



*Centre de femmes
de Shawinigan*

RAPPORT ANNUEL

2024-2025

Textes et mise en page : Stéphanie Bédard

Correction et relecture : Toute l'équipe du Centre de femmes de Shawinigan

Photos : Équipe et membres du Centre de femmes de Shawinigan

Ce rapport a été rédigé avec l'appui d'un outil d'intelligence artificielle pour optimiser la structure et la clarté du contenu.

SOMMAIRE

Mot de la présidente et de la coordonnatrice	4
Notre équipe & notre conseil d'administration	6
Nos principes fondamentaux et nos orientations	8
Notre approche	10
L'éducation populaire autonome et féministe	11
Nos activités et leurs impacts	12
Portrait de fréquentation & d'engagement des femmes	17
Vie démocratique et associative	19
Nos FEMMEuses bénévoles	20
Faits saillants 2024-2025	21
Nos sources de financement	24
Nos représentations & notre rayonnement	25
Les ponts que nous avons créés cette année	28
Perspective & enjeux	30
Les impacts de notre organisme	32
Remerciements	34

MOT DE LA PRÉSIDENTE



Je me fais la porte-parole du conseil d'administration pour vous écrire ces quelques mots.

La croissance du Centre de femmes prend tout son sens dans cette incertitude commerciale qui affecte quelques secteurs de notre vie. Les liens créés avec différents organismes communautaires permettent d'offrir des services diversifiés. La collaboration qui en émerge renforce la position de l'action communautaire.

L'année 2024-2025 a été ponctuée de revirements. En janvier, nous avons, mis fin au projet de déménagement en collaboration avec un autre organisme, amorcé en 2024, après de nombreux échanges sur le sujet et plusieurs visites de locaux. Des impondérables, de part et d'autre, ont changé nos plans.

En février, nous avons souhaité bonne chance à Josée Simoneau, coordonnatrice du Centre qui nous a quittées pour relever de nouveaux défis. Pour assurer la transition, nous avons demandé à Stéphanie Bédard d'assumer l'intérim pendant quelques mois. En avril, nous avons officiellement nommé Stéphanie à titre de coordonnatrice du Centre. La décision de recruter une autre employée a été prise pour compléter l'équipe et assurer une présence dans le milieu de vie.

Comme vous pouvez le constater, ce n'est pas la stabilité qui a dominé la dernière année. Je me permets donc de vous parler de notre fantastique équipe d'employées. L'offre de service aux membres est bonifiée d'une année à l'autre. Une panoplie d'activités, que ce soit du ressourcement, du développement personnel, de détente, de bricolage, de visionnement de film, de sorties sociales et d'activités physiques vous sont présentées pour développer vos aptitudes personnelles.

Nous avons accueilli, de janvier à mai 2024, notre première stagiaire, Johannie Thibault. Par la suite, Rebecka Bellerive a fait son entrée parmi nous de septembre 2024 à avril 2025. Elles ont bénéficié d'un milieu d'apprentissage unique pour consolider et bonifier leurs acquis. Elles se sont impliquées en effectuant diverses tâches pour soutenir l'équipe. Le Centre de femmes est reconnu pour être un milieu de stage diversifié et apprécié. Bravo à nous!

L'équipe a inauguré un milieu de vie ENTR'ELLES - ANTR'ELLES qui se veut un complément aux services offerts par le centre. Un endroit où les femmes peuvent se ressourcer, se confier, échanger, rire et s'amuser dans le but de briser l'isolement, de se faire des amies, de prendre du temps pour elle dans un environnement sécuritaire.

L'équipe est à l'écoute de vos besoins par l'engagement, le respect, la créativité et le temps consacré à la réalisation de projets pour que chacune d'entre vous trouve ce dont elle a besoin afin de poursuivre son évolution personnelle et améliorer sa santé globale. Je crois que cette année, l'équipe composée de Marie-Élise, Josée, Lyne, Anne et Stéphanie mérite grandement notre reconnaissance.

Le Centre de femmes est présent dans nos vies, tel un guide sur notre chemin qui fait fleurir l'espoir d'une vie remplie de petits bonheurs quotidiens!

Claire Vincent, Présidente

MOT DE LA COORDONNATRICE



Je suis arrivée au Centre de femmes de Shawinigan il y a un an, d'abord comme agente aux communications. Dès les premières semaines, j'ai été accueillie par une équipe et un conseil d'administration pétillants, engagés, unis autour d'une même mission. Le bateau voguait bien, et j'ai rapidement senti que j'avais trouvé ma place parmi des femmes incroyables, qui se complètent, qui se respectent et qui avancent ensemble.

Ce que j'ai tout de suite aimé du Centre, c'est le lien qui se tisse sans même toujours avoir besoin de mots. Il y a quelque chose de puissant à être entre femmes, à se reconnaître dans le regard de l'autre, à sentir que nos parcours, même différents, se rejoignent dans une compréhension mutuelle. Il y a dans chaque œil une histoire, et dans chaque échange une lumière.

À la fin de l'année, notre chère Josée a quitté son poste de coordination après trois années intenses et humaines. Une femme rassembleuse, une "maman de course", une présence forte et douce à la fois. J'ai eu le grand privilège de reprendre son poste. Et c'est en équipe que nous faisons face à ce défi à la hauteur des femmes que nous accompagnons : parfois guerrières, parfois vulnérables, mais toujours courageuses et authentiques.

Nous avons à cœur la beauté des femmes – pas seulement celle qu'on voit à l'extérieur, mais celle qui les habite, celle qui émerge quand le bien-être (re)prend sa place, quand les repères se (re)construisent.

Ce qui nous rend le plus fières? C'est de voir une femme entrer avec un poids sur les épaules, et repartir plus calme, plus enracinée. De voir que, petit à petit, la confiance revient. La lumière revient. Et qu'elle sait qu'ici, elle n'est jamais seule.

Nous sommes ici parce que nous croyons en nous, en elles, en toutes. Et parce que, dans un monde parfois secoué, nous choisissons chaque jour de tenir la main de celles qui avancent, pas à pas, vers elles-mêmes.

Et c'est toujours un plaisir de vous rencontrer et de vous accompagner!

Stéphanie Bédard, Coordonnatrice

NOTRE ÉQUIPE

Notre équipe est composée de femmes dévouées, dynamiques et complémentaires, qui unissent leurs forces dans une belle cohésion. Ensemble, elles portent la mission du Centre avec passion, cœur et créativité.



MARIE-ÉLISE SÉGUIN
INTERVENANTE



JOSÉE SIMONEAU
COORDONNATRICE
2022 à février 2025



STÉPHANIE BÉDARD
COMMUNICATIONS
mars 2024 à février 2025
COORDINATION
Depuis mars 2025



LYNE VALLIÈRES
ADMINISTRATION



ANNE DE WALLENS
LOISIRS CRÉATIFS



JOHANNIE THIBAUT
STAGIAIRE
Janvier à mai 2024



REBECKA BELLERIVE
STAGIAIRE
Septembre 2024 à avril 2025



NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Nous avons la chance de pouvoir compter sur des administratrices dévouées, qui portent la mission du Centre avec cœur et engagement. Cette année, le conseil s'est réuni à sept reprises pour guider nos actions avec bienveillance et rigueur.



CLAIRE VINCENT
PRÉSIDENTE, RETRAITÉE SECTEUR PUBLIC



LUCIE LACERTE
VICE-PRÉSIDENTE, RETRAITÉE SECTEUR PRIVÉ



LYNN VEILLETTE
SECRÉTAIRE, RETRAITÉE SECTEUR PUBLIC
Février à Mai 2025



JOCELYNE CANTIN
SECRÉTAIRE, RETRAITÉE SECTEUR PRIVÉ
Juin à décembre 2024



LOUISE LACOURSIÈRE
ADMINISTRATRICE, ÉCRIVAINNE



MARIE-CLAUDE JARRY
TRÉSORIÈRE, EMPLOYÉE SECTEUR PRIVÉ



Notre gouvernance repose sur la transparence et la collaboration, garantissant que les femmes qui fréquentent le Centre aient une voix dans son évolution.

NOS PRINCIPES FONDAMENTAUX

HISTORIQUE

Fondé en 1982, le Centre de femmes de Shawinigan est un organisme communautaire, qui accueille des femmes de tous âges et de toutes conditions dans un climat de confiance, de confidentialité, d'égalité et de solidarité.

Nous sommes un milieu « généraliste » : toutes les femmes, et toute personne qui se reconnaît comme femme, y sont les bienvenues, qu'elles aient 16 ou 99+ ans. Il n'est pas nécessaire d'avoir une condition de santé ou de vivre une certaine situation : nous sommes présentes pour toutes les femmes.

Nous offrons différents services, ainsi qu'une programmation diversifiée d'activités informatives, éducatives, culturelles, créatives, sportives. À plusieurs moments de l'année, nous nous mobilisons sur des sujets qui touchent la condition des femmes, des enfants, et plus largement, de la communauté (marche, manifestation, signature de pétitions...).

MISSION

Accompagner avec ouverture et bienveillance les femmes et les personnes qui se reconnaissent comme femme, vers leur plein potentiel afin d'optimiser leur qualité de vie.

VISION

Pour des femmes qui choisissent leur bien-être et évoluent vers leur plein potentiel.

NOS VALEURS

Équité, Appartenance, Entraide, Respect, Autonomie

NOS ORIENTATIONS

1

ATTIRER DES PARTICIPANTES DE TOUT HORIZON, DE MANIÈRE INCLUSIVE.

2

FAIRE DU CENTRE DE FEMMES UN ACTEUR RECONNU PAR SON MILIEU.

3

OFFRIR UN ENVIRONNEMENT ADAPTÉ À LA RÉALISATION DE NOTRE MISSION.

4

ACCOMPAGNER LES FEMMES VERS UN MIEUX-ÊTRE.

5

SE DOTER D'UNE STRUCTURE OPÉRATIONNELLE PORTEUSE.

NOTRE APPROCHE

NOTRE APPROCHE EN SANTÉ GLOBALE : UNE LUMIÈRE SUR LE CHEMIN DES FEMMES

Au Centre de femmes de Shawinigan, nous croyons que la santé ne se limite pas à l'absence de maladie. Elle englobe le bien-être physique, mental, émotionnel et social, et se construit au fil du temps, selon les réalités de chaque femme.

Nous nous voyons comme un lampadaire sur le chemin des femmes : une lumière qui éclaire leur route, les aide à avancer avec confiance et à retrouver un équilibre de vie. Nous ne prétendons pas être la seule lumière, mais nous faisons partie des repères qui leur permettent de mieux comprendre leurs besoins et de prendre soin d'elles.

Notre approche en santé globale est profondément ancrée dans une perspective féministe intersectionnelle. Nous reconnaissons que le bien-être des femmes est influencé par une diversité d'enjeux personnels et sociaux, qui se croisent et se renforcent parfois : isolement, précarité financière, surcharge mentale, détresse psychologique, ruptures, violences ou faible estime de soi.

C'est pourquoi nous offrons un espace inclusif et sécuritaire, où chaque femme peut trouver du soutien, de l'écoute et des ressources adaptées à sa réalité – quelle qu'elle soit.

Concrètement, cela signifie :



Offrir un accueil chaleureux et sans jugement, où chaque femme peut cheminer à son rythme.



Proposer une variété d'activités qui contribuent à la santé physique, mentale, émotionnelle et sociale des femmes.

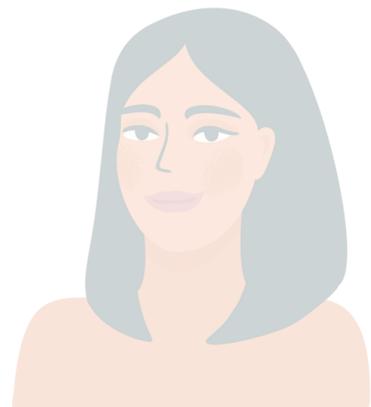


Collaborer avec d'autres organismes pour assurer un accès aux bonnes ressources, sans barrières.



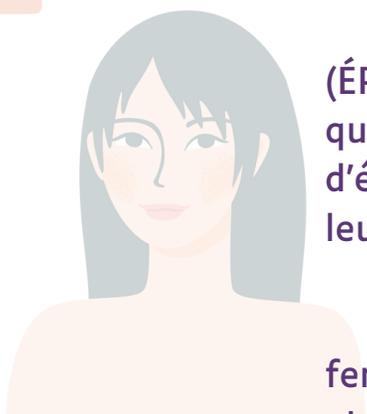
Parce que chaque parcours est unique et aucune femme ne devrait avancer seule dans l'ombre.

L'ÉDUCATION POPULAIRE AUTONOME ET FÉMINISTE



APPRENDRE, COMPRENDRE, AGIR

L'éducation populaire autonome et féministe (ÉPAF) est au cœur de nos actions. Nous croyons que le savoir est un outil puissant d'émancipation, accessible à toutes, peu importe leur parcours.



Notre approche repose sur l'idée que chaque femme est actrice de son apprentissage. Nos ateliers, conférences et cafés-rencontres ne sont pas de simples formations : ils sont des espaces d'échange, où l'expérience des femmes est aussi précieuse que les connaissances partagées.



L'éducation populaire que nous pratiquons est féministe et intersectionnelle. Elle permet aux femmes de mieux comprendre les inégalités qu'elles vivent, les ressources à leur disposition et les moyens d'agir. En créant un espace d'échange et de réflexion, nous renforçons la solidarité et l'autonomie des femmes.



"L'éducation populaire féministe, c'est bien plus que transmettre des connaissances : c'est offrir aux femmes des outils pour mieux comprendre le monde qui les entoure, pour se reconnaître dans leur vécu et pour transformer leur réalité, une discussion à la fois."



NOS ACTIVITÉS ET LEURS IMPACTS

RELATION D'AIDE

Au Centre de femmes de Shawinigan, nous offrons une relation d'aide individualisée, accessible en personne, par téléphone, par courriel ou via les réseaux sociaux. Nos portes sont ouvertes du lundi au jeudi de 9h à 16h, et par téléphone le vendredi.

Cette année, nous avons soutenu un nombre similaire de femmes différentes comparativement à l'an dernier, tout en observant une hausse du nombre de rendez-vous. Cette récurrence témoigne d'un lien de confiance renforcé et d'un besoin soutenu d'accompagnement.

Les femmes nous contactent soit de leur propre initiative, soit sur recommandation de proches, de professionnel·les de la santé, de services sociaux, ou encore par le biais d'autres organismes partenaires. Notre approche bienveillante, flexible et féministe vise à accueillir chaque femme dans sa réalité, à l'aider à ventiler, à prendre du recul, et, au besoin, à l'orienter vers les ressources spécialisées de la communauté.

NOMBRE DE FEMMES DIFFÉRENTES
64

NOMBRE DE RENDEZ-VOUS
336

+30%

● Isolement/santé mentale fragile

● Relations interpersonnelles

● Deuil et pertes ● Autre

● 21 à 30 ans

● 31 à 40ans

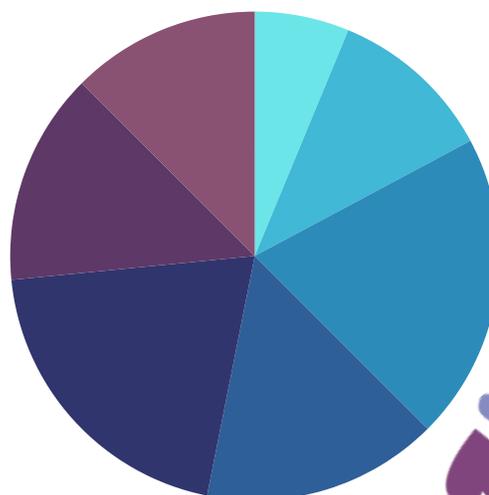
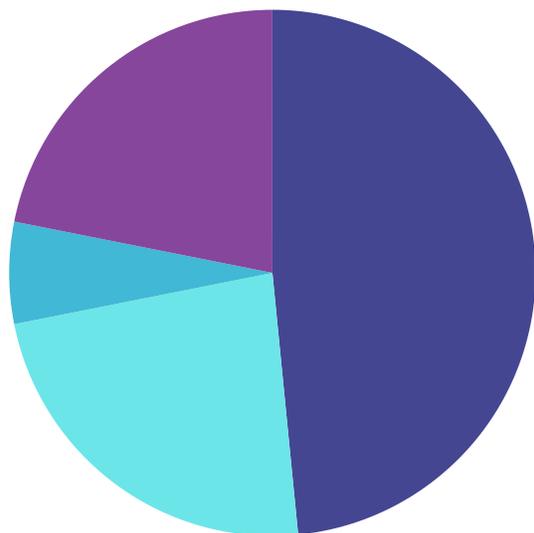
● 41 à 50 ans

● 51 à 60 ans

● 61 à 70 ans

● 71 à 80 ans

● Inconnu



INTERVENTION INFORMELLE / MILIEU DE VIE

Avec le temps, nous avons constaté que les femmes qui fréquentent le Centre ressentent souvent le besoin de se confier, de partager un moment de discussion ou simplement d'être écoutées, sans rendez-vous ni cadre formel. Ces échanges se produisent spontanément, avant ou après une activité, lors d'une sortie ou même en prenant un café dans notre espace commun.

C'est en partie en réponse à ce besoin que nous avons mis en place, en fin d'année, un milieu de vie dédié à ces interventions informelles. Ce nouvel espace permet aux femmes de venir au Centre simplement pour être accueillies, parler, ventiler et trouver une oreille attentive, sans pression ni obligation. Cet accompagnement souple et humain renforce le sentiment d'appartenance et contribue au bien-être général des femmes qui fréquentent notre organisme.

Depuis la mise en place du milieu de vie en janvier 2025, ces interventions informelles ont lieu dans un espace encore plus propice, spontané et adapté, offrant un cadre chaleureux et sécurisant aux femmes qui en ressentent le besoin.

NOMBRE DE
VISITE
37

NOMBRE DE
FEMMES
DIFFÉRENTES
27



– L'intervention informelle complète la relation d'aide en offrant un accès rapide à une écoute bienveillante, dans un environnement qui favorise les échanges et le soutien mutuel.

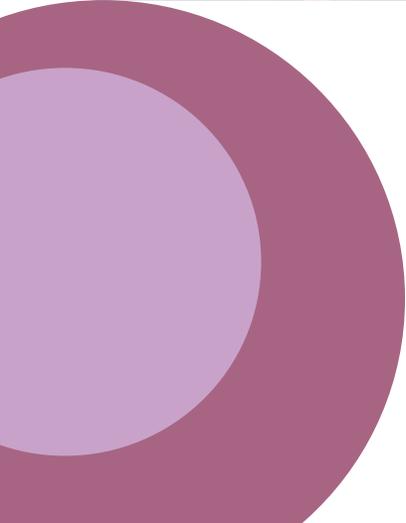
NOS ACTIVITÉS

Au Centre de femmes de Shawinigan, nos activités sont conçues pour briser l'isolement, favoriser l'épanouissement personnel et renforcer la solidarité entre femmes. Elles permettent à chaque participante d'apprendre, d'échanger et de prendre soin d'elle, dans un cadre chaleureux et inclusif.

Notre programmation est diversifiée et évolutive, s'adaptant aux besoins et aux intérêts des femmes qui fréquentent le Centre.



Chaque activité est pensée pour favoriser l'autonomie, renforcer la confiance en soi et créer des liens entre femmes. Que ce soit autour d'un café, d'un atelier interactif ou d'un projet collectif, le Centre est un lieu d'échange et de transformation.



DES ACTIVITÉS POUR APPRENDRE, CRÉER ET TISSER DES LIENS

Partage & Groupes de soutien	Des espaces bienveillants où les femmes peuvent s'exprimer librement, être écoutées et se sentir comprises. Ces rencontres favorisent l'entraide et la solidarité entre femmes qui vivent des réalités similaires.	Comment fil-tu, Groupes de soutien (fin de vie et deuil, santé mentale, violence, précarité financière), Café & partage, Soupe & partage, SushiThérapie, Projet d'écriture.
Conférences & Café-Rencontres	Des moments d'apprentissages, de discussions et de partages, axés sur les réalités que vivent les femmes et les enjeux qui les touchent.	Ce que nos attentes disent de nous, Hypersensibilité, L'introspection, Les effets des traumatismes, La Culture du bonsaï, La culture des diètes, L'importance d'un bon soutien, Dompte le stress, La ménopause, En savoir + sur la sclérose en plaques, Le rôle des proches aidants.
Activités de bien-être et de santé globale	Des initiatives axées sur le mieux-être physique et mental.	Yoga doux et sur chaise, Marche, Zumba, La découverte des saveurs : végé, À la découverte de notre authenticité, Méditation, Journée mieux-être, On jase de l'image de soi.
Ateliers créatifs, loisirs & culture	Des activités où l'expression artistique et culturelle est mise à l'honneur.	Chant créatif, visite du château Frontenac, visite du vignoble st-Gabriel, Puisque la musique contribue au bien-être, Ateliers créatifs (capteurs de rêve, argile, supports pour plantes, assiettes décoratives, savons, carnets de notes, décorations de Noël, tableaux de visualisation, décorations murales).
Mobilisation et engagement social	Des actions concrètes pour sensibiliser et agir.	Journée Féminin Sacré, Projection : Les héritières et Après Coups, Sur le chemin d'Anne Stillman, Rendez-vous littéraires, 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes.

PORTRAIT DE FRÉQUENTATION ET D'ENGAGEMENT DES FEMMES

Cette année, le prix de la carte de membre a été ajusté, passant de 10 \$ à 20 \$. Elle permet désormais aux membres de bénéficier de rabais exclusifs auprès de commerçants locaux et de soutenir la couverture des frais d'envois postaux.

Bien que cette hausse ait potentiellement entraîné une légère diminution du nombre de membres, le taux de participation aux activités est demeuré stable, témoignant d'un sentiment d'appartenance fort et d'un engagement soutenu des femmes envers la mission et la vie du Centre.



384 femmes différentes

261 membres



66 activités offertes

PORTRAIT DE FRÉQUENTATION ET ENGAGEMENT DES FEMMES

ACTIVITÉS SPÉCIALES

293

ACTIVITÉS DE BIEN-ÊTRE ET DE SANTÉ GLOBALE

230

ACTIVITÉS DE FINANCEMENT

199

CONFÉRENCES & CAFÉ-RENCONTRES

361

MOBILISATION & ENGAGEMENT SOCIAL

67

1743
participations
totales

CAFÉ-PARTAGES & GROUPES DE SOUTIEN

118

ACTIVITÉS CULTURELLES

55

ESPACE DE CRÉATIVITÉ & DE LOISIRS

178

VIE DÉMOCRATIQUE ET ASSOCIATIVE

UN MILIEU PORTÉ PAR L'ENGAGEMENT DES FEMMES

La vie associative est au cœur du Centre de femmes de Shawinigan. Elle se manifeste à travers la participation active des membres, les échanges riches en activités, les moments de réflexion collective et l'implication de bénévoles engagées. Ensemble, elles contribuent à faire du Centre un milieu vivant, solidaire et profondément ancré dans sa communauté.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Cette année, l'AGA s'est tenue sous le thème « Le Centre a un incroyable talent! » : un clin d'œil festif à la créativité et à l'esprit d'équipe qui nous anime. Des prestations colorées et originales ont été présentées par les membres de l'équipe de travail, apportant une touche d'humour et de légèreté à cette rencontre annuelle.

48
membres
participantes



NOS FEMMEUSES BÉNÉVOLES

Les FEMMEuses qui fréquentent le Centre jouent un rôle essentiel dans la réalisation de notre mission. Leur engagement prend plusieurs formes, toutes aussi précieuses les unes que les autres :



Offrir de leur temps pour l'accueil, l'animation d'activités ou le soutien logistique.



Partager leurs compétences, talents et expériences, que ce soit dans l'organisation d'événements ou l'animation d'ateliers.



Participer activement aux échanges et à la vie quotidienne du Centre, en cultivant un climat chaleureux et solidaire.



Relayer nos valeurs et notre mission dans leur entourage, amplifiant la portée de nos actions dans la communauté.

UN ENGAGEMENT CONCRET ET INSPIRANT

Cette année, 20 FEMMEuses sur 49 bénévoles inscrites se sont investies avec cœur dans une variété d'activités et d'événements qui ont marqué la vie du Centre :

SUPER BINGO HALLOWEEN
DÎNER DE NOËL
MARCHE MONDIALE DES FEMMES
JOURNÉE MIEUX ÊTRE
INAUGURATION MILIEU DE VIE
KIOSQUES
JOURNÉES D'INSCRIPTION
ANIMATION D'ATELIERS



Nous valorisons chaque geste d'engagement, car ensemble, nous formons une communauté forte et résiliente, portée par les femmes, pour les femmes

FAITS SAILLANTS

2024-2025

GROUPES DE SOUTIEN/ PROJET STAGIAIRES

Cette année, nos stagiaires en éducation spécialisée, Joannie Thibault et Rebecka Bellerive, ont mis sur pied de précieux groupes de soutien pour accompagner les femmes du Centre. Ces groupes visaient à offrir un espace sécuritaire pour celles vivant – ou ayant un proche vivant – des problématiques liées à la dépendance, au deuil, à la violence, à la santé mentale ou à d'autres enjeux similaires.

Préparée en collaboration avec des organismes experts de la région, chaque rencontre proposait un moment d'échange intime pour ventiler, s'outiller et mieux comprendre les réalités vécues. De beaux moments marqués par l'authenticité, l'écoute et la solidarité.

Par ailleurs, le Centre de femmes est perçu, aux yeux des étudiantes du Cégep, comme un lieu d'apprentissage et d'application des savoirs scolaires structurant et enrichissant. Le Centre est fier de pouvoir contribuer à la formation de futures professionnelles sensibles aux réalités des femmes.

12 JOURS D'ACTION

En collaboration avec le CALACS Entraid'Action, nous avons tenu trois actions significatives : la projection du documentaire Après Coups, un match de hockey avec les Cataractes de Shawinigan, et un rassemblement commémoratif au Parc des Canotiers. Malgré le froid glacial, la chaleur humaine était au rendez-vous, avec la présence de la députée Marie-Louise Tardif, de la conseillère Jacinthe Campagna, et d'une performance émotive de l'artiste Liliane Pellerin. Trois moments forts pour rappeler que la lutte continue.



SUPER BINGO D'HALLOWEEN

Notre deuxième édition du Bingo a été un véritable succès! Bien que moins de billets aient été vendus que l'an dernier, le bénéfice net a été supérieur – mission accomplie! L'ambiance festive d'Halloween a ajouté une touche magique à l'événement : concours de costumes, vente de moitié-moitié, rires, plaisir, et une belle présence du public costumé. Merci à nos généreux partenaires et bénévoles qui ont rendu cette soirée mémorable.

5978\$
en bénéfice net

tirage de

500\$

en moitié-moitié

3850\$

en argent & en prix à gagner

199

billets vendus



MERCI À NOS GÉNÉREUX PARTENAIRES!

Ranch Dupont, Rôtisserie Fusée, Rien ne se perd - tout se crée, La chocolatière d'autrefois, Mie de Grand-Mère, Librairie Poirier, restaurant Le Zélé, Construction des Pionniers, Culture Shawinigan, Party en folie, Broadway, Voyages Arc-en-Ciel, Cité de l'énergie, Grand-Mère Nature, Cadeaux chez Guy, Abaka, Le Palais Pâtisserie, Épicerie Sensée, Uni-Vert des artisans, Lingerie LC, Cordonnerie Lemay, Tissus Mamy-Jo, le Grille-Pain du Coin, les Spécialités d'Annie, Librissime,
Mme la Députée Marie-Louise Tardif, IGA Baril Shawinigan, Nature nature, Emmanuel Bruneau Remax, Chalets Double K, St-Hubert, Institut Douceur corporelle, M.A possonnerie, Casa Grecque, Nissans Shawinigan, Familiprix Michael Tourigny, infirmière à domicile Marie-Ève Gélinas, M. le Député François-Philippe Champagne,
L'équipe Matteau Casabon Lacerte de la Financière Banque Nationale de Shawinigan, Uniprix Pellerin Bureau, Infoteck.

PRODUITS DÉRIVÉS

Cette année marquait l'arrivée de nos tout premiers produits dérivés, conçus en collaboration avec des entreprises locales engagées. Les cotons ouatés et chandails écoresponsables d'Abaka, ainsi que les bougies et brumes d'ambiance signées La Mèche par Lehoux, ont su charmer par leur qualité et leurs messages inspirants.

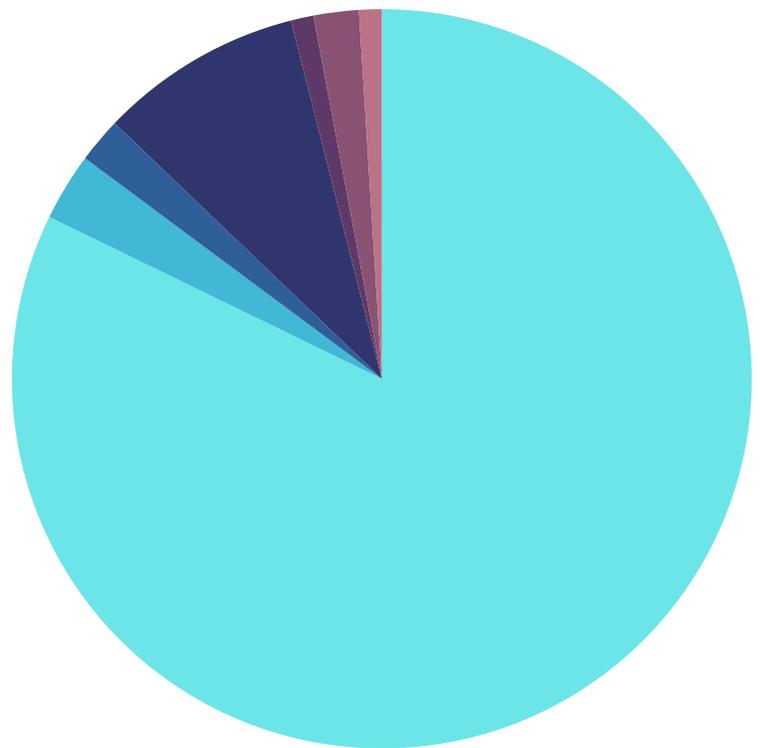
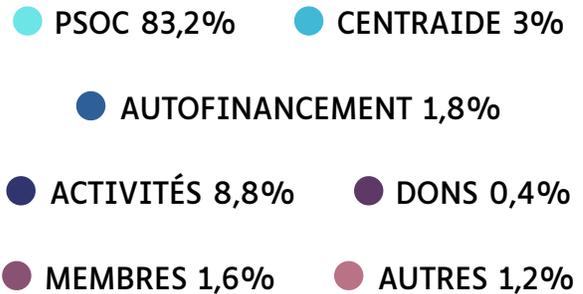
Au-delà de leur utilité, ces objets ont renforcé le sentiment d'appartenance au Centre : porter ou offrir un produit dérivé, c'est aussi affirmer son lien avec une communauté de femmes solidaires et bienveillantes. Une belle façon de prendre soin de soi... tout en faisant rayonner les valeurs du Centre.



NOS SOURCES DE FINANCEMENT

Le Centre de femmes de Shawinigan fonctionne grâce à différentes sources de financement, qui nous permettent d'offrir des services essentiels aux femmes de notre communauté.

Afin de mieux répondre à notre mission et aux besoins croissants de la communauté, nous avons déposé cette année une demande de rehaussement au PSOC pour permettre l'embauche d'une ressource supplémentaire. Le poste actuellement vacant aux communications sera, dans un premier temps, remplacé par un poste d'accueil et de soutien communautaire, dédié au milieu de vie. Cette nouvelle intervenante assurera une présence bienveillante et proactive au quotidien. À moyen terme, nous souhaiterons sans doute recruter une personne en communications, afin de renforcer notre visibilité et nos liens avec la communauté.



Nous poursuivons activement nos démarches pour assurer la pérennité du Centre et répondre aux besoins croissants des femmes qui nous fréquentent.

NOS REPRÉSENTATIONS & NOTRE RAYONNEMENT

Notre affiliation à divers regroupements féministes et communautaires renforce notre capacité d'agir collectivement.



Nous participons activement à plusieurs comités, tables et concertations locaux pour porter la voix des femmes et contribuer à l'amélioration des conditions de vie dans notre région.

JOURNÉE MIEUX-ÊTRE

BIEN-ÊTRE ET SANTÉ MENTALE

FEMMES-VIOLENCE

**CONCERTATION
CONSTELLATION**

**MARCHE MONDIALE
DES FEMMES**

**SE CONNAÎTRE, SE FAIRE
CONNAÎTRE ET REJOINDRE**

Notre présence à la Chambre de commerce nous permet de créer des ponts avec le milieu entrepreneurial et de faire rayonner la mission du Centre.



CHAMBRE DE COMMERCE ET
D'INDUSTRIE DE SHAWINIGAN

DANS LES MÉDIAS

L'Hebdo Journal



La Journée Mieux-Être pour toutes les femmes aura lieu le mercredi 18 septembre 2024 dès 9h30 à Plein Air Ville-Joie.

Cet événement, né de la collaboration entre sept centres de femmes de la Mauricie et du Centre-du-Québec, se veut une occasion unique de se rassembler sous le signe de la bienveillance et de la solidarité féminine.

Cette journée spéciale souhaite offrir une véritable opportunité de se reconnecter, de prendre soin de soi et de célébrer la force collective des femmes. Les Centres de Femmes organisateurs veulent aussi faire découvrir la mission des Centres de Femmes, qui est de rassembler les femmes de tous âges et horizons pour améliorer leurs conditions de vie et favoriser le développement de leur plein potentiel.



«On ne peut pas aider toutes les femmes, on manque de financement»

Publié le 26 novembre 2024 par Claude Boucher



L'Hebdo du St-Maurice



Le Centre de femmes de Shawinigan organise la deuxième édition de son Super bingo spécial Halloween. L'événement festif vise à recueillir des fonds essentiels pour continuer d'offrir des services variés d'accueil et d'accompagnement.

La soirée se tiendra le mercredi 30 octobre à la salle communautaire Odilon-Sauvageau de la 3e rue de la Pointe. Les participants sont invités à se déguiser puisqu'un prix sera remis pour le meilleur costume.

Les billets sont en vente au coût de 25 \$ et incluent quatre feuilles de neuf cartes de bingo ainsi que deux hot-dogs. De plus, une sélection de bières, vins et grignotines sera disponible sur place.

La fête débutera dès 17 h et les premières boules de bingo seront tirées à 18 h 30. Des prix en argent et de nombreux prix de présence seront à l'enjeu.

Depuis 1982, le Centre de femmes de Shawinigan a pour objectif de briser l'isolement et de favoriser l'épanouissement personnel de femmes de tout âge dans un environnement de solidarité, d'égalité et de bienveillance à travers des activités éducatives, culturelles et sportives. (S.L.)

De la sensibilisation nécessaire contre la violence faite aux femmes



Les ressources d'aide pour les femmes victimes de violence conjugale en Mauricie constatent une hausse de la demande depuis quelques années. PHOTO: ICI 100.6

Écouter l'article | 4 minutes ICI Mauricie-Centre-du-Québec

Les ressources qui offrent de l'aide aux femmes victimes de violence sont débordées en Mauricie. Ces organismes tentent d'attirer l'attention de la population sur des activités organisées dans le cadre des 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes, une campagne de sensibilisation qui s'amorce lundi.

De nombreux organismes qui luttent contre la violence faite aux femmes ont ciblé la période qui s'étend du 25 novembre, Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes au 6 décembre, la journée nationale de commémoration et d'action contre la violence faite aux femmes, comme occasion pour passer à l'action.

Au cours des 12 jours de la campagne, des organismes comme le Centre de femmes de Shawinigan vont organiser des activités qui visent à sensibiliser la population à ce phénomène, qui est en progression depuis quelques années.

L'agente aux communications du Centre de femmes de Shawinigan, Stéphanie Bédard, rappelle que la violence peut prendre de nombreuses formes.



leNouvelliste

Le triste anniversaire de Polytechnique souligné à Shawinigan

Par Amélie St-Yves, Le Nouvelliste

6 décembre 2024 à 10h30



Commémoration de la tuerie de la Polytechnique, à Shawinigan (Amélie St-Yves)

Une quinzaine de femmes ont commémoré le triste 35e anniversaire de la tuerie de la Polytechnique, survenue le 6 décembre 1989 à Montréal.

Les femmes ont inscrit aux arbres près de la Place des canotiers les noms des victimes de féminicides survenus cette année, en plus des victimes de la Polytechnique.

À l'appel du Centre des femmes de Shawinigan et du Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel, les participantes ont également été appelées à se questionner sur ce qu'elles pouvaient mettre en marche pour freiner la violence.

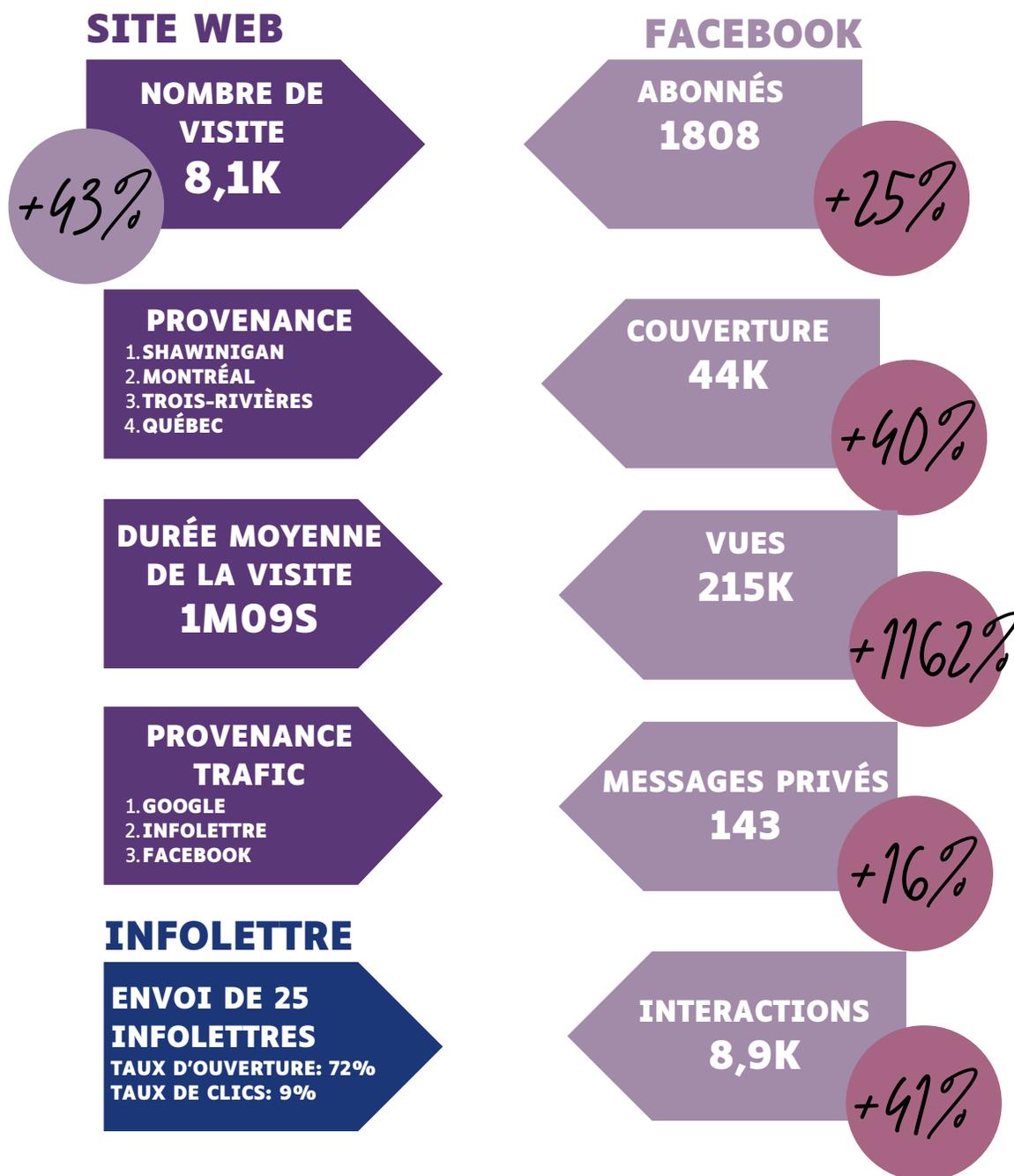
Épisode du vendredi 6 décembre 2024

Épisode | 6 décembre 2024 | 22 minutes 32 secondes RADIO-CANADA

COMMUNICATIONS NUMÉRIQUES

Cette année, notre présence numérique a connu un bel essor, particulièrement sur Facebook. Nous avons également ouvert l'inscription à notre infolettre au grand public et à nos partenaires, renforçant ainsi notre rayonnement et facilitant les références vers nos services.

Afin de sensibiliser davantage le milieu des affaires de Shawinigan à notre mission, nous avons aussi lancé une page LinkedIn. Nos plateformes numériques nous permettent désormais de rejoindre plus de femmes, de maintenir le lien avec notre communauté et de bâtir de nouveaux partenariats.



LES PONTS QUE NOUS AVONS CRÉÉS

ORGANISMES & INSTITUTIONS

Cette année, nos liens avec les organismes et institutions de la région se sont renforcés, nous permettant d'offrir aux femmes un accès élargi aux ressources et un accompagnement plus complet. Nos groupes de soutien et nos café-rencontres ont joué un rôle clé dans ces collaborations : en échangeant avec d'autres organismes, nous avons mieux compris leurs services, et eux ont découvert l'impact de notre approche. Ensemble, nous nous apportons mutuellement une clientèle, facilitant ainsi l'accès aux bonnes ressources pour chaque femme.

Nous avons également développé de nouvelles collaborations avec des institutions, notamment avec le CIUSSS-MCQ, qui nous dirige désormais des femmes en besoin de soutien. De son côté, des intervenants de L'ABC (Accompagnement Bref en Communauté), un programme pilote, nous orientent des femmes ayant des enjeux spécifiques. Ces femmes bénéficient d'abord d'un accompagnement en relation d'aide, puis, progressivement, elles intègrent certaines de nos activités ou groupes. Cette transition leur permet de reprendre confiance et de réintégrer une vie sociale épanouie.

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec**

Québec 

**L'ABC
Accompagnement
Bref en Communauté**

CALACS 
Entraid'Action Shawinigan
Mékinac
Haute-Mauricie

toujours là

SP Canada
Mauricie


Albatros
Centre-Mauricie

Le PÉRISCOPE 

Association des
proches aidants
de l'Énergie



La Séjournelle

ENTREPRISES LOCALES

Nos collaborations ne se limitent pas aux organismes communautaires et aux institutions. Nous entretenons aussi des liens précieux avec des entreprises locales qui partagent notre mission et souhaitent soutenir concrètement les femmes.

Ces partenaires offrent des rabais et divers avantages aux membres du Centre, facilitant ainsi leur accès à des services et produits qui contribuent à leur bien-être. Ces alliances, basées sur la solidarité et l'engagement social, créent des ponts durables entre le milieu des affaires et notre communauté.

En s'impliquant à nos côtés, ces entreprises ne se contentent pas d'offrir un soutien matériel : elles participent activement à un mouvement collectif pour une société plus inclusive et bienveillante.

Linda Moreau
MARY KAY



Ève Gardner
SOINS DE PIEDS



Tissus
Mamy-Jo^{INC}



Joceline Marcouiller

ABAKA
FAIT AU QUEBEC ★ MADE IN CANADA

Lingerie
LC



Le PALAIS
PÂTISSERIE

Party en folie!

Les spécialités



Grand' Mère
Nature



Les bons bons
BONSAÏ

LA P'TITE GLACE
D'À CÔTÉ



Ces collaborations, qu'elles soient communautaires ou économiques, renforcent notre capacité à répondre aux besoins des femmes, en leur offrant des opportunités et des ressources adaptées à leur réalité.

PERSPECTIVES & ENJEUX

RELOCALISATION & ADAPTATION DE NOS ESPACES

L'an dernier, un projet de relocalisation était prévu dans le cadre de l'initiative Unies pour les femmes, soutenue par la subvention Vitalité de la Ville de Shawinigan qui nous avait été attribué l'automne dernier. Ce projet visait à déménager dans un espace partagé avec un autre organisme œuvrant également auprès des femmes, afin de créer un lieu commun encore plus accessible et mobilisateur.

Cependant, malgré nos recherches, il n'a pas été possible de trouver un local répondant aux besoins des deux organismes. L'autre organisme a finalement choisi de ne pas procéder au déménagement. De notre côté, plutôt que d'abandonner nos ambitions d'amélioration, nous avons réaménagé nos locaux actuels et loué un espace supplémentaire au 3^e étage de notre bâtiment. Cela nous a permis d'optimiser notre accueil, d'améliorer nos services existants et de mettre en place notre nouveau milieu de vie pour les femmes.

La subvention Vitalité ne sera donc pas réclamée pour l'instant, le projet ayant évolué de manière significative par rapport aux conditions initiales.

RENFORCER LES COLLABORATIONS LOCALES

Nous souhaitons resserrer nos liens avec les autres organismes de la région afin de mieux soutenir la population, faciliter les références croisées et élargir notre rayonnement communautaire. Cette approche vise à consolider un filet social plus fort, plus accessible et plus solidaire.

VALORISER L'IMPLICATION COMMUNAUTAIRE DE NOS MEMBRES

Nous souhaitons également encourager nos membres à mettre leur expérience de vie au service de la communauté. Plusieurs projets en réflexion visent à favoriser des collaborations avec d'autres organismes, afin de concrétiser des actions sociales ancrées dans notre milieu et d'élargir l'impact collectif.

UN BESOIN GRANDISSANT POUR MIEUX RÉPONDRE AUX BESOINS

Le départ de Josée, qui occupait la coordination, a mené à des ajustements organisationnels. Dans ce contexte, et avec l'arrivée du milieu de vie, un espace de plus en plus fréquenté pour des échanges spontanés, des interventions informelles et de l'écoute immédiate, le Centre fait face à de nouveaux besoins humains et organisationnels.

Cette année, nous avons donc déposé une demande de rehaussement PSOC afin de financer l'embauche d'une deuxième intervenante. Alors que la majorité des centres de femmes comptent déjà deux ressources en relation d'aide, nous avons jusqu'ici répondu à une demande croissante avec une seule intervenante. Il est devenu essentiel d'avoir une ressource supplémentaire dédiée au milieu de vie, qui viendrait :



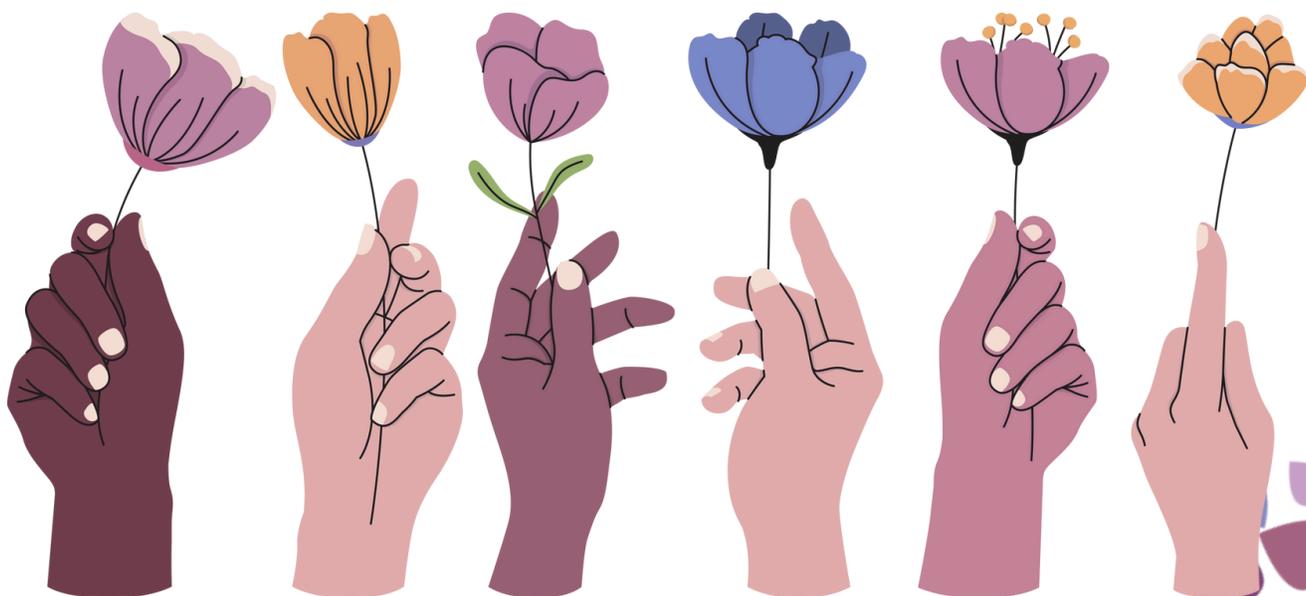
Offrir une écoute et un soutien sans attente aux femmes en besoin immédiat.



Alléger la charge de notre intervenante actuelle, dont l'agenda est déjà bien rempli.



Améliorer l'accessibilité et la qualité de nos services, en répondant mieux aux demandes croissantes.



LES IMPACTS DE NOTRE ORGANISMES

TÉMOIGNAGES

“Pour moi, le Centre des femmes de Shawinigan, c’est comme un refuge ! J’y retrouve accueil chaleureux, échanges vivants , empathie et activités de toutes sortes où je côtoie des femmes formidables avec qui je crée des liens.”

“Merci à cet endroit merveilleux. Dès qu’on entre ici, j’ai une sensation de bien-être. Cette merveilleuse équipe qui nous fait sentir importante. Ce sont de vraies bonnes alliées. J’y ai trouvé un réconfort et de l’amitié à ma vie de tous les jours. Vous avez toute ma reconnaissance.”

“C’est fou, mais j’ai réalisé que participer à des ateliers au Centre de femmes me donne des ailes. Certes, avant j’allais au café-rencontre, aux conférences ou tout ce qui ressemblait à écouter. Rien ne m’engageait à parler ou très peu.

Cette année, du jour au lendemain, me voilà dans un atelier de tricot que j’adore parce qu’on placote de tout, rarement de rien et qu’on rigole. Parfois, s’animent des conversations bizarres, mais tellement intéressantes. Dire qu’à ma première journée, j’étais stressée, mal à l’aise, car je ne savais pas tricoter. Puis, j’ai eu des conseils de trois femmes extraordinaires pour que je comprenne comment faire le début de mon tricot. Elles voulaient que je réussisse et m’encourageaient avec un sourire. Que de gentillesse dans leurs yeux. Cela m’a fait vraiment chaud au coeur. J’ai dû accepter de déranger une personne et j’ai reçu le triple! Ouais, je n’ai pas eu le choix de demander de l’aide, mais je l’ai fait, alors, bravo pour moi!”

“La sororité et la solidarité que nous ressentons au Centre de femmes de Shawinigan sont deux aspects très importants que nous apprécions beaucoup!

Nous retrouver entre nous afin d’échanger avec d’autres femmes de tous âges, de toutes conditions, et ce, en toute convivialité, nous permet de nous reconnecter à notre joie de vivre et d’aller de l’avant.

À ce sujet, les personnes-ressources du Centre sont là, en tout temps, pour nous accueillir telles que nous sommes, sans jugement, avec gentillesse et mettent à notre service leurs expériences respectives, ce qui est une des très grandes forces du Centre.

Avec leur aide, nous sommes invitées à reprendre notre pouvoir, à nous connecter à notre force intérieure et ainsi à développer notre résilience et le courage dont nous avons besoin pour mieux répondre aux éventuels aléas de la vie.

En bref, le Centre de femmes de Shawinigan, avec son approche humaine, axée sur nos besoins du moment, est primordial à notre bien-être global et nous sommes profondément reconnaissantes de pouvoir en bénéficier!

Merci à vous toutes! Vous êtes notre service essentiel sur le terrain!”

“Je tiens à souligner l’importance du travail essentiel accompli par le Centre des femmes de Shawinigan. Dans un monde où les inégalités persistent, il est vital de continuer à offrir des espaces d’écoute, de soutien et de solidarité pour les femmes de tous horizons. L’autonomie, la sécurité et la reconnaissance des droits des femmes doivent rester au cœur de nos priorités collectives. Je vous encourage à poursuivre votre mission avec la même passion et la même détermination. Vous êtes une force tranquille, mais puissante dans notre communauté.”

- Jacinthe Campagna, candidate à la mairie, Ville de Shawinigan

REMERCIEMENTS

À toutes les femmes qui franchissent les portes du Centre de femmes de Shawinigan, nous voulons dire merci.

Merci pour votre confiance.

Merci de vous sentir assez en sécurité ici pour partager votre vécu, vos doutes, vos élans, vos silences.

Merci de nous permettre d'avancer à vos côtés, à votre rythme, dans les moments lumineux comme dans ceux plus fragiles.

Merci de vous livrer avec sincérité, de vous soutenir entre vous, de vous écouter, de vous respecter.

Merci de sourire quand ça va bien, et de pleurer sans retenue quand ça va moins bien. Merci de rester ouvertes, bienveillantes, humaines, belles – peu importe l'émotion, l'étape, ou la tempête.

C'est un privilège immense pour nous de pouvoir être cette lanterne sur votre chemin. D'éclairer, humblement, un bout de route avec vous. Le temps qu'il vous faut, de la façon qui vous convient.

*Anne, Claire, Louise, Lucie, Lyne, Marie-Claude,
Marie-Élise & Stéphanie*

