

Rapport d'activités

Ressources
Femmes

DE LA RÉGION D'ACTON

2025
2026

COMITÉ RÉDACTION

Carole Bessette

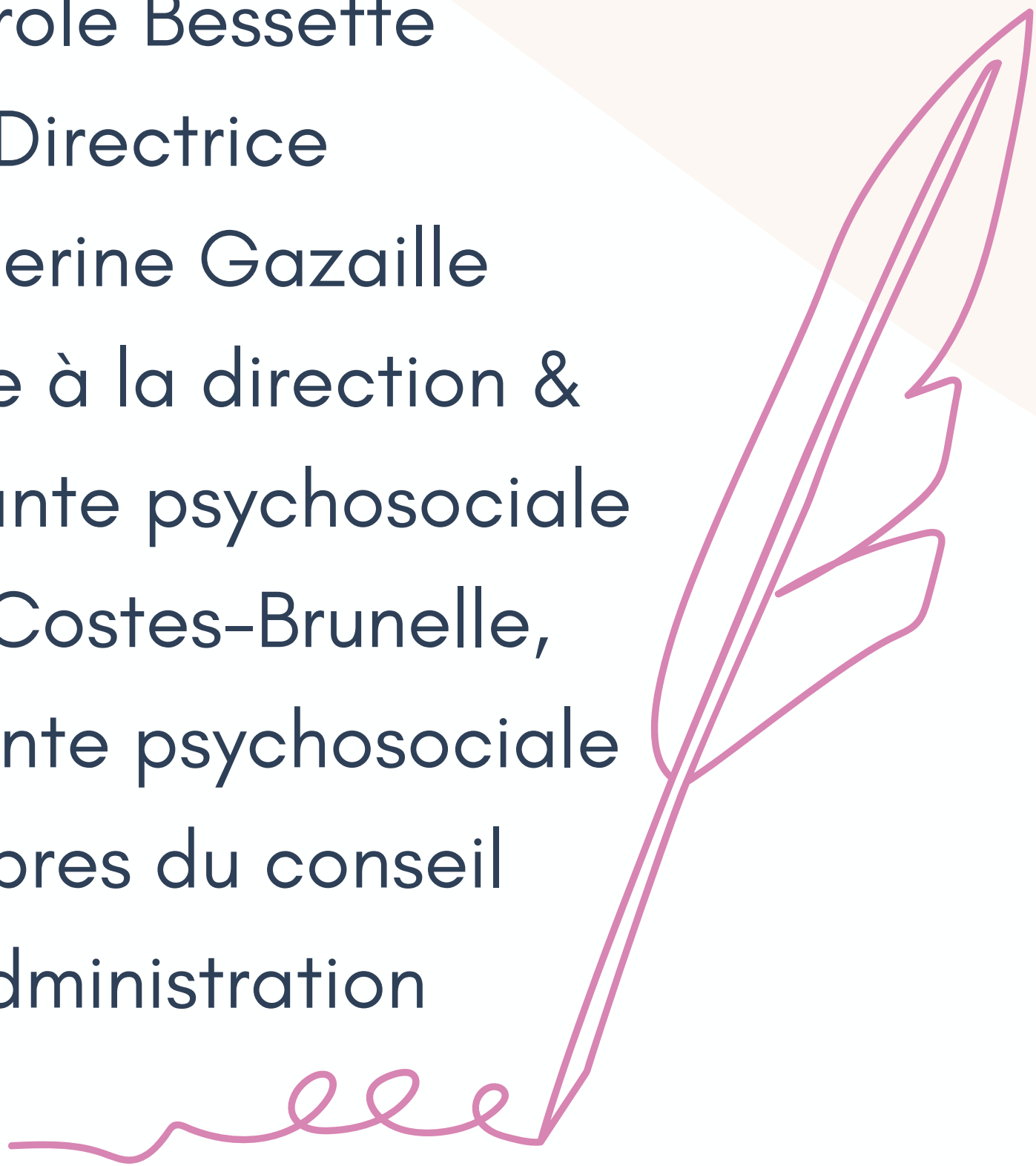
Directrice

Catherine Gazaille

Adjointe à la direction &
intervenante psychosociale

Laura Costes-Brunelle,
intervenante psychosociale

Membres du conseil
d'administration



1018, Rue Daigneault, Acton Vale, J0H 1A0



450-546-3366



info@ressources-femmes.org



Table des matières

Mot du conseil d'administration..... 1

Rétrospective de l'année..... 2

Introduction..... 3

Mandat du centre..... 3

Valeurs..... 4

Approches..... 5

Historique du centre..... 6

Conseil d'administration 2025-2026..... 7

Équipe de travail 2025-2026..... 9

Membrariat..... 11

Bilan 2025-2026

- Services..... 13
- Activités éducatives..... 15
- Actions collectives..... 29
- Activités d'autofinancement..... 31
- Implications bénévoles..... 32
- AGA 2024-2025..... 33
- Concertations et Représentations..... 34
- Formations..... 36

Revue de presse..... 37

Réseaux sociaux..... 39

Perspectives et Priorités 2026-2027..... 40

Conclusion et Remerciements..... 41

Mot du conseil d'administration

Chères membres, bénévoles et partenaires,

L'année que nous venons de traverser témoigne d'un Centre bien vivant, enraciné dans sa communauté et en constante adaptation aux besoins des femmes qui le fréquentent. Elle met aussi en lumière la force du travail collectif qui soutient chacune de nos actions.

Tout au long de l'année, le Centre a offert une variété d'activités, d'ateliers et de services qui ont permis de créer des espaces d'accueil, d'écoute, d'apprentissage et de solidarité. Ces moments de rencontre ont contribué à briser l'isolement, à favoriser le partage d'expériences et à soutenir le cheminement des femmes dans leur quotidien.

Notre engagement collectif s'est également exprimé à travers notre participation aux activités entourant la Marche mondiale des femmes, tant à Acton Vale qu'à Québec, ainsi qu'aux différentes campagnes de sensibilisation visant à dénoncer les violences faites aux femmes. Ces actions témoignent de notre volonté de faire entendre la voix des femmes et de contribuer à une société plus juste et égalitaire.

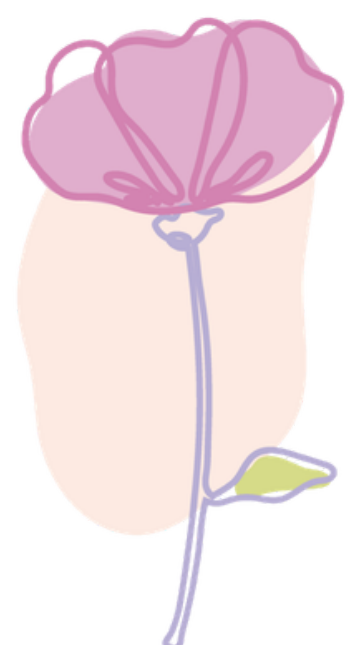
Comme bien des organismes communautaires, nous faisons face à des défis importants, notamment en ce qui concerne les ressources humaines et financières, que la grève du communautaire à boutte a pu mettre en lumière. Malgré ces enjeux, le Centre poursuit sa mission avec détermination, créativité et solidarité, porté par l'engagement de celles et ceux qui le font vivre.

Nous tenons à souligner la contribution essentielle de notre équipe, de nos bénévoles, de nos membres et de nos partenaires. C'est grâce à vous que le Centre demeure un lieu accueillant, sécurisant et mobilisateur pour les femmes de notre milieu.

Ensemble, nous continuerons à faire du Centre un espace où chaque femme peut être entendue, soutenue et reconnue.

Avec toute notre reconnaissance,

Le conseil d'administration



Rétrospective de l'année

Cette année a été marquée par une forte mobilisation, ainsi que par de belles collaborations et un développement significatif, tant au sein de l'équipe que parmi les femmes du Centre.

Nous avons amorcé l'année avec la mise en place d'une entente de collaboration avec les Centres de justice de proximité, maintenant renommée Info-Justice dans le cadre du projet Juristes mobiles. Grâce à cette initiative, une avocate offre désormais des permanences au Centre, permettant un accès à de l'aide juridique individuelle ainsi qu'à des activités de groupe nommée Justi-Action.

Soucieuses de prévenir l'isolement des femmes durant les périodes de vacances et de fermeture du Centre, nous avons offert, pour la toute première fois, une programmation estivale. Celle-ci proposait diverses activités tout en permettant aux femmes de profiter d'un espace accueillant pour se rafraîchir. Cette initiative a été chaleureusement accueillie et appréciée par les membres.

Dans le cadre des 25 ans de la Marche mondiale des femmes, une mobilisation a eu lieu à Québec devant l'assemblée nationale, réunissant près de 16 000 personnes. Le Centre quant à lui a participé avec ses travailleuses et plusieurs participantes. Ce fut non seulement un moment de rassemblement, mais aussi de solidarisation et rempli d'émotions. La mobilisation s'est également poursuivie à l'échelle locale, alors qu'une quarantaine de personnes ont pris part à la marche organisée à Acton Vale au parc Roger-Labrecque. À cette occasion, l'équipe du Centre a su rayonner et affirmer sa présence au cœur de la communauté.

En décembre, la campagne « La prochaine est encore en vie » a été déployée avec force, dans un objectif clair de sensibilisation et de prévention des violences faites aux femmes. À cela s'est ajoutée notre participation aux 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes, notamment à travers la campagne du ruban blanc. Le message demeure clair et sans équivoque : il faut mettre fin aux violences. Nous poursuivons cette lutte sur tous les fronts.

Cependant, derrière cet engagement constant se cache une réalité préoccupante. Le gouvernement tarde encore à reconnaître pleinement l'ampleur de notre travail et à offrir un financement à la hauteur des services et des activités que le Centre maintient à bout de bras, avec une équipe de seulement trois travailleuses. Selon les estimations du seuil plancher commun de la Campagne CA\$\$\$H, notre organisation devrait compter près de six employées pour répondre adéquatement aux besoins. Nous ne sommes que trois, faute de financement. C'est dans ce contexte que nous avons pris part à la grande mobilisation du mouvement « Communautaire à boutte », venant clore notre mois de mars. Parce que oui, nous revendiquons, nous manifestons, et nous le réaffirmons avec conviction : le communautaire est essentiel et constitue un pilier du tissu social.

-L'équipe du Centre

Introduction

Nous sommes fières de vous présenter le rapport d'activité 2025-2026 du Centre Ressources-Femmes de la région d'Acton. Dans un premier temps, nous allons vous faire part du mandat de l'organisme, de son historique et des membres qui composent le conseil d'administration, puis dans un deuxième temps nous aborderons en détail notre année en chiffres.

- Mandat du centre ;
- Valeurs ;
- Approches ;
- Historique du centre ;
- Conseil d'administration 2025-2026 ;
- Équipe de travail 2025-2026 ;
- Membrariat ;
- Bilan 2025-2026 ;
- Revue de presse ;
- Réseaux sociaux ;
- Perspectives et priorités 2026-2027.



Mandat du centre

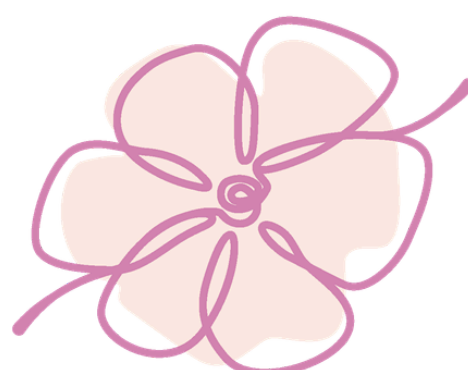
Le Centre Ressources-Femmes de la région d'Acton a pour mission de :

Informar, sensibiliser et promouvoir les intérêts, les droits et les conditions de vie des femmes;

- Offrir un lieu de rassemblement, d'échange, de partage et d'activités ;
- Accompagner, informer et référer les femmes vers les ressources du milieu ;
- Développer les outils nécessaires en vue d'une reprise du pouvoir, par les femmes, de leur environnement.

Dans le même ordre d'idée, le centre, c'est aussi :

- Une ressource locale, polyvalente, souple et accessible pour toutes les femmes de la région ;
- Un lieu d'appartenance et de solidarité ;
- Un réseau d'entraide, d'éducation et d'action, une solution à l'isolement des femmes;
- Un endroit qui vise l'autonomie des femmes ;
- et beaucoup plus...



Valeurs importantes

Nos valeurs sont ce qui nous rassemble et nous guide. Elles définissent comment nous agissons, comment nous prenons soin les unes des autres et comment nous bâtissons un centre qui ressemble aux femmes que nous accompagnons. Elles servent de repères à chacune, pour avancer ensemble dans la même direction.

Solidarité

Nous croyons à la force des liens entre femmes. Ensemble, nous bâtissons une communauté solidaire fondée sur l'entraide, la sororité et le soutien mutuel.

Respect

Nous favorisons un climat d'écoute bienveillante, où chaque femme se sent accueillie sans jugement, dans le respect de son histoire et de son identité.

Autonomie

Nous soutenons chaque femme dans le développement de son pouvoir d'agir. L'autonomie passe par la reconnaissance de ses capacités, de ses choix et de son rythme propre.

Égalité

Nous défendons l'égalité des droits, des opportunités et de la dignité entre toutes les femmes, quels que soient leur origine, leur parcours ou leur situation.



Approches

Approche d'éducation Populaire autonome et féministe

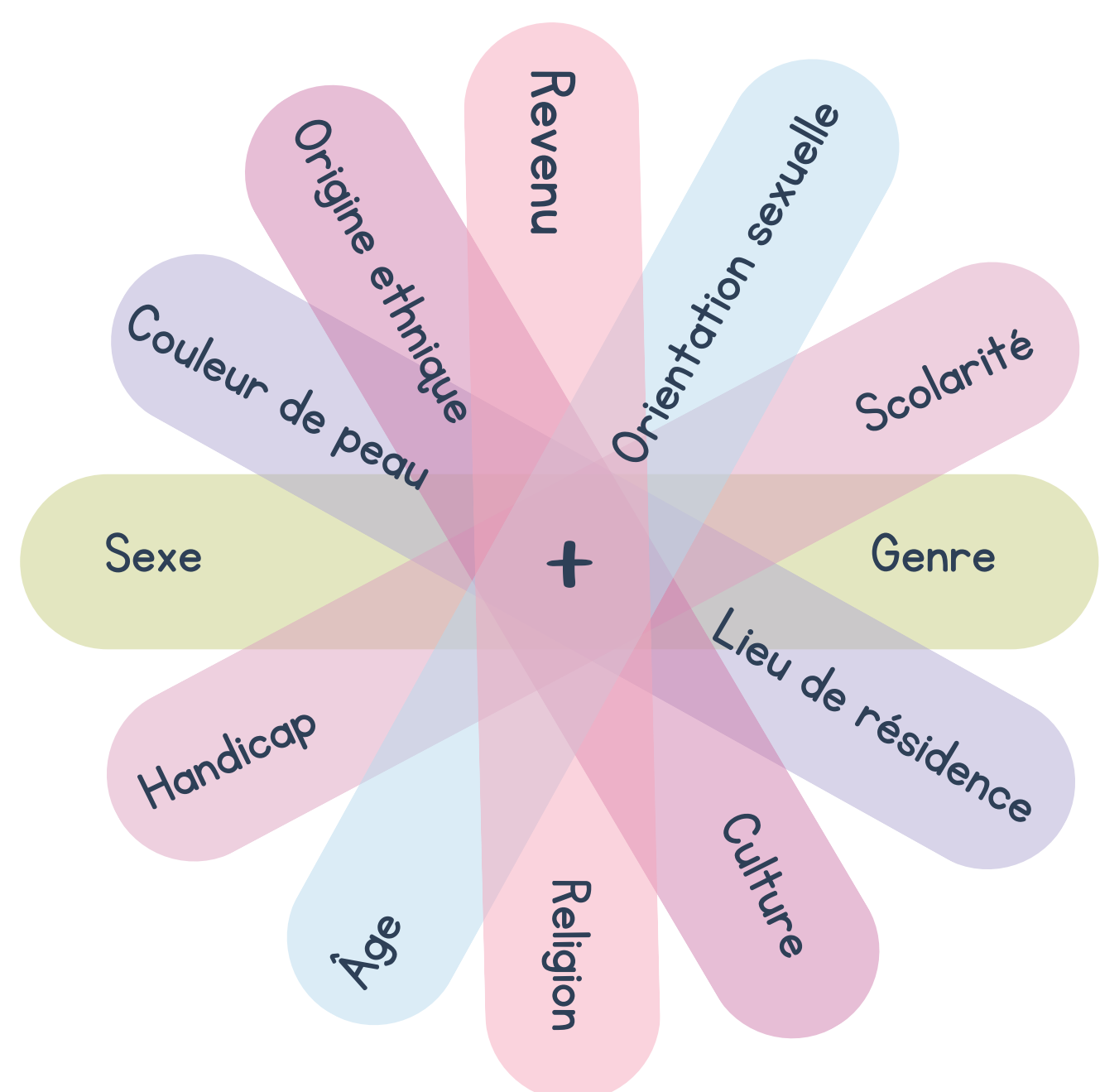
« À travers les services, les activités éducatives, les actions collectives et la vie associative, les centres [de femmes] favorisent des démarches d'apprentissage et de réflexions critiques qui amènent les femmes à une prise de conscience individuelle et collective de leurs conditions de vie. Ces démarches leur donnent les moyens d'avoir plus de pouvoir sur leur quotidien, d'améliorer et de transformer les conditions affectives, sociales, économiques, politiques et culturelles dans lesquelles elles vivent. Conséquemment, le Centre de femmes permet aux femmes de se percevoir elles-mêmes comme agentes de changement et citoyennes actives qui participent à la vie démocratique et sociale de leur milieu. »*

Féminisme intersectionnel

Au cœur de nos actions et de nos interventions, le Centre Ressources-Femmes adopte une approche féministe intersectionnelle. Cette vision reconnaît que les oppressions vécues par les femmes ne sont pas uniformes, mais qu'elles se croisent et s'intensifient en fonction des facteurs d'identité sociale. (roue de l'identité sociale)

Notre approche intersectionnelle vise à :

- Comprendre les expériences plurielles des femmes, en tenant compte de leurs réalités multiples ;
- Adapter nos services et nos interventions, afin qu'ils soient accessibles, inclusifs et sensibles aux besoins spécifiques de toutes les femmes ;
- Remettre en question les rapports de pouvoir par l'éducation, la sensibilisation et la mobilisation pour la justice sociale.



Faites-en l'exercice

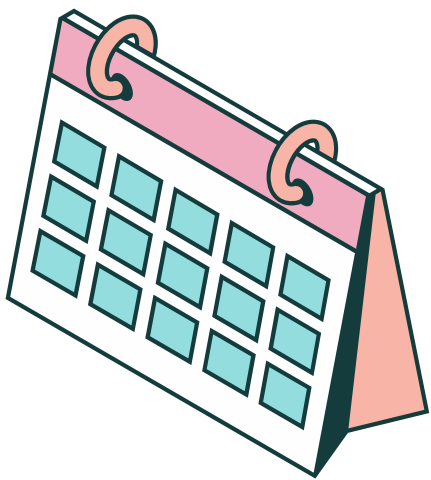
Pour mieux comprendre l'approche intersectionnelle, nous invitons les lectrices et lecteurs à réfléchir à la roue des identités sociales.

Posez-vous les questions suivantes :

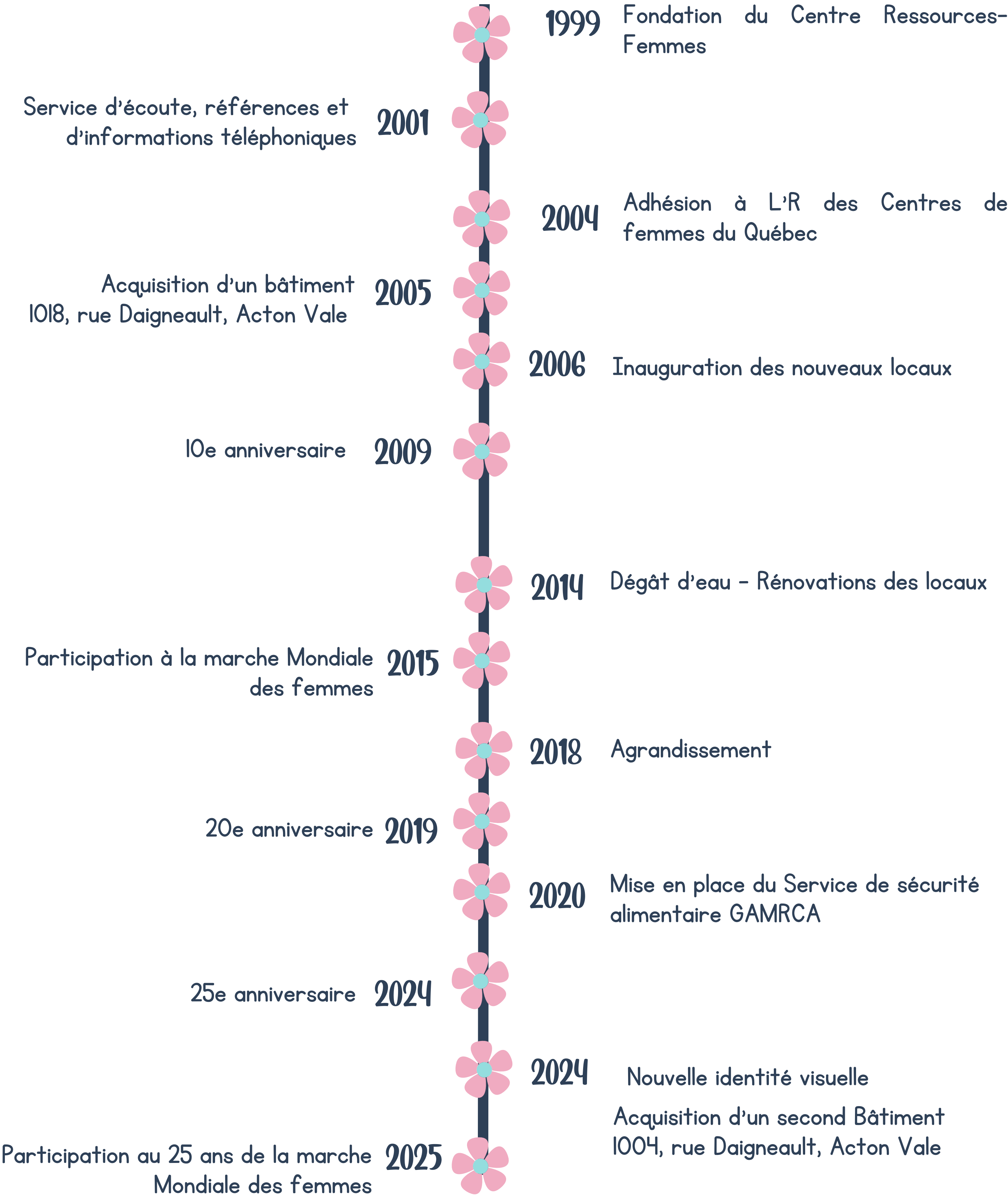
- Est-ce une source de privilège ou de discrimination pour moi ?
- Comment ces identités s'entrecroisent-elles dans ma vie ?

* L'R des Centres de femmes du Québec. 2016. Base d'unité politique. En ligne. p.14. <https://rcentres.qc.ca/base-dunite-politique>, consulté le 19 mai 2021.

Historique du Centre



C'est à la suite d'une étude réalisée auprès des femmes du milieu qu'il est ressorti un désir d'avoir un lieu commun pour se rassembler et partager entre femmes.



Conseil d'administration

2025-2026

Le Conseil d'administration (C.A.) de Ressources-Femmes est composé de sept femmes engagées qui assurent la saine gouvernance du Centre. Elles veillent à ce que la mission, les valeurs et les activités de l'organisme soient respectées, portées collectivement et reflétées dans l'ensemble des orientations du Centre.

Les membres du conseil d'administration, qui sont également utilisatrices des services, se sont réunies à 12 reprises au cours de l'année 2025-2026 afin d'assurer le suivi des dossiers, la prise de décisions et la planification des actions de l'organisme.

Responsabilités et objectifs d'un C.A.

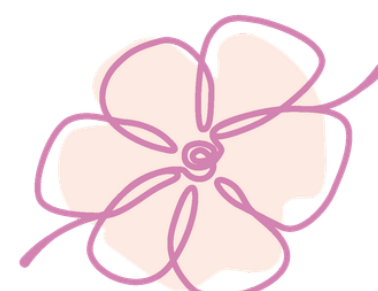
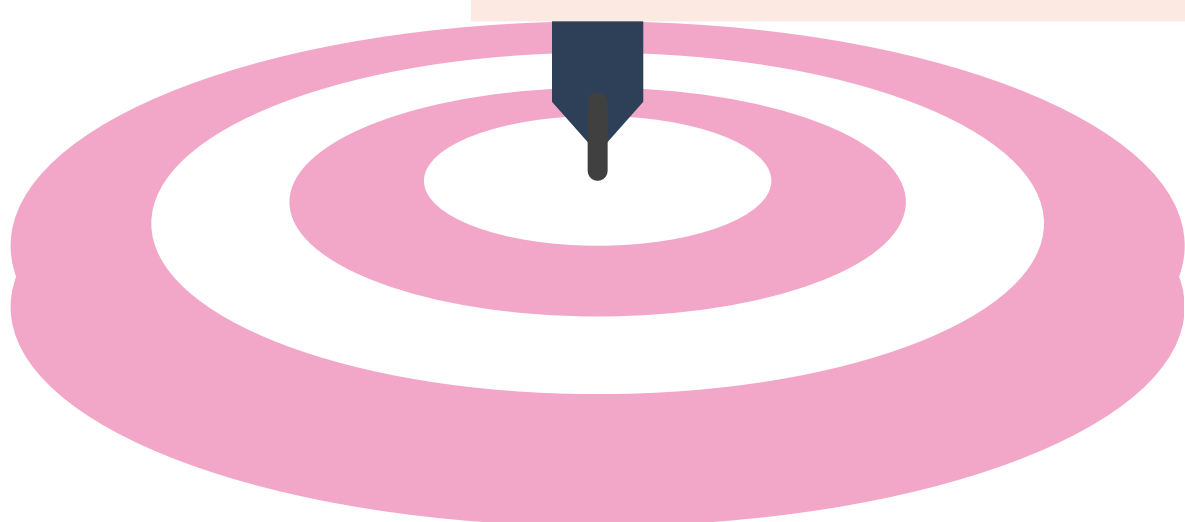
Prendre des décisions visant à assurer des services et activités adaptés aux besoins des femmes.

Veiller à la saine gestion financière et à la pérennité de l'organisme.

Contribuer à l'amélioration des conditions de vie des travailleuses et au bon fonctionnement du milieu de travail.

Assurer le développement global de l'organisme ainsi que l'entretien et la qualité des lieux.

Porter et promouvoir les valeurs féministes, inclusives et communautaires du centre, tout en agissant comme ambassadrices dans la communauté et en soutenant l'équipe de travail et les bénévoles.



Conseil d'administration 2025-2026



Solange Meunier
Administratrice
Mars 2026 à



Thérèse Leclair
Administratrice
Décembre 2025



Yvette Forget
Administratrice



Danielle Guay
Administratrice



Marie-Claire Paradis
Administratrice
Juin 2025



Danielle Duchesneau
Trésorière



Rollande Richer
Vice-Présidente



Monique Harvey
Présidente



Danielle Ricard
Administratrice
Juin 2025 à ...

Au cours de la présente année, le conseil d'administration a connu quelques changements dans sa composition. Deux départs sont survenus en cours d'année. L'un de ces départs a permis l'arrivée de Mme Danielle Ricard au sein du conseil, contribuant ainsi à maintenir la continuité de notre gouvernance. Par ailleurs, nous avons vécu le décès d'une membre impliquée et engagée, à qui nous avons rendu hommage lors d'une rencontre du conseil. Merci, Thérèse, pour ton engagement et ta précieuse contribution envers le Centre. Ta mémoire restera à jamais présente au sein de notre milieu.

En contrepartie, nous avons également eu le plaisir d'accueillir Mme Solange Meunier au sein de l'équipe du conseil d'administration.

Bienvenue aux nouvelles membres!

Équipe de travail 2025-2026



Le Centre est fier de vous présenter son équipe de travail qui a collaborer de manière coordonnée pour offrir des services, programmes et soutiens variés répondant aux besoins spécifiques des femmes dans la communauté desservie par le Centre.



Carole Bessette
Directrice Générale



Catherine Gazaille
Adjointe à la direction &
Intervenante psychosociale



Laura Costes-Brunelle
Intervenante psychosociale



Sacha Grgicevic-Lesage
Avocate & chargée de projet
Juristes mobiles

Cette année, nous avons eu la chance d'accueillir Sacha, avocate aux Centres de justice de proximité depuis 2023, qui collabore avec nous dans le cadre du projet Juristes mobiles.

À ce titre, elle offre aux utilisatrices du Centre Ressources-Femmes des services juridiques dans divers domaines du droit liés aux enjeux de la vie quotidienne, en privilégiant une approche humaine, accessible et ancrée dans une perspective sociale.

Bienvenue Sacha!

Stagiaires

Saviez-vous que le Centre est un terrain d'apprentissage collectif à plusieurs niveaux?

Dans le cadre de notre mission, nous sommes heureuses d'accueillir des stagiaires allant du secondaire au secteur universitaire souhaitant vivre une première expérience d'implication dans un milieu communautaire.

Nous offrons aux étudiantes des domaines sociaux (Travail social, sexologie, éducation spécialisée...) l'opportunité de parfaire leurs connaissances et développer leurs compétences aux côtés de notre équipe multidisciplinaire. Ce stage permet de vivre une expérience concrète d'accompagnement, d'animation et de soutien dans une approche féministe et humaine, tout en contribuant activement aux activités et projets de Ressources-Femmes.



“ **Ton stage commence ici :
dans un milieu humain, inclusif et engagé.** ”

Bonne nouvelle! Un guide de stage a été développé afin d'améliorer l'accueil, l'intégration et l'accompagnement des stagiaires.

STAGIAIRE	NB HEURES	POSTE
Subventions salariales – Emploi Québec 3 participantes	2070,75	Apprentie cuisinière

Cette mesure permet à des femmes rencontrant des obstacles à l'emploi d'acquérir une expérience de travail concrète dans notre organisme. Grâce à une aide financière accordée à l'employeur, les participantes développent leurs compétences professionnelles, renforcent leur confiance et facilitent leur intégration durable au marché du travail.

PAAS ACTION 1 participante	392,75	Apprentie cuisinière
-------------------------------	--------	----------------------

Le programme PAAS Action (Programme d'aide et d'accompagnement social), s'adresse aux personnes éloignées du marché du travail qui ont besoin d'un accompagnement adapté pour développer leur autonomie socioprofessionnelle.

Stagiaires – PRO 2 étudiantes	422	Apprentie cuisinière
----------------------------------	-----	----------------------



Le centre accueille des jeunes filles du secondaire pour des stages d'observation ou de formation. Ces stages leur permettent de découvrir le milieu communautaire et de faciliter leur intégration au milieu de travail dans un environnement sécurisant.

Stagiaire – Cégep de Saint-Hyacinthe Josée Carignan	283,75	AEC en technique d'éducation spécialisée
--	--------	---

Nous avons eu la chance d'accueillir une étudiante en Techniques d'éducation spécialisée, qui a réalisé un stage en intervention et animation au sein de notre Centre. Cette expérience lui a permis de mettre en pratique ses apprentissages, de développer ses compétences en intervention auprès des femmes et de s'initier à l'animation d'activités dans un milieu communautaire.

–Merci Josée et nous te souhaitons une belle continuation!



CÉGEP DE SAINT-HYACINTHE



Au Centre de femmes, nous formons une équipe engagée, présente et à l'écoute.

Chaque jour, nous mettons tout en œuvre pour créer un espace accueillant, sécuritaire et inclusif, où chaque femme peut se sentir libre d'être elle-même.

Nous croyons en la force du lien, en la solidarité entre femmes, et en l'importance de se soutenir mutuellement. Que ce soit pour échanger, s'informer, se déposer ou simplement être ensemble, notre porte est toujours ouverte.

L'équipe du Centre Ressources-Femmes

Membrariat

Être membre

Devenir membre d'un centre de femmes, c'est bien plus qu'adhérer à un organisme, c'est faire partie d'un espace sécuritaire, inclusif et solidaire où les femmes peuvent s'informer, s'entraider, se mobiliser et s'épanouir.

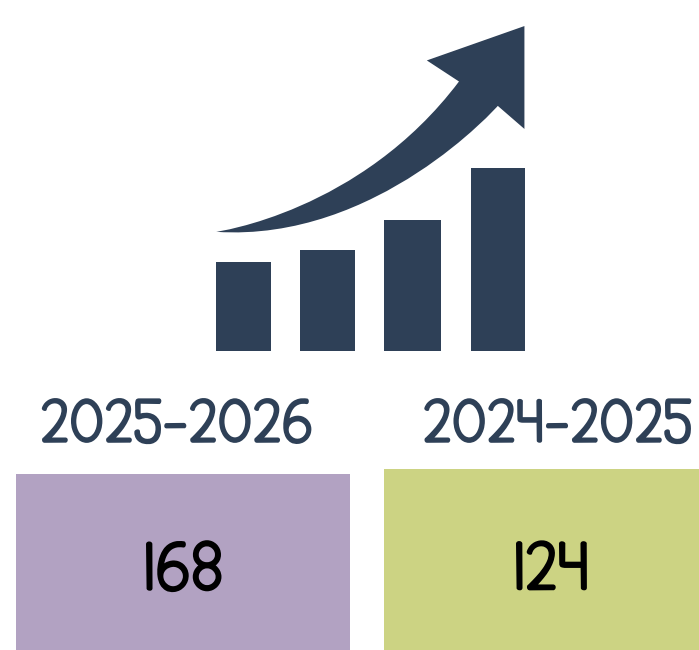
En vous joignant à un centre de femmes, vous contribuez à une mission essentielle : la défense des droits des femmes, la lutte contre les inégalités et les violences, et la promotion de l'autonomie et du pouvoir d'agir des femmes dans toutes leurs diversités. C'est un geste engagé qui appuie un mouvement féministe ancré dans la communauté.

Les avantages d'être membre:

- Accès à la friperie gratuite : un service solidaire pour répondre à vos besoins matériels ;
- Bibliothèque féministe : empruntez des livres inspirants, engagés et éducatifs ;
- Service d'aide individuelle et juridique gratuit : que ce soit pour une écoute, un accompagnement ou du soutien dans une situation difficile, des intervenantes sont là pour vous ;
- Rabais sur les activités : profitez de tarifs réduits pour participer à une variété d'ateliers, de sorties ou de groupes de discussion ;
- Activités exclusives aux membres : des moments privilégiés pensés pour vous, afin de favoriser les liens, la détente et l'empowerment ;
- Droit de vote à l'Assemblée générale annuelle (AGA) : prenez part aux décisions importantes, contribuez à l'orientation du Centre et faites entendre votre voix.

Portrait des membres

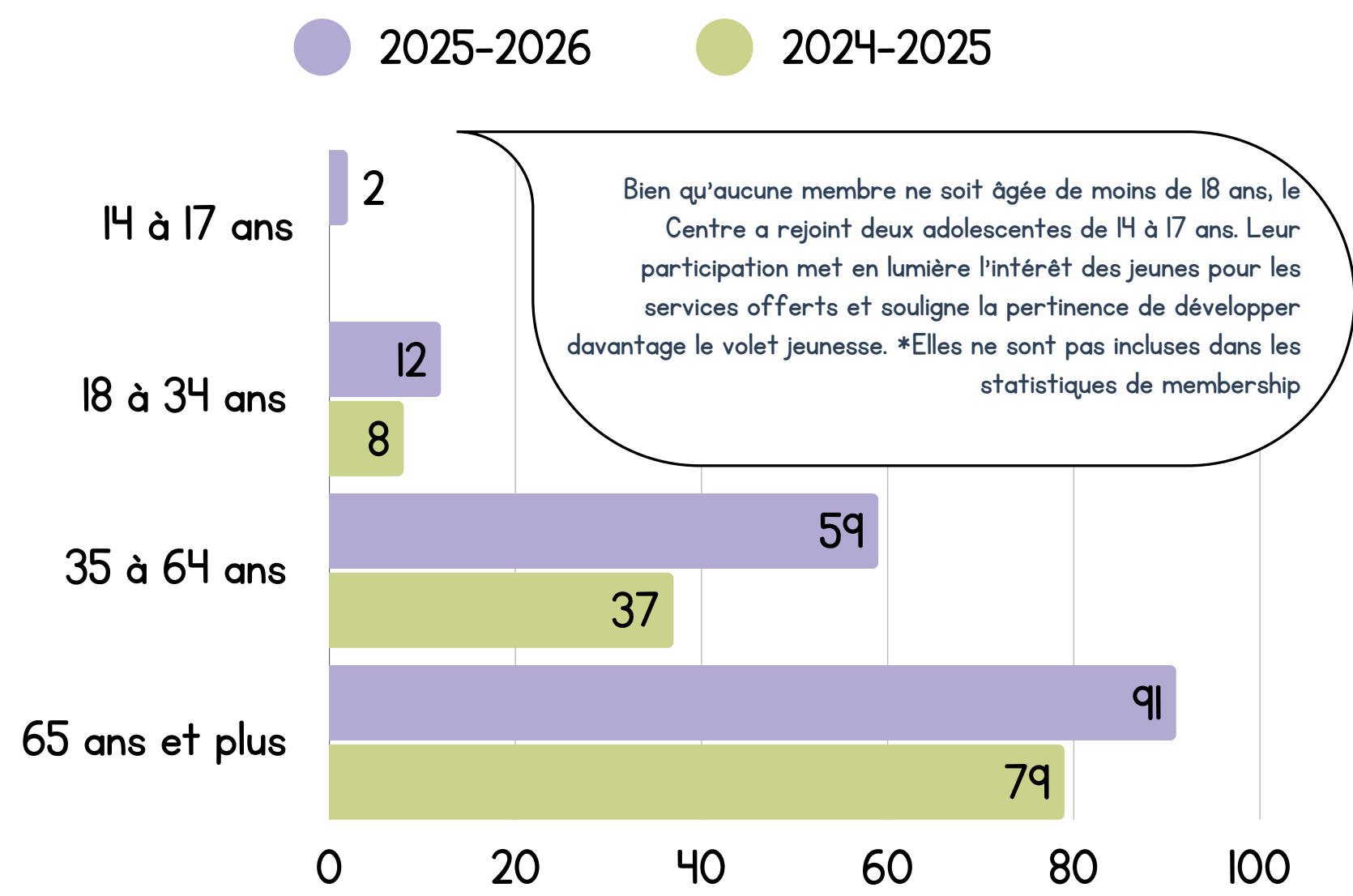
Le Centre Ressources-Femmes compte 168 membres en règle, dont 83 nouvelles personnes, ce qui représente une augmentation de 34,5 %, comparativement à dernière l'année financière.



L'année a été marquée par une croissance importante du membership, qui est passée de 124 à 168 membres. Cette hausse s'explique à la fois par l'arrivée de 83 nouvelles membres et par le maintien d'un bon niveau de renouvellement. Il est également important de souligner que le non-renouvellement d'une adhésion ne traduit pas nécessairement un désintérêt envers le Centre.

Les besoins, les réalités et les disponibilités des femmes évoluent au fil du temps, ce qui peut les amener à poursuivre leur cheminement autrement tout en ayant bénéficié des services de l'organisme.

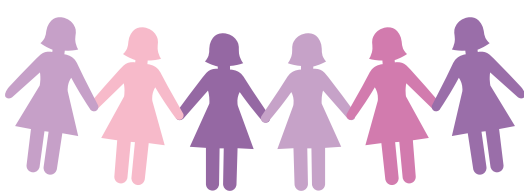
Quel âge ont-elles ?



En 2025-2026, le Centre compte 168 membres, dont 162 ont répondu à la question de l'âge (6 réponses manquantes). La répartition est la suivante : 56,2 % de femmes âgées de 65 ans et plus, 36,4 % de femmes âgées de 35 à 64 ans, et 7,4 % de femmes âgées de 18 à 34 ans.

Moyenne 63 ans

Dans une perspective de développement, le Centre avait pour objectif de diversifier sa clientèle afin de favoriser un milieu plus intergénérationnel. Bien que la clientèle demeure majoritairement composée de femmes âgées, ces résultats suggèrent un début de diversification et un léger rajeunissement de la membership. Les efforts de diversification de la clientèle reste à poursuivre.



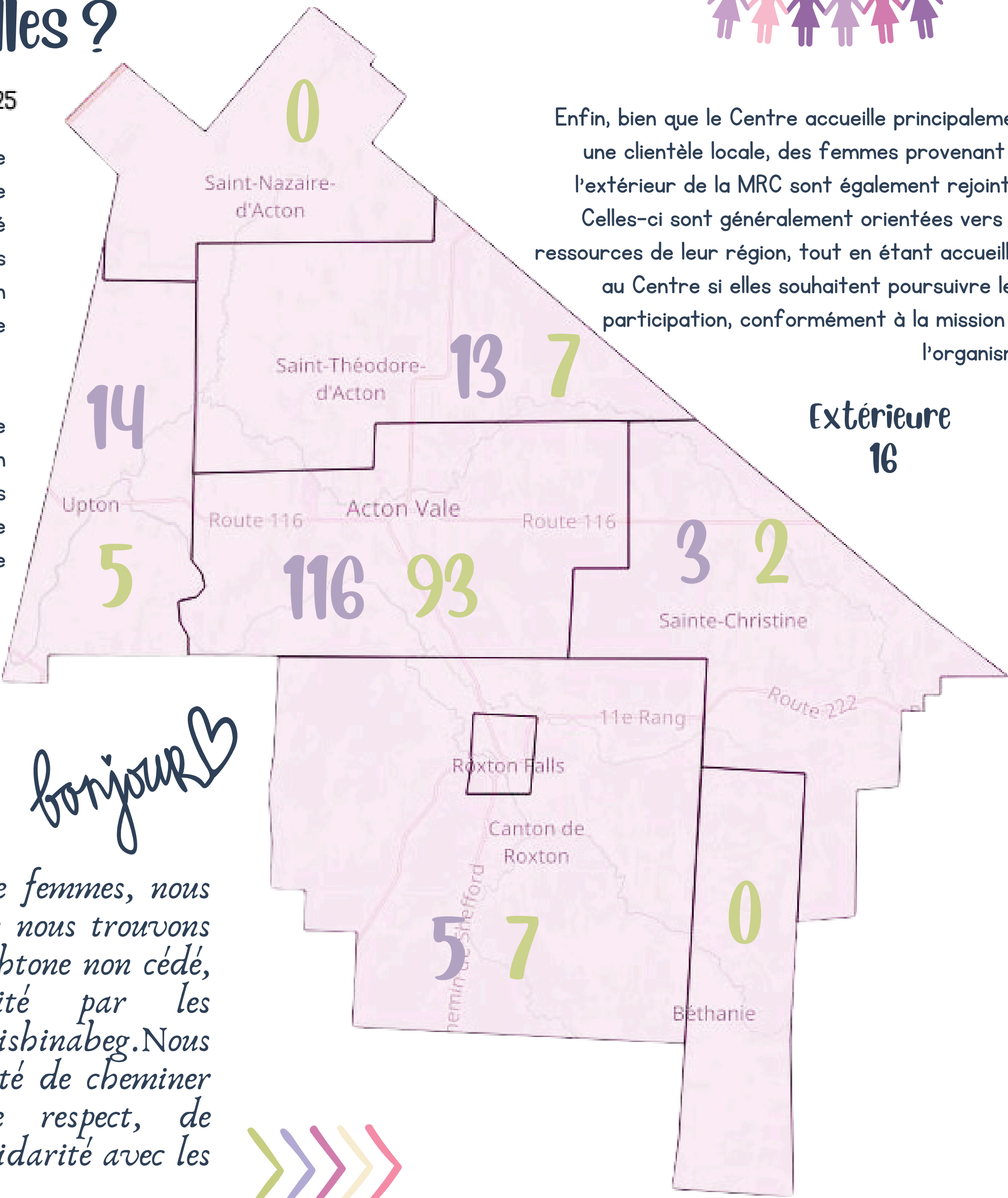
D'où viennent-elles ?

● 2025-2026 ● 2024-2025

L'analyse de la provenance géographique des membres révèle un bassin principalement concentré dans Acton Vale et les municipalités environnantes de la MRC d'Acton Vale, confirmant le rôle du Centre comme organisme de proximité.

Deux municipalités du territoire desservi, soit Saint-Nazaire-d'Acton et Béthanie, demeurent toutefois moins représentées, ce qui suggère des enjeux d'accessibilité ou de rayonnement à explorer.

Une personne n'a préféré ne pas répondre (1 réponse manquante).



Enfin, bien que le Centre accueille principalement une clientèle locale, des femmes provenant de l'extérieur de la MRC sont également rejointes. Celles-ci sont généralement orientées vers les ressources de leur région, tout en étant accueillies au Centre si elles souhaitent poursuivre leur participation, conformément à la mission de l'organisme.



En tant que centre de femmes, nous reconnaissons que nous nous trouvons sur un territoire autochtone non cédé, historiquement habité par les Abénaquis et les Anishinabeg. Nous affirmons notre volonté de cheminer dans un esprit de respect, de réconciliation et de solidarité avec les Premiers Peuples.



Bilan 2025-2026

Services

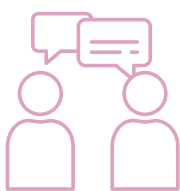
Le Centre offre aux femmes un service d'écoute, de soutien, de référence, d'information, d'accompagnement psychosociale aussi bien qu'informatique.

Saviez-vous que nos services de consultation sont offerts dans une approche d'intervention féministe? Cela veut dire que lors des rencontres individuelles, les intervenantes favorisent :

- La reprise de pouvoir des femmes sur leur vie ;
- Le développement des capacités des femmes à s'affirmer et à défendre leurs droits ;
- Le rehaussement de leur estime d'elle-même et leur confiance en soi ;
- La prise de conscience de la pluralité et la complexité des oppressions que les femmes peuvent vivre ;
- Le rôle des intervenantes sont de tenter de saisir, de comprendre et d'aider les femmes à mieux cerner leur difficulté et leur situation.

Voici un bilan des services rendus au cours de cette année :

SERVICE D'AIDE INDIVIDUELLE



Ce service propose un soutien adapté aux besoins spécifiques de chaque femme, qu'il soit ponctuel et informel ou plus structuré avec un suivi régulier. Lorsqu'un suivi est nécessaire, un plan d'intervention est élaboré pour guider l'accompagnement, assurer un suivi efficace et favoriser l'autonomie et le bien-être des femmes dans un cadre respectueux et sécurisant.

2025-2026 2024-2025

320

215

361 HEURES

INFORMATIONS SUR NOS SERVICES ET ACTIVITÉS



Lorsqu'une femme nous contacte par téléphone, nous lui offrons un accueil attentif et un échange personnalisé. L'objectif est de faciliter son accès à l'aide dont elle a besoin, en lui apportant un soutien clair, bienveillant et adapté.

2025-2026

2024-2025

27

24

SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT



Ce service offre un soutien individuel aux femmes qui vivent une situation nécessitant une présence rassurante et un appui concret. Une intervenante peut accompagner la personne lors de rendez-vous importants, tels qu'au poste de police, à une clinique, en pharmacie (santé sexuelle, contraception), ou pour une démarche juridique.

2025-2026

2024-2025

2

3

SERVICE DE SOUTIEN INFORMATIQUE



Ce service aide les femmes à renforcer leur autonomie numérique en apprenant à utiliser les outils technologiques de base tout en développant de bonnes pratiques en cybersécurité. L'accompagnement personnalisé permet à chacune d'avancer à son rythme, dans un environnement respectueux et sécurisant.

2025-2026	2024-2025
34	19

RÉFÉRENCEMENT VERS D'AUTRES SERVICES



Nous offrons un service de référencement pour orienter les femmes vers des ressources externes adaptées à leurs besoins (logement, emploi, santé, aide juridique, etc.). À la réception, un présentoir de documents en libre accès regroupe des informations utiles sur les organismes partenaires et les services disponibles dans la communauté.

2025-2026	2024-2025
22	15

Nouveau



SERVICES JURIDIQUES

Afin de favoriser l'accès à la justice et à l'information juridique, nous référons les femmes qui en ont besoin directement à notre avocate partenaire, du projet Juristes Mobiles.

Cette référence permet aux femmes d'obtenir des réponses à leurs questions et un soutien adapté à leur réalité. Au besoin, nous accompagnons également les femmes lors des rencontres afin de renforcer le soutien offert et de favoriser leur sentiment de confiance dans leurs démarches.

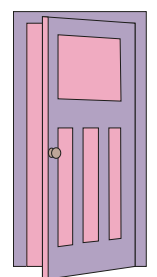
Motifs de consultation



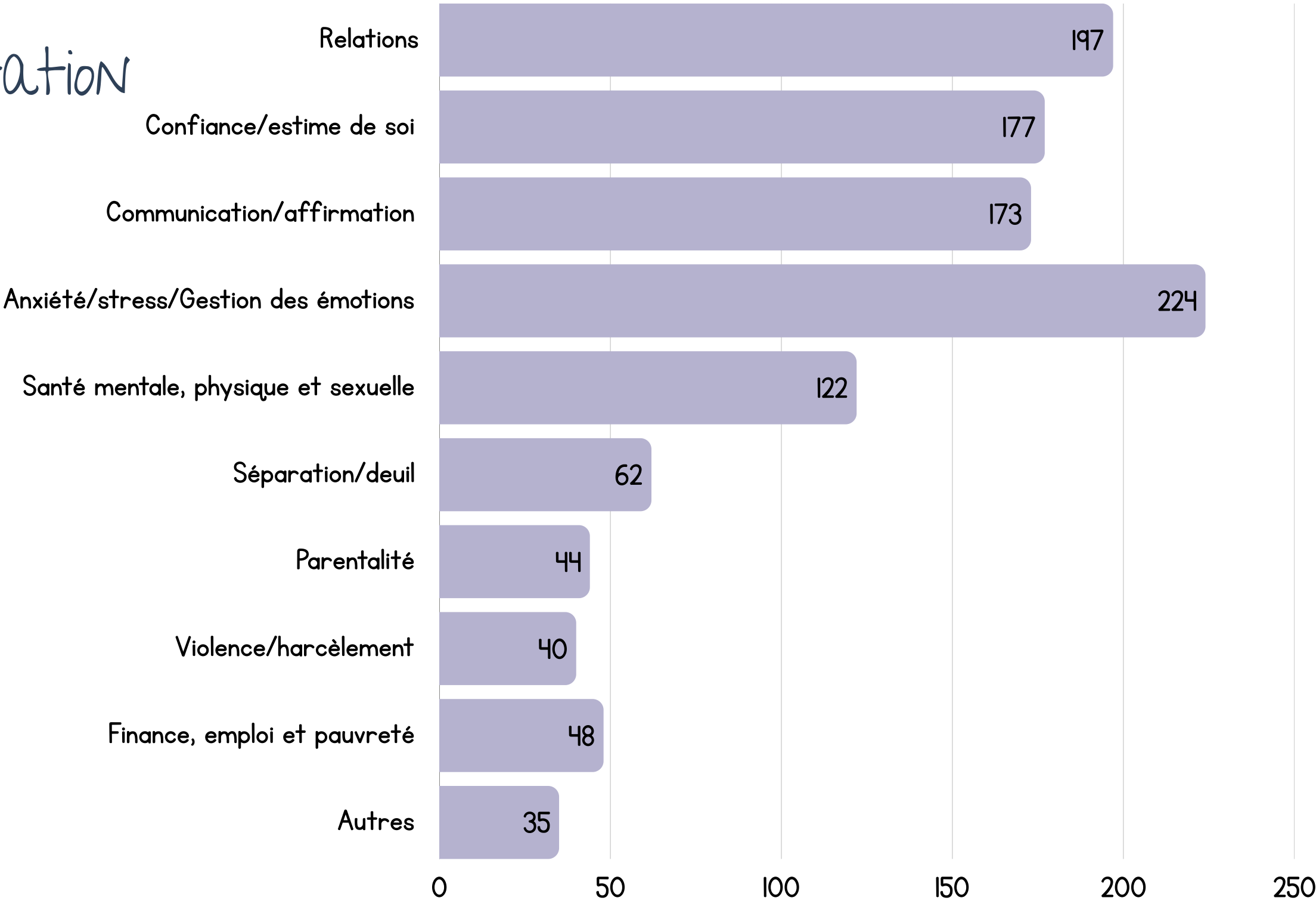
49
APPELS



12
VISIO



218
VISITES



12 JOURS D'ACTION CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

SAVIEZ-VOUS QUE LES CENTRES DE FEMMES TRAVAILLENT EN VIOLENCE ?

DU 25 NOVEMBRE AU 6 DÉCEMBRE
PORTONS LE RUBAN BLANC



Le Centre offre des suivis individuels auprès des femmes vivant diverses réalités. Bien que la demande initiale de consultation soit souvent formulée autour de difficultés relationnelles, d'anxiété, d'épuisement ou de détresse psychologique, les échanges permettent fréquemment de mettre en lumière des situations de violence conjugale, de contrôle coercitif ou d'autres formes de violence genrée. Les centres de femmes jouent ainsi un rôle essentiel en matière de prévention, de dépistage, d'accompagnement et de sensibilisation à la violence faite aux femmes. Par leur approche globale et féministe, ils offrent un espace sécuritaire où les femmes peuvent nommer, comprendre et déconstruire les violences vécues, souvent banalisées ou invisibilisées. Les intervenantes soutiennent les femmes dans la reprise de pouvoir sur leur vie, le développement de leur autonomie et l'accès à leurs droits et ressources.

Activités Éducatives

Le centre offre une panoplie d'activités visant le développement des connaissances, du jugement critique, ainsi que le partage entre les femmes. Parmi ces activités, nous retrouvons :

- Les ateliers de groupes fermés ;
- Les ateliers de groupes ouverts ;
- Les autres activités telles que les clubs, les déjeuners ensoleillés et les fêtes.

Quel est la différence entre des activités fermées ou ouvertes ?

Les activités fermés sont offerts à toutes les personnes s'identifiant comme femmes qui sont intéressées à entreprendre une démarche à long terme, c'est-à-dire entre 2 et 10 semaines de façon hebdomadaire, monnayant certains frais.

Les activités ouvertes sont offertes gratuitement à toutes les femmes intéressées à participer à une rencontre sur des thèmes prédéterminés. On dénombre une quinzaine de type d'activités ouvertes.



Activités fermées

C'est à l'aide de différents médiums (écriture, dessin, peinture, collage...) que les participantes vont pouvoir s'exprimer librement. Le but étant de favoriser une démarche d'accompagnement créatif centré sur l'expression de ses pensées, ses émotions et ses conflits intérieurs

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Développer une meilleure connaissance de soi à l'aide de réflexion sur l'art;
- Apprendre à s'exprimer et à écouter à l'aide de l'art ainsi qu'en groupe lors de partage;
- Améliorer notre relation avec soi-même, en s'offrant un temps seul à seul;
- Trouver un sens à sa vie, à travers ses créations.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Relâcher la pression de performance et la peur du jugement;
- Développer sa capacité d'ouverture à soi et aux autres;
- Développer sa créativité.



DURÉE

3 RENCONTRES

PARTICIPANTES

8

SESSION

PRINTEMPS 2025

5 RENCONTRES

14

AUTOMNE 2025

Apprivoiser L'anxiété Groupe fermé

Ce groupe fermé vous offrira l'opportunité de démystifier le stress afin de mieux comprendre l'anxiété à travers trois rencontres. Au fil de cette session, vous serez invité à découvrir différentes techniques pour mieux vous adapter à la réalité de l'anxiété en 2025. Vous aurez également l'occasion de mettre en pratique vos connaissances. À la fin cet atelier, vous repartirez avec un guide personnalisé, qui pourra soit vous soutenir personnellement, soit vous aider à accompagner un proche dans la gestion de l'anxiété.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Permettre aux participantes de mieux comprendre l'anxiété et de développer des outils concrets pour mieux la gérer au quotidien.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Comprendre les mécanismes du stress et de l'anxiété ;
- Découvrir et expérimenter des stratégies de gestion de l'anxiété ;
- Développer un guide personnalisé regroupant les outils les plus adaptés à leurs besoins.

DURÉE

3 RENCONTRES

PARTICIPANTES

10

SESSION

PRINTEMPS 2025



INTROSPECTION & RELAXATION



Une invitation à prendre un moment pour vous détendre durant votre semaine et laisser de côté les sources de stress de votre quotidien. Venez partager vos ressentis, faire des étirements et écouter une méditation de pleine conscience. Une tisane vous sera offerte pour renforcer ce sentiment de détente.



TISANE SERVIE

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Favoriser la détente et le bien-être des participantes en leur offrant un moment de ressourcement et de pleine conscience.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Offrir un espace pour exprimer et partager ses ressentis ;
- Découvrir des techniques de relaxation, d'étirement et de méditation de pleine conscience ;
- Réduire le stress et favoriser un sentiment de calme et de mieux-être.

DURÉE

4 RENCONTRES

PARTICIPANTES

8

SESSION

PRINTEMPS 2025

Ce groupe fermé a permis aux participantes de prendre un temps pour elles à travers des exercices de relaxation, de respiration et de mouvement. Les rencontres ont favorisé la réduction des tensions musculaires, l'amélioration de la mobilité et de la souplesse, tout en encourageant l'adoption d'un mode de vie plus actif et le bien-être global.

Yoga sur chaise



OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Relâchement des tensions et des douleurs musculaires ;
- Amélioration de la mobilité ;
- Prévention de la sédentarité : Encourage l'activité physique et la détente, prévenant les effets négatifs de la sédentarité ;
- Renforcement musculaire et souplesse ;
- Ces objectifs visent à offrir une pratique accessible et bénéfique pour tous, quel que soit l'âge ou les capacités physiques.

Mélanie Couillard

Professeure de yoga
certifiée



DURÉE

6 RENCONTRES



PARTICIPANTES

20

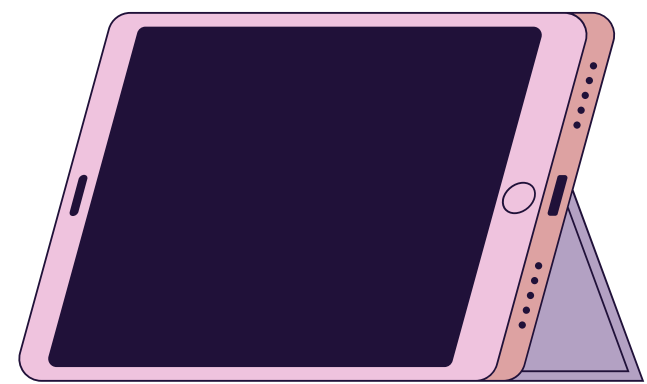


SESSION

AUTOMNE 2025

INFORMATIQUE

APPAREIL INTELLIGENT



Un appareil intelligent peut être un outil puissant... à condition de savoir s'en servir! Cet atelier vous aidera à reprendre le contrôle de votre appareil, à comprendre son fonctionnement et à l'utiliser pour gagner en autonomie, rester connectée à vos proches, et accéder aux ressources qui vous sont utiles dans la vie de tous les jours.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Permettre aux participantes de mieux comprendre l'anxiété et de développer des outils concrets pour mieux la gérer au quotidien.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Apprendre à utiliser son appareil intelligent ;
- Comprendre les applications principales et leur utilisation ;
- Acquérir des compétences pour naviguer sur internet, envoyer des messages et gérer les paramètres de base.

DURÉE

5 RENCONTRES

PARTICIPANTES

13

SESSION

AUTOMNE 2025

Entre ombre & lumière

Cet atelier aide les participantes à mieux comprendre et traverser le deuil, tout en offrant des pistes pour soutenir celles qui accompagnent des proches en fin de vie. Il encourage la réflexion sur soi, le développement des habiletés relationnelles et la création d'un espace sécurisant pour vivre le deuil de manière consciente et constructive.



OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Permettre aux participantes de mieux comprendre le processus du deuil et de développer des outils pour le traverser de façon consciente et constructive.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Comprendre les différentes réalités et étapes du deuil ;
- Favoriser la réflexion sur soi et l'expression des émotions liées à la perte ;
- Développer des habiletés relationnelles pour accompagner un proche vivant un deuil ou une fin de vie ;
- Offrir un espace sécuritaire d'échange, de soutien et de partage.

DURÉE

4 RENCONTRES

PARTICIPANTES

13

SESSION

HIVER 2026



Les ateliers Justi-Action sont des rencontres animées par une avocate d'Info Justice visant à sensibiliser les participantes à leurs droits dans différents domaines du droit. Ces ateliers offerts dans le Centre Ressources-Femmes offrent une information juridique accessible, dans un cadre respectueux et sans jugement, afin de renforcer l'autonomie des femmes et leur capacité à faire valoir leurs droits dans leur vie quotidienne.



© PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE



© PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE



Sacha Grgicevic-Lesage
Avocate et chargée de
projet Juristes mobiles

THÈMES ABORDÉS

PARTICIPANTES

TESTAMENT, SUCCESSION ET PATRIMOINE : COMMENT PLANIFIER
L'AVENIR - 15 SEPTEMBRE 2025 (AUTOMNE 2025)

14

SÉPARATION, MARIAGNE, UNION DE FAIT - 20 OCTOBRE 2025
(AUTOMNE 2025)

9

DROITS DES LOCATAIRES : LOGEMENT SÉCURITAIRE ET RELATIONS
AVEC LE PROPRIÉTAIRE - 10 NOVEMBRE 2025 (AUTOMNE 2025)

11

TUTELLE À LA PERSONNE MAJEURE, MANDAT ET PROTECTION ET
CONSENTEMENT AUX SOINS - 17 NOVEMBRE 2025 (AUTOMNE 2025)

9

RECOURS CONTRE LA VIOLENCE CONJUGALE ET MALTRAITANCE
ENVERS LES AÎNÉ.E.S - 24 NOVEMBRE 2025 (AUTOMNE 2025)

10

PROCHE AIDANCE ET SOUTIEN FINANCIER : VOS DROITS ET VOS
DÉMARCHES - 8 DÉCEMBRE 2025 (AUTOMNE 2025)

9

MALTRAITANCE ENVERS LES AÎNÉ.E.S - 19 JANVIER 2026 (HIVER
2026)

6

HABITATION À LOYER MODÉRÉ (HLM) - 2 FÉVRIER 2026
(HIVER 2026)

10

SOINS DE SANTÉ- CONSENTEMENT AUX SOINS - 16 FÉVRIER 2026
(HIVER 2026)

9

LES AUGMENTATIONS DE LOYER : DÉMYSTIFIONS CE QUI EST PERMIS !
- 19 MARS 2026 (HIVER 2026)

6

Les pages de mon histoire

Cet atelier invite les participantes à explorer leur parcours de vie à travers l'écriture personnelle. Il offre un espace sécurisant pour raconter ses souvenirs, réfléchir à ses expériences et partager, si elles le souhaitent, des moments importants de leur histoire. L'objectif est de favoriser l'expression de soi, la valorisation de son vécu et le renforcement de la confiance en ses propres capacités.



OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Favoriser l'expression de soi et la valorisation du vécu des participantes à travers l'écriture personnelle.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Explorer et réfléchir à son parcours de vie ;
- Encourager l'expression des souvenirs, des émotions et des expériences significatives ;
- Renforcer l'estime de soi et la confiance en ses capacités ;
- Offrir un espace sécuritaire de partage et d'écoute.

DURÉE

4 RENCONTRES

PARTICIPANTES

8

SESSION

HIVER 2026

CUISINES COLLECTIVES

La cuisine collective est un petit groupe de personnes qui mettent en commun leur temps, argent et compétences pour se confectionner, en quatre étapes (planification, achats, cuisson, évaluation) des plats économiques, sains et appétissants qu'elles rapportent chez elles.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Augmenter la sécurité alimentaire;
- Briser l'isolement;
- Apprendre et partager des trucs culinaires;
- Aider aux besoins d'ordre économique;
- Cuisiner des plats nutritifs à peu de frais.



Cette année, nous avons eu l'opportunité de participer à un projet soutenu par la MRC d'Acton dans le cadre du Programme d'appui aux collectivités (PAC), financé par le Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration (MIFI) pour l'HIVER 2026.

Cette collaboration visait à mettre en place des activités participatives de cuisine interculturelle, coanimées par des personnes issues de l'immigration, afin de favoriser les échanges entre les communautés par la découverte de traditions culinaires et culturelles variées.

Merci à nos collaborateurs

Immigration,
Francisation
et Intégration

Québec

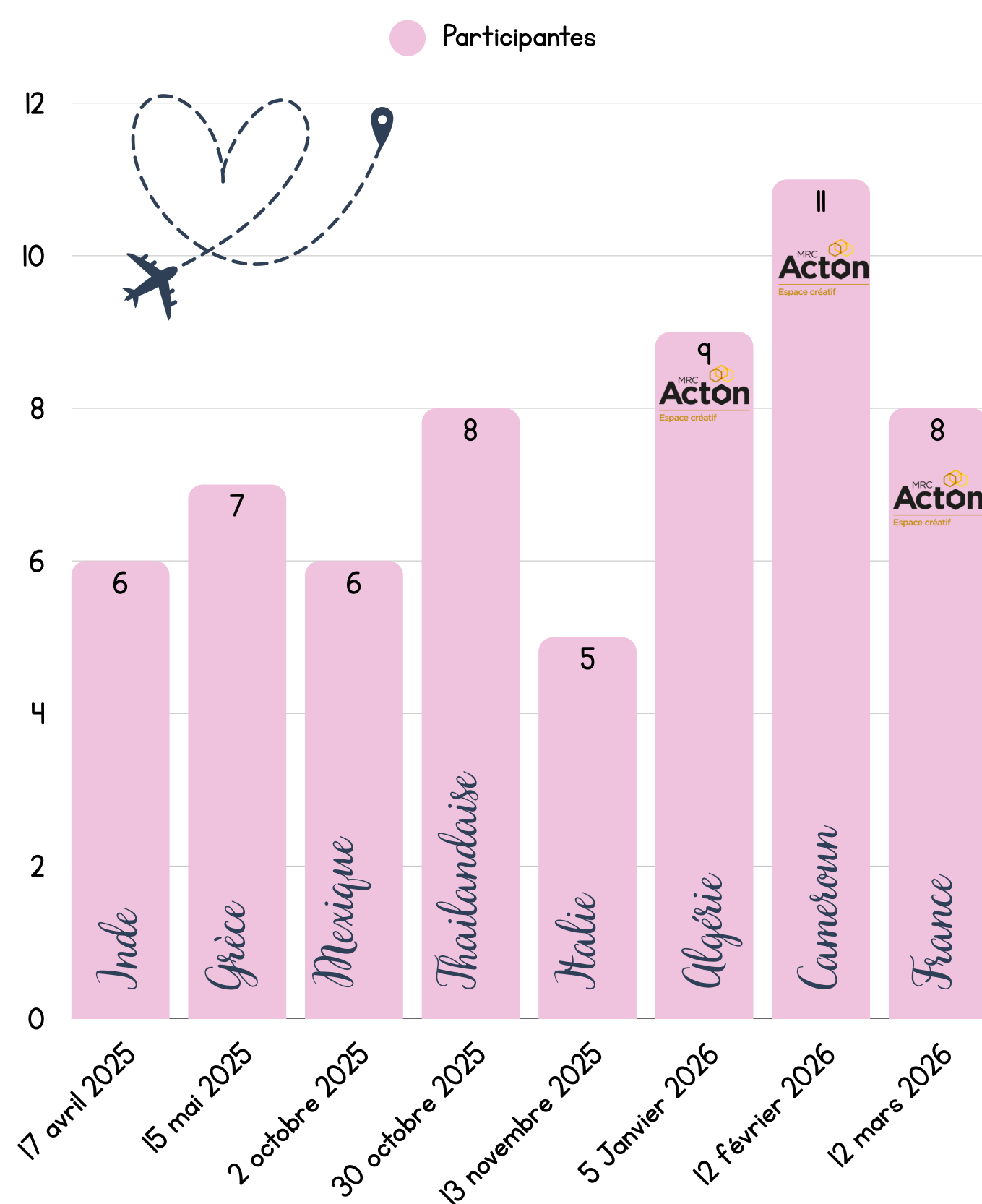


MRC
Acton
Espace créatif

Saveurs d'ailleurs

Venez découvrir dans une ambiance festive une culture d'ailleurs à travers ses saveurs. Nous vous offrirons une brève présentation du pays pour que vous puissiez avoir le sentiment de réellement voyager dans le confort de Ressources-Femmes.

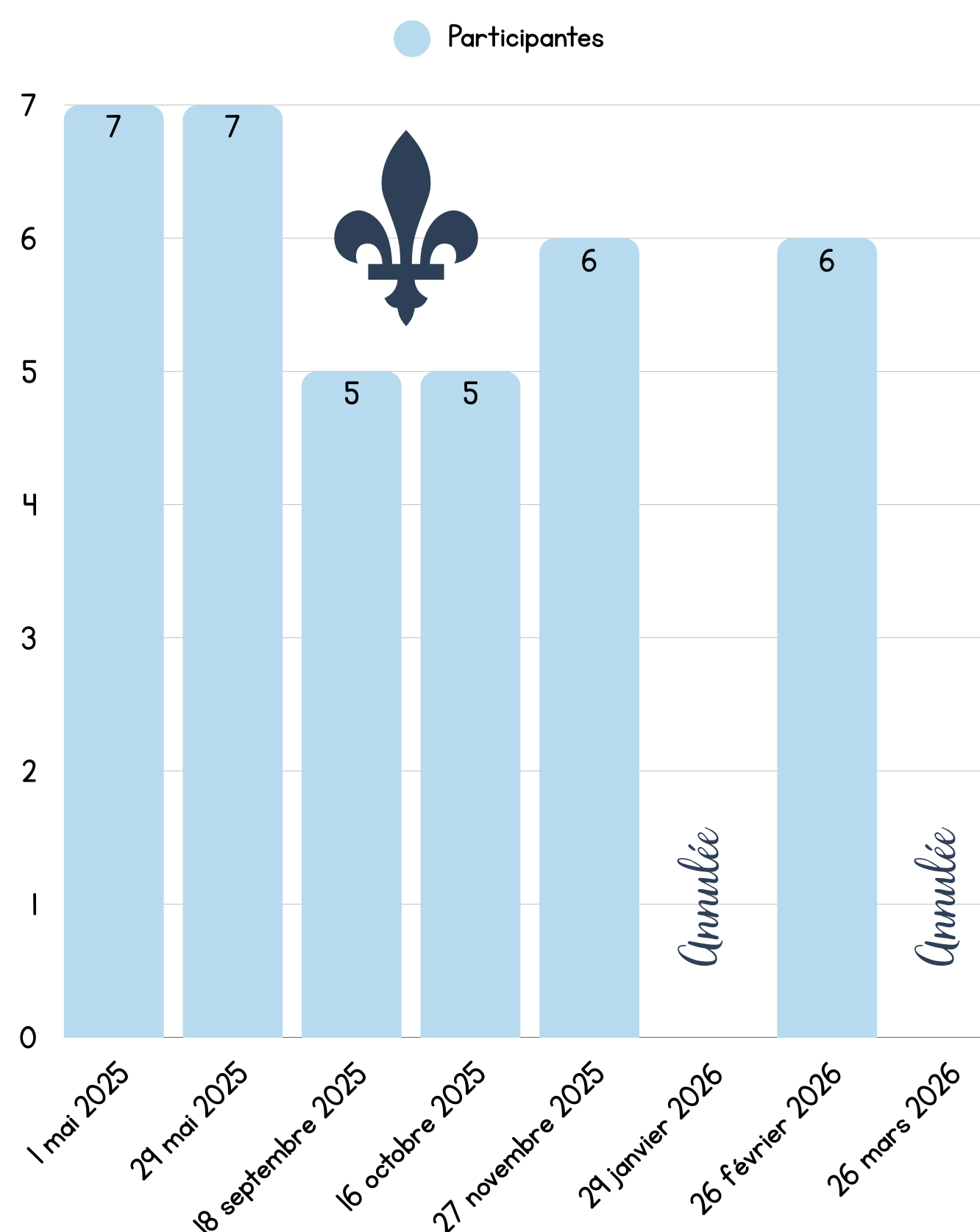
Saveurs d'ailleurs



Saveurs d'icitte

Venez redécouvrir des classiques culinaires du Québec à travers sa culture traditionnelle. Des plats réconfortants qui ramèneront parfois des souvenirs d'antan à travers ses saveurs.

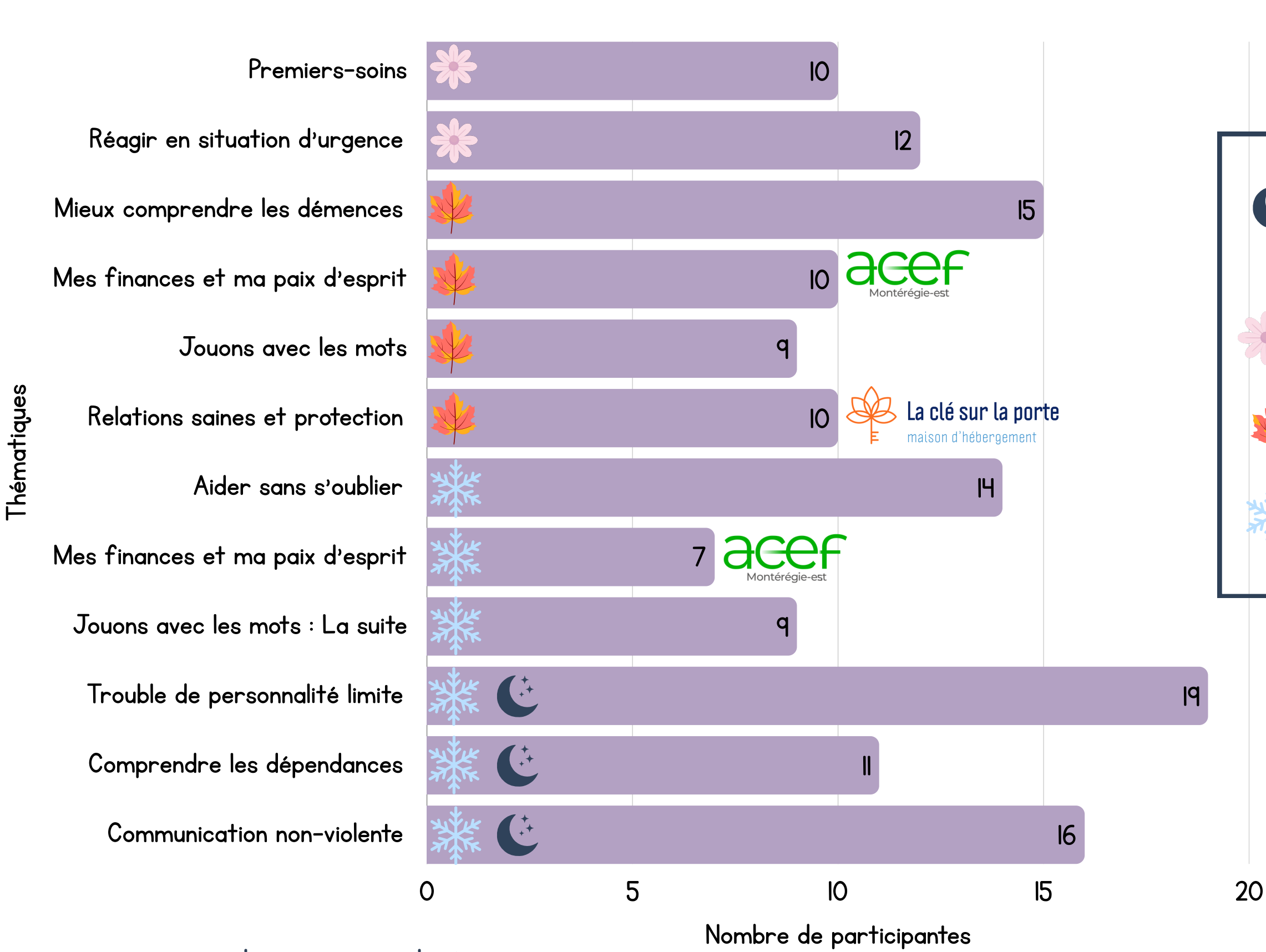
Saveurs d'icitte



Activités ouvertes

Café-RENCONTRE

Les Cafés-Rencontres offrent aux femmes des moments privilégiés où elles peuvent s'informer, échanger, discuter, prendre position et faire des apprentissages sur différents thèmes.



Légende



Représentation AUSSI de soir



Printemps 2025



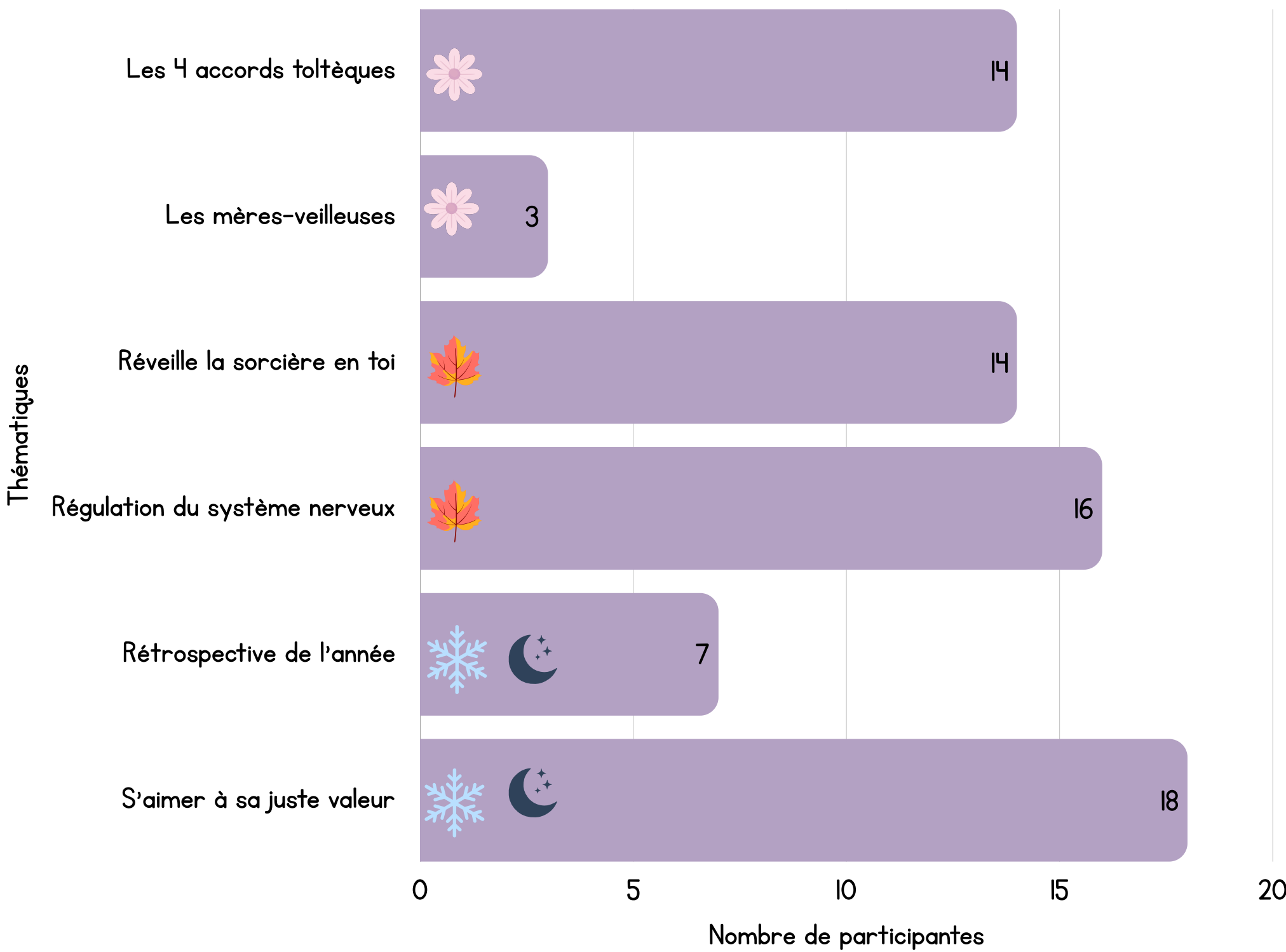
Automne 2025



Hiver 2026

UN moment pour toi

Ces ateliers abordent divers thèmes axés sur la place que l'on se donne en tant que femme. C'est un temps d'arrêt que l'on s'accorde pour se centrer sur nos dimensions physiques, psychologiques et émotionnelles.



Activité créative

Ces ateliers offrent aux femmes un espace d'expression et de découverte à travers diverses activités artistiques et manuelles. Ils favorisent le développement de la créativité, renforcent la confiance en soi et encouragent le bien-être émotionnel, tout en créant des liens entre participantes.



THÈMES ABORDÉS	PARTICIPANTES
AFFICHES POUR LA MARCHÉ MONDIALE DES FEMMES AUTOMNE 2025	7
CONFECTION DE DÉCORATIONS DE NOËL - AUTOMNE 2025 AVEC DANIELLE GUAY, ARTISTE RÉCUPÉRATRICE	5
MÉDECINES HIVERNALES - HIVER 2026	11
PLACOTE & TRICOTE PRINTEMPS 2025 HIVER 2026	6 9



Sexuali-Thé

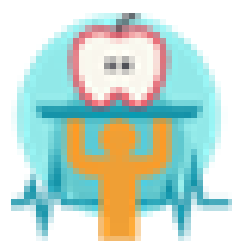
Les rencontres Sexuali-Thé, sont dédiées à des activités qui visent à sensibiliser et informer sur différentes Thé-matiques touchant la vie sexuelle et affective des femmes. Quand on est bien informé, notre Sexuali-Thé a bien meilleur goût. Aucune obligation de dévoilement!



SANTÉ AU FÉMININ - PRINTEMPS 2025	5
CANCER DU SEIN PRÉVENTION ET MIEUX-ÊTRE - AUTOMNE 2025 TÉMOIGNAGE JULIE THIVIERGE	9
MIEUX VIVRE ET COMPRENDRE LA CO-DÉPENDANCES - AUTOMNE 2025	9

Matinée santé

Ces ateliers permettent aux femmes d'apprendre comment elles peuvent améliorer leur santé en général, de développer de bonnes habitudes alimentaires, des pratiques écologiques et de faire des choix santé.



LA SANTÉ CAPILLAIRE - AUTOMNE 2025 AVEC KARINE CHAMPAGNE, COIFFEUSE PROFESSIONNELLE	9
--	---

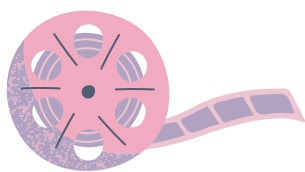
Informatique

Les ateliers d'informatique offrent aux participantes un espace d'apprentissage leur permettant de développer leurs connaissances technologiques, d'améliorer leur autonomie numérique dans un environnement accueillant et adapté à leur rythme.



APPRENDRE À MAÎTRISER VOTRE APPAREIL MOBILE - PRINTEMPS 2025	13
--	----

Ciné-Discussion



Venez découvrir une sélection de films internationaux principalement axée sur la femme. Nous vous offrons un espace sécurisé et gratuit pour vivre une expérience immersive, comme au cinéma. Nous aurons l'occasion d'en discuter ouvertement afin d'amener une réflexion collective.

PRINTEMPS 2025	PRINTEMPS 2025	ÉTÉ 2025	AUTOMNE 2025	AUTOMNE 2025
PARTICIPANTES 4	PARTICIPANTES 9	PARTICIPANTES 7	PARTICIPANTES 13	PARTICIPANTES 12
AUTOMNE 2025	AUTOMNE 2025	HIVER 2026	HIVER 2026	HIVER 2026
PARTICIPANTES 14	ANNULÉE	PARTICIPANTES 16	PARTICIPANTES 10	PARTICIPANTES 10



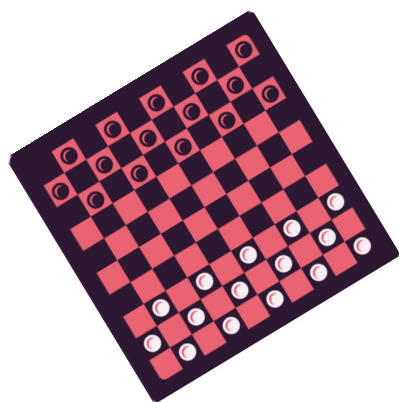
Les ciné-discussions ont rejoint un total de 95 participations au cours de 9 rencontres, pour une moyenne de 10,6 participantes par activité. Après un début plus modeste au printemps 2025, la participation a connu une augmentation significative à l'automne 2025 et s'est maintenue durant l'hiver 2026, avec une moyenne de 12 participantes par rencontre. La participation la plus élevée a été de 16 participantes, démontrant l'intérêt soutenu des membres pour cette activité d'échange et de réflexion collective ayant lieu les soirs.

soirée de filles

Ces soirées ont pour vocation première de briser l'isolement et de favoriser la création de liens à travers des activités éducatives dans un espace bienveillant et sécuritaire.



DURÉE	PARTICIPANTES
AUTOMNE 2025 3 RENCONTRES	23



Activités physiques

Ces ateliers offrent aux femmes un espace d'expression et de découverte à travers diverses activités artistiques et manuelles. Ils favorisent le développement de la créativité, renforcent la confiance en soi et encouragent le bien-être émotionnel, tout en créant des liens entre participantes.

THÈMES ABORDÉS

PARTICIPANTES

SE GUÉRIR ET SE RÉAPPROPRIER SOI-MÊME: FONDATION MARGIE GILLIS PRINTEMPS 2025, GRACIEUSETÉ DE LA MRC D'ACTON	
SE GUÉRIR ET SE RÉAPPROPRIER SOI-MÊME: FONDATION MARGIE GILLIS AUTOMNE 2025, GRACIEUSETÉ DE LA MRC D'ACTON	

28
21

NOUVEL
ATELIER



Se mettre en marche

La marche de santé est une activité de plein air qui combine l'exercice physique modéré et l'éducation à la santé physique. Lors de cette marche, les participantes découvriront des informations sur la flore et la faune locales à travers des capsules pédagogiques, tout en bénéficiant des effets positifs de l'activité sur leur santé.

PRINTEMPS 2025 4 RENCONTRES
AUTOMNE 2025 4 RENCONTRES

16
26



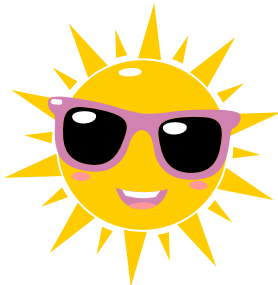
socio-culturel

Ces ateliers offrent aux femmes un espace d'expression et de découverte à travers diverses activités artistiques et manuelles. Ils favorisent le développement de la créativité, renforcent la confiance en soi et encouragent le bien-être émotionnel, tout en créant des liens entre participantes.

SORTIE À LA FERME PASSION ALPAGAS - AUTOMNE 2025	11
VISITE AU MUSÉE ABÉNAKIS - AUTOMNE 2025	14
DÉMYSTIFIER LES CHEVEUX AFFROS - HIVER 2026 AVEC ÉLISABETH HABBA, CONFÉRENCIÈRE INVITÉE GRACIEUSEMENT DE LA MRC D'ACTON	8



soleil et sourires



Cette activité permet aux femmes de profiter d'un espace extérieur favorisant le bien-être, le ressourcement et le contact avec la nature. Elle encourage également la socialisation, le bris de l'isolement et le développement d'un réseau de soutien, tout en offrant un accès à une intervenante pour de l'écoute et de l'accompagnement au besoin.

DURÉE	PARTICIPANTES
ÉTÉ 2025 3 RENCONTRES	26

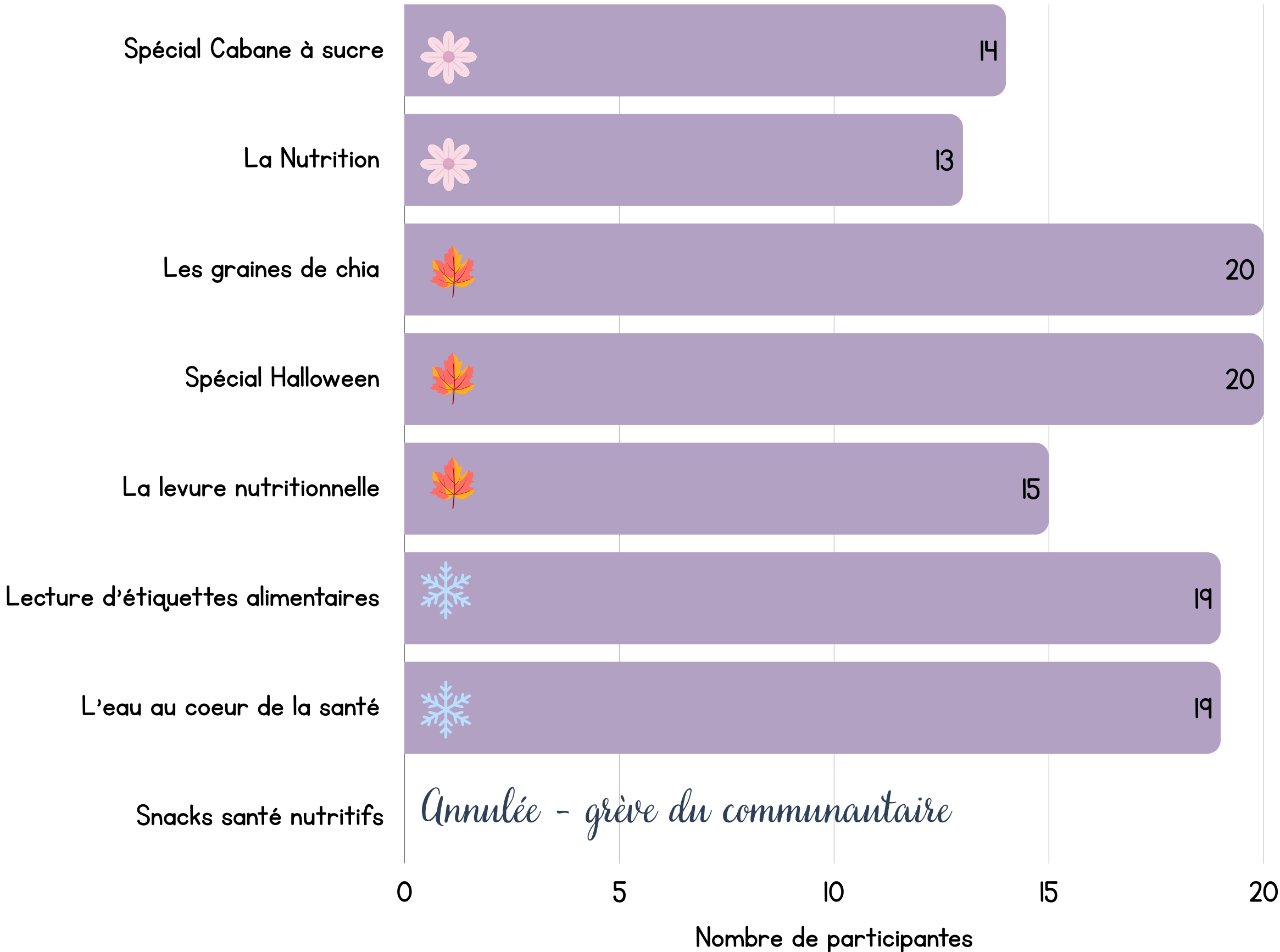


Déjeuners ensoleillés

Nos déjeuners ensoleillés sont offerts à toutes les femmes qui ont le goût de partager et de discuter entre femmes le temps d'un repas tout en s'amusant. Depuis 2025, nous encourageons la saine alimentation en offrant des déjeuners plus variés avec des fruits colorés. Des capsules sur l'alimentation y sont offertes.

Légende

Thématiques



 Représentation AUSSI de soir

 Printemps 2025

 Automne 2025

 Hiver 2026





Nos fêtes sont des activités organisées spécialement pour fêter et partager ensemble un événement particulier. Ces activités sont offertes à toutes les femmes.

THÈMES ABORDÉS

PARTICIPANTES

BBQ ESTIVALE - 18 JUILLET 2025

14



Chaque participante a reçu des produits de protection solaire afin de les sensibiliser à l'importance de se protéger contre les effets du soleil et les coups de chaleur. Ces produits ont été offerts grâce à une commandite de la pharmacie Uniprix. Merci!



PRÉSENTATION DE LA PROGRAMMATION PRINTEMP 2025 - 4 AVRIL 2025

29



Notre travailleuse, Laura, a présenté la programmation du printemps aux participantes, leur permettant de découvrir les activités et services offerts par le centre pour la saison à venir.

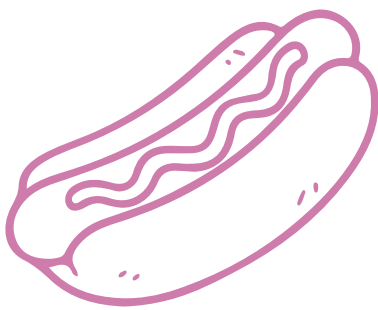


PRÉSENTATION DE LA PROGRAMMATION AUTOMNE 2025
PORTES OUVERTES - 29 AOÛT 2025

50



Cette année, nous avons profité de la grande salle du nouveau bâtiment pour accueillir 50 femmes, dont plusieurs nouvelles membres. Toutes se sont dites enchantées par la diversité des activités offertes dans le cadre de la programmation de l'automne 2025.



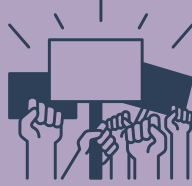
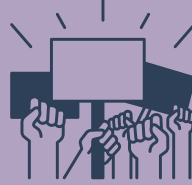
LA MAGIE DE NOEL - 17 DÉCEMBRE 2025

38



Actions collectives

Nos actions collectives se font sous forme de journées d'activités qui visent à informer, sensibiliser et promouvoir les intérêts, les droits et les conditions de vie des femmes.

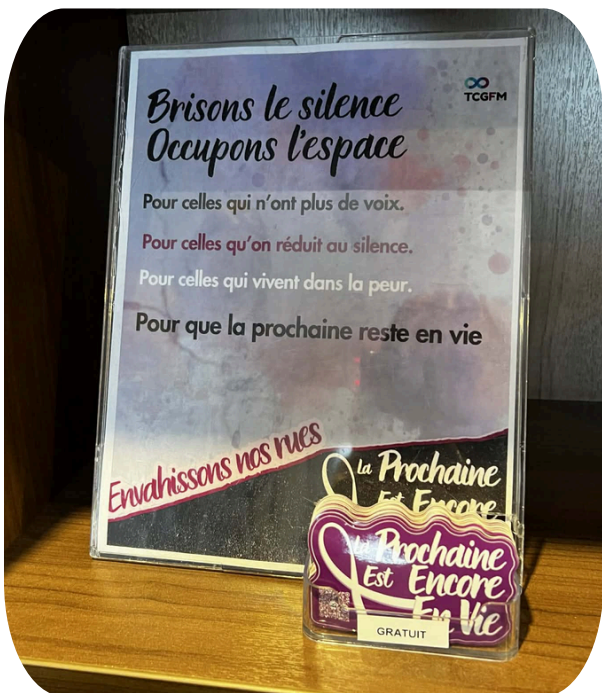
THÈMES ABORDÉS	ACTIVITÉS	DATES
JOURNÉE NATIONALE DES CENTRES DE FEMMES DU QUÉBEC		1 OCTOBRE 2025
NUIT DES SANS-ABRIS LOCALE	 DISTRIBUTION BISCUIT 	16 OCTOBRE 2025
MARCHE MONDIALE DES FEMMES LOCALE	   	17 OCTOBRE 2025
MARCHE MONDIALE DES FEMMES NATIONALE		18 OCTOBRE 2025
JOURNÉE NATIONALE DE COMMÉMORATION ET D'ACTION CONTRE LA VIOLENCE FAITE AUX FEMMES (12 JOURS) LA CAMPAGNE LA PROCHAINE EST ENCORE EN VIE	  	25 NOVEMBRE AU 6 DÉCEMBRE 2025
SEMAINE DE PRÉVENTION DU SUICIDE	 	1 AU 7 FÉVRIER 2026
JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES FEMMES	 	5 MARS 2026

Les Caisses Desjardins de la Vallée d'Acton (points de service Saint-Hélène, Saint-Théodore et Roxton Falls) ont reçu des boucles blanches à distribuer à la population. Les municipalités (Acton Vale, Roxton Falls, Canton de Roxton, Upton, Saint-Théodore, Saint-Nazaire, Sainte-Christine et Béthanie) en ont également reçu pour leurs élus et maires.



Dans le cadre de semaine de prévention du suicide, des épingles et des ressources d'information ont été distribuées afin de promouvoir l'espoir, l'entraide et l'accès au soutien.

Distribution d'autocollants La prochaine est encore en vie afin de sensibiliser la population aux violences faites aux femmes.



Dans le cadre de la campagne La prochaine est encore en vie, le Centre a réalisé des graffitis sur ses vitrines afin de rendre hommage aux victimes de féminicide et de sensibiliser la communauté aux violences faites aux femmes.

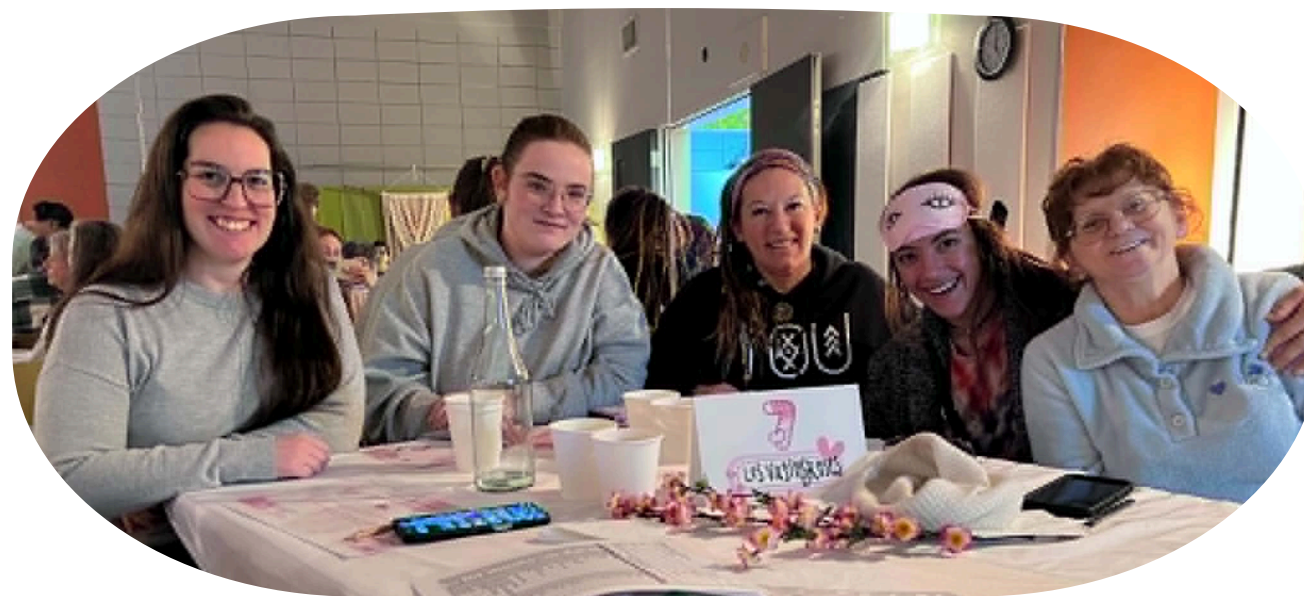


Dans le cadre de l'édition locale de la Marche mondiale des femmes, nous avons eu le privilège d'accueillir une prestation de Margie Gillis, chorégraphe et danseuse professionnelle.

Merci !



43 femmes ont répondu présentes pour célébrer la Journée internationale des droits des femmes dans une ambiance chaleureuse et décontractée, entre mocktails, pizza et jeux féministes.
5 mars 2026



Activités d'autofinancement

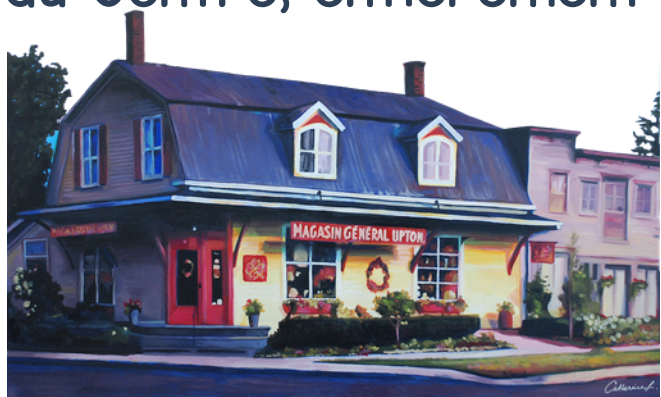
Les activités d'autofinancement du Centre sont des initiatives et des événements organisés par le centre lui-même pour générer des fonds. Ces activités peuvent inclure des ventes de produits artisanaux, des événements de collecte de fonds comme des galas ou des kiosques et d'autres stratégies créatives visant à soutenir financièrement les programmes et services offerts par le Centre pour les femmes de la communauté.

Les activités d'autofinancement d'un centre de femmes bénéficient grandement du bénévolat, qui joue un rôle crucial dans leur succès. Les bénévoles contribuent de manière significative en consacrant leur temps, leurs compétences et leur énergie à planifier, organiser et exécuter divers événements et initiatives de collecte de fonds.



ACTIVITÉS D'AUTOFINANCEMENT	2025-2026	2024-2025	2023-2024
CAMPAGNE SIGNER POUR GAGNER	350,00	180,00	326,00
CAMPAGNE VENTE DE LIVRES (GARAGE)	410,35	214,25	560,00
CAMPAGNE EMBALLAGE CADEAUX	445,90	655,20	530,10
CAMPAGNE TRICOT	129,00	282,25	510,00
CHOCOLATS ARTISANAUX	10 419,00	9 438,00	10 550,25
PANIER	102,00	48,00	96,00
PRODUITS PROMOTIONNELS ET CRÉATIONS ARTISANALES DU CENTRE	639,00	66,00	-
 PRODUITS ALIMENTAIRES TRANSFORMÉS	-	-	389,00
SHOW DE LA RENTÉE (BAR - POURBOIRE)	-	-	2 780,95
TOTAL	12 495,25	10 883,45	15 712,30

Un immense merci au Magasin général d'Upton pour sa précieuse collaboration, qui a permis l'affichage et la vente des créations artisanales du Centre, entièrement au profit de celui-ci.



Catherine, travailleuse du Centre et Mylaine Lacroix, propriétaire du Magasin Général d'Upton





Merci à la Clinique vétérinaire St-André inc. et le Groupe vétérinaire Daubigny pour votre généreux don !



Merci aux Chevaliers de Colomb d'Acton Vale pour votre donation précieuse.

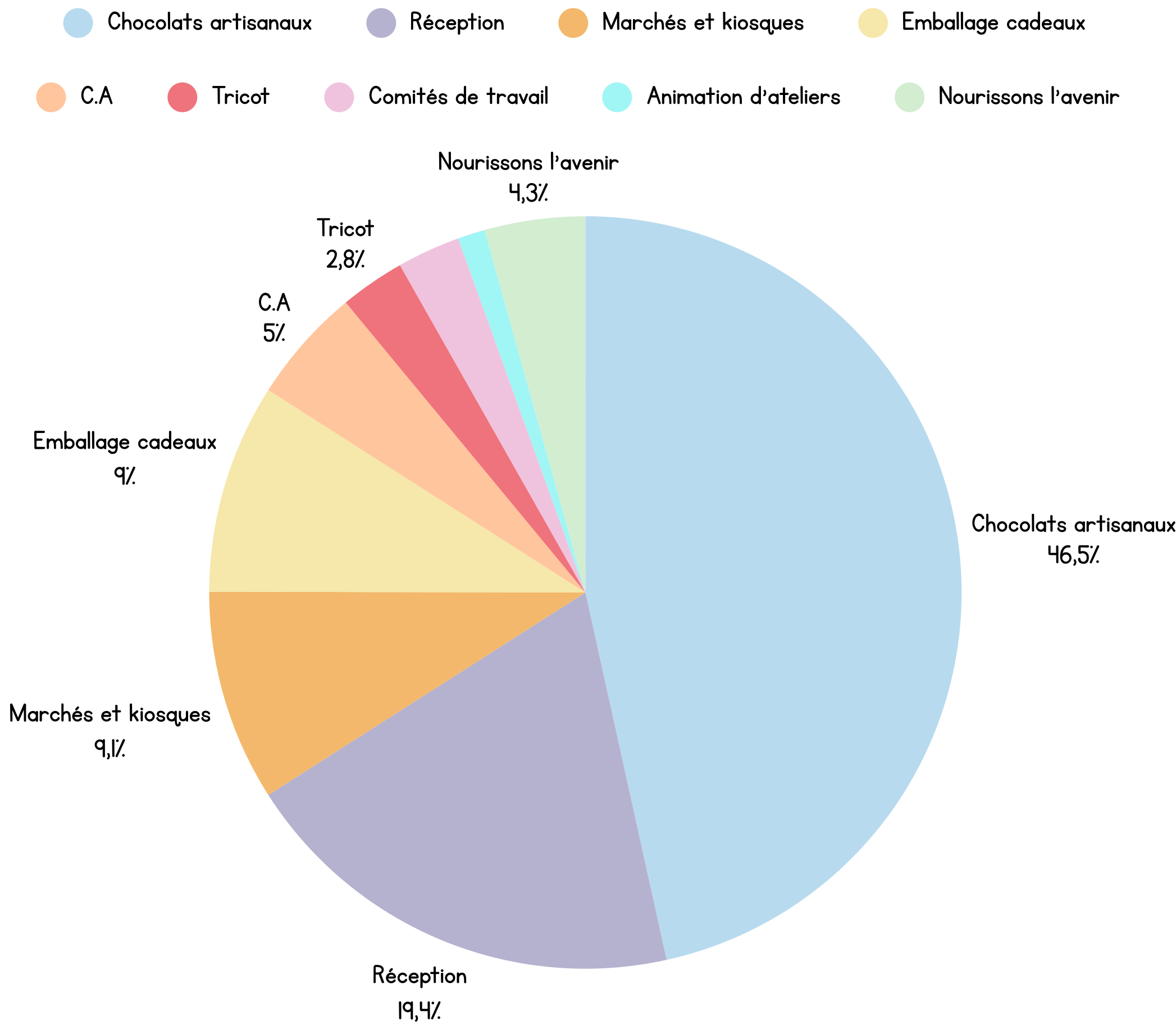


Merci à Lucie Robertson, éducatrice canine pour un ses dons de nourritures pour animaux qui ont pu être redistribué aux femmes.

Merci aux donateurs !

Implications bénévoles et vie associative

L'implication des bénévoles chez Ressources-Femmes est au cœur de notre mission. Chaque jour, ces personnes dévouées offrent leur temps et leurs compétences pour soutenir nos programmes et services. Leur engagement renforce notre capacité à offrir un espace accueillant et inclusif, où les femmes peuvent trouver du soutien, de l'éducation et des ressources pour renforcer leur autonomie. Grâce à leur aide précieuse, nous pouvons étendre notre impact et continuer à promouvoir l'égalité des genres et le bien-être des femmes dans notre communauté.



Cette année, 48 bénévoles ont contribué à la vie associative de Ressources-Femmes en offrant un total de 3 589 heures de bénévolat. Leur implication s'est manifestée dans de nombreux secteurs, notamment les activités de financement, l'accueil, les projets spéciaux, les comités de travail et le conseil d'administration. Leur engagement et leur générosité jouent un rôle essentiel dans la réalisation de notre mission et le dynamisme de notre organisme.



48 bénévoles



3 589 heures



Le Décomité est un groupe de femmes créatives qui se réunissent pour réaliser des collections artisanales en autofinancement et embellir les locaux du Centre pour les événements.



Les marchés et kiosques constituent une belle occasion de faire connaître le Centre à travers la région. Grâce à l'implication précieuse de nos bénévoles, ils permettent également de promouvoir et de vendre les produits du Centre, contribuant ainsi à son autofinancement.

Nourrissons l'avenir



Soutien humain et bienveillant

Nourrissons l'Avenir est un service de soutien bénévole à domicile, où des marraines dédiées s'engagent à offrir quelques heures par semaine pour accompagner et soulager les familles durant la première année de vie de leur bébé.

Un moment de répit chaque semaine

Rupture d'isolement

NOMBRE DE MARRAINAGE DE SEPTEMBRE 2025 À MARS 2026

6

Reconnaissance bénévole

Gala reconnaissance bénévole 2025

PARTICIPANTES

30

Merci



AGA 2024-2025

L'assemblée générale annuelle (AGA) c'est une réunion annuelle où les membres se rassemblent pour discuter des activités passées, approuver le budget à venir, élire les administratrices du conseil d'administration et prendre des décisions importantes pour l'organisation.

ACTIVITÉ

DATE

NB PARTICIPANTES

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

26 juin 2025

22

Concertations et représentations

Dans le contexte communautaire, la concertation fait référence à un processus de collaboration et de dialogue entre divers acteurs.

REPRÉSENTATION DES SERVICES DU CENTRE		
JOURNÉE DE LA FAMILLE D'ACTON VALE - 9 JUIN 2025 LE PHARE - 16 SEPTEMBRE 2025 NOUVEAUX ARRIVANTS D'ACTON VALE - 19 NOVEMBRE 2025 CONSEIL DE VILLE D'ACTON VALE - 9 FÉVRIER 2026		4 présentations
TABLES DE CONCERTATION LOCALES	NB RENCONTRES	MEMBRE
TABLE PARTENAIRE PETITE ENFANCE- FAMILLE 0-5 ANS DE LA MRC D'ACTON	5	x
COMITÉ COORDINATION		
 Table des partenaires Petite Enfance - Famille 0 - 5 ans de la MRC d'Acton	La Table, regroupe des organisations de divers secteurs œuvrant en promotion, prévention et protection de la santé en vue de l'amélioration des conditions de vie et de la santé des familles et des enfants de 0 à 5 ans.	
TABLE DES PARTENAIRES JEUNESSE DE LA MRC D'ACTON	4	x
 Table des partenaires Jeunesse de la MRC d'Acton	La Table regroupe des organisations à but non lucratif œuvrant auprès des jeunes entre 6 et 17 ans et leur famille, ainsi qu'auprès des jeunes adultes de 18 à 35 ans.	
TABLE DES PARTENAIRES AÎNÉES	3	x
 Table des partenaires AÎNÉS de la MRC d'Acton	La Table regroupe des organisations de divers secteurs en promotion et prévention de la santé et à l'amélioration des conditions de vie des aînés de la MRC d'Acton.	
CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE DE LA RÉGION D'ACTON	16	x
C.A, AGA, COMITÉ DE TRAVAIL, ACTIVITÉ DE RÉSAUTAGE ET LAC À L'ÉPAULE		
 Corporation de développement communautaire de la région d'Acton	La Corporation de Développement Communautaire (CDC) est un regroupement d'organisations communautaires, locales et multisectorielles, qui œuvrent dans divers champs d'activité sur le territoire de la MRC d'Acton Vale.	
TABLE DE CONCERTATION EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE	2	x
CUISINES COLLECTIVES, FRIGO COMMUNAUTAIRE,....		

Une table de concertation en sécurité alimentaire est une instance qui rassemble divers acteurs d'un territoire pour discuter et agir sur les enjeux liés à la sécurité alimentaire

COMITÉ LOGEMENT/HABITATION DE LA MRC D'ACTON	1	x
--	---	---

Le Comité logement/habitation de la MRC d'Acton est un espace de concertation réunissant divers acteurs du milieu engagés à améliorer les conditions d'habitation sur le territoire. Il vise à identifier les enjeux liés au logement, à promouvoir l'accès à des logements adéquats, abordables et sécuritaires, et à soutenir le développement de solutions durables adaptées aux besoins de la population locale.

TABLE DE CONCERTATIONS RÉGIONALES	NB RENCONTRES	MEMBRE
TABLE DE CONCERTATION DES GROUPES DE FEMMES DE LA MONTÉRÉGIE	9	x

COMITÉ DE LUTTE CONTRE L'ANTIFÉMINISME



Notre travailleuse Catherine réalise une entrevue pour la table dans le cadre de la mobilisation « Je marche pour... », liée aux revendications de la MMF.

Table visant la promotion la concertation entre les groupes de femmes de la Montérégie en vue d'améliorer et de changer les conditions de vie des femmes sur les plans économique, politique et social.

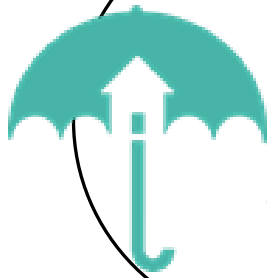
TABLE RÉGIONALE DES CENTRES DE FEMMES DE LA MONTÉRÉGIE-ESTRIE	5	x
---	---	---

Instance régionale de collaboration regroupant les centres de femmes de la Montérégie-Estrie, la table de concertation vise à favoriser le partage d'expertise, la concertation autour des enjeux touchant les femmes, ainsi que la défense collective de leurs droits.

TABLE DE CONCERTATION RICHELIEU-YAMASKA VIOLENCE CONJUGALE ET FAMILIALE/AGRESSION SEXUELLE	12	x
--	----	---

COMITÉ GESTION + COMITÉ 12 JOURS D'ACTION CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

Table favorisant le partenariat pour prévenir, dépister et contrer la violence conjugale, familiale et les violences sexuelles.



Conférence « Porter plainte : pour un meilleur accompagnement des survivant·es », offerte par la Léa Clermont Dion et financée par la Table de concertation et organisée par le comité des 12 jours d'action, dont le Centre fait partie.



L'R DES CENTRES DE FEMMES DU QUÉBEC	2	x
-------------------------------------	---	---

CONGRÈS, AGA, AGE ET WEBINAIRES



L'R des centres de femmes du Québec, c'est le plus grand regroupement féministe d'action communautaire autonome au Québec. L'R représente les centres de femmes à plusieurs tables de concertation ou de recherches, à l'image des intérêts de ses membres et des priorités déterminées par l'Assemblée générale annuelle.



L'équipe de travail du Centre Ressources-Femmes avec ses conseurs du Centre L'Autonomie en soie, situé à Saint-Hyacinthe

Catherine, avec Manon Massé, militante féministe et femme politique québécoise,



Carole en plein vote pour une proposition de revendication, comme déléguée

Formations

Les formations visent à renforcer les compétences spécifiques des travailleuses et des administratrices du Centre allant de la sensibilisation aux questions de genre jusqu'à la conformité et la bonne pratique en intervention. Le tout pour optimiser les services offerts par le centre.

FORMATIONS	DATE	PARTICIPANTES
JOURNÉE DE LUTTE À L'ANTIFÉMINISME TCGFM	9 avril 2025	Catherine Gazaille & Laura Costes-Brunelle
LA LOI DE LA PROTECTION DE LA JEUNESSE DÉMYSTIFIÉE - DPJ	6 mai 2025	Laura Costes-Brunelle
LES MEILLEURES PRATIQUES EN ACCUEIL, INTÉGRATION ET GESTION DE LA DIVERSITÉ	8 mai 2025	Laura Costes-Brunelle
FORMATION À L'ANIMATION D'UNE SÉANCE DU PROGRAMME « CE N'EST PAS CORRECT ! » - CIUSSS	22 mai 2025	Catherine Gazaille & Laura Costes-Brunelle
DÉBATS POLARISÉS ET POLAISANTS COMMENT ABORDER DES SUJETS SENSIBLES EN CONTEXTE ÉDUCATIF	19 juin 2025	Catherine Gazaille
SAVOIR, AGIR ET COMBATTRE LES VIOLENCES SEXUELLES ENVERS LES FEMMES IMMIGRANTES	25 septembre 2025	Catherine Gazaille
ACCOMPAGNER L'AUTRE C'EST : S'ACCOMPAGNER SOI-MÊME (DEUIL) LES AMIS DU CRÉPUSCULE	17 septembre au 19 novembre 2025 (30h)	Laura Costes-Brunelle



Dans le cadre de cette formation, j'ai eu l'occasion de réfléchir à l'accompagnement des usagères du Centre en lien avec le deuil. Cette expérience a été profondément enrichissante et elle m'a permis d'être mieux outillée pour soutenir la clientèle. Elle a également nourri la mise en place d'une activité dédiée aux femmes ayant vécu ou vivant avec le deuil, offrant ainsi un espace d'écoute, de partage et de soutien

-Laura

MICROPROGRAMME DE IER CYCLE EN ÉLÉMENTS DE GESTION	 Université de Sherbrooke	Janvier 2026 à mars 2026	Catherine gazaille
---	--	-----------------------------	--------------------

En tant qu'adjointe à la direction, je suis vraiment reconnaissante que le conseil d'administration m'ait offert cette opportunité de parfaire mes connaissances et mon expérience en gestion. C'est pour moi une belle occasion de développement professionnel et universitaire, et je suis heureuse de pouvoir contribuer davantage et d'assumer de nouvelles responsabilités au sein du Centre.

Merci également au PSOC
financé par le CISSS de la Montérégie-Centre!



-Catherine



FORMATION INTELLIGENCE ARTIFICIELLE - ÉCOSIA	10 février 2026	Carole Bessette & Catherine Gazaille
FORMATION SUR LE FONCTIONNEMENT DE L'AIDE SOCIALE	17 mars 2026	Catherine Gazaille & Laura Costes-Brunelle

Revue de presse



La Pensée
de Bagot

29 OCTOBRE 2025 - 07:00

ACTON VALE

Une première édition réussie pour la Nuit des sans-abri

Le Centre a eu le plaisir de collaborer et de s'impliquer dans le cadre de la première édition de la Nuit des sans-abri à Acton Vale. Cette initiative importante a permis de sensibiliser la communauté aux réalités vécues par les personnes en situation d'itinérance ou de grande précarité, tout en favorisant un espace de solidarité, d'échange et de mobilisation collective.

La parution de l'article « Pour une justice près de chez vous » dans La Presse a permis de mettre en lumière l'implication du Centre Ressources-Femmes dans le projet des juristes mobiles et son rôle dans l'accompagnement des femmes de la communauté. Cette visibilité a contribué à faire rayonner l'importance de l'accès à des services juridiques de proximité, accessibles et adaptés aux réalités des femmes.



« Ça fait longtemps qu'on nous avait demandé si c'était possible de faire venir un notaire ou un avocat pour répondre aux questions des membres », observe Catherine Gazaille, directrice adjointe et intervenante chez Ressources-Femmes. Quand elle a été contactée par M^c Grigevic-Lesage pour le projet, elle a sauté sur l'occasion.

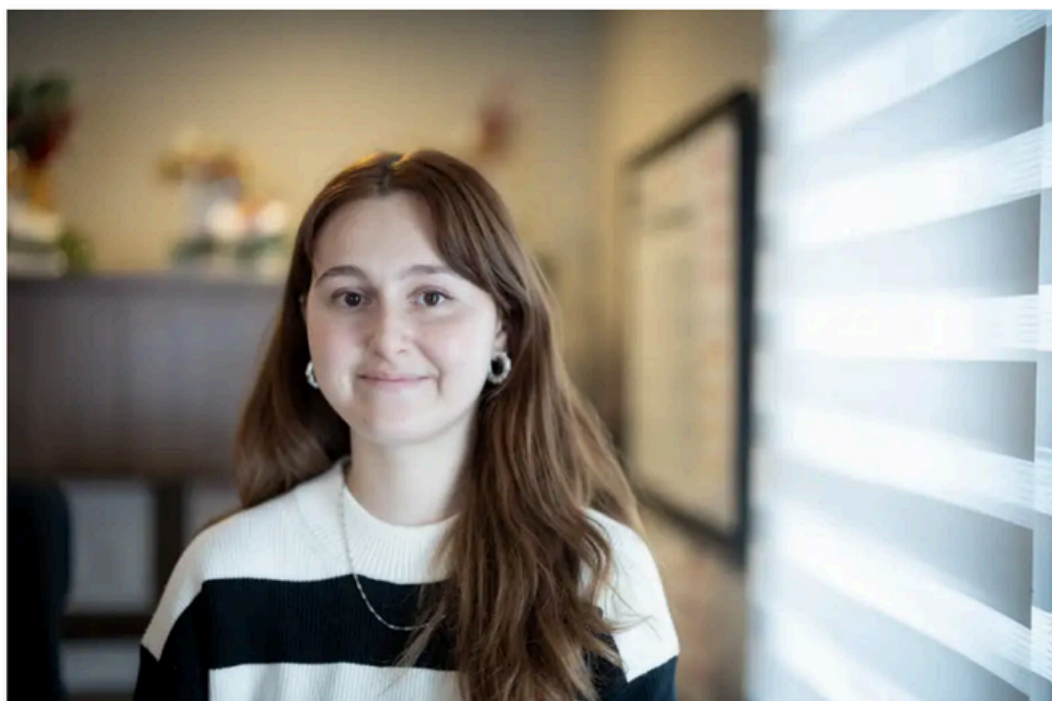


PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE
Catherine Gazaille



PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE
La retraitée, désormais sculptrice, Danielle Guay



« On est loin de la justice dans la MRC d'Acton, donc ça nous permet de poser toutes les questions nécessaires, pour savoir si ça vaut la peine d'aller consulter

REF

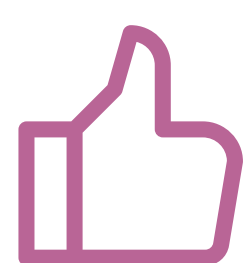
Réseaux sociaux

Dans le cadre de sa mission de sensibilisation et de mobilisation, le Centre de Femmes a poursuivi le développement de sa présence sur les réseaux sociaux tout au long de l'année.

La gestion des réseaux sociaux s'inscrit dans une stratégie globale visant à renforcer la visibilité du Centre et de ses activités, informer sur les événements et campagnes, mobiliser la communauté autour des enjeux liés aux droits des femmes et à l'égalité, et valoriser les initiatives et partenariats réalisés.

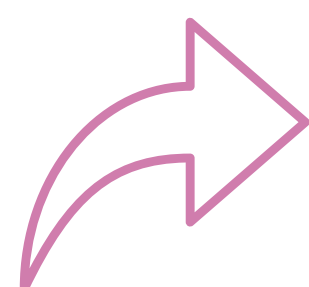
Le Centre est principalement actif sur Facebook, utilisé pour relayer les événements, diffuser les informations importantes et partager des contenus engagés et accessibles.

Interactions



RÉACTIONS

200



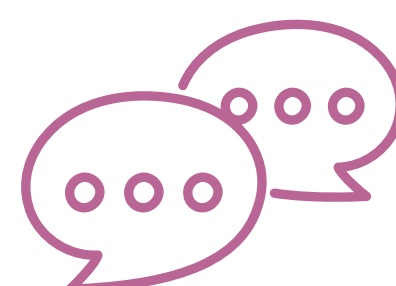
PARTAGES

57



COMMENTAIRES

27



CONVERSATIONS

28

Les contacts via Messenger permettent de répondre rapidement aux demandes et d'assurer un échange fluide et efficace avec les personnes rejointes.

Vues



19 922 VUES
à **154 335**

675%



L'augmentation significative des vues s'explique principalement par une plus grande diffusion du contenu auprès de nouvelles audiences. En effet, 61,9 % des vues proviennent de personnes qui ne suivent pas la page, ce qui démontre une portée accrue au-delà de la communauté actuelle et une meilleure visibilité des publications.



61.9% Non-followers
38.1% Followers

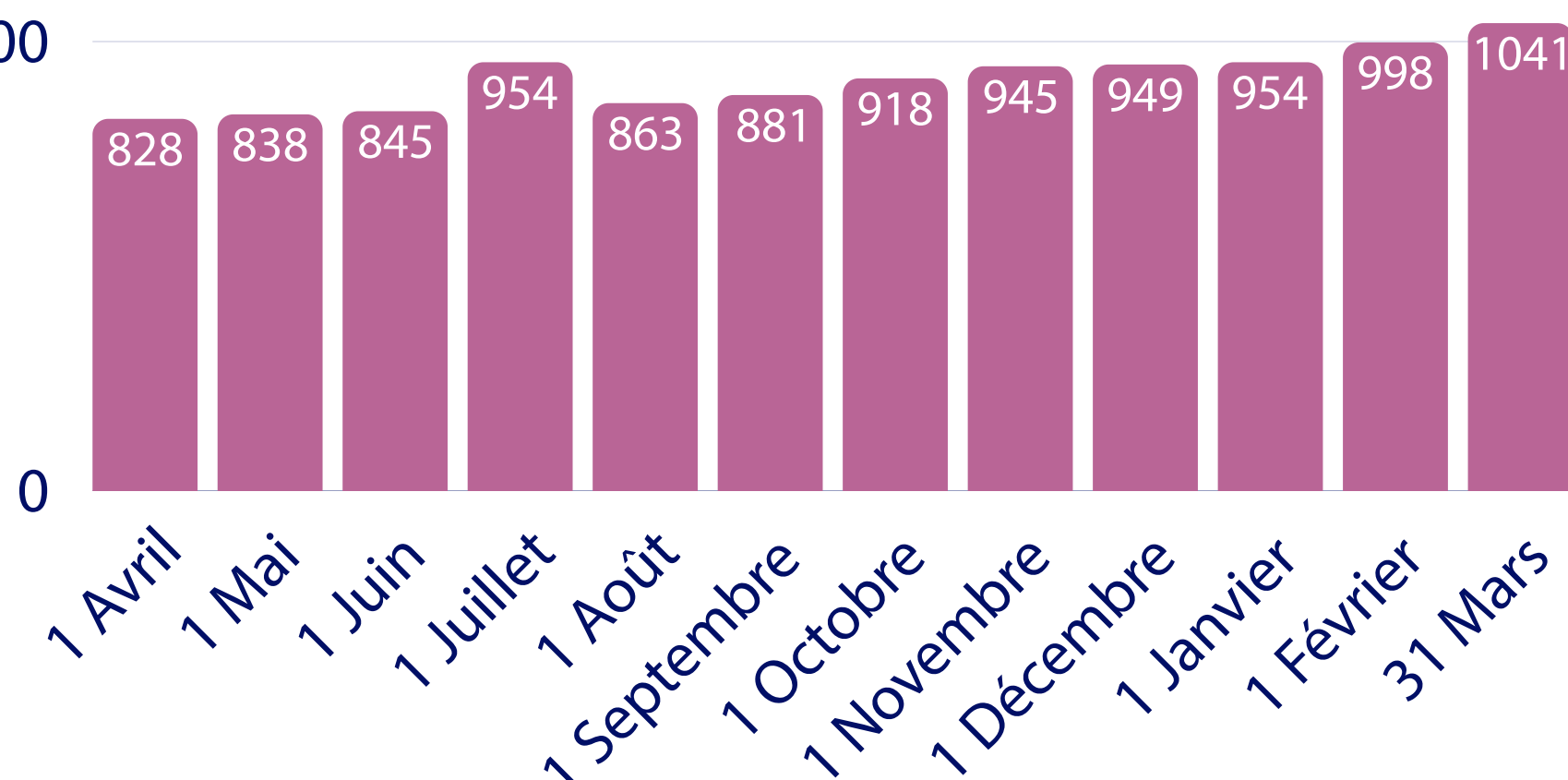
Abonné.e.s

2000

817 ABONNÉ.E.S
à **1041**

31%

1000



Perspectives et Priorités 2026-2027

Créer et maintenir les services aux besoins des femmes de la Région

- Mettre en place des mécanismes de rétroaction auprès des participantes afin d'améliorer les services ;
- Développer une infolettre afin de maintenir un lien régulier avec les membres et les tenir informées des activités et services du Centre ;
- Explorer le développement de points de service ou d'ateliers mobiles dans les municipalités plus éloignées afin d'assurer une présence équitable du Centre sur tout le territoire de la MRC d'Acton ;
- Mettre en place un milieu de vie au sein du Centre, rendu plus propice par l'aménagement du nouveau bâtiment, offrant un espace libre, accueillant et inclusif favorisant les rencontres, les échanges et le bris de l'isolement, sans obligation de participation.

Créer et maintenir les partenariats

- Établir des partenariats avec d'autres organisations locales pour étendre les services offerts;
- Participer à des initiatives régionales ou nationales pour influencer les politiques publiques en faveur des droits des femmes;
- Co-développer des programmes ou des initiatives avec les partenaires pour répondre aux besoins identifiés.

Intensifier la recherche d'un financement de base

- Analyser les sources actuelles de financement du centre (subventions publiques, dons privés, partenariats, etc.) ;
- Repérer et évaluer les opportunités de financement gouvernementales, communautaires et privées pertinentes aux activités du centre, en vue de diversifier les ressources ;
- Assigner du personnel ou des bénévoles pour la recherche de subventions et la rédaction de propositions ;
- Mener une réflexion approfondie sur la création d'une fondation visant à encadrer, soutenir et pérenniser le financement de l'organisme.

Développer le Centre Ressources-Femmes

- Maintenir la formation du personnel et des bénévoles sur les meilleures pratiques en matière de services aux femmes ;
- Mise en place de la stratégie d'aménagement des lieux du nouveau local acquis, dans une optique d'accessibilité universelle, de confort et de fonctionnalité ;
- Bonifier l'offre de services en développant des volets spécialisés répondant davantage aux besoins de la clientèle jeunesse ;
- Renforcer la cohésion entre les différents groupes bénévoles du Centre en développant des projets et activités transversales, afin de briser le cloisonnement, favoriser la collaboration et consolider un sentiment d'appartenance commun, afin de transitionner d'un passage du je au nous ;
- Rendre visible notre approche féministe intersectionnelle afin de mieux rejoindre les femmes aux réalités parfois moins visibles ou moins entendues, de favoriser leur identification au Centre et de s'assurer que toutes puissent participer pleinement à la vie du Centre.

Conclusion et remerciements

Chères membres du centre, nous vous vouons une gratitude infinie d'être présente et de faire de notre mission, une réelle passion.

C'est un plaisir de vous côtoyer dans nos activités et dans l'espace sécuritaire que nous tentons toujours d'améliorer pour vous toutes.

Nous espérons être en mesure de toujours répondre à vos besoins et d'être à la hauteur de vos attentes.

Nous sommes heureuses de pouvoir vous offrir des programmations avec des activités qui vous interpellent et qui vous donne envie de faire partie de cette belle communauté de femmes qui tissent des liens entre elles.

Cette année à été marquée de beaux souvenirs, d'activités stimulantes et de belles sorties.

Nous espérons toujours pouvoir nous réinventer pour vous permettre d'apprendre dans l'amusement et de créer des opportunités de vous épanouir collectivement.

Nous sommes choyées de vous avoir dans nos vies et nous espérons vous voir encore de nombreuses années à travers l'espace grandissant qu'est le Centre Ressources-Femmes.

Merci pour tout,

Les travailleuses du Centre Ressources-Femmes de la région d'Acton

Merci



Ressources Femmes

DE LA RÉGION D'ACTON



Lundi au Vendredi 8h30 à 12h00 13h00 à 16h30



1018, Rue Daigneault, Acton Vale, J0H 1A0



450-546-3366



info@ressources-femmes.org



<https://www.ressources-femmes.org/>

