds
Qui voudront les chauser »

– *Le bruit des bottes, Yann Perreault*



Halte au projet des Halles

Un projet immobilier est en cours de planification pour les Halles à Anjou, avec des propositions de logements de luxe. Voici le prix envisagé des loyers des appartements :

- Appartements d'une chambre : à partir de 1 535 \$
- Appartements de deux chambres : à partir de 1 939 \$
- Appartements de trois chambres : à partir de 2 599 \$

Cependant, le CFA demande qu'un certain nombre de ces logements de luxe soient remplacé par des logements sociaux. La pauvreté reste un défi majeur dans notre communauté, et les femmes en situation d'itinérance ou de précarité sont de plus en plus nombreuses.

Nous soutenons l'action communautaire menée par Infologis, un partenaire et un collaborateur exceptionnel. Leur mission, qui est de défendre les droits au logement de la population, est essentielle pour répondre aux problématiques sociales actuelles.

En soutenant la mission d'Infologis, nous affirmons notre engagement envers une plus grande inclusion sociale et la lutte contre la pauvreté. Il est impératif d'intégrer des logements sociaux dans le projet des Halles afin de garantir un accès équitable au logement pour tous les résidents d'Anjou.

L'ajout de logements sociaux dans ce projet permettrait non seulement d'offrir un toit sûr et abordable à ceux qui en ont le plus besoin, mais aussi de renforcer le tissu social de notre quartier et de favoriser un environnement plus équitable et solidaire. Ensemble, œuvrons pour une communauté plus juste et inclusive!





Sécurité du secteur, cohabitation sociale

Dans le contexte actuel, marqué par une hausse de la criminalité et une présence accrue des gangs de rue dans notre secteur, les femmes ressentent une crainte croissante de sortir à l'extérieur. Cette situation engendre un stress important pour les résidentes d'Anjou. En réponse à cette préoccupation, le CFA a organisé, en collaboration avec Opération surveillance Anjou et le SPVM, une marche exploratoire du quartier.

Lors de cette marche, les femmes ont eu l'opportunité d'identifier et de signaler les endroits qu'elles perçoivent comme étant les plus dangereux. Elles ont également proposé des mesures pour améliorer la sécurité de ces zones. À la suite de cette initiative, une liste de réclamations a été élaborée et envoyée à la ville d'Anjou.



Par ailleurs, les représentants de la police ont profité de cette occasion pour expliquer comment assurer des déplacements sécurisés. Ils ont également partagé des recommandations précieuses sur les mesures à prendre en cas de sentiment d'insécurité. Cette démarche a visé le renforcement de la sécurité et le bien-être de toutes les personnes dans notre quartier.



Montréal féministe : Droit à la ville

Cette campagne initiée par le CFA met en lumière les enjeux féministes qui touchent la mobilité, le logement, la vie de quartier et la précarité. Le CFA souligne les contributions essentielles des groupes féministes pour identifier et mettre en œuvre des solutions concrètes. Avec #MontréalFéministes, nous souhaitons créer un mouvement qui interpelle nos gouvernements, mobilise nos partenaires et engage la population à participer au changement.

En collaboration avec la Table des groupes de femmes de Montréal, une discussion sur les enjeux du quartier d'Anjou a été menée. À la suite de cette discussion, nous avons envoyé nos propositions au maire d'Anjou, Luis Miranda, dans le but de favoriser une cohabitation sociale bénéfique à tous.



Projet d'impact collectif (PIC) - Centraide

Le Programme d'Impact Collectif (PIC) vise à soutenir les quartiers montréalais dans leurs efforts de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale. L'objectif est d'augmenter l'impact de la mobilisation dans les quartiers afin d'obtenir des résultats marquants sur la réduction de la pauvreté.

En collaboration, Concertation Anjou et le Carrefour des femmes d'Anjou ont élaboré et diffusé un questionnaire auprès de la population pour identifier les besoins. À la suite de cette démarche, Concertation Anjou a organisé une rencontre avec les organismes du quartier, pour établir les besoins prioritaires à travailler collectivement afin de faire ressortir l'enjeu principal. Une demande de financement sera déposée en janvier 2025 pour cet enjeu prioritaire, avec l'espoir de mettre en œuvre et de déployer ensemble un projet qui répondra à ces besoins et permettra d'améliorer la qualité de vie des résidents d'Anjou.



La Nuit des sans-abris : RAPSIM

La Nuit des sans-abris est un événement visant à sensibiliser le public à l'itinérance, à la pauvreté et à l'exclusion sociale, des problèmes qui touchent un nombre croissant de Québécois et de Québécoises. Depuis 1989, chaque 3ème vendredi d'octobre, les participants passent la nuit dehors pour exprimer leur solidarité avec ceux qui vivent dans des conditions précaires et souvent intolérables. Cet événement a pour but de donner une voix à ces personnes, de clarifier les réalités de l'itinérance, de briser les stéréotypes et de favoriser la mixité sociale.

Cette année, le Carrefour des femmes d'Anjou a organisé une collecte de produits d'hygiène féminine, que nous avons ensuite distribués lors de la Nuit des sans-abris. Pour l'année prochaine, nous visons à obtenir une commandite pour des produits hygiéniques réutilisables.



Montréal, ville féministe : 20 souhaits pour 2030



Pour célébrer son 20^{ème} anniversaire, le Conseil des Montréalaises a lancé la campagne « Montréal, ville féministe : 20 souhaits pour 2030 », mettant en lumière les revendications de 20 groupes de femmes et organismes locaux qui œuvrent à l'amélioration des conditions de vie des femmes montréalaises dans toute leur diversité.

Le Carrefour des femmes d'Anjou a pris part à cette initiative en formulant un vœu revendicatif, en soutenant la campagne du Conseil des Montréalaises qui continue de défendre et d'amplifier la voix des femmes montréalaises auprès de l'administration municipale.



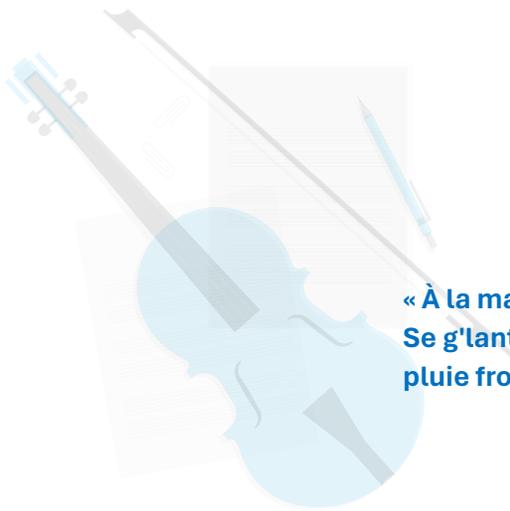
« Notre vœu, en tant que féministe, serait la construction de logements coopératifs pour les femmes vivant de la violence conjugale. Avec l'augmentation du prix des loyers, l'accessibilité des logements est difficile, surtout en situation de violence conjugale. La relocalisation est un véritable enjeu. Plusieurs femmes restent auprès d'un conjoint violent par manque de revenus pour louer un logement. Une coopérative offrirait un logement à prix modique, en échange d'entretien des lieux. »

**- Véronique Dubois
Le Carrefour des femmes d'Anjou**

Pétitions

Chaque année, le CFA contribue à faire entendre la voix des femmes par des pétitions en lien avec sa mission et ses valeurs :

- ✚ Droit à l'avortement pour toutes les femmes
- ✚ Stop à l'impunité crime sexuel
- ✚ Sommet municipal sur l'itinérance des femmes
- ✚ Contre la violence faite aux femmes



**« À la manifestation, on rêvait d'révolution
Se g'lant l'cul avec une poignée de comparses sous la
pluie froide du mois de mars »**

- Manifestation, Cowboys Fringants

COLLABORATIONS

1. Service de Police de la Ville de Montréal (SPVM)

À la suite d'une demande du poste de quartier 46, une intervenante du Carrefour des femmes d'Anjou (CFA) a orchestré cinq réunions avec les équipes en place afin de sensibiliser et d'informer les agents de police sur les interventions liées à la violence conjugale. L'objectif était également de clarifier le rôle du CFA dans le quartier et d'explicitier les circonstances dans lesquelles les agents peuvent nous orienter des femmes. Ces démarches de sensibilisation ont porté leurs fruits, puisque le CFA a accueilli un nombre considérable de femmes référées par le poste de police de quartier.

De plus, nous tenons à exprimer notre reconnaissance envers madame Josée Laganière, policière communautaire à Anjou depuis de nombreuses années. Madame Laganière, qui est également membre de la table de concertation en violence conjugale de la pointe de l'île avec le CFA, a activement participé à de nombreuses activités au fil des ans. Elle a également été d'une assistance précieuse dans diverses interventions nécessitant l'intervention de la police, répondant toujours à nos interrogations avec diligence. Madame Laganière prend congé du poste 46 pour relever de nouveaux défis. Sa présence nous manquera certainement, et nous espérons avoir l'occasion de la croiser à nouveau dans le futur.

« À toutes les intervenantes du Carrefour des femmes (ces femmes de cœur) avec lesquelles j'ai eu le privilège de siéger sur des comités et d'animer des ateliers depuis 2001 déjà: vous faites un travail exceptionnel! Votre engagement auprès de la clientèle est remarquable. » CST Josée Laganière #3251, poste de quartier 46, SPVM

2. Arrondissement de la ville d'Anjou

L'entente de services avec l'arrondissement d'Anjou permet au CFA de bénéficier de prêt de locaux et de l'autobus de l'arrondissement. Effectivement, le CFA a eu accès aux locaux du centre Roger Rousseau pour le souper spectacle de Noël et nos événements du 6 décembre et du 8 mars, ainsi qu'au locaux du Centre Communautaire Anjou lors de l'AGA et autres rencontres. De plus, l'arrondissement Anjou a fait un don de billets pour la Ronde et l'Espace pour la vie.



3. Concertation Anjou

Le Carrefour des femmes d'Anjou a participé à la Table de Concertation Anjou :



- ✓ Assemblée générale des membres
- ✓ Table famille
- ✓ Comité interculturel
- ✓ Rencontres PIC

4. OLO

1. Maintenir et protéger

Objectif: Assurer la continuité des partenariats, du soutien alimentaire, et des services de halte-garderie.

Évaluation:

- Partenariat essentiel avec CIUSSS, CHORRA, et le Carrefour des femmes d'Anjou.
- Collaboration efficace des équipes d'intervenantes.
- Maintien crucial du sac alimentaire par CHORRA.
- Service de halte-garderie facilitant la participation des parents.
- Organisation structurée des rencontres et suivi des ateliers.
- Adaptation réussie des programmes pour deux groupes distincts.
- Gestion efficace des données via Excel.

2. Réduire et diminuer

Objectif: Optimiser les ressources et le temps de préparation.

Évaluation:

- Prévu de réduire le nombre de rencontres de préparation.
- Évaluation de l'utilisation des ressources et des rôles des animateurs.
- Gestion de l'espace et des animateurs pour les ateliers de cuisine.
- Améliorations potentielles avec le déménagement au SAC Anjou.
- Intégration des mamans allophones avec des animations adaptées.

3. Mettre en Œuvre

Objectif: Développer de nouveaux ateliers et améliorer le suivi des présences.

Évaluation:

- Introduction d'ateliers postnatals.
- Intégration des mamans du programme SIPPE.
- Suivi des présences améliorées avec Excel.

4. Cesser et éliminer

Objectif: Identifier les éléments à cesser ou éliminer.

Évaluation:

- Aucun élément identifié pour cessation ou élimination.

5. Créer et initier

Objectif: Introduire de nouveaux ateliers et services.

Évaluation:

- Prévention de la violence conjugale avec un atelier dédié.
- Solutions de covoiturage pour faciliter les déplacements.
- Animations dynamiques pour les ateliers.
- Développement de services postnatals et pour nouveaux arrivants.
- Création d'un espace pour des interventions individuelles.
- Contenus sur l'alimentation alternative pour les mamans.

6. Amplifier et magnifier

Objectif: Inviter plus d'organismes locaux et améliorer la présentation des services.

Évaluation:

- Invitation d'organismes locaux et meilleure présentation des services.
- Traduction des informations et augmentation de la participation.
- Adaptation des ateliers avec visuels et pictogrammes.
- Priorité aux familles d'Anjou pour répondre aux critères de financement.

Autres Éléments de Discussion

Évaluer les besoins en recrutement et l'ouverture à d'autres quartiers

- Recrutement de familles d'Anjou en cours d'évaluation.
- Ouverture à d'autres quartiers envisagés.
- Réduction des barrières avec simplification du processus d'inscription.

Cette évaluation guide les améliorations futures pour maximiser l'impact du programme *OLO - Mon bébé en santé* et mieux servir les familles de notre communauté.



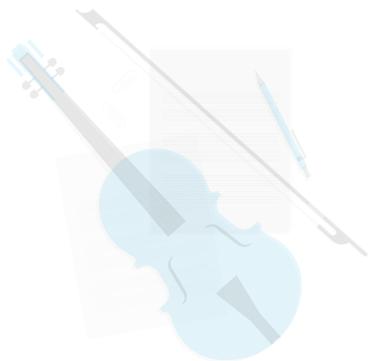
« Je les devine
Sur un bâton humide
Les lignes d'un rose pâle »

- Rose pâle, Marilou

5. Les organismes communautaires Angevins

Le CFA continue sa collaboration avec les partenaires angevins:

 <p>Paniers de Noël- Référencement paniers alimentaires-Relocalisation</p>	 <p>Sac à dos- - Référencement paniers alimentaires, OLO</p>
 <p>Référencement francisation- activités interculturelles</p>	 <p>Sécurité/revendication</p>
 <p>Mesure 3.1, projet PIC</p>	 <p>Anjou Saint-Justin Ateliers</p>
 <p>Références/Action collective</p>	 <p>Ateliers/références</p>



**« Une fois deux par deux rassemblés
Nous partirons le poing levé
Jamais la peur d'être blessés
N'empêchera nos cœurs de crier »**

– Deux par deux rassemblés, Pierre Lapointe

Le CFA continue sa collaboration avec les partenaires angevins:

Partenaires	Projets
Josée Laganière SPVM	Visibilité- Violence conjugale
Kenza Bennani BINAM	Prise de connaissance du CFA et informations diverses
Francis Gagnon Organisateur communautaire du CIUSS	Projet HG, OLO, - Planification stratégique et autres
Etni Cortes et Josée Laganière	TCVCPI
Christine Paquin DRSP	Présentation SIPPE OLO service HG CFA
Intervenantes du CJE	Soutien pour intervention pour un cas de violence conjugale
Denitsa Hristova (TCVC Grand Montréal)	Femmes victimes de violence conjugale
Dominique Lévesque	CLSC Mercier-Anjou collaboration visibilité
Marie-Ève Desroches et Laura Carli	Soutien et représentation à la ville Montréal concernant la pétition pour la sécurité des femmes Problématiques qui touchent les femmes
Le <u>MEM - Centre des mémoires montréalaises</u>	L'animation d'un atelier/ campagne Montréal féministe
Action autonomie	Les intervenants qui ont organisé et animé un atelier de défense de droits
Info-femmes	Collaboration atelier et événement
Cégep Marie-Victorin	Stagiaires

6. Adhésion

Étant donné son adhésion des organismes ci-dessous, le CFA est impliqué dans les groupes suivants:

- Le Réseau d'action des femmes en santé et services sociaux (RAFSSS).
- La Table des groupes de femmes de Montréal.
- L'Association des haltes-garderies communautaires du Québec (AHGCQ).
- Le Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RIOCM).
- Infologis.
- La table de violence conjugale de la Pointe-de-l'île
- La Table de concertation en violence conjugale de Montréal (TCVCM)
- Conseil des Montréalaises

GESTION ADMINISTRATIVE

Sources de financement

1. Bailleurs de fonds

<p>Agence de la santé et des services sociaux de Montréal</p> <p>Québec </p>	<p>Programme de soutien aux organismes communautaires</p>
	<p>Centraide du Grand Montréal</p>
<p>Famille et Aînés Québec </p>	<p>Subvention Halte-Garderie</p>
	<p>Remboursement taxes affaires pour OBNL locataires Prêt de locaux (salle Roger Rousseau et Centre Communautaire Anjou)</p>

2. Donateurs et Commanditaires

<p>Karine Boivin Roy, députée provinciale de la circonscription d'Anjou-Louis-Riel</p>	<p>Don financier</p>
<p>Marie-Andrée Lefevre et Luc Carpentier</p>	<p>Bijoux et fournitures pour <i>Création de bijoux</i></p>
 <p>Sylvain Couture (Jean-Coutu Chateaufort)</p>	<p>Dons de cartes cadeau ou de nécessités pour les femmes</p>
 <p>DavidsTea Galeries d'Anjou</p>	<p>Thé dans des verres</p>

 Starbucks Galeries d'Anjou	Dons denrées alimentaires variées
 Société de transport de Montréal (STM)	Billets d'autobus/méto gratuits
 Marché Bonanza	Chèque-cadeau
 Costco	Carte Cadeau
 Maxi	Carte cadeau
 Super C	Carte cadeau



Le CFA remercie grandement ses donateurs et commanditaires



GESTION



L'année 2023-2024 a été marquée par des changements significatifs au Carrefour des femmes d'Anjou. La coordonnatrice a quitté ses fonctions pour relever de nouveaux défis auprès d'un autre organisme. Par la suite, le Carrefour des femmes d'Anjou a accueilli deux nouvelles intervenantes, dont l'une occupe un nouveau poste de mobilisation, mieux adapté aux besoins actuels du centre. Le Centre a une équipe d'intervenantes compétentes et innovantes, gérant la programmation et les services avec excellence.

Le conseil d'administration a traversé une période d'instabilité avec plusieurs postes vacants. Toutefois, grâce à la proactivité du conseil d'administration, tous les postes ont été rapidement pourvus. Depuis janvier, nous avons retrouvé une belle stabilité. Les forces de chaque membre sont mises à contribution et sont complémentaires, formant ainsi une équipe solide et efficace.

En mars 2024, les intervenantes du Centre ont participé à un lac-à-l'épaule. Cette rencontre a été l'occasion d'explorer divers aspects cruciaux de leur travail d'intervention et d'effectuer un bilan de la dernière année. Les échanges ont mis en lumière des principes fondamentaux guidant leur pratique quotidienne. Connaître ses collègues et renforcer l'esprit d'équipe permet d'offrir un service plus complet et adapté. Cette collaboration étroite renforce la cohésion de l'équipe et améliore la qualité des interventions.

Formation sur l'épuisement professionnel et de compassion

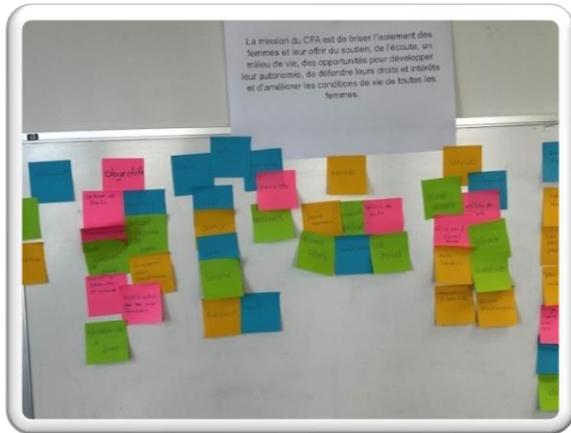
Une formation sur l'épuisement professionnel et de compassion a été une étape essentielle du lac-à-l'épaule. Cette formation a aidé les membres de l'équipe à approfondir la compréhension de ces phénomènes et à développer des stratégies proactives pour leur faire face.

La formation s'est articulée autour de cinq étapes clés : s'arrêter, repérer ses alarmes, décoder ses alarmes, agir, et prendre conscience de sa vulnérabilité à l'épuisement de compassion.

1. **S'arrêter** : Prendre le temps d'écouter notre voix intérieure et de reconnaître nos schémas de comportement.
2. **Repérer ses alarmes** : Identifier nos émotions comme indicateurs de nos besoins.
3. **Décoder ses alarmes** : Utiliser un questionnaire pour explorer les causes de notre stress.
4. **Agir** : Élaborer un plan personnalisé pour éteindre nos alarmes.
5. **Prendre conscience de sa vulnérabilité** : Mettre en place des stratégies organisationnelles pour prévenir l'épuisement.

Cette formation a doté l'équipe d'outils précieux pour reconnaître, comprendre et prévenir l'épuisement professionnel et de compassion. En appliquant ces enseignements, nous sommes mieux équipées pour prendre soin de nous-mêmes et offrir un soutien efficace à ceux que nous accompagnons.

En conclusion, l'année 2023-2024 a été une période de transition et de renouveau pour le Carrefour des femmes d'Anjou. Grâce à une équipe dévouée et compétente, nous avons su naviguer ces changements avec succès et nous avons continué à offrir des services d'intervention de haute qualité à notre communauté.



« Tout seul je vais vite
Ensemble on va loin
L'esprit d'équipe
Comme un besoin »

- Ensemble, Grand corps malade

Formations

Voici les formations suivies par les employées du CFA au cours de l'année 2023-2024.

Organisme formateur	Thème	Employées
Université de Montréal	Parent immigrant- codéveloppement	Jeanne
Centre Saint-Pierre	Intervention féministe	Jeanne, Meredith, Véronique
Karène Larocque	L'épuisement professionnel	L'équipe
Concertation Anjou (projet BINAM)	Diversité culturelle	Jeanne Isabelle
Diversité culturelle d'ici Salima Moussouni	Les différences interculturelles Intervenir dans un contexte interculturel Étude de cas et mise en situation	Jeanne Isabelle N.
Service d'éducation et d'intégration interculturelle de Montréal	La communication interculturelle 1 et 2	Isabelle T.

Communication et organisation interne

Mise en place d'un système de gestion de données intégrées et un système de communication instantanée interne.

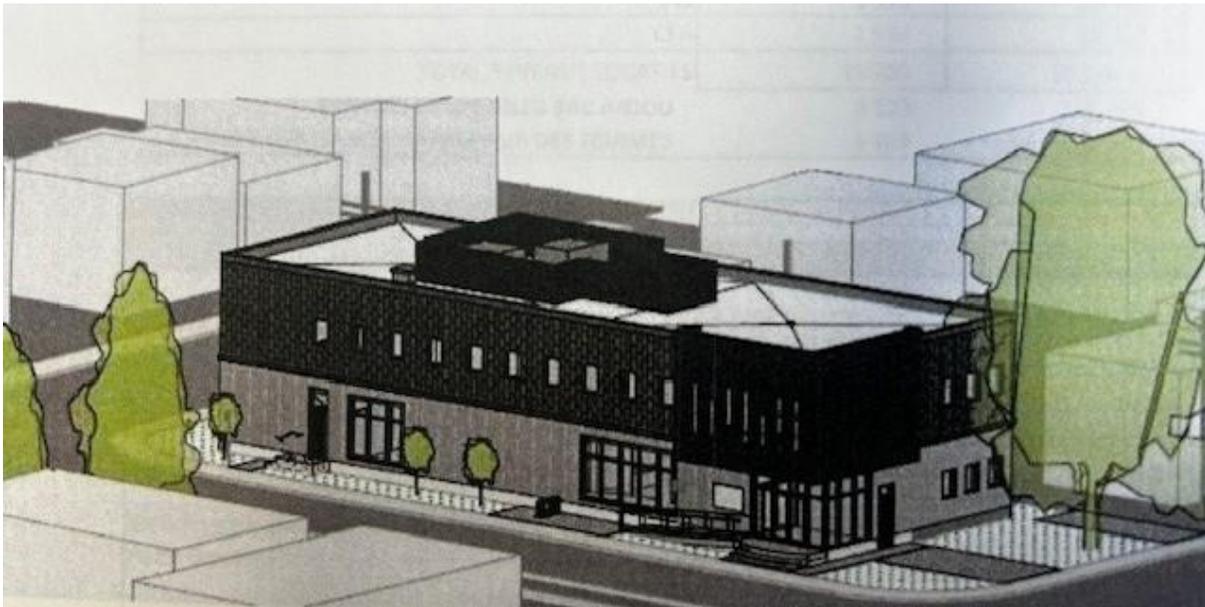
Le Carrefour des femmes d'Anjou (CFA) a investi dans un système de gestion de données intégré et un système de communication instantanée interne pour faciliter le traitement des données, améliorer la fluidité des communications et se conformer à la loi 25. Bien que le logiciel ait été identifié l'année dernière, son coût était initialement dissuasif.

Pour financer ce projet, le CFA a déposé une demande de financement auprès du Fonds de relance des services communautaires (FRSC). Malheureusement, cette demande n'a pas été retenue. Néanmoins, face à la nécessité pressante d'un tel système, le conseil d'administration a décidé de procéder malgré tout. En cours de personnalisation pour répondre aux besoins spécifiques de l'organisme, ce système devrait être opérationnel à l'été 2024. L'équipe devra cependant s'adapter à ces nouveaux processus.

Relocalisation du CFA

Depuis 2018, le CFA et le Service d'aide communautaire (SAC) Anjou ont discuté de la relocalisation des deux organismes. En juillet 2022, ces discussions se sont concrétisées avec une proposition du SAC Anjou, offrant au CFA de devenir locataire dans leur nouvelle bâtisse, qui sera située au 8650, boulevard Yves-Prévost, entre les rues Azilda et Baldwin. Cela a intensifié les réunions, incluant des clarifications, des négociations et des consultations avec des experts (avocat, courtier immobilier, architecte, agent de développement, etc.).

Pour inclure les membres du CFA dans cette décision importante, une Assemblée générale extraordinaire a été organisée. Lors de cette réunion, les résultats des négociations et des réflexions du conseil d'administration et de l'équipe ont été partagés. À l'unanimité, l'assemblée a autorisé le conseil d'administration à poursuivre le processus pour que le CFA devienne locataire dans les nouveaux locaux du SAC Anjou. La construction a débuté au printemps 2024, avec un déménagement prévu du CFA pour le début de l'année 2025.



Célébration du 40^{ème} anniversaire du Carrefour des femmes d'Anjou

Le 8 mars 2025, le Carrefour des femmes d'Anjou célébrera son 40^{ème} anniversaire! Pour cette occasion spéciale, un comité organisateur sera constitué lors de notre Assemblée Générale Annuelle (AGA) pour orchestrer les festivités.

Nous souhaitons marquer cet événement avec nos membres, partenaires, collaborateurs et bailleurs de fonds. Cette célébration sera l'occasion de se remémorer les moments forts de notre histoire, de reconnaître les contributions de tous ceux qui ont soutenu notre mission et de renforcer les liens au sein de notre communauté.

Restez à l'affût de votre invitation pour cet événement mémorable!

CONCLUSION

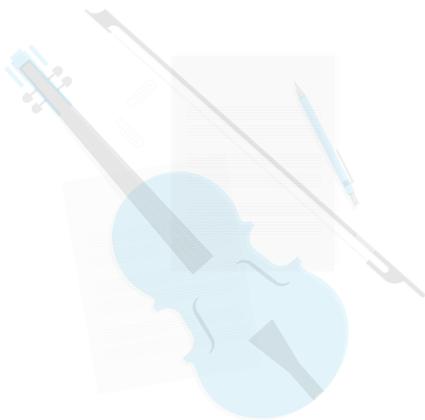
Cette année, le Carrefour des femmes d'Anjou (CFA) a priorisé la réponse aux besoins de ses membres en mettant en œuvre des stratégies ciblées pour aborder diverses problématiques spécifiques. Cet engagement témoigne de notre dévouement à soutenir notre communauté de manière effective et pertinente.

Pour continuer à répondre aux enjeux émergents, nous avons soumis plusieurs demandes de financement pour divers projets. Le CFA reste attentif aux besoins de ses membres, offrant des services, des activités et des actions collectives adaptés à la réalité, aux préoccupations et aux défis des femmes d'Anjou.

En mai 2023, nous avons organisé un forum stratégique, suivi de la finalisation d'un plan d'action en septembre 2023. Ces initiatives ont permis de définir la direction du CFA pour les trois prochaines années, mettant en avant une vision ambitieuse et engagée en faveur d'une société inclusive, équitable et bienveillante.

Par ailleurs, Concertation Anjou a lancé deux initiatives majeures : le Projet d'Impact Collectif de Centraide (PIC) et le plan de quartier. Le CFA s'impliquera activement dans ces projets, apportant son expertise féministe pour enrichir l'analyse des enjeux.

Toujours profondément enraciné dans la communauté, le CFA continuera à s'impliquer, à collaborer et à se distinguer à Anjou. Les paroles de la chanson "Souffler sur les braises" d'Alexandre Poulin résonnent particulièrement cette année, reflétant notre détermination à poursuivre notre mission avec passion et dévouement.



**« Que toutes nos voix se confondent
Dans un chant de fraternité
J'entends la révolte qui gronde
Au cœur de toute l'humanité**

**Pour que la terre soit féconde
À tous ceux qu'elle a enfantés
Il est nécessaire que l'on fonde
Une nouvelle société**

**Tous ceux qui veulent changer le monde
Venez marcher venez chanter
Tous ceux qui veulent changer le monde
Venez marcher à mes côtés »**

- Tous ceux qui veulent changer le monde, Star académie



Annexe

Liste complète et détaillée des activités réalisées par le CFA en 2023-2024

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
Santé physique	Méditation et respiration	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Apprendre des techniques de respiration et méditation ➤ Diminution de l'anxiété ➤ Accueillir ses émotions 	<ul style="list-style-type: none"> • 8 personnes sur 10 utilisent les techniques apprises dans la vie quotidienne • Lors d'une sortie autonome, une femme a soutenu une personne en crise d'anxiété en lui apprenant les techniques de méditation • 6 personnes sur 10 affirment avoir une meilleure qualité de sommeil. • 9 personnes sur 10 affirment avoir plus de contrôle sur leurs émotions. 	Puisqu'il y a une liste d'attente pour cette activité, ouvrir deux groupes pour accueillir plus de participantes.
Santé physique	Vélo-Québec	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Apprendre à tenir en équilibre sur un vélo ➤ Savoir conduire un vélo sécuritairement ➤ Connaître la signalisation et les mesures de sécurité ➤ Prendre confiance en ses capacités de conductrice de vélo. ➤ Effectuer une promenade sur piste 	<ul style="list-style-type: none"> • 40 personnes sur 40 on appris à tenir en équilibre sur un vélo. • 37 personnes sur 40 se disent être à l'aise avec la signalisation routière • 30 personnes sur 40 sont capables d'effectuer une promenade à vélo. 	Offrir la formation nécessaire à l'animation des ateliers à plusieurs intervenantes. Il serait essentiel d'avoir au moins deux intervenantes sur place en support aux intervenants de vélo-Québec

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		cyclable en milieu urbain.		
Santé physique	Prendre soin de nos seins	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Démystifier le cancer du sein ➤ Apprendre à s'autoévaluer les seins ➤ Connaître les symptômes du cancer 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint. Les femmes ont évalué un faux sein pour apprendre comment palper correctement. Trousse d'aide-mémoire de l'atelier distribué. 	N/A pour la prochaine année
Santé sexuelle	Discutons-sexe	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Définir la sexualité ➤ Démystifier les tabous de la sexualité ➤ Apprendre les bases d'une santé sexuelle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint • Les participantes ont demandé une autre série d'ateliers. 	N/A pour la prochaine année
Santé mentale	Station maman	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Briser l'isolement des mères ➤ Prévenir la dépression post-partum 	Très peu d'inscription pour cette activité qui était le samedi matin. Nous avons annulé la série.	Plus de promotion Collaboration avec le CIUSSS et maison de la famille. Un matin de semaine.
Santé mentale	L'art en moi	<ul style="list-style-type: none"> • Exploration du soi et de ses relations • Vivre les émotions sainement • Créer un réseau d'aide mutuel • Gestion du stress et de l'anxiété 	<ul style="list-style-type: none"> • Révélation de soi important • Écoute et aide mutuelle • Vivre le moment présent. Donc diminution de l'anxiété. • À la demande des membres, et due à l'importance des révélations, le CFA a mis sur pied un groupe de soutien en sexualité 	Si possible, augmenter à deux séances par mois. Définir les objectifs de la série d'ateliers afin de favoriser une progression continue plutôt que de se limiter à un seul objectif par atelier.
Santé mentale	Prendre soin de ma santé mentale	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendre le bien-être mental 	<ul style="list-style-type: none"> • Une trentaine de participantes étaient présentes. 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les signes avant-coureurs de détresse mentale • Apprendre des techniques pour diminuer l'anxiété 	<ul style="list-style-type: none"> • Les femmes sont parties avec des outils prêts à utiliser. • 30 personnes sur 30 ont signifié avoir appris des enseignements. 	
Santé mentale	La dépendance affective	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les types de dépendance affective • Évaluer les enjeux émotionnels • Acquérir des pistes de solutions pour sortir du cycle de la dépendance. 	<ul style="list-style-type: none"> • Les participantes ont trouvé réponse à leur question. • Les objectifs ont été atteints. 	N/A pour la prochaine année
Santé mentale	Les objectifs smart	<ul style="list-style-type: none"> • Élaborer un objectif réaliste et atteignable. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint 	N/A pour la prochaine année
Santé mentale	Ridée, mais pas fanée	<ul style="list-style-type: none"> • Apprendre les diverses étapes de la vie • Développer sa confiance en soi • Discussion entre paires 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif partiellement atteint. Le groupe n'était pas engagé. Plusieurs activités n'ont pas été réalisées par manque de participation. 	Modifier l'atelier au goût du jour, puisqu'il a été créé en 2000.
Santé mentale	Antidote	<ul style="list-style-type: none"> • Développer des outils pour une meilleure confiance en soi • Approfondir ses connaissances en lien avec les différentes dimensions affectives 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectifs atteints • Belle solidarité et ouverture de groupe 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Vive l'été	<ul style="list-style-type: none"> • Briser l'isolement • Créer des liens entre les participantes 	<ul style="list-style-type: none"> • Belle participation • Cohésion entre les participantes 	Plus de plats végétariens/halal

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
				Veillez à ce que la table végétarienne soit séparée.
Création de lien et découverte culturelle	Brunch croisière AML	<ul style="list-style-type: none"> • Briser l'isolement des femmes • Découverte du vieux port de Montréal 	<ul style="list-style-type: none"> • Depuis la croisière, plusieurs femmes se fréquentent à l'extérieur du centre. 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Havre familial	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir un lieu en plein air • Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants • Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant) 	<ul style="list-style-type: none"> • Moins de participation qu'à l'habitude, car nous avons déplacé la sortie à cause de la température. • Objectif atteint 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Jasons entre LGBTQIA2S+	<ul style="list-style-type: none"> • Briser l'isolement • Créer des liens significatifs • Soutien entre les pairs. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aucun objectif atteint • Aucune inscription 	Après analyse, le CFA n'était pas prêt à accueillir cette communauté. Étape 1 : former l'équipe sur la diversité de genre Étape 2 : réflexion sur la non-binaire vs centre pour femmes. Étape 3 : se positionner
Création de lien et découverte culturelle	Soirée karaoké	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre confiance en soi • Surpasser sa gêne • Briser l'isolement 	<ul style="list-style-type: none"> • Activité annulée 	Prévoir une halte-garderie de soir

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Passito passito	<ul style="list-style-type: none"> Améliorer la compétence linguistique Développer son autonomie (sortie, voyage) Création de lien Briser l'isolement 	<ul style="list-style-type: none"> Les femmes sont allées manger dans un restaurant, et elles ont commandé leur repas en espagnol Quelques femmes ont voyagé et elles ont été capables de communiquer 	Améliorer le système de prise de présence, car nous perdons des données. Augmenter, si possible, le salaire de l'animatrice extérieure.
Création de lien et découverte culturelle	Let's Talk	<ul style="list-style-type: none"> Améliorer la compétence linguistique Développer son autonomie (sortie, voyage) Création de lien Briser l'isolement 	<ul style="list-style-type: none"> L'animatrice a dû s'absenter pour quelques semaines, l'une des participantes a pris la relève de l'animation. Lorsqu'une femme du groupe s'est fait opérer, les femmes se sont proposées pour l'aider. L'une l'a accompagnée à son opération, une autre lui a préparé à manger. Une belle solidarité. 	Développer l'autonomie des femmes du groupe, en alternant une « co-animatrice » parmi les participantes.
Création de lien et découverte culturelle	Club de lecture	<ul style="list-style-type: none"> Découverte littéraire mondiale. Améliorer sa capacité à exprimer son opinion. Briser l'isolement 	<ul style="list-style-type: none"> L'objectif a été atteint pour les 4 participantes. Cependant, l'activité a été annulée puisque le nombre de participations était insuffisant VS la préparation de l'animatrice. 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et	Fête d'Halloween	<ul style="list-style-type: none"> Briser l'isolement des femmes 	<ul style="list-style-type: none"> Annulée à cause du manque d'employées 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
découverte culturelle				
Création de lien et découverte culturelle	Fête de Noël	<ul style="list-style-type: none"> • Briser l'isolement des femmes • Favoriser les liens sociaux • Permettre un souper festif aux personnes seules/moins nanties. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint 	Spectacle de variétés offert peu concluant. Cela a divisé le groupe entre celles qui ont aimé et celles qui n'ont pas aimé le spectacle.
Création de lien et découverte culturelle	Fais-moi voyager	<ul style="list-style-type: none"> • Découverte de différents pays. • Acquérir de l'expérience en animation • Briser les préjugés 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif partiellement atteint • Les pays ont été peu étoffés, puisque la nouvelle formule était la découverte d'un sujet à travers de différents pays. Ex : la musique. 	Retourner à l'ancienne formule qui était 1 pays par rencontre
Création de lien et découverte culturelle	Mon parcours migratoire	<ul style="list-style-type: none"> • Faciliter l'intégration des femmes immigrantes • Découverte de leur lieu d'accueil. • Création de filet sociale 	<ul style="list-style-type: none"> • Aucune inscription 	Faire plus de publicité Faire une collaboration.
Création de lien et découverte culturelle	Festival autochtone	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir la culture autochtone. • Sensibiliser la réalité autochtone. • Découvrir un nouveau quartier de Montréal. • Briser l'isolement. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint 	Prévoir la sortie en soirée, car les spectacles sont de soir.

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Pique-nique au parc Goncourt	<ul style="list-style-type: none"> Rassembler les femmes S'amuser en s'affirmant par le jeu. Briser l'isolement. 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Moins de participation que prévu, puisqu'on a changé la journée à cause de la température 	Formez des équipes par station de jeu. Cela crée moins d'attente.
Création de lien et découverte culturelle	Centre de la nature	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir un nouveau parc Briser l'isolement Création de lien 	<ul style="list-style-type: none"> Les femmes ont été très solidaires les unes envers les autres. De petits groupes se sont formés et elles se sont assurées que personne ne soit seule 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Insectarium	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir les lieux de Montréal Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant) 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Activité appréciée par les femmes et leurs enfants 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Jardin botanique	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir les lieux de Montréal Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant) 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Activité appréciée par les femmes et leurs enfants 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Planétarium	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir les lieux de Montréal 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		<ul style="list-style-type: none"> Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant) 	<ul style="list-style-type: none"> Activité appréciée par les femmes et leurs enfants 	
Création de lien et découverte culturelle	Café-jeux	<ul style="list-style-type: none"> Briser l'isolement Accroître sa culture générale par le jeu 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint 	Rendre les jeux disponibles pour le milieu de vie. Remettre cette activité de manière autonome.
Création de lien et découverte culturelle	Sortie aux pommes	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir un nouveau lieu Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant) 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Activité appréciée par les femmes et leurs enfants 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	La Ronde	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir les lieux de Montréal Permettre aux femmes de sortir gratuitement avec leurs enfants Création de lien (entre les familles et entre mère-enfant) 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Activité appréciée par les femmes e leurs enfants 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Création de bijoux	<ul style="list-style-type: none"> Briser l'isolement des femmes Développer de nouvelles compétences 	<ul style="list-style-type: none"> Activité devenue autonome, animée par et pour les femmes 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		<ul style="list-style-type: none"> Développer l'autonomie des femmes Prendre confiance comme étant animatrice. 	<ul style="list-style-type: none"> Solidarité et soutien dans la création de bijoux Fierté des femmes pour leur création 	
Création de lien et découverte culturelle	Raconte-moi Noël	<ul style="list-style-type: none"> Briser l'isolement Connaître les coutumes selon les régions/pays 	<ul style="list-style-type: none"> Beau partage et belle solidarité entre les participantes 	N/A pour la prochaine année
Création de lien et découverte culturelle	Café-anniversaire	<ul style="list-style-type: none"> Briser l'isolement Créer des liens 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Brunch sororité	<ul style="list-style-type: none"> Conscientiser à l'inégalité sociale Connaître le concept d'intersectionnalité 	<ul style="list-style-type: none"> Jeux de sensibilisation très appréciés par les femmes Les femmes ont mentionné qu'elles ont intégré les enjeux sociaux. Susciter la discussion et l'échange sur les différentes perceptions d'une même réalité. Déclencher une solidarité pour la réalité des participantes. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Cabane à sucre droit des femmes (8 mars)	<ul style="list-style-type: none"> Conscientiser la population sur le droit des femmes Construction d'un filet social 	<ul style="list-style-type: none"> Activité mixte La majorité des hommes sont allés lire l'évolution des droits des femmes affichée sur les murs. 	Prévoir plus de bénévoles pour accélérer le service. Prévoir une animation.

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		<ul style="list-style-type: none"> Sensibiliser la population sur les inégalités sociales 	<ul style="list-style-type: none"> Beau succès! Objectif atteint 	
Éducation civique et défense de droits	Préparation à la retraite par l'ACEF	<ul style="list-style-type: none"> Connaître les divers services offerts à la retraite. Apprendre sur les droits financiers à la retraite. Connaître les programmes provinciaux et fédérales 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	L'histoire des femmes du Québec	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisation sur les droits des femmes. 		N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Journée nationale des centres de femmes	<ul style="list-style-type: none"> Faire connaître les centres de femmes Sensibiliser la population au féminisme. 	<ul style="list-style-type: none"> Annulation de cette activité, puisque cette journée est réservée au centre faisant partie de l'R des centres de femmes. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Femmes et finances	<ul style="list-style-type: none"> Connaître les possibilités de placement financier. Apprendre les différents régimes financiers. Comprendre le langage financier. 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif partiellement atteint. La moitié des femmes présentes n'ont pas compris la matière présentée. 	Vulgariser les documents. Moins de matière par séance.
Éducation civique et défense de droits	Conférence parents	<ul style="list-style-type: none"> Sensibiliser les parents aux pratiques éducatives positives 	<ul style="list-style-type: none"> Annulation des conférences par manque de participation. Malgré les inscriptions, très peu 	Après sondage auprès des personnes inscrites, la plage horaire décidée ne correspondait pas.

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		<ul style="list-style-type: none"> Fournir des stratégies et des outils pratiques aux parents pour promouvoir la communication Détecter les signaux de détresse psychologique des enfants. 	de personnes présentes à l'activité.	
Éducation civique et défense de droits	Pas une de plus	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisation au féminicide Connaître les signes de la violence conjugale. Connaître les ressources pour aider une personne vivant de la violence 		N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Parlons droit à la ville : table ronde	<ul style="list-style-type: none"> Se familiariser avec les enjeux urbains Susciter des réflexions au sujet de perspectives féministes du droit à la ville Prendre connaissance des obstacles au droit à la ville. 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint 	Faire une collaboration avec les autres organismes de la ville.
Éducation civique et défense de droits	Parlons droit à la ville : La marche	<ul style="list-style-type: none"> Échanger sur son vécu et celui des personnes à la croisée des oppressions S'approprier le vocabulaire pour parler des enjeux urbains 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Marche faite en collaboration avec l'organisme Opération surveillance Anjou. 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
		<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les actions féministes à poser et à revendiquer pour le droit à la ville. 		
Éducation civique et défense de droits	Clinique Juridique	<ul style="list-style-type: none"> • Outiller les femmes à l'aide d'un livret explicatif sur le divorce • Renseigner les femmes sur leurs droits 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint. Un document informatif a été conçu et publié. • Plusieurs rencontres Zoom avec les réponses aux questions des femmes ont été effectuées. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Le mandat de protection	<ul style="list-style-type: none"> • Sensibiliser les femmes sur l'importance de ce document • Comprendre les différentes parties du document • Remplir le document 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint. Toutes les femmes présentes ont fait un mandat manuscrit. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	C'est quoi un CIUSSS	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les services offerts à la population • Comment faire une demande d'aide 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint, les participantes étaient ravies. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	L'autonomie financière par l'ACEF	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître les signes de la violence financière 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif non atteint. Très peu de participantes 	Mieux définir la description de l'atelier.
Éducation civique et défense de droits	Femmes avant tout	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les femmes qui ont fait une différence. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint • Les femmes ont fait divers apprentissages 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Ici comme ailleurs	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir diverses coutumes Apprendre à animer une discussion. Briser les préjugés 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Belle écoute de la part des participantes. Respect des autres. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Visite au centre opérationnel du SPVM	<ul style="list-style-type: none"> Comprendre le parcours judiciaire lors d'une arrestation pour violence conjugale. Comprendre le rôle des enquêteurs 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Activité appréciée par les membres. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	OLO		<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint Le seul quartier de Montréal où nous avons ouvert un deuxième groupe et que les deux ont été complètes du début à la fin. 	N/A pour la prochaine année
Éducation civique et défense de droits	Ciné-femme : Noémie a dit oui	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilisation sur les agressions sexuelles et la vente de femmes lors du NASCAR 	<ul style="list-style-type: none"> Les femmes n'ont pas été capables de terminer le film. La stagiaire sur place n'était pas assez formée pour recevoir les émotions des femmes. 	Écouter avec une intervenante et préparer les femmes à la dureté du film.
Éducation civique et défense de droits	Ciné-femme : Désobéir le choix de Chantal Daigle (6 épisodes en 3 activités)	<ul style="list-style-type: none"> Sensibiliser sur le droit à l'avortement. Apprendre l'évolution du droit à l'avortement au Québec 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint. Une membre qui était présente lors des événements à beaucoup enrichi la discussion 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
			après chaque épisode de la série.	
Vie associative	Le grand rendez-vous	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître les enjeux actuels. • Élaborer les grands changements pour la planification stratégique. • Avoir un centre orienté sur les besoins de sa communauté. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectifs atteints 	N/A pour la prochaine année
Vie associative	Brunch spécial PIC	<ul style="list-style-type: none"> • Visionner les vidéos de sensibilisation faits par les étudiantes en TTS. • Connaître les enjeux sociétaux. • Écouter la présentation du projet d'intervention communautaire. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectifs atteints • Les participantes ont corrigé les vidéos, démontrant ainsi leurs connaissances du centre, l'orientation et les objectifs. 	N/A pour la prochaine année
Vie associative	C'est quoi un conseil d'administration	<ul style="list-style-type: none"> • Comment fonctionne un conseil d'administration. • Les lois et les règlements. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectif atteint • À la suite de l'activité, une participante a donné sa candidature. 	N/A pour la prochaine année
Vie associative	À vous la parole (3 par année)	<ul style="list-style-type: none"> • Ateliers d'évaluation formative où les femmes peuvent discuter des activités, des règlements du centre, du milieu de vie et des services. 	<ul style="list-style-type: none"> • Objectifs atteints • Malgré le faible taux de participation, les échanges et les commentaires ont été constructifs. 	N/A pour la prochaine année

Volets	Nom de l'activité	Objectifs	Résultats	Amélioration pour la prochaine année
Vie associative	AGA	<ul style="list-style-type: none"> Démontrer l'atteinte des objectifs de l'année. Valider les règlements généraux et les états financiers 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif atteint 	N/A pour la prochaine année
Vie associative	Portes ouvertes	<ul style="list-style-type: none"> Découvrir le CFA, ses services et ses activités 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif partiellement atteint. Très peu de visiteurs lors des portes ouvertes du Centre. Objectif atteint pour les portes ouvertes de la ville d'Anjou. 	N/A pour la prochaine année
Vie associative	Comité cinq doigts de la main	<ul style="list-style-type: none"> Créer un comité de solidarité. Échanger des services. Appel d'amitié 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif non atteint. Bien que le comité ait été conçu à la demande des membres, aucune participation n'a été inscrite. 	Élaborer les projets pour ensuite faire la promotion. Les femmes vont s'impliquer si elles trouvent un projet intéressant.
Vie associative	Comité écologique	<ul style="list-style-type: none"> Créer un comité Sensibiliser les membres du centre à l'écologie Développer des changements durables. 	<ul style="list-style-type: none"> Objectif non atteint. Le comité s'est rencontré à deux reprises. Malheureusement, dû au manque d'employées, le comité a été annulé. 	Reprise du comité en septembre 2024