Automne 2019



# Voix de femmes

du Haut-Richelieu

# Pourquoi se mobiliser pour l'environnement?

Le 27 septembre prochain, différentes communautés à travers le monde se mobiliseront pour dénoncer l'inaction des leaders politiques face aux changements climatiques. Inspiré.es par les grèves d'école de la jeune Greta Thunberg (#Fridaysforfuture), des centaines de milliers de citoyens et citoyennes manifestent pour la planète chaque vendredi depuis plus d'un an déjà.

À la permanence de L'R des centres de femmes, nous sentons augmenter la préoccupation pour les changements climatiques chez nos membres et voyons se déployer l'idéologie écoféministe à travers le Québec, inspirée par ces vagues internationales. Tous les vendredis jusqu'au 27 septembre, nous vous proposons de partager sur les réseaux sociaux une des cinq raisons qui justifient pourquoi les femmes et les groupes féministes doivent se mobiliser pour l'environnement. Il nous importe de spécifier que cette analyse est un début de réflexion sur la mobilisation des femmes dans les milieux écologistes et militants pour l'environnement. Cette réflexion doit être poursuivie en centrant les groupes marginalisés et en accordant les crédits nécessaires aux groupes autochtones qui luttent depuis toujours pour la protection des terres.

On doit donc se mobiliser massivement le 27 septembre prochain pour envoyer un message clair au reste de la population : la justice climatique inclut les femmes et les droits humains des groupes minoritaires!

En tant que membre de L'R des centres de femmes, le Centre de femmes du Haut-Richelieu invite ses membres à participer à la manifestation du 27 septembre. Inscrivez-vous rapidement en téléphonant au 450 346-0662 et les détails entourant notre participation vous seront communiqués dès que possible. Dans cette édition, vous découvrirez comment votre Centre prend position en faveur de l'environnement, que ce soit en luttant contre le gaspillage alimentaire ou par le biais de l'éducation populaire. Pour en savoir plus sur l'écoféminisme, assistez à notre soirée-conférence du 10 octobre!



#### Dans ce numéro:

Parlons environnement	2
Portrait de femmes	3
Votre Centre en action	4
Aquaponie 101	5
Du jardin à la cuisine	6
Groupe d'écriture libre	7-8
Suggestion de lecture	8
Violence faite aux femmes	9

## **Parlons environnement**

ouver la planète, sauver le Québec! Dans les deux précédents articles inspirés du film *Demain* visionné au ciné-causerie du 18 janvier 2019, j'ai posé les bases des prochains articles et j'ai parlé du pétrole. Dans celui-ci, l'agriculture sera à l'honneur.

On mentionne dans le film que trop de fermes disparaissent et que le travail sur une ferme est difficile en termes de temps consacré, de durée, de manque de relève et de pénurie de main-d'œuvre. En contrepartie, on retrouve une agriculture urbaine de plus en plus présente, comme les Incroyables comestibles (jardins libres-services et gratuits). Elle permet aux gens de se rapprocher, de partager, d'échanger et de briser l'isolement, tout en se nourrissant adéquatement. Puis, face à cette initiative, on voit poindre de plus en plus d'adeptes s'adonnant à la permaculture. Celle-ci permet de réduire les émissions de gaz à effet de serre (GES).

La permaculture c'est: « redessiner son environnement en aménageant l'espace pour y inclure l'aquatique, l'animal et le végétal autour de l'humain en fonction de ses besoins »<sup>1</sup>. C'est toute une synergie qui permet d'accentuer ses bienfaits.

#### Résolutions enviro

Après avoir invité ses membres à signer le Pacte pour la transition, l'équipe du Centre de femmes s'est mise au défi d'adopter une nouvelle habitude par mois pour réduire notre empreinte écologique. En août, les travailleuses du Centre ont eu une discussion fort enrichissante sur le gaspillage de l'eau potable. Fortes de ces réflexions, elles ont entrepris de faire un effort supplémentaire pour réduire davantage leur consommation de cette précieuse ressource. En ce sens, le lavage de la vaisselle à la main sera privilégié et l'utilisation du lave-vaisselle sera réservée pour les activités où l'achalandage est élevé. Nous remercions à l'avance les participantes pour leur collaboration! En septembre, notre résolution consiste à participer à la grande manifestation du 27 septembre et en octobre, nous militerons contre le gaspillage de la citrouille! Pour ce faire, nous partagerons des recettes et des astuces sur notre page Facebook pour favoriser une utilisation écoresponsable de cet aliment aux vertus méconnues. Nous allons aussi recueillir les dons de citrouilles non perforées afin d'en faire la transformation pour la consommation.

Dans ce type de culture, on aménage un jardin en fonction de nos envies en y plantant fruits, légumes, fines herbes, arbres ou fleurs, selon nos goûts. On peut aussi y inclure une production animale. Il est aussi pertinent de miser sur le compagnonnage des plantes, autant pour les insectes nuisibles que pour leurs besoins en eau...

Il existe des cultures associées, comme avant la révolution industrielle, par exemple le compagnonnage entre le basilic et la tomate qui favorise une économie d'eau. Le travail manuel dans un jardin permet de réaliser des travaux que la machine est incapable de faire. Plus productive, la permaculture prend aussi beaucoup moins d'espace. Aucune machinerie n'est requise et ça fait toute une différence du point de vue de l'agroéconomie.

Le film *Demain* nous laisse sur une note d'espoir quant aux mesures de remplacement offertes grâce à de nouvelles techniques, l'achat local, le bio et la pratique d'épandage d'insecticides naturels, pour une industrie agroalimentaire et un secteur agroéconomique dont nous sortons tous gagnants.

- Monique Vaillancourt

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Geneviève Belhumeur, *La permaculture*, conférence présentée le 27 février, Centre de femmes du Haut-Richelieu.

# Portrait de femmes



Source : *A ider son prochain* <a href="https://aidersonprochain.com">https://aidersonprochain.com</a>

# Ine femme, Marion Chaygneaud-Dupuy, nettoie l'Everest

Chomolungma, la montagne-mère est devenue une destination très populaire pour les alpinistes. Seulement en 2019, 885 alpinistes sont parvenus au sommet de la montagne mythique. Trente années d'expéditions alpines ont généré plus de dix tonnes de déchets.

Une alpiniste française, Marion Chaygneaud-Dupuy, a réussi à nettoyer les hautes altitudes de la face nord de l'Everest, le versant le plus utilisé.

Pour cet exploit, la jeune femme de trente-huit ans s'est méritée le Prix Terre de Femmes 2019 de la Fondation Yves Rocher.

C'est dans les racines de son enfance, passée à Dordogne en France, que Marion Chaygneaud-Dupuy développe un fort lien avec la nature en vivant dans une maison au milieu des bois, à jouer dans la forêt, apprenant les noms des plantes, des animaux et des arbres. « Sans la nature, je ne me sentirais pas vivante » dira-t-elle.

Devenue alpiniste, Marion Chaygneaud-Dupuy a atteint le sommet de l'Everest trois fois, une force de tempérament sans conteste. Aujourd'hui, elle est guide de haute montagne et habite le Tibet depuis 16 ans. Son métier lui a fait prendre conscience de cet immense problème de pollution.

En 2012, la guide de haute montagne commence à travailler avec une entreprise tibétaine afin de créer une charte environnementale. Il faut trois ans pour qu'émerge une prise de conscience et mettre en place un programme : le fameux Clean Everest. Il s'agit d'un travail de coopération de 50 guides locaux qui se sont mobilisés autour de la charte environnementale qu'ils ont eux-mêmes écrite.<sup>1</sup>

Ainsi, en trois ans, à l'initiative de cette femme déterminée, ils ont réussi à nettoyer 8,5 tonnes (75 %) d'ordures de toutes sortes : de la nourriture, des bouteilles d'oxygène, des bonbonnes de gaz et autres détritus qui ont été descendus des pentes de l'Everest à l'aide d'une cinquantaine de yaks fournis par le gouvernement local.

Une pénalité « cash for trash » est en voie d'établissement, chaque grimpeur devra redescendre au moins 8 kilos de déchets.

Son ambition : « Achever le nettoyage de l'Everest pour ensuite répliquer le modèle à l'échelle de l'Himalaya »². Cette chaîne de montagnes pourvoit en eau près de 2 milliards de personnes habitant les vallées indiennes et chinoises... C'est donc dire l'importance de garder cette eau propre.

Une jeune femme remarquable!

- ∠jouise ∠jebrun

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> B. Harry, « Cette alpiniste française débarrasse l'Everest de 75% de ses déchets (soit 8,5 tonnes) » dans *Aider son prochain*. En ligne <a href="https://aidersonprochain.com/alpiniste-française-debarrasse-leverest/">https://aidersonprochain.com/alpiniste-française-debarrasse-leverest/</a> (consulté le 9 août 2019)

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> « Marion Chaygneaud-Dupuy » dans *Fondation Yves Rocher*. En ligne <a href="https://www.yves-rocher-fondation.org/sur-leterrain/marion-chaygneaud-dupuy/">https://www.yves-rocher-fondation.org/sur-leterrain/marion-chaygneaud-dupuy/</a> (consulté le 9 août 2019)

#### Votre centre en action

ne nouvelle travailleuse pour compléter l'équipe du Centre de femmes. Ayant fait mon stage de fin d'études au Centre de femmes l'Éclaircie, je rêvais de pouvoir en intégrer un, une fois sur

le marché du travail. À la mi-mai, je terminais la dernière ligne droite de ma technique en travail social au Cégep de Saint-Jean-sur-Richelieu. Et puis, le 3 juin dernier, j'ai eu la chance de réaliser ce rêve en intégrant une belle équipe, celle du Centre de femmes du Haut-Richelieu. J'occupe maintenant le poste d'intervenante-animatrice et responsable des cuisines collectives. J'aurai donc la chance d'animer des cafés-rencontres à Saint-Jean-sur-Richelieu et à Mont-Saint-Grégoire sur des thèmes variés. J'ai bien hâte de vous rencontrer en cuisine ou bien à toute autre activité de notre programmation. Si vous avez envie de discuter, n'hésitez pas à venir me voir, que ce soit pour discuter de notre passion commune des chats ou bien celle du féminisme. Sachez une chose, ma porte vous est toujours ouverte!

- Rebecca Deschênes, intervenante-animatrice et responsable des cuisines collectives

présentées en grand nombre à notre AGA. Le conseil d'administration et les travailleuses ont été heureuses de parler de leurs mandats et de leurs coups de cœur de l'année. Par ailleurs, Charlyne Cloutier, une membre du conseil d'administration, a présenté les grands axes de notre planification stratégique dont l'objectif est de diversifier notre membership et de faire rayonner la mission et l'expertise de notre organisme. Ce fut également l'occasion de remercier Lina Giroux pour ses 10 ans de service à l'emploi du Centre. Pour en savoir plus, il est possible de vous procurer le rapport annuel à l'accueil du Centre ou le consulter sur notre site Internet.

- Joëlle Thérien, agente de communication et de mobilisation

etour sur la sortie estivale organisée par le Centre de Jemmes. Le 14 août dernier, dix-huit d'entre nous sont allées visiter le Jardin Daniel A. Séguin à Saint-Hyacinthe. La météo nous a choyées. La journée idéale : ensoleillée avec quelques passages nuageux et pas trop chaud. Notre guide, Édith, nous a fait faire un beau voyage à travers les multiples jardins qui sont créés par les finissants de l'Institut de technologie agroalimentaire situé juste en face. À chaque année ou presque, un nouveau jardin



est créé selon diverses thématiques. Édith nous a fait un historique de l'endroit et de ses créateurs. Le contact avec les fleurs et la nature en général nous a fait beaucoup de bien. Les jardins sont plus jolis les uns que les autres et des tables sont installées au milieu des arbres et des fleurs pour nous permettre de prendre notre repas au grand air. Nous sommes revenues fatiguées mais remplies de joie et de calme suite à cette belle visite!

- Sylvie Provost

vez-vous remarqué le système combinant aquarium et plantes qui a été installé au Centre? Il s'agit d'un système aquaponique de culture qui permet de cultiver des plantes et d'élever des poissons pour pouvoir les manger. Dans ce système, des bactéries transforment les déjections des poissons en éléments nutritifs qui serviront à alimenter les plantes. L'eau de l'aquarium est pompée afin de la faire passer dans des billes d'argile qui servent de support aux plantes. Les plantes vont alors épurer l'eau en absorbant les nutriments. L'eau filtrée retourne ensuite à l'aquarium.

Le défi est de créer un système équilibré entre la quantité de poissons, les bactéries et la végétation. Une fois l'équilibre atteint, ce mode de production est très efficace. Nos essais actuels se font avec des fines herbes, mais il est possible de faire pousser différents légumes. Les légumes feuilles se cultivent particulièrement bien de cette façon. Comme notre aquarium n'est pas très grand, les poissons qui y sont placés alimentent le système par leurs déjections, mais ils ne sont pas destinés à la consommation humaine.

Vous êtes intéressés à en savoir davantage? Geneviève, chargée de projet pour les jardins, donnera une conférence sur le sujet au Centre de femmes le 24 octobre prochain, à partir de 18h30. Inscrivez-vous dès maintenant!



- Esther Prince, coordonnatrice en sécurité alimentaire

## Dans les coulisses de la rencontre nationale du RCCQ

À chaque année, à l'occasion de la rencontre nationale du Regroupement des Cuisines Collectives du Québec (RCCQ), les participantes des cuisines collectives et leurs animatrices sont invitées à rencontrer des participants de partout au Québec. Cette année, huit participantes des cuisines collectives du Centre de femmes, accompagnées des animatrices, ont participé à cette rencontre de trois jours qui se déroulait à Châteauguay. Des ateliers, une conférence sur le guide alimentaire, une réflexion servant de départ pour la planification stratégique du mouvement ainsi qu'une activité ludique, Le défilé des paniers d'épicerie des aliments de base, étaient au programme. Ces activités nous sensibilisaient et conscientisaient à l'impact positif du mouvement dans nos collectivités.



En effet, les cuisines collectives, c'est plus que de la cuisine! C'est un réseau d'entraide, d'échange et de socialisation qui favorise une saine alimentation ainsi que

la diminution du gaspillage alimentaire et du coût de l'épicerie. Pour suivre le mouvement et joindre un groupe de cuisine collective dans une municipalité du Haut-Richelieu, communiquez avec Rebecca Deschênes

au 450 346-0662 ou à <u>cuisine2@cfhr.ca</u>.

- Esther Prince, coordonnatrice en sécurité alimentaire

# Du jardin à la cuisine



#### **Ingrédients**

2 c. à table de noix ou de graines, au choix (pignons, noix de Grenoble, graines de tournesol, graines de citrouille, etc.)

1 gousse d'ail

2 grosses poignées de légumes feuillus ou de fines herbes, au choix (roquette, épinard, basilic, persil, coriandre, etc.)

1/2 tasse de fromage à pâte ferme, râpé (parmesan, romano, etc.)

1/2 tasse d'huile d'olive ou autre, au choix

Sel et poivre, au goût

#### **Préparation**

- 1. Dans une poêle, rôtir les noix à feu vif. Réserver.
- 2. Au robot culinaire, réduire en purée fine l'ail, les légumes ou fines herbes, les noix et le fromage. Diminuer la vitesse du robot et ajouter l'huile en un mince filet jusqu'à la consistance voulue. Saler et poivrer, au goût.

# Lutter contre le gaspillage alimentaire, c'est bon pour l'environnement! Du basilic dans le système d'aquaponie du Centre.

# Conserver les fines herbes du jardin

La récolte de fines herbes du jardin a été abondante et vous souhaitez en conserver une partie pour l'hiver? Deux options s'offrent à vous.

La **congélation** permet de conserver les fines herbes de 4 à 6 mois. Pour cela, placer les feuilles entières ou hachées dans des moules à glaçons. Si désiré, les couvrir d'huile ou d'un peu d'eau. Une fois congelées, placer les herbes dans des sacs à congélation. Il n'est généralement pas nécessaire de décongeler les cubes avant de les utiliser.

La **déshydratation**: deux méthodes permettent de faire sécher les fines herbes. Pour la première, il faut séparer les feuilles des tiges, puis étaler les feuilles et les laisser sécher. La deuxième option est de suspendre les tiges afin de récolter les feuilles lorsqu'elles sont sèches. Pour les deux méthodes, le temps de séchage est de 4 à 8 jours, selon les fines herbes. Elles peuvent être conservées environ 12 mois, dans un bocal en verre, à l'abri de la lumière. Plusieurs fines herbes ont un goût beaucoup moins prononcé avec cette technique. Les fines herbes qui conservent le plus leur goût une fois séchées sont le romarin, l'origan, la sarriette, la marjolaine et le thym. Pour savoir si les fines herbes sont encore bonnes, il suffit de les sentir : lorsqu'elles ne sentent plus rien, elles ne goûtent plus rien.



# Place aux participantes du groupe d'écriture libre

# La liberté en péril

J'ai toujours eu besoin de me sentir libre. Je suis devenue travailleuse autonome parce que cela me permettait d'être plus en contrôle de mes choix de travail. C'était plus exigeant, mais aussi beaucoup plus stimulant. Sans devenir pingre, j'ai géré ma vie avec ses hauts et ses bas avec beaucoup de prudence! Je me suis bâtie une petite sécurité financière. J'ai préféré être prévoyante afin de ne pas dépendre de qui que ce soit! J'apprécie ce que j'ai.

L'arrivée de la technologie a chambardé bien des choses. Nous sommes manipulés par une publicité agressive, ingénieuse et sournoise. La publicité est partout. Pas une journée ne se passe sans que nous soyons sollicités d'une façon ou d'une autre. On nous fait croire que nous avons besoin de ceci ou de cela pour être au top, ou comme les autres.

Je pense que bientôt l'argent papier disparaîtra, j'en ai peur. Nous nous servirons de belles petites cartes plastifiées de toutes les couleurs, munies de puces électroniques. Nous deviendrons plus faciles à contrôler, nous serons les esclaves dociles des plus gros financiers du monde pour qui l'être humain n'est qu'un moyen d'augmenter leurs profits. Le marché noir sera quasi impossible pour les moins nantis. Les consommateurs sont de plus en plus endettés, ah oui... nous allons de l'avant. Mais à quel prix. Quelle serait la solution? Je vous avouerai que je ne le sais pas!

Nous laissons de plus en plus de pouvoir aux magnats de la finance. On bâillonne ceux qui parlent trop. Nos politiciens nous roulent dans la farine, nos dirigeants nous mentent et nous le savons! C'est la loi du plus fort ou du plus vicié.

Je ne suis pas certaine que la façon d'utiliser la nouvelle technologie constitue un réel avancement pour l'espèce humaine. Cette technologie devrait nous servir et non nous asservir.

Je vous laisse avec cette citation anonyme :

« Pour que la liberté soit vraie, il faut que la vérité soit libre. »

La guestion est, sommes-nous vraiment libres?

- Nicole Fraser



# Place aux participantes du groupe d'écriture libre

# Le grand silence

Sarah est née sourde. Elle n'a jamais rien entendu, ni la voix de sa mère ni celle de son père. Elle n'entendait absolument rien, même pas le silence. Elle n'a jamais appris à parler, mais a appris la langue des signes. Puis, rendue à l'adolescence, l'implant cochléaire a été inventé. Sarah fut une des premières à en recevoir un. Il fallait être hospitalisée pour l'intervention qui nécessitait une anesthésie générale pour l'implantation de la partie interne de l'appareil. Le lendemain de la chirurgie, on lui installait la partie externe qui va capter les sons et les transmettre à la partie interne qui les transforme en impulsions électriques qui sont, elles, transformées en sons par le cerveau.

Quand l'appareil a été mis en marche, Sarah fut déboussolée, désorientée. N'ayant jamais entendu, elle devait s'habituer lentement à tous les sons qu'elle entendait. Sa mère lui parlait et Sarah était très heureuse d'entendre sa voix, mais elle ne comprenait rien à ce que sa mère lui disait. Elle a dû apprendre à parler, même si elle savait lire et écrire, car elle ne savait pas quels sons avaient les lettres et les voyelles. Elle a quand même appris rapidement.

À sa sortie de l'hôpital, Sarah et sa mère allaient souvent prendre une marche au parc. Sarah apprenait à reconnaître le chant des oiseaux, le bruit des vagues du lac tout près et les cris des enfants qui s'amusaient dans les modules de jeux. Puis, Sarah voulut écouter de la musique. Sa mère lui fit écouter de la musique classique, des chansons d'Aznavour, de Jacques Brel, de Léonard Cohen et de plein d'autres artistes, dont les Beatles. Sarah a beaucoup de temps à rattraper.

Mais maintenant, même dans le silence, elle entend des bruits. Bruits de fond comme la circulation à l'extérieur, bruits des canalisations, bruit de la pluie sur le toit, bruit du tonnerre, bruit du vent dans les branches.

Quelquefois, Sarah s'ennuie du grand silence.

- Sylvie Provost

# Suggestion de lecture



À la fin du 19<sup>e</sup> siècle, Honora Elliott, jeune femme orpheline recueillie par sa tante fortunée, fait ses études en droit à Boston. Elle se marie avec un collègue étudiant et ils déménagent à New York. Ne réussissant pas à trouver un emploi dans un cabinet d'avocats, elle ouvre son propre bureau et c'est alors que les difficultés débutent vraiment. Sans être une grande lecture, c'est un livre qui se lit facilement. On voit les difficultés que rencontraient les femmes qui choisissaient une profession non traditionnelle. Tout comme les femmes d'aujourd'hui qui font un tel choix, il fallait être forte et déterminée pour continuer dans sa profession choisie. Oui, je recommande ce livre distrayant, disponible dans la bibliothèque du Centre de femmes.

- Catherine Dextras

## Les différents formes de violence

a violence faite aux femmes se manifeste sous différentes formes. En effet, il existe cinq formes de violence : verbale, psychologique, économique, sexuelle et physique. Dans cette édition, nous abordons la violence verbale.

La violence verbale, c'est celle qui s'entend : cris, hurlements, insultes, menaces et toutes les formes d'agressivité verbale (monter le ton, péter les plombs, etc.), et ce, dans le but d'intimider l'autre. Cette forme d'intimidation correspond à interdire, faire du chantage, donner des ordres ou tout simplement obliger l'autre à dire comme lui. C'est une forme de contrôle sur l'autre, ce qui a pour conséquence de provoquer peur et culpabilité chez les victimes.

Hurlements Insultes

Menaces Péter les plombs

Intimidation Chantage

Crier des bêtises Dénigrement

Dévalorisation Mots blessants

Ce type de violence n'est pas seulement l'apanage du conjoint ou de l'ami de cœur. Certains amis, voisins, employeurs, collègues de travail, membres de la famille, propriétaires ou même un pur étranger peuvent utiliser la violence verbale pour vous intimider. <u>Aucune forme de violence verbale n'est acceptable.</u>

Les personnes qui vous invectivent, vous crient des bêtises ou vous attaquent sur le plan de la personnalité, sur votre physique, vos idées, vos besoins ou vos valeurs, c'est aussi inadmissible et c'est un manque total de respect. En fait, lorsque les paroles ou le ton d'une personne provoquent chez vous un malaise, qu'il s'agisse

de colère, de frustration, de peine ou

de peur, c'est de la violence verbale.

Le dénigrement, la dévalorisation, toute attaque verbale, les mots blessants, le chantage, l'intimidation et l'abus de pouvoir font tous partie de la violence verbale. Vous avez assurément en tête plusieurs exemples de violence verbale que vous avez vécue vous-même ou dont vous avez été témoin. Prenons-en conscience, agissons en conséquence et respectons nos limites.

- Monique Vaillancourt

# Marche de sensibilisation

dans le cadre de la

Journée d'Action contre la Violence Sexuelle Faite aux Femmes

Le Comité d'Action du CIVAS l'Expression Libre du Haut-Richelieu vous invite à la 8e Édition de la «Marche de Sensibilisation Contre la Violence Sexuelle Faite aux Femmes qui vise à dénoncer l'agression sexuelle et à soutenir les personnes victimes.

> Marche Symbolique de 1.5 KM Vendredi le 20 septembre 2019, Départ à 18h30

Lieu de rassemblement: Palais de Justice (109 rue Saint-Charles, Saint-Jean-sur-Richelieu, J3B 2C2)

Lieu d'arrivée: Parc Félix-Gabriel-Marchand (derrière le Palais de Justice)

Un kiosque d'information concernant les ressources disponibles sur le territoire du Haut-Richelieu sera mis à disposition.

Pour plus d'information, vous pouvez contacter le CIVAS Du Haut-Richelieu au 450-348-4380 ou au expréssionlibre@videotron.ca OU le Centre de Femme du Haut Richelieu au 450-346-0662



#### Centre de femmes du Haut-Richelieu

390, rue Georges-Phaneuf Saint-Jean-sur-Richelieu, Québec, J3B 1K2

Téléphone : 450 346-0662 Télécopieur : 450 346-9195 Courriel : registrariat@cfhr.ca

Fondé en 1983, le Centre de femmes du Haut-Richelieu est un centre d'éducation populaire en condition féminine et à but non lucratif dont la mission est d'améliorer les conditions de vie des femmes en vue de leur permettre une participation égalitaire dans toutes les sphères de la société.

#### Comité éditorial Voix de femmes

Catherine Dextras, membre Carmen Dufresne, membre Louise Lebrun, membre Sylvie Provost, membre Joëlle Thérien, travailleuse Monique Vaillancourt, membre

Si vous avez des idées ou des questions sur le *Voix de femmes,* venez parler aux membres du comité!

#### Un petit geste pour l'environnement!

Lorsque vous avez terminé la lecture de votre Voix de femmes, rapportez votre copie au Centre afin de nous faire économiser du papier. Merci de votre collaboration!



Au plaisir de vous accueillir le mardi 1<sup>er</sup> octobre dès 10 h pour une journée de réflexion qui promet d'être fort enrichissante!

*Une soupe sera servie pour le diner.* 

Gratuit pour toutes! (membres et non-membres)

Inscription obligatoire: 450 346-0662



Agente de communication et de mobilisation Centre de femmes du Haut-Richelieu

