

indécence survie humiliation injustice anxiété colère

frustration honte étau eenele vieieux insécurité pas de rêves solitude

# LA PAUVRETÉ DES FEMMES



frustration honte étau eenele vieieux insécurité pas de rêves solitude

UN ENFER PRIVÉ, UNE AFFAIRE PUBLIQUE

indécence survie humiliation injustice anxiété colère

LA PAUVRETÉ  
DES FEMMES  
UN ENFER PRIVÉ  
UNE AFFAIRE PUBLIQUE



L' R D E S  
C E N T R E S D E  
F E M M E S  
D U Q U É B E C

---

2 0 0 8

COORDINATION DU PROJET ET COLLABORATION À LA RÉALISATION : Odile Boisclair et France Bourgault

CHARGÉE DE PROJET ET RÉDACTION : Fannie Valois-Nadeau

ÉLABORATION DU QUESTIONNAIRE DE L'R : Nesrine Bessaih

RÉVISION ET CORRECTION : Josette Catellier

UN REGARD EXTÉRIEUR : Félix Ruel

IDÉE ORIGINALE : Comité d'Analyses et de Stratégies Politiques (CASP)

CONCEPTION GRAPHIQUE : Anne Côté, Tutti Frutti

*Merci à toutes les femmes qui ont livré généreusement leurs témoignages !  
Merci aux centres qui ont recueilli les témoignages et nous les ont fait parvenir !*

**L'R des centres de femmes du Québec**

110 rue Ste-Thérèse, bureau 507, Montréal (Québec) H2Y 1E6  
téléphone : 514-876-9965 télécopieur : 514-876-9176  
info@rcentres.qc.ca

L'R est soutenu financièrement par ses membres et par le Ministère de la Santé et des Services sociaux.

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2008

Dépôt légal – Bibliothèque nationale du Canada, 2008

ISBN : 978-2-920747-26-5

2008

## TABLE DES MATIÈRES

Présentation de L'R .....	04
Introduction .....	05
Bref historique du projet .....	06
La pauvreté vue de l'intérieur : des blessures à la colère .....	07
La pauvreté au quotidien : le casse-tête de la subsistance .....	15
Pour atteindre l'autonomie financière : des solutions collectives ! .....	23
Conclusion .....	35
Liste des centres de femmes participants.....	36
Manifeste contre la pauvreté et l'exclusion des femmes !.....	37

## L'R



C'est au tout début des années 1980 que la plupart des centres de femmes ont vu le jour partout au Québec, spontanément, sans qu'il y ait d'action concertée. Ils sont nés du féminisme des années 1970, un féminisme qui s'est tracé un chemin dans le quotidien même des femmes.

En janvier 1984, 53 centres de femmes du Québec se rencontrent pour la première fois. Ce rendez-vous historique contribue à briser l'isolement des centres de femmes et provoque une prise de conscience de leur force collective. Un an plus tard, après une vaste consultation dans toutes les régions du Québec, plus de 80 centres de femmes fondent un regroupement provincial. En juin 1985, L'R des centres de femmes du Québec est né! Depuis, le nombre d'adhésions n'a cessé d'augmenter. Aujourd'hui, L'R compte 101 membres présents sur tout le territoire du Québec.

Toutes les femmes, militantes, travailleuses, membres de conseil d'administration, participantes dans les centres sont rassemblées autour d'un projet féministe. Les détails de ce projet féministe sont définis dans la *Base d'unité politique*, qui demeure le document de référence incontournable pour bien comprendre les principes et les valeurs défendus par les centres de femmes et L'R.

Depuis le tout début, les centres travaillent plus particulièrement sur quatre problématiques présentes dans la vie des femmes : l'isolement psychosocial, la santé (tant physique que mentale), la violence et la pauvreté. Cette dernière problématique constitue un des obstacles majeur à l'atteinte de l'égalité aussi bien de droit que de fait. De plus, la pauvreté contribue à exacerber les autres problèmes vécus par les femmes.

Afin d'améliorer les conditions de vie des femmes, les centres se sont donné trois axes de travail que l'on retrouve dans chacun des centres : les services, les activités éducatives et l'action collective.

La « manière de faire » développée dans les centres permet d'agir de façon globale en évitant de découper les problèmes des femmes. En les considérant plutôt comme étant interreliés, on ne peut les aborder de façon séparée. Ainsi, on ne peut réduire une femme à sa condition: elle n'est pas que pauvre ou malade.

Les centres reconnaissent l'expertise des femmes à déterminer ce qui est bon pour elles et ce qui pourrait améliorer leurs conditions de vie. On le constatera, ici encore dans ce recueil de témoignages, les femmes développent des stratégies tant individuelles que collectives pour améliorer leurs sort et par ricochet celui de leur famille. Elles préconisent des solutions et ont des revendications pour améliorer leurs conditions de vie. C'est dans leurs « savoirs » que se trouve le sens des luttes que mènent les centres avec les femmes partout au Québec.

## INTRODUCTION

La pauvreté des femmes ne sera jamais trop décriée. Masquée par une soi-disant égalité des droits et un projet d'équité salariale, la situation économique des femmes se trouve dans les faits beaucoup plus inégale que le supposent les textes de loi. Bien que le Canada soit signataire du PIDESC (Pacte international relatif aux droits économiques, sociaux et culturels) assurant un niveau de vie décent pour tous, les femmes constituent les premières victimes du manque d'investissements des gouvernements dans ces secteurs. Trop peu diffusées dans l'espace public, les données relatives à la pauvreté des femmes au Québec sont éloquentes<sup>1</sup> :

- > en 2005, 70% des emplois à temps partiel étaient occupés par des femmes;
- > en 2006, bien qu'elles représentaient 46% des employés en général, les femmes détenaient 70% des emplois au salaire minimum;
- > à l'heure actuelle, les femmes âgées et les mères monoparentales sont les femmes les plus touchées par le manque de mesures sociales (elles sont respectivement 28% et 46% sous le seuil de pauvreté).

De plus, l'idéologie patriarcale encore trop présente dans notre culture ne favorise pas la pleine équité entre les parcours de vie des femmes et des hommes. Souvent responsables de tout ce qui relève de la sphère privée, les femmes doivent conjuguer toute une série de contraintes qui entravent le libre exercice du travail : il a été comptabilisé dans une récente étude de l'Association féminine d'éducation et d'action sociale (Aféas) que les femmes accomplissent généralement deux fois plus de tâches ménagères que les hommes. Également, en 2001, 80% des familles monoparentales avaient une femme comme cheffe de famille. La pression est donc grande sur les épaules des femmes.

Mais au-delà des chiffres et des statistiques, il y a une vie concrète et réelle qui se déroule au quotidien dans une logistique de survie digne d'une époque où le filet social n'était pas tissé. Notre projet est donc d'accorder une parole aux femmes dont l'on tait la situation, dont l'on travestit le vécu quotidien par une série de stéréotypes méprisants. À travers la centaine de témoignages qu'ont émis les femmes fréquentant les centres de femmes, nous avons lu d'abord un cri du cœur qui déplore cette situation, dont chacune souhaiterait sortir.

Au véritable casse-tête de la survie quotidienne s'ajoute ensuite un labyrinthe de services publics insuffisants. Face au manque de moyens, des choix déchirants s'imposent dans les priorités du budget : les factures, le loyer ou l'épicerie d'abord ? Dans l'impossibilité de tout payer, les « sacrifices » sont nombreux et les besoins des femmes viennent souvent en fin de liste. Ces besoins resteront inassouvis comme tous les autres services qui assurent le bien-être et le bon fonctionnement du corps humain (dentiste, optométriste, chiropraticien, coiffeur, etc).

---

<sup>1</sup> Toutes les statistiques sont tirées du document *La pauvreté : une décision politique* (2007) produit par Nesrine Bessaïh et L'R des centres de femmes du Québec.

Car les femmes vivant en situation de pauvreté n'ont pas les moyens de rester en santé (et encore moins de l'espérer parfaite). Aussi, la pauvreté ne se réduit pas seulement à une insuffisance de moyens; elle est également synonyme de stress, d'insécurité, de honte, d'isolement.

Ces femmes ont livré des témoignages qui rappellent que chaque être humain a le droit de vivre dans la dignité et la sécurité. Les femmes doivent être en mesure de vivre adéquatement lorsqu'elles divorcent, prennent leur retraite ou lorsqu'elles sont malades. Et l'État peut faire en sorte que cette situation s'améliore. Ces femmes en situation de pauvreté sont inventives (la débrouillardise, elles connaissent) et, vous le verrez, il y a des solutions pour mettre un terme à cette condition. Mais aussi, en tant que citoyennes, ces femmes portent en elles un discours politique et une multitude de revendications qui visent, dans le fond, uniquement une égalité effective et l'accès à un niveau de vie décent. Ainsi, ce recueil de témoignages a pour mandat de refléter des pistes de solutions nécessaires et réalistes. Car, ne l'oublions pas, comme L'R des centres des femmes l'a déjà décrit, la pauvreté n'est pas un choix; c'est une décision politique.

## **BREF HISTORIQUE DU PROJET :**

- En 2007, les centres de femmes adoptaient en assemblée générale la proposition « que L'R et les centres, dans la lutte à la pauvreté et à l'appauvrissement des femmes, revendiquent un revenu décent de même que des services publics et des programmes sociaux universels ».
- À l'hiver 2008, le Comité d'Analyses et de Stratégies Politiques (CASP) émet l'idée d'un recueil de témoignages. Pour faire suite au *Manifeste contre la pauvreté et l'exclusion sociale*<sup>2</sup>, le comité propose que ce recueil serve d'outil de sensibilisation et de revendication auprès des éluEs.
- L'R conçoit un questionnaire pour mieux cerner la problématique de la pauvreté. Au cours du printemps 2008, les questionnaires sont remplis partout à travers le Québec.
- En juin 2008, L'R des centres de femmes a reçu plus d'une centaine de témoignages de femmes vivant la pauvreté au quotidien.

*Nota bene: Nous avons choisi de présenter les témoignages de la façon dont ils nous sont parvenus. Hormis un petit travail de synthèse, nous avons cherché à respecter l'intégrité des témoignages qui ont été livrés.*

---

2 Pour plus de références, voir l'annexe ou le blogue de L'R des centres de femmes au <http://cybersolidaires.typepad.com/r/2007/08/contre-la-pauvr.html>

## LA PAUVRETÉ VUE DE L'INTÉRIEUR : DES BLESSURES À LA COLÈRE

*Pauvreté = petit mot pour une si grosse situation désagréable*  
*Anonyme, Centre de femmes L'Héritage*



Être pauvre, c'est d'abord vivre dans un état permanent de stress et d'angoisse car l'avenir comme le présent n'offrent aucune garantie. La pauvreté épuise et gruge l'énergie : les soucis financiers envahissent l'esprit tandis que le travail et la maladie occupent tout le corps. Lorsqu'elles tombent malades, qu'elles ne peuvent remplacer un appareil défectueux et/ou qu'elles doivent faire face à un divorce, la vie est rapidement susceptible de basculer. Dans une telle condition de vulnérabilité, les femmes vivent un état d'insécurité continu. Subir la pauvreté laisse également des marques profondes : être confrontée aux préjugés, au rejet et à l'humiliation affectent l'estime et la confiance en soi. À travers ces témoignages, on comprend que la pauvreté n'est pas un choix, mais bien une condition dans laquelle, sans l'aide de l'État, il est bien difficile d'en sortir.





## mon histoire

La plupart des gens connaissent en gros les causes et conséquences de la pauvreté. Mais dans le tourbillon du quotidien, chacun(e) occupé(e) et préoccupé(e) par l'instant présent, oublie les réalités de ces gens, et les **frustrations du quotidien** peuvent facilement refaire tomber dans les gros préjugés clichés.

L'aspect dont je voudrais parler c'est la difficulté à garder la tête hors de l'eau, à conserver une estime de soi lorsqu'on se sent continuellement à part, marginalisé. Je ne fume pas, bois pas, drogue pas. J'ai une certaine instruction, je suis érudite, plutôt intellectuelle. Les gens seraient surpris d'entendre ce que certain(e)s « BS » pourraient avoir à dire.

Le problème c'est **l'absence de sentiment d'appartenance**. On ne peut parler du voyage que l'on a fait ou fera, de l'entretien ou réparation de la voiture que l'on a pas, pelleter la neige, tondre le gazon, tailler la haie, nettoyer la gouttière, réparer le balcon, etc. On ne peut parler de la sortie que l'on a fait, du récent DVD que l'on a acheté, du film vu au cinéma, du repas super bon exotique à tel restaurant. Ni non plus de tel ou tel site internet où on a trouvé telle chose, pas plus du film ou documentaire vu à tel poste de télévision sur le câble. La Ronde, le Parc Safari, les glissements d'eau, les camps de jour, les cours de ceci cela pour les enfants, ou tel super vêtement acheté à rabais.

C'est une longue énumération mais c'est pour souligner comment ces conversations qui font partie du quotidien de tant de gens nous rappellent à chaque fois **notre différence, nos exclusions, notre marginalité**. La coiffeuse, l'esthéticienne, la naturopathe, etc. Ces continues et répétitives exclusions renforcent la pauvre estime de soi. On se croit moins bonnes, moins capables, étant sur le « BS ».

On oublie nous même nos problèmes de santé physique et psychologique et l'historique qui explique notre situation et nous nous jugeons selon les forts et tenaces jugements sociaux, ce qui nuit à la possibilité d'avoir des relations socio-affectives d'égal à égal et même à faire des études, à retourner travailler, et même parfois à demander de l'aide ! **On ne se sent pas « présentable »**.

Je pourrais faire une thèse sur la pauvreté mais on nous a demandé d'être courte.

VIVRE CONSTAMMENT  
DANS LE « ROUGE » NE  
DIMINUE PAS LE NIVEAU  
D'ANXIÉTÉ.

ANONYME

JE PANIQUE  
INTÉRIEUREMENT  
FACE AUX COMPTES  
COUANTS.

ANONYME, CENTRE-FEMMES  
LA PASSERELLE DU KAMOURASKA

JE SUIS TANNÉE DE  
TOUJOURS TRAVAILLER  
POUR SURVIVRE. JE NE  
VOIS JAMAIS LA FIN ET  
CE MALGRÉ LES EFFORTS  
QUE JE FAIS.

NATHALIE, CENTRE DE FEMMES  
DE SHAWINIGAN

## L'insécurité au quotidien

- › J'espère toujours que rien ne brise dans la maison. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES
- › Mon ex venait toujours me déranger au travail, j'ai perdu ma job. Je me suis retrouvée sur le bien-être. On vit de l'insécurité partout. J'ai tout le temps peur de toute... peur de manquer d'argent, peur d'avoir du trouble, peur de ne pas être en santé... ANONYME, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE
- › Je suis quelquefois paniquée, je pleure et j'ai hâte de quitter cette terre. ANONYME
- › Avec l'augmentation du prix du panier d'épicerie et des services tels que Hydro-Québec, je sens l'étai se resserrer et j'ai de moins en moins de choix économiques. ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS

## Un avenir qui fait peur

- ✕ C'est décourageant de voir qu'on ne peut pas améliorer notre situation. ANONYME, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON
- › J'ai peur de l'avenir lorsque je vais être plus vieille, pas de fonds de pension, pas d'assurance. ANONYME, CENTRE-FEMMES D'AUJOURD'HUI
- ✕ Avec quoi je vais vivre ou survivre quand je prendrai ma retraite? Si je réussis à en prendre une retraite! ANONYME, LA COLOMBE
- ✕ Dans mon entourage, 3 personnes sont décédées de cancer. J'envie leur place parce que je ne vois pas de porte de sortie. ANONYME
- › J'ai des sautes d'humeur, ça me rend fataliste et je me sens prise. ANONYME, CENTRE-FEMMES LA PASSERELLE DU KAMOURASKA
- ✕ Assistée sociale depuis plusieurs années, je me demande à chaque jour si je vais m'en sortir de ce cercle vicieux. MARGOT, COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET
- ✕ La pauvreté fait tellement partie de mon quotidien que je ne sais plus où j'en suis. Sylvie, CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU
- ✕ L'impossibilité de voir le bout du tunnel. J'essaie de ne pas y penser car je ne peux plus dormir. MARIE, CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN

## Quand l'injustice provoque colère et frustration

» Je vis de la colère, de l'injustice. Lorsque j'y pense trop, ça me rend malade *ANONYME, CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES DE BEAUPORT*

» Je trouve ça scandaleux le peu de revenu dont disposent beaucoup de femmes, c'est triste. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE*

» Beaucoup de colère. Je vois les riches s'enrichissent toujours plus, les pauvres de plus en plus pauvres et la classe moyenne s'appauvrit de plus en plus. *ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS*

» Je vis de la colère et de l'injustice. Tout le travail que j'ai fait à la maison : élever les enfants, prendre soin de mes parents et beaux-parents ce travail invisible n'a jamais été reconnu. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE*

» Je ressens une envie presque incontrôlable d'aller passer un séjour derrière les barreaux. Cela coûterait beaucoup plus d'argent au gouvernement qui passe son temps à s'acharner sur les pauvres et les enfants. Quelle honte ! *LOLA, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON*

» J'ai vécu beaucoup d'émotions négatives, la honte d'être en HLM, la jalousie envers les autres qui pour le même travail que moi ailleurs gagnaient suffisamment d'argent, l'envie de ne pas pouvoir aller au restaurant, la tristesse de ne pas pouvoir inscrire mes enfants à des activités sportives et culturelles. *M.M, CENTRE DE FEMMES AU QUATRE-TEMPS*

» Je suis très frustrée au point de vue gouvernemental. Les gouvernements savent très bien que c'est de l'injustice envers les citoyens qui, avec ce qu'ils reçoivent ne vivent pas mais ne font qu'exister. Ils se sentent démunis face à ceux qui ont plus d'argent surtout pour ceux et celles qui aimeraient travailler mais qui ne peuvent pas. *ANONYME, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON*

LES FEMMES VIVENT DES PROBLÈMES PARCE QU'ELLES SE SENTENT RESPONSABLES QUE ÇA MARCHE BIEN DANS LEUR FAMILLE ET AVEC LES AUTRES... SELON MOI, DANS LE BÉNÉVOLAT OU L'AIDE AUX PARENTS ET AUX ENFANTS, LE RÔLE DE LA FEMME EST RECONNU MAIS COMME DEVANT ÊTRE GRATUIT...

*JACINTHE, CENTRE DE FEMMES AU QUATRE-TEMPS*

ÇA ÉGRATIGNE  
EN DEDANS,  
ÇA FAÏT MAL.

ANONYME, CENTRE RESSOURCES  
POUR FEMMES DE BEAUPORT

NOUS PASSONS  
POUR DES  
MAUVAISES  
PAYEUSES.

ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE  
POUR FEMMES DE LA RÉGION DE  
L'AMIANTE

## Le sentiment d'injustice est amplifié quand on est monoparentale

↘ J'avais une colère qui m'habitait, une peur de ne pas avoir assez d'argent pour subvenir aux besoins essentiels et un manque de nourriture pour mon fils. J'ai passé des nuits blanches. *GAÉTANNE, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

↘ Je vis de la frustration, je ne peux prendre des décisions seules sur mes dépenses, il faut quémander au conjoint. J'ai des regrets, beaucoup. *ANONYME, ENTRE'ELLES GRANBY*

↘ C'est un cercle vicieux. Surtout avec les enfants qui veulent avoir tout ce que leurs amis ont. Je me sens souvent impuissante et frustrée. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES MEMPHRÉMAGOG*

↘ S'occuper de la maison, bien paraître, être cultivée sans jamais aller à aucun spectacle. La pauvreté est un cercle vicieux de l'inculture. *ANONYME, CENTRE-FEMMES D'AUJOURD'HUI*

## Et cette image erronée qui nous colle à la peau...

↘ Beaucoup de préjugés nous poursuivent. Nous avons une étiquette toute notre vie. J'étais autonome économiquement jusqu'au jour où tout a basculé. Ma vie fût complètement chambardée car des événements malheureux, comme le divorce, suivi d'une dépression majeure m'attendait. *FRANCINE, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

↘ Ce n'est pas très valorisant lorsque je me fais demander si je travaille. Je peux facilement lire dans leur visage «tiens, une autre qui passe du bon temps à se faire vivre par le gouvernement». *MIREILLE, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*

↘ Sentimentalement, pourtant je ne suis pas capable d'endurer un homme pire que moi et quelqu'un de mieux, je me dis : qui veut s'abaisser avec une B.S. ? *ANONYME*

## Isolées et rejetées : l'estime de soi en prend un coup

- ↳ Je me sens abaissée, je ne me sens pas dans la société. Je me sens rejetée. Je me dénigre et me rabaisse... ANONYMES, CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE, CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU, CENTRE-FEMMES LA PASSERELLE DU KAMOURASKA
- ↳ Je sens un manque de confiance, un sentiment de rejet me poursuit. FRANCINE, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE
- ↳ Face à mes frères et sœurs, je me sens à part parce que je me sens jugée, à leurs yeux je profite du système! ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE
- ↳ Je vis pauvrement, seule après un divorce. Je reçois un peu de rente du Québec et la pension de vieillesse avec le supplément. J'ai le sentiment d'infériorité lorsque je dois dire non à une invitation pour une sortie, resto, spectacle, vêtement, etc. ANONYME, ENTRE AILES DE SAINTE-JULIE

I LOST CONTACT  
WITH FRIENDS WHO  
I COULD NOT VISIT  
AS PUBLIC TRANSPORT  
WAS TOO EXPENSIVE.

ANONYME, FEMMES DU MONDE  
À CÔTE-DES-NEIGES

## L'humiliation de recevoir la charité

- ↳ Je vis dans la honte d'aller quémander de la nourriture à gauche et à droite (dans différents organismes de charité) et cela trahit ma confiance en moi. SYLVIE, CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU
- ↳ Pour survivre, l'humiliation d'aller chercher de la bouffe dans les organismes, avouons-le... pas toujours fraîche cette bouffe. ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE
- ↳ Je me sens souvent humiliée d'avoir à compter financièrement souvent sur mes proches. ANOUK, CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU
- ↳ Ils (l'aide sociale) m'ont obligée à repasser en Cour encore une fois pour que mon ex-mari me donne une pension... je le savais que j'aurais rien, c'est un manipulateur, mais j'avais pas le choix. J'ai pleuré, je me sentais ridiculisée. ANONYME, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE

I depend on  
kindness of people  
for donations and  
money.

ANONYME, CENTRE DES FEMMES  
ITALIENNES DE MONTRÉAL

JE VIS DU  
DÉCOURAGEMENT  
LORSQU'IL ARRIVE DES  
IMPRÉVUS CAR LES  
ÉCONOMIES Y PASSENT.

ANONYME

J'ai le sentiment  
d'avoir trop  
travaillé  
pour avoir si peu.

ANONYME

## Découragée, je suis au désespoir

«Ma santé est « hypothéquée » à cause de plusieurs maladies; donc incapable d'arrondir mes fins de mois d'aucune façon ! On a en marre à la fin de toutes ces augmentations partout, partout, dans tout finalement sauf dans notre revenu.  
*DIANE, CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN*

«Feel depressed. Feel inadequate to provide for my son. Feel stress running around. There is too much to think about.  
*ANONYME, CENTRE DES FEMMES ITALIENNES*

«Je me sens isolée. Je suis souvent en dépression, je prends régulièrement des médicaments et je suis toujours fatiguée.  
*LINDA D., CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU*

## Épuisées, les femmes sont à bout de souffle

«Monoparentale depuis 18 ans, je suis épuisée de calculer des cennes... je me couche le soir et parfois...souvent même en pleurant. *JOSÉE, COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET*

«Je réagis même de façon plus agressive dans ma vie de tous les jours. *JOSÉE... UNE MÈRE À BOUT DE SOUFFLE, COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET*

«Je trouve ça injuste d'avoir à travailler à 2 endroits parce que l'emploi dans mon domaine ne peut m'assurer une qualité de vie. Je me sens découragée, très fatiguée. *ANONYME, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*



## LA PAUVRETÉ AU QUOTIDIEN : LE CASSE-TÊTE DE LA SUBSISTANCE

*PAS DE VIE = SURVIE*

*ANONYME. CENTRE DES FEMMES L'ÉTINCELLE*



**Les femmes trouvent des moyens pour minimiser les impacts de la pauvreté dans leur famille et dans leur vie à elles.**

Ne pas être autonome économiquement signifie quotidiennement calculer serré et se débrouiller avec peu pour survivre. Mais la pauvreté veut dire aussi se priver, couper sur tout, ne plus avoir de choix, vivre de l'isolement et être obligée de quémander. La santé des femmes, tant physique que mentale, est la première à écoper. Fréquentant dans une large mesure des services de cuisines collectives, des comptoirs alimentaires et des friperies, les femmes ont besoin de plus de moyens pour atteindre un niveau de vie décent. C'est pourquoi nous croyons que sans l'augmentation de l'aide sociale, du salaire minimum et des allocations (familiales, CSST, etc.) ces femmes n'auront pas la possibilité d'atteindre une réelle autonomie financière.





## mon histoire

L'histoire commence dans ma tendre enfance où je vivais aisément, à l'abri du besoin jusqu'au jour où mes parents se sont divorcés. Pour mon père, ce n'était pas un problème, mais ma mère a dû repartir les mains vides et tout recommencer. Les premiers temps, j'habitais avec mon père et j'allais visiter ma mère. Elle nous accueillait sur des matelas gonflables de camping et les tables de chevets étaient en carton. La table de pic-nic nous servait de set de cuisine et nous avions des coussins par terre pour faire le divan. **C'était là mon premier contact avec la pauvreté.**

Plus tard, à 16 ans, alors que ma mère était remariée et que nous vivions tous à Montréal, nous devons déménager à St-Jean-sur-Richelieu. Afin de terminer mon secondaire V, j'ai logé à Montréal, chez les parents de l'enfant que je gardais à l'époque : en échange de mes services de gardiennage et de leçon d'ordinateur que je donnais à la petite. La fin de semaine je montais à St-Jean.

Plus tard, je suis retournée dans ma famille, mais **la violence qui s'était installée dans le couple** de ma mère m'obligea à partir définitivement. Par la suite, j'ai vécu des déménagements à répétition soit par manque de travail, soit par insalubrité du loyer jusqu'au jour où je me suis achetée une maison avec un homme qui fut mon mari plus tard.

Au moment où je croyais m'en sortir (j'avais un emploi depuis 2 ans et de petits paiements), quatre jours après avoir déménagé, nous avons été mis à pied. C'est là que j'ai connu les ressources de cette nouvelle ville, les banques alimentaires sont devenues mes amies et les bons d'achat étaient des petits miracles. Je me tenais dans un organisme d'éducation populaire et j'y ai appris des trucs pour ménager davantage.

À travers de tout ça, la violence conjugale s'installa et j'ai aussi eu un enfant. Mon mari consommait de la drogue. **Nous avons des dettes incroyables... nous avons tout perdu.** Comme j'ai frôlé la mort dans les excès de violence de mon mari, je suis partie en maison d'hébergement pour femmes violentées. Le seul gain, le plus essentiel : la vie saine et sauve de ma fille et moi. Ça faisait la troisième fois que je passais à travers **l'humiliante étape de tout dire à l'aide sociale.** L'impression que j'en ai gardée : **« on te déshabille tout nue ».**

Depuis ce temps je me reconstruis brique par brique, je garde l'espoir d'un monde meilleur.

## On coupe sur tout... même sur l'essentiel

**J'ÉVITE D'ALLER  
DANS LES MAGASINS  
POUR NE PAS AVOIR  
À DÉPENSER. JE FAIS UN  
BUDGET QUE JE SUIS À LA LETTRE  
SINON JE N'ARRIVE PAS.**

*ANONYME, CENTRE AU CŒUR  
DES FEMMES*

À chaque semaine, j'établis mes priorités financières. Premièrement, je paie les comptes. Deuxièmement, je mets du gaz pour être capable d'aller travailler et troisièmement, le reste passe sur la commande. En moyenne, il me reste 40 \$ par semaine pour mes petits besoins. *MARJO, CENTRE AU CŒUR DES FEMMES*

Je suis économe mais je manque de sous. Ma source de revenu est basse, elle ne suit pas le coût de la vie. L'épicerie, le gaz, tout augmente! Les gens du pouvoir ont de l'argent, ben eux-autres, ils payent le même prix que nous le beurre. Ça ne marche pas. *SUZANNE, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE*

Je n'ai pas assez d'argent pour vivre convenablement sans recourir parfois au crédit et cela me replonge de mois en mois dans le manège de course pour l'argent. Je ne vais ni chez le dentiste ni chez l'optométriste car je n'ai pas les moyens d'assumer les frais. J'ai besoin de l'aide de mes parents pour les imprévus. Je suis régulièrement dans l'attente de la TPS ou la TVQ pour mettre mon budget sur les rails ou pour pouvoir acheter de la viande. Il faut dire que le mot vacances est à bannir de mon vocabulaire depuis que j'ai divorcé. Même pas deux jours par année. *MARIE, CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN*

Je ne prends que deux repas par jour. Au début du mois, je paye mon loyer, mon téléphone et un autre compte. Puis après je prends l'argent qu'il me reste et le divise par 30 jours et je ne dépense pas plus dans une journée. *ANONYME, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON*

## On fait ce qu'on peut... même l'impossible

✦Présentement, étant âgée de 65 ans, je continue à travailler deux jours semaine. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES LA MARG'ELLE*

♪J'ai tricoté des chaussettes en phantex pour vendre. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES LA MARG'ELLE*

✦Keep trucking, keep trucking. Never give up! *ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES*

➢ Chez nous, on dévore Publi-Sac pour les rabais. On magasine dans les friperies. Grâce aux concours dans les journaux, nous allons très souvent voir les avant-premières de film. *LILI, CENTRE DES FEMMES DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES*

♪Je participe à des recherches dans l'industrie pharmaceutique. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE SAINT-LAURENT*

✦Pour le moment, je dois avoir deux emplois pour arriver à la fin du mois donc non je n'ai pas tous les moyens pour une qualité de vie adéquate. *ANONYME, ENTR'ELLES GRANBY*

✦Pour améliorer notre situation, je travaille à temps partiel au salaire minimum dans un magasin à rayon, l'assistance sociale me coupe si je dépasse un certain montant gagné. *ANONYME, ENTR'ELLES GRANBY*

♪Je me sens fière des petits miracles que je fais chaque jour... *ODETTE, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*

**JE TROQUE  
DES SERVICES  
AVEC D'AUTRES  
QUAND J'AI BESOIN  
DE QUELQU'UN POUR  
S'OCCUPER DE MA FILLE.**

*ANONYME, LA COLLECTIVE DES  
FEMMES DE NICOLET*

J'ACHÈTE  
TOUJOURS DES  
ALIMENTS SUR  
LE POINT  
D'EXPIRER  
CAR ILS  
CÔTENT  
MOINS CHERS.

ANONYME, CARREFOUR DES  
FEMMES D'ANJOU

Je viens AU CENTRE  
de femmes c'est  
MA SORTIE.

ANONYME, CENTRE DE FEMMES  
L'ÉTINCELLE

## Manger n'aura jamais été si compliqué

- ✧ À chaque mois, mes parents qui sont âgés me donnent de l'argent pour faire l'épicerie. Parfois je vais dans une banque alimentaire de mon quartier mais ce qu'ils donnent ne permet pas de faire un repas complet. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES
- ✧ Je vérifie les circulaires et je vais m'approvisionner à l'arrière de certains commerces où l'on jette de la nourriture périmée mais comestible. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES
- ✧ Je vais manger chez ma mère et mes amies quand vient la fin du mois ou je me prive mais je suis contente de voir arriver le début du mois. Je ne sors pas si ça coûte de l'argent. Je vais où c'est gratuit. CARMEN, CENTRE FEMMES AUX QUATRE-VENTS
- ✧ Je demande régulièrement de la nourriture à une banque alimentaire. Je suis dans l'obligation de me limiter aussi souvent que possible au pain et beurre d'arachides. Les prisonniers mangent mieux que moi et ce n'est pas normal! LOLA, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON

## Faute de moyens : L'isolement

- ✧ I don't use public transport. I walk everywhere so I don't go to food banks as they are too far away. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES
- ✧ Je dois faire du bénévolat pour voir du monde, faire des activités qui ne coûtent rien. Il y a une seule activité par année que je fais avec mes amies. Pour faire ça, j'économise toute l'année pour pouvoir me le permettre. YVETTE, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE
- ✧ La fin de semaine, je me couche de bonne heure pour que les soirées passent plus vite. YVETTE, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE
- ✧ Je fréquente le centre pour briser mon isolement. J'économise pendant des semaines si je veux faire des petits cadeaux à mes petits enfants à leur anniversaire. ANONYME, CENTRE AU COEUR DES FEMMES
- ✧ Il me reste comme seul désennui de regarder les arbres et entendre les oiseaux chanter. JOREM, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE

## Se priver pour survivre

En tant que famille monoparentale, nous nous sommes habillés pendant des années dans des friperies. Nous avons compté les biscuits, aliment de luxe, jamais plus de deux par personne par repas et le yogourt n'était que pour les enfants pas pour moi. Nous sommes devenus végétariens pour économiser sur l'épicerie. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES*

Pour le moment, je ne vis pas. Je lutte pour ma survie quotidiennement. Il m'est impossible de manger des aliments sains. Je n'ose pas me déplacer faute de moyens de déplacement (billet d'autobus). Si je me déplace, je suis obligée de couper dans les aliments qui sont nécessaires à ma santé. *LINDA D., CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU*

Le loyer et l'électricité sont trop dispendieux... Privation sur certains aliments nécessaires à la santé, par exemple le lait, pour arriver jusqu'à la fin du mois. *LUCE, CENTRE DES FEMMES L'HÉRITAGE*

Je ne vais ni chez le dentiste ni chez l'optométriste car je n'ai pas les moyens d'assumer les frais. *ANONYME, CENTRE-FEMMES DE SHAWINIGAN*

J'aimerais inviter mes enfants à manger, je me prive de les inviter. *ANONYME, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE*

Mon époux était au loin pour son travail, lui buvait et mangeait à sa faim. Quant à moi, je ne compte plus le nombre de beurrées de beurre d'arachide que j'ai mangé. *ANONYME, ENTR'ELLES GRANBY*

Tout mon argent s'envole pour payer mon loyer 470\$ et mon électricité 90\$ par mois. Je mange 1 repas par jour, au souper depuis belle lurette. Je suis sur la liste d'attente pour les HLM et j'attends encore. *ANONYME*

*Je dois me priver pour prioriser les enfants.*

*ANONYME, CENTRE FEMMES AUX 4 VENTS*

**Les choix pour réaliser les rêves sont limités à un faible salaire.**

*ANONYME, ENTR'ELLES GRANBY*

**FAUT PAS QU'IL Y AIT TROP D'IMPRÉVUS, NI D'ACCIDENT, NI DE BRIS, NI DE GROS DÉGÂTS, NI... , NI...**

*AGATHE, FEMMES EN MOUVEMENT*

## L'absence de choix

Je cuisine beaucoup en fonction des spéciaux de l'épicerie, on ne mange pas toujours ce dont on a envie mais on mange. Je vais aux cuisines collectives, c'est la seule sortie sociale que je me permets. On utilise les comptoirs de linges usagés pour les enfants. Les enfants ne font pas encore la différence avec le linge qui viendrait d'un magasin mais moi, j'aimerais bien parfois pouvoir leur payer un morceau de vêtement que je choisirais neuf. *ANONYME, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON*

Je reçois des denrées de la Moisson et nous ne choisissons pas nos aliments. *ANONYME CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE*

Je ne suis pas autonome financièrement. Je suis au salaire minimum je travaille 30 heures semaine. Je ne peux pas me gêter. Je n'ai pas d'enfant et pas de voiture alors ça fonctionne mais c'est dur. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE*

## En cas de pépins, pas de coussin !

Ne pas prendre d'assurance-vie ou autres, ne pas avoir d'auto, ne pas déroger au budget très serré et espérer qu'il n'arrive pas d'imprévu. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES MEMPHRÉMAGOG*

## L'importance des services gratuits et de la solidarité

Je faisais du bénévolat au Centre d'entraide aux familles et eux me donnait de la nourriture pour une partie de la semaine.  
*ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE RIVIÈRE-DES-PRAIRIES*

Il ne faut pas avoir peur de demander de l'aide alimentaire, vestimentaire ou monétaire. *ANONYME, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*

J'aime les arts je profite de la maison de la culture pour mettre un baume dans ma vie... *ANONYME*

Sans l'aide de ma famille, je ne sais pas ce que je deviendrais. Il y a beaucoup de femmes de nos jours qui vivent la même situation que la mienne. La preuve en est que les comptoirs alimentaires et vestimentaires sont fréquentés en majorité par des femmes. *ANOUEK, CARREFOUR DES FEMMES D'ANJOU*

Une chance qu'on a le Centre-femmes, je me sens moins seule et il y a de l'entraide! *ANONYME, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE*

## Et des conseils pour les femmes ...

Attention au danger de rêver au prince charmant qui nous sauve... il ne faut pas croire que c'est un homme qui pourra me prendre en charge! *ANONYME, LA COLOMBE*

Que le partage des dépenses pour les femmes dans les couples constituent aussi des investissements et ne soient pas comme souvent, les dépenses qui ne paraissent pas (épiceries, pharmacies, vêtements des enfants). *ANONYME*

*Merci au Centre de femmes, vous aidez véritablement les femmes!*

*JACINTHE, CENTRE DE FEMMES AU QUATRE-TEMPS*

*Que les femmes aient leur propre compte en banque.*

*ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE*

## POUR ATTEINDRE L'AUTONOMIE FINANCIÈRE : DES SOLUTIONS COLLECTIVES !

*CE SERAIT IDÉAL D'AVOIR UN MONDE SANS PAUVRETÉ.*

ANONYME



**Les femmes savent comment elles pourraient sortir de la pauvreté mais elles ne peuvent y arriver seules... elles ont des revendications.**

Sortir de la pauvreté et accéder à un niveau de vie décent ne peut se réaliser sans un investissement plus grand de la part du gouvernement. Afin de pouvoir être autonomes financièrement, les femmes suggèrent que le salaire minimum et les diverses prestations (aide sociale, CSST, pensions de vieillesse, allocations familiales, régime de retraite) soient augmentés pour atteindre un seuil acceptable. Les femmes veulent également des conditions de travail décentes : conciliation famille/travail, équité salariale, sécurité d'emploi et mesures adaptées de réinsertion au travail sont au menu de leurs revendications politiques. Enfin, elles souhaitent une augmentation des services publics et des programmes sociaux. Avec un plus grand nombre de logements sociaux, un meilleur accès aux garderies, un plus grand soutien psychosocial ainsi qu'une gratuité des services qu'elles jugent essentiels (tels les transports, le dentiste, l'optométriste, etc.) on peut créer des conditions favorables pour sortir de l'état de pauvreté. Il ne faut pas non plus négliger l'apport des organismes communautaires qui œuvrent à la création d'un vaste réseau d'entraide et de solidarité pour vaincre la pauvreté.





## mon histoire

À qui de droit,

**Je suis une assistée sociale depuis plusieurs années et je me demande à chaque jour si je vais m'en sortir de ce cercle vicieux.**

Je ne suis pas très autonome financièrement et j'essaie de m'en sortir du mieux que je peux avec le soutien de quelques ressources dans mon milieu. De plus, de nombreuses recherches ont été faites afin de décrocher un emploi permanent, si ce n'est à chaque fois que certains emplois à caractère temporaire et à temps partiel.

En effet, malgré toute ma bonne volonté je n'ai pu réintégrer le marché du travail. Cela est très dur pour moi de ne pas travailler à temps plein avec bonne rémunération salariale parce que j'ai toujours manifesté ma disponibilité mais malheureusement on m'a proposé que des mesures à court terme sans possibilité d'avancement et qui ne correspondaient même pas à mon profil et à mon niveau de scolarité.

Par ailleurs, **tout ce que ça prendrait pour que je sois autonome économiquement que de nouvelles mesures soient proposées par le Ministère de la sécurité du revenu et de la main-d'œuvre** pour que je puisse enfin pouvoir intégrer le marché du travail avec un bon emploi et un salaire convenable pour ma survie.

Donc **je fais appel aux personnes attitrées afin que vous puissiez intervenir auprès des autorités locales** pour qu'enfin une mesure appropriée soit proposée aux femmes sans emploi bénéficiaires de l'aide sociale pour que nous puissions réintégrer sans délais le marché du travail.

Merci de votre attention !

DES SERVICES DE  
SANTÉ ET DES  
SERVICES SOCIAUX  
PLUS ACCESSIBLES  
COMPRENANT LES  
LUNETTES ET LES  
SOINS DENTAIRES  
GRATUITS PARCE  
QUE JE CONSIDÈRE  
QUE CE SONT DES  
BESOINS  
ESSENTIELS.

ANONYME, COLLECTIF FÉMINISTE  
ROUYN-NORANDA « ENTRE-FEMMES »

## La question des programmes sociaux et des services publics

### Les programmes et services en général...

- ✦ Accessibilité aux services essentiels; plus de places en CPE; plus de logements sociaux; redistribution des richesses; politique de conciliation travail famille; hausse des protections sociales. ANONYME, CENTRE-FEMMES D'AUJOURD'HUI
- ✦ Have government provide strong social programs. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES
- ✦ Frais de dentiste gratuits, lunette, médicament et bons pour le lait et les couches. ANONYME, CENTRE FEMMES AUX 4 VENTS

### Santé

- ✦ Des soins de santé améliorés mais dans le système public. Investir en santé. ANONYMES, CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES DE BEAUPORT ET MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS

### Services sociaux

- ✦ Je vous demande sincèrement, au nom de toutes les femmes de réviser vos programmes et de prendre en considération tous les enfants d'une même famille, pas seulement un ou deux, il y a d'autres, les autres ne sont pas nourris dans les vidanges... ANONYME, CENTRE DES FEMMES L'HÉRITAGE
- ✦ Plus d'aide psychologique accessible. Avoir la possibilité de prendre soin de sa santé (mentale et physique). Du support psychologique et de l'aide adaptée à chaque cas. ANONYMES, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES ET CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN

### **Pour celles qui ont des incapacités ou qui rencontrent des obstacles systémiques**

- ✂ Un programme pour aider les personnes qui ne peuvent plus travailler. *ANONYME, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE*
- ✂ Plus d'organismes aidant les gens en difficulté avec des incapacités physiques. *ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES*
- ✂ Que le gouvernement mette en place des programmes pour les mères monoparentales. Que des choses soient faites pour améliorer le sort des femmes et par le fait même, celui de nos enfants... *ANONYMES, LA COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET ET REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*
- ✂ Qu'on procède à des changements au niveau fiscal qui tiennent compte de l'évolution de la société (changement au sein de la famille) et de nouvelles façons de gérer les argents... qu'on tienne compte de l'autonomie des femmes. *MONIQUE, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE*

### **Éducation**

- ✂ Une réelle gratuité à l'éducation ou une augmentation importante des bourses afin que les étudiantEs puissent se consacrer entièrement à leurs études. *ANONYME, COLLECTIF FÉMINISTE ROUYN-NORANDA « ENTRE-FEMMES »*

### **Des garderies**

- ✂ Un meilleur salaire, c'est sûr, mais aussi un accès plus facile aux garderies et aux logements à prix abordables. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES MEMPHRÉMAGOG*

### **Transport**

- ✂ Pour éliminer le stress que produit une vie avec très peu d'argent, du transport et des loisirs gratuits... *ANONYME, CENTRE DES FEMMES MEMPHRÉMAGOG*

*De l'aide financière pour celles qui sont malades et seules, encore plus si elles sont monoparentales.*

*ANONYME*

*Des garderies adaptées 24h /7 jours à prix réduits.*

*LUCE, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE*

*Que le transport collectif soit implanté partout.*

*AGATHE, FEMMES EN MOUVEMENT*

NOT TO LET  
welfare cut you  
off immediately  
without warning.

ANONYME, FEMMES DU MONDE  
À CÔTE-DES-NEIGES

## Augmentez l'aide sociale parce que le coût de la vie augmente lui!

Avoir un revenu de base plus élevé pour permettre aux femmes d'avoir une prise de pouvoir sur leur indépendance afin d'améliorer leur situation économique et leur estime de soi.  
*ANONYME, AU CŒUR DES FEMMES*

Faire baisser le coût de la nourriture, de l'électricité et de l'essence! On a en marre à la fin de toutes ces augmentations partout, partout, dans tout finalement sauf dans notre revenu.  
*ANONYME, CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN*

Pleine indexation des prestations d'aide sociale et gratuité des médicaments. Je crois qu'on pourrait indexer la sécurité du revenu et la sécurité de la vieillesse au coût de la vie.  
*ANONYMES, CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE, CENTRE DE FEMMES L'ÉTINCELLE*

Ce qui serait idéal, ce serait d'augmenter les prestations d'assistance sociale afin que nous puissions vivre de façon plus humaine... cela diminuerait le stress... et ça servirait à améliorer notre situation... je pourrais mettre des choses en place pour trouver un meilleur travail (prendre des cours par exemple).  
*JOSÉE, LA COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET*

Hausser les prestations de l'aide sociale, assez pour être capable de vivre, serait une bonne idée.  
*YVETTE ET SUZANNE, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE, ANONYMES, CENTRE DE FEMMES LA MARG'ELLE, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES, CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES DE BEAUPORT*

Une des solutions serait d'augmenter les allocations d'aide sociale et d'arrêter d'augmenter les articles et les choses dont on a besoin pour vivre sans que nous aussi nous soyons augmentées.  
*ANONYME, CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN*

Je pense que l'aide sociale devrait être augmentée afin que la mère puisse subvenir aux besoins essentiels de sa famille.  
*ANONYME, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*

## On veut des meilleures conditions !

✧ Augmenter les prestations d'aide sociale; augmenter le salaire minimum; reconnaître le travail des aidantes naturelles. Ouvrir plus de garderies pour permettre aux femmes d'aller sur le marché du travail. Accès à l'égalité dans le travail, le salaire et les études. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE SAINT-LAURENT*

## Un revenu décent pour toutes...

✧ Je suis persuadée que s'il y avait une hausse du salaire minimum suffisante pour sortir de la pauvreté et une augmentation des services de garde à contribution réduite, un grand nombre de femmes deviendraient économiquement autonome. *MIREILLE, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*

✧ Nous pourrions atteindre notre autonomie économique si les gouvernements augmentaient le salaire minimum, indexaient l'aide sociale, changeaient les conditions d'admission à logis-rente et donnaient plus de gratuité des médicaments. *ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS*

✧ Avoir un salaire minimum convenable à la même vitesse que le coût de la vie qui augmente. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'ÉTINCELLE*

✧ Avoir un revenu de citoyenneté garanti pour toutes les personnes. *ANONYMES, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS, COLLECTIF FÉMINISTE ROUYN-NORANDA « ENTRE-FEMMES »*

✧ Accentuer la promotion de la valeur du travail rémunéré des femmes. *JACINTHE, CENTRE DE FEMMES AU QUATRE-TEMPS*

✧ Augmentation du salaire minimum et des prêts et bourses plus accessibles! *ANONYME, CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES DE BEAUPORT*

✧ Connecter les revenus à la réalité d'aujourd'hui. *JOREM, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

## Meilleures conditions de travail et salariales.

*ANONYME, LA COLOMBE*

UN BON SALAIRE,  
UN BON TRAVAIL,  
UNE HAUSSE  
DU SALAIRE  
MINIMUM.

*ANONYME, CENTRE DE FEMMES DE SHAWINIGAN*

## Un travail stable!

ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS

Qu'il y ait une reconnaissance et une équité du travail des femmes.

ANONYME, AU CŒUR DES FEMMES

## Précarité d'emploi

- ⌘ Une régularité d'emploi. Sensibiliser les employeurs que le congédiement plus précarité de non-renouvellement de contrat, c'est une sentence grave que de priver quelqu'un de son emploi. ANONYME, CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES DE BEAUPORT
- ⌘ Avoir des emplois pour les femmes de meilleures qualités, donc un salaire qui permettrait de sortir de la pauvreté. ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS
- ⌘ Des salaires plus intéressants et des conditions de travail plus avantageuses. ANONYME
- ⌘ Des emplois à temps plein aussi! ANONYME
- ⌘ Des salaires plus élevés que le salaire minimum pour les emplois d'étés occupés par les étudiantEs. ANONYME

## Équité

- ⌘ Reconnaître notre expérience et nos connaissances pour nous donner un salaire adéquat et non pas un salaire minimum! ANONYME, CENTRE DE FEMMES LA MARG'ELLE
- ⌘ Il devrait y avoir une réelle équité salariale. ANONYME, LA COLOMBE

## L'insertion au marché du travail OU en milieu scolaire

- ⌘ Plus d'aide pour le travail pour les immigrantes. ANONYME, CENTRE DES FEMMES ITALIENNES DE MONTRÉAL
- ⌘ Le retour des femmes sur les bancs d'école devrait être plus facile que maintenant. Les gouvernements devraient donner les possibilités financières aux femmes qui veulent étudier. ANONYME, CENTRE FEMMES AUX 4 VENTS
- ⌘ Discouraging system in place to go back to work, prices of gas & public transport. All is to expensive. ANONYME, CENTRE DES FEMMES ITALIENNES DE MONTRÉAL

Des entreprises plus humaines, ouvertes à l'embauche des personnes handicapées physiques et mentales ou ayant une maladie mentale. *AGATHE, FEMMES EN MOUVEMENT*

Un meilleur accès aux études. *ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS*

Une augmentation des bourses et non des prêts avec l'aide financière aux études. *ANONYME*

Qu'il y ait davantage de souplesse quant à l'admission des bourses et des prêts moins exigeants et le droit d'échelonner nos études sur une plus longue période sans arrêter de recevoir des prêts et bourses. *ANONYME, LA COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET*

## A travaille pas a trop d'ouvrage!

La reconnaissance du travail invisible! *MARJO, AU CŒUR DES FEMMES*

Qu'on se le dise une fois pour toutes, le travail à la maison, c'est un emploi au même titre qu'une femme qui œuvre dans une entreprise, un commerce ou un organisme. Et tout travail mérite salaire! *ANONYME, CENTRE FEMMES AUX 4 VENTS*

Un salaire pour les femmes au foyer, c'est reconnaître leur contribution à la société. *ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

## Aidantes surnaturelles

Avoir accès à des services de qualité et disponibles pour les proches aidantes et une reconnaissance des proches aidantes *ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS*

J'ajouterais des congés payés pour affaires familiales comme les visites aux médecins avec les enfants ou les personnes dont on prend soin. *JACINTHE, CENTRE DE FEMMES AU QUATRE-TEMPS*

## DES PROGRAMMES D'INSERTION AU TRAVAIL,

LES RESSOURCES EXISTANTES SONT INSUFFISANTES. PLUS D'AIDE POUR L'INSERTION AU TRAVAIL.

*ANONYMES, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES ET CENTRE-FEMMES D'AUJOURD'HUI*

## QUE LE TRAVAIL À LA MAISON SOIT RECONNU.

*ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

*La conciliation  
travail-famille  
devrait être plus grande.*

ANONYME

## Conciliation travail/études/famille

- ✧ Une meilleure politique conciliation famille-travail-étude. ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS
- ✧ Il faut continuer de se battre pour faciliter les conditions de vie familiale et au travail. ANONYME, CENTRE DE FEMMES AU QUATRE-TEMPS

« DES LOGIS À PRIX  
MODIQUES POUR LES  
MOINS DE 20,000 \$... »

LUCE, CENTRE DE FEMMES  
L'HÉRITAGE ET ANONYME,  
LA COLOMBE

## Des logements sociaux

- ✧ Plus de logements sociaux. Il faudrait plus de logements sociaux, y'en a pas assez. Des logements sociaux à prix convenables, c'est très différent selon la région où nous habitons. ANONYMES, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES, CENTRE-FEMMES DE LOTBINIÈRE, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE
- ✧ Des logis à prix modiques pour les moins de 20 000 \$ annuellement et ce automatiquement sinon un retour d'aide en argent pour le loyer. Des logements selon les revenus familiaux. LUCE, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE ET ANONYME, LA COLOMBE
- ✧ On aurait bien besoin de logements à des coûts abordables, car dans un pays riche comme le nôtre prendre une grande partie de ses revenus pour se loger et avoir peu pour se nourrir, pour moi, c'est indécent. ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE



## SO – SO – SO... solidarité!

Continuer les réseaux d'échange entre les femmes. Ils sont une façon de partager et de revendiquer des droits pour une meilleure qualité de vie des femmes. *ANONYME, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON*

Courrez pour recevoir de l'aide! Il ne faut pas avoir honte!  
*MARIE-BLANCHE, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

Une justice pour tous et n'acceptons plus la discrimination.  
*ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

## Séparation, divorce, pension alimentaire

Il faut que les saisies de salaire pour la pension alimentaire soient plus rapides lors d'une séparation. Il faut que ça se passe plus vite pour un jugement de la cour, c'est long l'attente. *ANONYME, MAISON DES FEMMES DES BOIS-FRANCS*

Le gouvernement pourrait compenser pour les pères qui ne donnent pas de pension alimentaire. *JOSÉE, LA COLLECTIVE DES FEMMES DE NICOLET*

Ne plus soustraire la pension alimentaire pour enfants des prestations d'aide sociale et des prêts et bourses. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'ÉTINCELLE*

**se regrouper  
les femmes pour  
faire dégeler  
les gouvernements.**

*NICOLE, AU CŒUR DES FEMMES*

**« IL FAUT QUE LES  
SAISIES DE SALAIRE  
POUR LA PENSION  
ALIMENTAIRE SOIENT  
PLUS RAPIDES LORS  
D'UNE SÉPARATION. »**

*ANONYME, MAISON DES FEMMES  
DES BOIS-FRANCS*

## «STOP economic And STEREOTYPE discrimination...»

ANONYME, FEMMES DU MONDE  
À CÔTE-DES-NEIGES

## BONIFIER LA SÉCURITÉ FINANCIÈRE À LA VIEILLESSE.

ANONYME, CENTRE RESSOURCES POUR  
FEMMES DE BEAUPORT

## «...il nous faut aussi de l'argent pour les loisirs... »

ODETTE, REGROUPEMENT DES FEMMES  
DE VALCANTON

## Violence faite aux femmes

- ⌘ Stop economic and stereotype discrimination: pay women equally to men. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES
- ⌘ Protect women from violent husbands, partners and fathers; force men to take their family responsibilities. ANONYME, FEMMES DU MONDE À CÔTE-DES-NEIGES

## Vieillir pauvre... non!

- ⌘ Il faudrait être certaine d'avoir un revenu de pension pour vieillir dans la sérénité bien méritée et savoir que même vieille, j'aurai ma place dans la société. CARMEN, CENTRE FEMMES AUX 4 VENTS
- ⌘ J'aurais besoin que le régime des rentes du Québec et que la pension de la sécurité de vieillesse soient augmentés. ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE

## Ce qui nous manque aussi

- ⌘ Prendre le temps dans mon centre des femmes de me ressourcer, de parler de mes émotions, de partager sur l'éducation des enfants. ANONYME, CENTRE-FEMMES D'AUJOURD'HUI
- ⌘ Le travail est important mais il faut de l'argent aussi pour les loisirs... pour avoir du temps libre à chaque jour... ODETTE, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON
- ⌘ Réapprendre à vivre d'une autre façon, ça se fait pas d'un jour à l'autre, il faut du temps. Il faut avoir le temps de se revirer de bord... le temps de guérison... ensuite du temps pour se trouver un emploi, pour refaire des contacts. ANONYME, CENTRE DES FEMMES MEMPHRÉMAGOG

## Faut leur dire que ça va faire les préjugés !

Sensibiliser les agents d'aide sociale qui nous font penser qu'on ne vaut rien. *ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

✂ Briser les préjugés, que les gens nous voient comme des humains. *ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

✂ Dénoncer les injustices et les préjugés envers les pauvres. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'ÉTINCELLE*

✂ Que les ministres viennent passer quelques jours avec nous les femmes pauvres. *ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE POUR FEMMES DE LA RÉGION DE L'AMIANTE*

✂ Que les personnes ressources s'arrêtent et se mettent dans les mêmes conditions de vie que nous les moins fortunées car quand tu as de l'argent et que tu ne connais pas le manque, tu n'as pas idée de ce que c'est... Si t'as jamais manqué de pain et de lait pour déjeuner le matin, tu imagines même pas qu'à côté de toi il y en a qui ne mange pas. Réveillez-vous! *PAULINE, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE*

## Messages aux représentantEs de l'État

✂ Il faut faire une remise en question des valeurs capitalistes et patriarcales. Dénoncer et agir pour améliorer la situation des femmes. *ANONYME, CENTRE DES FEMMES DE ST-LAURENT*

✂ Si le gouvernement ne veut nous allouer le seuil de pauvreté, il pourrait nous donner la moitié du coût d'un prisonnier. Il est grandement temps que les gouvernements se réveillent avant que les pauvres commencent à se...! *LOLA, CENTR'ELLES, COMITÉ D'ACTION DES FEMMES D'AVIGNON*

✂ J'espère qu'ils vont entendre nos demandes à Ottawa et à Québec. *FRANÇOISE, CENTRE DE FEMMES LES ELLES DU NORD*

✂ Donnez-nous un peu d'espoir... *ANONYME, REGROUPEMENT DES FEMMES DE VALCANTON*

✂ Les femmes attendent et espèrent que vos lois s'améliorent. *ANONYME, CENTRE DE FEMMES L'HÉRITAGE*

✂ Appliquer la Loi pour un Québec sans pauvreté! *AGATHE, FEMMES EN MOUVEMENT*

**QUE L'AIDE SOCIALE  
ARRÊTE DE NOUS  
TRAITER COMME DES  
ASSOCIAUX... QUE  
LE GOUVERNEMENT  
NOUS RECONNAISSE  
À NOTRE JUSTE VALEUR.**

*ANONYME, CENTRE DE RÉFÉRENCE  
POUR FEMMES DE LA RÉGION  
DE L'AMIANTE*

**« Il faut faire une  
remise en question  
des valeurs  
capitalistes  
et patriarcales. »**

*ANONYME, CENTRE DES FEMMES  
DE SAINT-LAURENT*



C'est pourquoi L'R et les centres de femmes du Québec ont fait de la lutte à la pauvreté et à l'appauvrissement des femmes une de leurs priorités, et revendiquent un revenu décent de même que des services publics et des programmes sociaux universels. Bien plus qu'un enfer privé, la pauvreté est d'abord et avant tout une affaire publique.

## CONCLUSION

En 2008, partout au Québec, nombreuses sont les femmes qui vivent avec peu de moyens. Sur la centaine de témoignages recueillis, la quasi-totalité des répondantes ne s'estimaient pas pleinement autonomes financièrement.

À la lumière des témoignages reçus, une constance s'est dessinée à travers les parcours de vie des femmes: trop souvent, à la suite d'un divorce ou d'une séparation, la vie des femmes bascule complètement. Ces changements se répercutent dans toutes les sphères de leur vie. Par exemple, un impact sur la santé mentale et physique influencera le lien au travail ainsi que les responsabilités face aux enfants (et vice versa). Faute de moyens et de ressources, elles ne peuvent alors contrer l'effet domino qui mène droit à la pauvreté. Puisque déjà moins présentes sur le marché du travail, moins bien rémunérées et plus souvent responsables des enfants, les femmes sont alors plus susceptibles de se retrouver dans un état de précarité généralisée. Et cette constitution inéquitable du monde du travail aura des répercussions négatives sur tout le parcours de vie des femmes. Nous n'avons qu'à relire le puissant sentiment d'insécurité engendré par la crainte de la vieillesse, comprise comme un synonyme de vulnérabilité et de misère.

Malheureusement, le moyen de répondre à cette anxiété consiste encore trop souvent en une médicalisation du problème. En réduisant cette problématique sociale à une dysfonction personnelle, les femmes se retrouvent plus que jamais isolées et doivent porter seules les conséquences du système patriarcal et capitaliste. Ces récits de vie nous ont appris que si les femmes sont dans un tel état de vulnérabilité face au changement de statut civil ou de statut d'emploi, il importe d'accorder une série de mesures sociales afin de compenser pour les injustices qu'elles subissent. Pour atteindre une égalité de fait, un engagement effectif du gouvernement est nécessaire. Et les témoignages des femmes subissant la pauvreté abondent dans le même sens. ■

## LES CENTRES QUI NOUS ONT FAIT PARVENIR DES TÉMOIGNAGES DE FEMMES

<b>Abitibi-Témiscamingue :</b>	Collectif féministe Rouyn-Noranda « Entre-femmes »
<b>Bas-St-Laurent :</b>	Centre-femmes La Passerelle du Kamouraska
<b>Capitale Nationale :</b>	Centre-Femmes d'Aujourd'hui, Centre ressources pour femmes de Beauport, Centre des femmes de la Basse-Ville
<b>Chaudière-Appalaches :</b>	Centre de référence pour femmes de la région de l'Amiante, Centre-Femmes de Lotbinière
<b>Côte-Nord :</b>	Centre de femmes L'Étincelle, Centre Femmes Aux 4 Vents
<b>Estrie :</b>	Centre des femmes Memphrémagog
<b>Gaspésie-Iles-de-la-Madeleine :</b>	Femmes en mouvement, Centr'Elles, comité d'action des femmes d'Avignon
<b>Lanaudière :</b>	Centre Au cœur des femmes
<b>Laurentides :</b>	La Colombe, Centre de femmes Les Unes et Les Autres
<b>Mauricie-Centre-du-Québec :</b>	Maison des femmes des Bois-Francs, Centre de femmes de Shawinigan, Collective des femmes de Nicolet et région, Centre de femmes l'Héritage
<b>Montérégie :</b>	Centre de femmes La Marg'Elle, Entre'elles Granby, Entre Ailes Sainte-Julie
<b>Montréal-Laval :</b>	Carrefour des femmes d'Anjou, Centre des femmes de Rivière-des-Prairies, Centre des femmes italiennes de Montréal, Femmes du monde à Côte-des-Neiges, Centre des femmes de Saint-Laurent
<b>Nord-du Québec :</b>	Centre de femmes Les Elles du Nord, Regroupement des femmes de Valcanton
<b>Saguenay-Lac- St-Jean :</b>	Centre de femmes Au Quatre-temps

*Soulignons que nous avons reçu des témoignages non identifiés (sans le nom de la femme et sans le nom du centre duquel il nous parvenait). Ce sont ceux qui portent la mention Anonyme.*

*Merci à toutes les femmes qui nous ont livré  
ces témoignages touchants.*

# MANIFESTE



## CONTRE LA PAUVRETÉ ET L'EXCLUSION DES FEMMES!

### **Nous, les femmes, sommes en colère!**

Nous sommes en colère parce le nombre de personnes pauvres augmente sans cesse!

Nous sommes en colère parce que le Québec a beau avoir une loi contre la pauvreté et l'exclusion sociale, les gens n'arrêtent plus de s'appauvrir!

### **Nous sommes en colère parce que la pauvreté est inacceptable.**

Nous sommes en colère parce qu'avec 572 dollars par mois, montant de base de l'aide sociale, **on ne peut pas vivre... on survit!**

Nous sommes en colère parce qu'avec 836 dollars par mois, montant auquel vous avez droit à l'aide sociale si vous avez des contraintes sévères à l'emploi, **on ne peut pas vivre... on vivotte!**

Nous sommes en colère parce qu'avec un revenu de travail au salaire minimum, les projets de vie, c'est impossible d'en avoir!

### **Nous sommes en colère parce que la pauvreté anéantit nos rêves et nos projets!**

Pensez-y, après avoir payé le loyer qui augmente, l'électricité qui augmente, la bouffe qui augmente, le téléphone qui augmente, le transport qui augmente!...

Il ne reste plus rien sur le revenu, qui lui n'augmente pas aussi vite!!!

Les restos? Le cinéma? Les cadeaux? Les sorties? Les vacances? Oubliez ça!

Et on se croise les doigts pour que personne ne tombe malade! Comment se soigner quand on n'a plus de sous? Qui va prendre soin de nos enfants? Qui va payer les médicaments?

Nous sommes en colère et épuisées de calculer l'incalculable.... Et ce n'est pas pour mettre de l'argent dans un REER! Parce que, voyez-vous, la retraite, c'est pas pour les pauvres.

Nous sommes en colère parce qu'il est inadmissible de faire appel au dépannage alimentaire d'**URGENCE** à tous les mois, à l'année longue, qu'on ait un travail ou pas! Lorsqu'une situation temporaire devient permanente, c'est qu'il y a un problème qui nous dépasse... C'est inacceptable!

Nous sommes en colère et excédées qu'on nourrisse nos enfants à notre place au Club des petits-déjeuners!

Nous sommes en colère et fatiguées d'arpenter la ville, à pied ou à bicyclette, été comme hiver, pour courir les rabais sur le papier de toilette, pour acheter le litre de lait qui vient lui aussi d'augmenter.

Nous sommes en colère parce que ce n'est pas par manque d'instruction qu'un litre de lait est plus cher qu'un litre de Coke!

Nous sommes tannées de nous faire dire qu'on va arriver quand on saura comment faire un budget!

### **Nous sommes en colère parce que la pauvreté diminue notre espérance de vie!**

Nous sommes en colère parce la pauvreté détériore la santé physique et mentale des gens à qui elle s'attaque.

Pensez-y, comment voulez-vous vous remettre sur les rails quand vous survivez dans un appartement décrépi, mal entretenu, dans la solitude et l'angoisse de savoir qu'il n'y aura rien dans le frigo le lendemain?

Tellement d'angoisse qu'on ne sait plus si c'est l'angoisse ou la faim qui nous tenaille l'estomac!

Nous sommes en colère parce qu'on entend de plus en plus autour de nous: « cou'donc, on serait mieux morte, on coûterait pu rien au gouvernement! »

### **Nous sommes en colère parce que la pauvreté est violente, la pauvreté tue!**

Est-ce normal que la société crée une classe de citoyens et surtout de citoyennes de seconde zone, de second rang, d'excluEs.

Est-ce normal que la santé financière des entreprises et des actionnaires préoccupe davantage nos gouvernements que la santé de la population?

Est-ce normal qu'un dirigeant d'entreprise gagne neuf millions de dollars par année? Quelles compétences paie-t-on au juste? Le labeur?

L'effort ? Pour faire quoi ? Des mises à pied ? Augmenter la cadence de la chaîne de montage ? Sortir le syndicat du portrait ?

Les gourous de la Finance essaient de nous laver le cerveau en martelant que la croissance économique réduirait les écarts... Et même que ça éliminerait la pauvreté ! Pourtant, depuis les 15 dernières années, alors que les compagnies et les banques n'arrêtent pas d'accumuler les surplus et que l'économie est en pleine croissance, on a vu un accroissement de la pauvreté au Canada !!!

Qu'attendons-nous ? Qu'une compagnie mette un copyright sur l'air que nous respirons ? Sous prétexte que ça va créer de l'emploi ? Ça vous apparaît invraisemblable ? C'est pourtant ce qui est en train de se passer avec l'eau !

**Nous sommes en colère parce que malgré les luttes féministes des dernières décennies, les femmes sont encore plus nombreuses que les hommes à vivre dans la pauvreté.**

Est-ce normal que le fait d'avoir des enfants nous appauvrisse ? Est-ce normal d'être les mères, les épouses, les proches-aidantes, bref des piliers de la société et de ne recevoir pour cela aucune reconnaissance, aucune valorisation mais que du mépris et la misère. Une claqué dans l'dos, ça nourrit pas !

Nous sommes en colère et écœurées d'être exploitées. La société s'enrichit encore sur le dos des femmes et trop souvent sur leur corps ! Nous sommes en colère parce que loin d'avoir obtenu l'égalité nous perdons des acquis et des droits si durement gagnés.

**Nous sommes en colère et aucun anxiolytique, ni aucun antidépresseur ne nous calmera !**

**Nous disons NON !**

**NON, ce n'est pas un choix de naître pauvre !**

**NON, ce n'est pas un choix de vivre pauvre !**

**NON, ce n'est pas un choix de vieillir pauvre !**

**NON, ce n'est pas un choix de mourir pauvre !**

Nous sommes en colère et la charité, on n'en veut plus ! Parce que les besoins essentiels à la VIE, comme boire, manger, se loger, se vêtir, sont des droits garantis par la charte des droits et liberté, qui ne sont pas respectés !

**Nous avons le droit de manger !**

**Nous avons le droit d'être traitées avec respect !**

**Nous avons le droit de choisir !**

**Nous avons le droit d'être bien logées !**

**Nous avons le droit de vivre ! De vivre en santé !!!**

**La pauvreté est anti-démocratique !**

**NOUS AFFIRMONS QUE CHAQUE PERSONNE EST ÉGALE EN DIGNITÉ ET EN DROIT !**

**LA PAUVRETÉ EST UNE DÉCISION POLITIQUE !**

**LA PAUVRETÉ EST UNE VIOLENCE DE PLUS !**

**Mettons notre colère ensemble et prenons cette énergie pour construire une riposte MONSTRE !**

**Utilisons cette colère pour détruire TOUS les préjugés qui blessent, affaiblissent et tuent !**

**Utilisons cette colère pour créer des liens solides entre nous les femmes, entre nous et les hommes, qui rêvons, qui voulons, qui exigeons une société juste et équitable !**

**Dirigeons notre colère contre tous ceux qui nous oppriment, nous excluent, nous appauvrissent et nous utilisent !**

**Nous sommes des citoyennes responsables et utiles à la société.**

**ENSEMBLE NOUS SOMMES FORTES !**

**ENSEMBLE TOUT EST POSSIBLE !**

LES FEMMES  
SONT EN  
COLÈRE!

ENSEMBLE  
NOUS  
POUVONS  
RENVERSER  
LA VAPEUR!





L' R DES  
CENTRES DE  
FEMMES  
DU QUÉBEC

**L' R DES CENTRES DE FEMMES DU QUÉBEC**  
110, rue Ste-Thérèse, bureau 507 Montréal (Québec) H2Y 1E6  
[www.rcentres.qc.ca](http://www.rcentres.qc.ca) ou 514.876.9965 *Visitez notre blogue !*