

Novembre-décembre 2018

CENTRE DE
femmes
DU HAUT-RICHELIEU

Voix de femmes

du Haut-Richelieu

Retour sur l'AGA 2018

Le 21 juin dernier a eu lieu l'assemblée générale annuelle de votre Centre de femmes. Pour l'occasion, c'est sur une note humoristique que les employées du Centre vous avaient concocté une soupe bien spéciale ! Chacune a présenté les réalisations les plus marquantes de l'année qui venait de s'écouler. La nomination des membres du CA a clôturé la soirée. Merci à toutes pour votre implication !



Présentation des réalisations marquantes de l'année lors de l'AGA
Source: CFHR

Récipiendaire de la bourse Carrie Derick

À chaque année, en collaboration avec la députée d'Iberville Mme Claire Samson, le Centre remet la bourse Carrie Derick à une étudiante qui se démarque dans le domaine des sciences naturelles ou pures. La récipiendaire de la bourse 2018 a été



Claire Samson, députée d'Iberville, en compagnie de Florence Ostiguy, gagnante de la bourse d'études
Source: CFHR

dévoilée lors d'une cérémonie qui a eu lieu avant l'AGA. Il s'agit de Mme Florence Ostiguy, étudiante en sciences de la nature au Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu. Mme Ostiguy s'est démarquée par son excellence académique et pas son implication sociale dans le domaine scientifique.

Dans ce numéro :

<i>Saviez-vous que...</i>	2
<i>Retour sur une activité du Centre</i>	2
<i>Portrait de femmes</i>	3
<i>Nouvelles des jardins</i>	4
<i>En cuisine</i>	5
<i>Place aux participantes du groupe d'écriture libre</i>	6-7
<i>Quoi de neuf?</i>	8
<i>À surveiller</i>	9
<i>Calendrier</i>	10-11

La prison des femmes de Kingston (Ontario), un établissement à sécurité maximale, était le seul établissement fédéral pour femmes au Canada de 1934 à 2000. Toutes les délinquantes sous responsabilité fédérale, peu importe leur niveau de sécurité, étaient détenues à la prison des femmes. À partir des années 1950, un éventail de groupes de travail et de commissions royales a examiné la situation désavantageuse de ces détenues.



En 1990, le gouvernement fédéral a accepté les recommandations formulées dans le rapport du groupe d'étude et a entrepris leur mise en œuvre. De 1995 à 2004, six établissements correctionnels pour femmes ont ouvert leurs portes dans différentes régions partout au pays. Le transfert de la dernière détenue de la prison des femmes a eu lieu le 8 mai 2000.

- **Dominique Pariseau**

Source : « La fermeture de la prison des femmes de Kingston le 6 juillet 2000 » dans *Service correctionnel Canada*. En ligne <www.csc-scc.gc.ca/text/pblct/brochurep4w/2-fra.shtml>

Retour sur une activité du Centre

Dans le cadre de la *Journée nationale des centres de femmes*, nous avons invité les membres à un café-causerie pour le lancement de la campagne de promotion des centres de femmes du Québec *Donne-toi de l'air !* Les participantes ont parlé de ce que le Centre de femmes du Haut-Richelieu apporte dans leur vie et pourquoi elles le fréquentent. Ces témoignages serviront à démystifier la mission des centres de femmes auprès du grand public notamment par le biais de notre page Facebook.

Les activités et les services des centres de femmes gagnent à être connus puisqu'ils ont permis à plusieurs participantes de combler un besoin, mais aussi de s'interroger sur ce qu'elles peuvent apporter à la société. Effectivement, en rencontrant d'autres femmes, elles trouvent la confiance en elle et les outils pour avancer, se sentir bien, créer des projets et même réaliser des rêves. Par exemple, Dominique Pariseau raconte que si, en 2008, elle n'avait pas participé à une activité du Centre, elle n'aurait pas fait une rencontre qui l'a amenée à écrire et à publier un livre. Effectivement, les services des centres de femmes sont offerts à toutes les femmes qui souhaitent faire des rencontres enrichissantes et profiter d'activités divertissantes ! D'ailleurs, nos

membres aimeraient avoir la chance d'échanger avec des femmes issues de diverses générations et de différentes nationalités, car elles rapportent qu'il est très instructif de discuter avec des personnes d'horizons variés. L'invitation est donc lancée !

Un centre de femmes c'est...



S'outiller



Agir ensemble



Prendre soin
de soi



S'entraider

Portrait de femmes

Judy Chicago (née Judy Cohen) est une artiste américaine féministe née à Chicago le 20 juillet 1939. Elle s'installe à Los Angeles en 1957 pour s'inscrire à la UCLA Art School. En 1964, elle est diplômée en peinture et sculpture. Le féminisme est un thème qui sous-tend toute son œuvre.

Cette artiste est surtout connue pour son installation *The Dinner Party* (*Le dîner*), 1974-1979. Cette œuvre, à laquelle des centaines de volontaires ont participé, est un hommage à l'histoire des femmes sous la forme d'une grande table triangulaire comprenant 39 couverts dont les assiettes stylisées qui rendent hommage à 39 femmes célèbres. L'œuvre se veut être un monument à la mémoire des femmes exclues de l'Histoire.



The Dinner Party (*Le dîner*), 1974-1979. Source : Musée de Brooklyn

Cette table repose sur un socle, appelé « plancher du patrimoine » (Heritage Floor), triangle équilatéral composé de 2 300 plaquettes de porcelaine sur lesquelles figurent les noms de 999 femmes mythiques et historiques qui sont associées aux 39 convives. Chaque côté du triangle représente une période de l'histoire avec laquelle on associe le nom de 13 femmes (divinités, écrivaines, scientifiques, etc.) dont voici la liste :

- **Louise Lebrun**

Aile I : De la préhistoire à l'Empire romain

1. Déesse primordiale
2. Déesse de la fertilité
3. Ishtar
4. Kali
5. Déesse serpent
6. Sophie
7. Amazone
8. Hatchepsout
9. Judith
10. Sappho
11. Aspasia
12. Boadicée
13. Hypatie

Aile II : Des débuts du christianisme à la Réforme

14. Marcelle
15. Sainte Brigitte
16. Théodora
17. Hrosvitha
18. Trotula
19. Aliénor d'Aquitaine
20. Hildegarde de Bingen
21. Petronilla de Meath
22. Christine de Pisan
23. Isabella d'Este
24. La reine Élisabeth
25. Artemisia Gentileschi
26. Anna van Schurman

Aile III : De la Révolution américaine au féminisme

27. Anne Hutchinson
28. Sacagawea
29. Caroline Herschel
30. Mary Wollstonecraft
31. Sojourner Truth
32. Susan B. Anthony
33. Elizabeth Blackwell
34. Emily Dickinson
35. Ethel Smyth
36. Margaret Sanger
37. Natalie Barney
38. Virginia Woolf
39. Georgia O'Keeffe

Vous souhaiteriez en apprendre davantage sur l'une de ces femmes dans notre prochaine édition ? Dites-nous votre choix sur le babillard de la grande salle du Centre de femmes ou écrivez à cuisine2@cfhr.ca avant le 4 décembre.



Des liens plus solides au jardin **Cultivons notre assiette**

Cette année, nous avons invité les participantes du jardin à s'impliquer afin d'enraciner la vie communautaire. Chaque participante devait donner cinq heures de la manière de son choix afin de dynamiser le groupe. Ainsi, deux fêtes ont été organisées par des participantes alors que d'autres ont présenté des ateliers, des conférences et une délicieuse activité culinaire. Ces rencontres ont permis aux jardinières d'avoir plusieurs échanges entre elles, de s'entraider et de créer des liens. Ces activités autogérées ont permis à plusieurs d'améliorer leur estime de soi. Le sentiment d'appartenance n'est pas facile à faire germer, mais nous avons réussi avec brio ! Merci aux jardinières pour votre superbe participation. Au plaisir de vous revoir et d'accueillir de nouvelles participantes en 2019 !



Atelier culinaire sous le thème de l'aubergine facile.
Source: CFHR



Fête de début de saison qui a lieu 29 juin. Source: CFHR

D'autres projets de jardins ont germé dans le Haut-Richelieu

Les citoyens de L'Acadie ont jardiné de façon collective cet été. Une belle collaboration qui a permis de créer un lieu convivial et rassembleur. Cette première saison a permis des échanges entre les aînés et les enfants du CPE Les Poussineaux.

À Saint-Blaise, le Centre de femmes a démarré un projet de persévérance scolaire avec les enseignantes de 5^e et 6^e années de l'école primaire. Avec la participation des animateurs du camp de jour, nous avons fait participer les jeunes à toutes les étapes du processus de création du jardin. Celui-ci est situé sur un terrain appartenant à la municipalité. Également, l'atelier salsa avec bette à carde a été un franc succès !



Fermeture du jardin de l'Acadie. Source: CFHR

À Saint-Jean-sur-Richelieu, l'Étoile pédiatrie sociale a accueilli avec enthousiasme le soutien technique de notre chargée de projet pour l'installation d'un jardin urbain situé dans le stationnement de l'organisme. Les enfants ont été heureux d'avoir ce nouvel espace détente pour glaner des petites fèves et des tomates cerises. Non loin de là, le comité vert de l'école St-Lucien a aussi plongé dans un projet jardin ! Les bacs ont été construits durant l'été et les activités de jardinage sont prévues pour 2019.

- **Geneviève Belhumeur, Chargée de projet, Jardin**



Pain de viande dans un moule à muffin

Ingrédients

- ¾ tasse de biscuits soda, écrasés
- 1 tasse de lait
- 2 œufs battus
- 1 ½ livre de bœuf haché maigre
- ½ oignon, coupé finement
- ¼ c. à thé de sel
- ½ c. à thé de poivre

Préparation

1. Mélange 1 : Mettre les biscuits soda et le lait dans un grand bol et laisser reposer pendant 5 minutes.
2. Mélange 2 : Mélanger le bœuf haché avec les œufs battus, l'oignon, le sel et le poivre.
3. Ajouter le mélange 1 au mélange 2.
4. Faire des boulettes de viande qui entrent dans des moules à muffins.
5. Beurrer les moules à muffin et y déposer les boulettes de viande. Vous pouvez y déposer des piments coupés en petits dés sur le dessus des boulettes ou du fromage râpé, au goût de chacun.
6. Faire cuire au four à 350°F pendant environ 30 minutes.

Servir avec une sauce brune ou tomate, au choix.

Pour 4 personnes

Merci à **Nathalie Plante** pour cette délicieuse recette rapide ! Vous aurez la chance de voir Nathalie et les autres participantes de l'atelier de théâtre le jeudi 6 décembre, lors d'un 5 à 7 organisé dans le cadre de la Journée de commémoration contre la violence faite aux femmes (détails p. 9).

Sauce piquante

Ingrédients

- 1 boîte de soupe aux tomates
- ¼ tasse de cassonade
- ½ c. à thé de muscade
- ½ c. à thé de moutarde sèche

Préparation :

1. Mélanger les ingrédients dans un chaudron.
2. Faire cuire à feu doux environ 10 minutes, en brassant régulièrement.
3. Verser la sauce sur les petits pains de viande dans l'assiette.



Place aux participantes du groupe d'écriture libre

n folle du logis

Son corps divague
Ses lèvres rêvent
Ses mains l'appellent

Ses bras hallucinent
Ses neurones improvisent
Sa peau délire

Ses idées claironnent
Son cœur rougit
Ses musiques piaffent

La maisonnée flotte
Le divan soupire
Le souper attend

Les voisins fêtent
Le chien déclame
Le chat l'écoute

L'appartement s'illumine
Les mots resplendent
La danse invite

L'imagination exulte
Le nous s'impatiente
L'amour s'emballe

Les sens s'ensuivent
Le lit trépigne
La nuit déguste

- *Louise Lebrun*

e bonheur, c'est quand c'est l'heure

Si j'avais toute ma tête, voici l'histoire que je vous raconterais.

J'habite au CHSLD depuis quatre ans maintenant. Je souffre de la maladie d'Alzheimer depuis de nombreuses années. Mon mari des soixante dernières années a dû me placer car il ne pouvait plus s'occuper de moi.

Il me rend visite presque tous les après-midis. Souvent, je le prends pour mon père. Quand il me demande mon âge, je réponds invariablement 40 ans.

Je ne suis pas assez lucide pour pouvoir sonner pour obtenir l'aide d'une préposée. Quand ma couche est pleine, je dois attendre qu'une préposée vienne dans ma chambre, mais ça n'arrive pas souvent. J'ai toujours les fesses irritées et c'est douloureux.

Les repas sont toujours servis aux mêmes heures. Une préposée vient me chercher et m'emmène en chaise roulante à la salle à manger où je mange en compagnie de vieilles personnes en aussi piteux état que moi. Le souper est servi à 16 h 30, qu'on ait faim ou pas. On nous sert de la bouffe en purée. C'est dégueulasse ! Après le souper, on nous met en jaquette et tout de suite au lit, fatiguée ou pas.

Mes enfants viennent me visiter chaque semaine. Je suis chanceuse car la plupart des résidents ne reçoivent jamais de visiteurs. Je ne reconnais pas souvent mes enfants. Je sais que je les connais, mais la plupart du temps je pense que ce sont des amis.

Le bonheur pour moi, c'est quand c'est l'heure que la visite arrive. Autrement, je vis toute seule enfermée, dans mon monde, les yeux dans le vide.

- *Sylvie Provost*



Place aux participantes du groupe d'écriture libre

Ta chaise dans toi.

Chaque lundi devant ta porte, ponctuelle comme un soldat, tu étais là, souriante, attendant de prendre la route avec moi vers l'atelier d'écriture. Bien camouflé au fond de ta serviette, ton texte écrit à la dernière minute raturé et re-raturé, souvent étalé sur deux pages différentes introuvables, parce que trop loin l'une de l'autre dans ton cahier. Chère Pierrette.

Ton petit sourire espiègle me laissait deviner que peu importe le thème choisi ton écrit serait à saveur humoristique comme tu savais si bien le faire. Ta simplicité et ton attitude joviale détendaient l'atmosphère et déridaient tes compagnes même les plus sérieuses. Petit bout de femme déterminée, tu tenais à tes idées et tu savais défendre avec conviction, même les plus indéfendables.

Tu camouflais si bien tes angoisses et ton mal, que nul ne pouvait se douter que la maladie s'appropriait tout ton être, tant tu restais sereine devant l'inévitable. Tu étais consciente que chaque atelier pourrait être ton dernier, car tu savais que tu vivais sur du temps emprunté, mais tu tentais avec humour à repousser l'échéance, afin de pouvoir profiter au maximum comme tu me disais, de ton reste de vie.

Pierrette mon amie, ma compagne d'atelier, ton contagieux sens de l'humour va me manquer. Les lundis à l'atelier d'écriture, à mes côtés ta chaise sans toi, demeurera témoin des bons moments passés en ta présence et du vide de ton absence.

Ton nom restera longtemps gravé dans ma mémoire.

- *Lillian Lanoue*

29 mai 2017

COMITÉ DE PROGRAMMATION

Pour les femmes qui souhaitent augmenter leur leadership et participer aux prises de décision relatives à l'animation des ateliers, des cafés-causeries autogérés ainsi que la programmation du Centre.

COMITÉ VOIX DE FEMMES

Pour partager vos idées ou écrire un texte dans la prochaine édition du Voix de femmes.



Pour rejoindre l'un de ces comités, contactez-nous !





Une nouvelle employée dans l'équipe!

En septembre dernier, j'ai eu la chance de rejoindre la remarquable équipe du Centre de femmes du Haut-Richelieu à titre d'agente de communication et de responsable des cuisines collectives. Auparavant, j'ai travaillé dans le domaine du loisir et de la culture en milieu municipal. J'ai fait mes études à l'UQAM où j'ai complété un baccalauréat et une maîtrise en histoire. En tant que mère de deux petites filles (Élodie et Coralie), je suis heureuse de travailler à l'amélioration des conditions des femmes ! Venez me voir si vous avez des questions sur les cuisines collectives ou si vous souhaitez me parler de la prochaine édition du *Voix de femmes* ! À bientôt !



Élodie (4 ans et demi)



Coralie (2 ans) et Joëlle

- **Joëlle Thérien, agente de communication et responsable des cuisines collectives**

SONDAGE À REMPLIR PAR NOS MEMBRES

Dans le cadre d'une planification stratégique qui prendra fin en juin 2019, les membres du Centre sont invitées à remplir un court sondage qui sera acheminé par la poste ou par courriel. Si vous n'avez pas reçu le sondage, contactez-nous rapidement ! **Le sondage doit nous parvenir avant le 12 novembre.**



Carrie Derick (1862-1941) Source: Musée McCord

Carrie Derick: le parcours d'une pionnière

Jusqu'au 2 décembre, le musée du Haut-Richelieu présente une exposition sur la vie de Carrie Derick, professeure émérite en génétique et en botanique. Née en 1862 à Clarenceville, elle est la première femme au Canada à obtenir le titre de professeure titulaire à l'Université McGill. Dans cette exposition, vous en apprendrez beaucoup sur sa vision du féminisme, sa vie de militante et de scientifique. Par ailleurs, vous aurez la chance d'admirer de nombreux croquis et plusieurs objets ayant appartenu à cette pionnière. Cette exposition vous permettra également de mieux comprendre la mentalité d'une époque, pas si lointaine, où les femmes n'avaient pas le droit de vote.

Deux événements **gratuits**
dans le cadre de la campagne

Donne-toi DE L'AIR

Jeudi 15 novembre de 13 h 30 à 16 h, nous vous invitons à participer à un marathon d'écriture. Lors de cet événement, vous serez invitées à écrire un mot d'encouragement à deux femmes soit une personne de votre entourage que vous admirez et Gulzar Diushenova, une militante soutenue par Amnistie internationale. L'R des centres de femmes du Québec souhaite soutenir et redonner espoir à cette femme qui se bat contre les discriminations auxquelles font face les femmes à mobilité réduite au Kyrgyzstan. Veuve et mère monoparentale, madame Diushenova a perdu l'usage de ses jambes après un accident de la route. Venez donc faire d'une pierre deux coups en réchauffant le cœur de deux femmes avec la chaleur de vos mots.

À surveiller



**Jeudi 6 décembre
de 17 h à 19 h**

Dans le cadre de la Journée de commémoration contre la violence faite aux femmes, les participantes de l'atelier de théâtre offriront une représentation riche en émotions.

Lors d'un 5 à 7, nos talentueuses artistes mettront en scène différents types de violence faites aux femmes.

Des bouchées et des breuvages seront servis !

Inscrivez-vous dès maintenant à ces activités en téléphonant au 450 346-0662.

Dîner partage de Noël

Lundi 17 décembre

De 10 h à 15 h

*Musique, plaisanteries, jeux
et cadeaux au programme !*

**Surveillez les publicités afin de connaître
les détails de l'événement !**



Souvenir de l'édition 2017
Source: CFHR

Novembre 2018

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
				1	2	3
					Café-rencontre à Mont-Saint-Grégoire: LGBT <u>9h30 à 11h30</u>	
4	5	6	7	8	9	10
	Atelier théâtre <u>13h30 à 15h30</u>	Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u>	CC Mijoteuses <u>8h30 à 12h</u> Dames de cœur <u>13h30 à 16h</u>	CC Les Alex. <u>8h30 à 12h</u> Comité de programmation <u>13h30 à 15h30</u>		
11	12	13	14	15	16	17
	Café-rencontre: Fêter Noël autrement <u>13h30 à 15h30</u>	Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u> CC St-Alexandre <u>9h à 15h</u>	Petits déjeuners <u>9h à 11h30</u> Dames de cœur <u>13h30 à 16h</u>	Marathon d'écriture <u>13h30 à 16h</u> 	Parlons actualité <u>13h30 à 15h30</u>	Atelier de cuisine parents-enfants À St-Valentin <u>13h30 à 16h30</u>
18	19	20	21	22	23	24
	Atelier théâtre <u>13h30 à 15h30</u>	Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u>	Dames de cœur <u>13h30 à 16h</u> Ciné-causerie : <i>Lola Pater</i> <u>18h30 à 21h30</u>		CC Goût et saveurs <u>9h à 16h</u>	
25	26	27	28	29	30	
	Café-rencontre: Le stress : ami ou ennemi? <u>13h30 à 15h30</u>	Atelier de cuisine: les tapas à St-Alex. <u>9h à 12h</u> Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u>	Petits déjeuners <u>9h à 11h30</u> CC Mont-Saint-Grégoire <u>12h30 à 17h</u>			

Pour tout savoir sur nos activités, consultez notre site Internet ou téléphonez au 450 346-0662.

Décembre 2018

Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

1

Pour tout savoir sur nos activités, consultez notre site Internet ou téléphonez au 450 346-0662.

2	3 Atelier de cuisine africaine <u>9h à 12h</u> Atelier théâtre <u>13h30 à 15h30</u>	4 Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u>	5 Comité Voix de femmes <u>10h à 12h</u> Ciné-causerie <u>18h30 à 21h30</u>	6 Pièce de théâtre <u>17h à 19h</u>  Détails p. 9	7 Café-rencontre à Mont-Saint-Grégoire: Noël <u>9h30 à 11h30</u> CC Mijoteuses <u>9h à 16h</u>	8
9	10 Café-rencontre: Être femme d'hier à aujourd'hui <u>13h30 à 15h30</u>	11 Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u>	12 Petits déjeuners <u>9h à 11h30</u>	13	14 CC Goût et saveurs <u>9h à 16h</u>	15
16	17 Dîner partage de Noël <u>10h à 15h</u> 	18 Étirements <u>10h à 11h</u> Groupe d'écriture libre <u>13h30 à 15h30</u> CC St-Alexandre <u>9h à 15h</u>	19 CC Mijoteuses <u>9h à 16h</u> CC Mont-Saint-Grégoire <u>12h30 à 17h</u>	20 CC Les Alex. <u>8h30 à 14h</u>	21 Parlons actualité <u>13h30 à 15h30</u>	22
23 / 30	24 / 31	25	26	27	28	

*Le Centre est fermé pour le congé des Fêtes
Joyeux Noël et bonne année à toutes !*



■ Ruralité

■ Saint-Jean

CC Cuisine collective

Centre de femmes du Haut-Richelieu

390, rue Georges-Phaneuf
Saint-Jean-sur-Richelieu,

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

L'égalité sans limite

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.



Veillez prendre note que le Centre de femmes sera fermé pour le temps des Fêtes, consultez notre site Internet pour connaître les dates.

Joyeuses Fêtes !