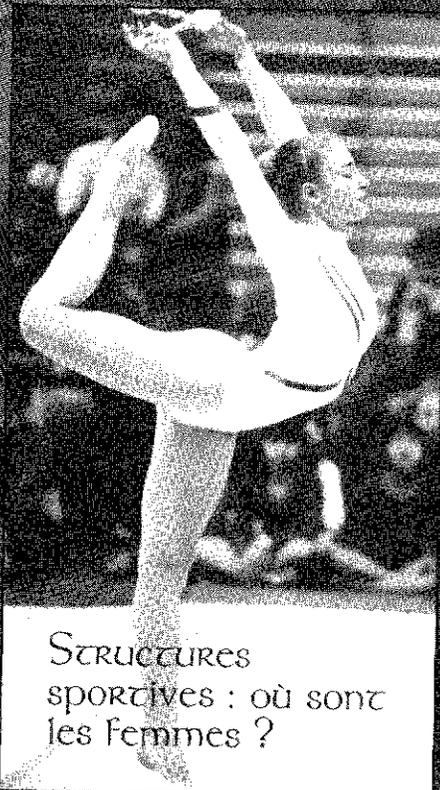


AFES

---<:~>--- AVRIL 1994
VOLUME 11^{er} N^o 4

Femmes

Joyeuses Pâques



STRUCTURES
sportives : où sont
les femmes ?



Les femmes⁰ et leurs
loisirs

Un chez-soi fleuri
Quelques rituels printaniers
Cécès-vous hiver, été, automne
ou printemps ?

Forum fiscalité des familles

Trois représentantes de l'AFEAS (Jacqueline Nadeau-Martin, Marie-Paule Godin et Michelle Houle-Ouellet) participaient, en février dernier, au "Forum fiscalité des familles" organisé par le Bureau québécois de l'année internationale de la famille et le Mouvement Desjardins. Notre présidente, Jacqueline Nadeau-Martin, animait un atelier lors de cet événement. Durant trois jours, des centaines de participants, dont plusieurs experts internationaux, ont tenté d'analyser la situation fiscale des familles au Québec, de la comparer à celle d'autres pays et d'examiner les différentes alternatives s'offrant au gouvernement pour reconnaître, au plan fiscal, l'important rôle social que jouent les familles.

Féminisme et famille

Jacqueline Nadeau-Martin fait partie d'un comité de travail "Féminisme et famille" formé par le Bureau québécois de l'année internationale de la famille. Ce comité veut susciter la mise sur pied de projets spéciaux dans le cadre de l'année de la famille (1994). Le comité travaille actuellement à l'organisation de plusieurs activités visant à rendre visible l'impact positif du féminisme sur l'évolution des familles québécoises.

Femme et agriculture

Une représentante de l'AFEAS, Pierrette Duperron, participait, en novembre dernier, à l'assemblée générale du Réseau canadien des femmes en agriculture. Cette assemblée se tenait à Vancouver et réunissait des déléguées canadiennes qui ont discuté et adopté des propositions visant, entre autres, à mieux protéger les résidences familiales faisant partie des fermes.

Secrétariat à la famille

Marie-Paule Godin, vice-présidente provinciale, et plusieurs représentants d'autres organismes familiaux, participaient récemment à une rencontre de travail organisée par le Secrétariat à la famille du Québec. Le groupe était invité à réagir à un canevas de réflexion préparé par cet organisme.

Voici les cinq (5) questions du concours de la revue Femmes d'ici. Rappelons que cinq (5) gagnantes seront choisies au hasard. En guise de prix, un livre sera remis à chacune. Les règles sont simples : répondre correctement aux cinq (5) questions et poster vos réponses avant la fin du mois de parution du présent numéro.

Questions

1. Où et en quelle année la première fabrique de tablettes de chocolat a vu le jour?
2. Le dernier congrès d'orientation, en août 1991, a apporté plusieurs changements à l'AFEAS. Pouvez-vous en nommer cinq?
3. Dans les mesures à l'intention des familles du gouvernement du Québec, quelles sont les familles les plus avantagées?
4. Quelle est la principale contrainte des femmes à la pratique d'une activité de loisir?
5. En 1992, le Québec comptait combien de femmes comptables agréées?

< i. ijjri.mt < ' ! ' lu o nu 01 ip. de février

Félicitations à nos cinq (5) gagnantes du numéro de février. Il s'agit de Mesdames Lise Bourque (AFEAS locale Lorrainville, région Abitibi-Témiscamingue), Berthe Allard (AFEAS locale Saint-Esprit, région Estrie), Lisette Aspirot (AFEAS locale Paspébiac, région Bas St-Laurent Caspésie) Elisabeth Laliberté (AFEAS locale Normandin, région Saguenay-Lac-St-Jean Chibougamau-Chapais) et Alice Bazinet (AFEAS locale La Présentation, région Richelieu-Yamaska).

Adresser vos réponses à Concours Femmes d'ici, 5999 rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6.

Jo~>yeuses Pâques!

Les membres de l'équipe de la revue Femmes d'ici profite de l'occasion pour offrir à chacune ses meilleurs vœux de Pâques.

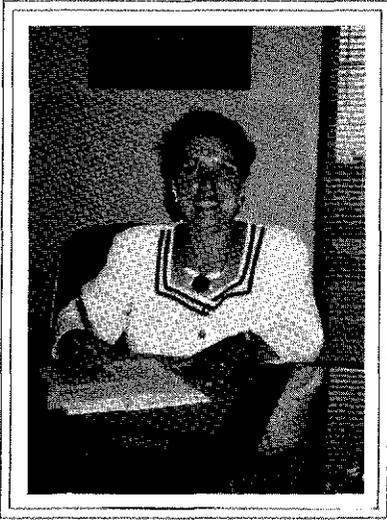


de gauche, à droite:

Marie-Ange Sylvestre, rédactrice, Lise Cormier-Aubin, rédactrice, Linda Boise/air, rédactrice, Huguette Dalpé, secrétaire-coordonnatrice; en avant: Paula Provençner-Lambert, rédactrice en chef.

23 AVR. 1994

La génération Sandwich



Jonanne Fecteau
conseillère provinciale

En s'inspirant de la métaphore populaire du «sandwich» à trois couches, la génération «sandwich» désigne les parents d'âge moyen aux prises avec les besoins de leurs enfants et de leurs propres parents âgés. Les enfants, bien qu'étant de jeunes adultes, demeurent toujours chez leurs parents ou ont réintégré la maison familiale au terme d'une absence. D'autre part, les parents plus âgés ont une espérance de vie plus longue et dépendent partiellement de la génération du milieu, qu'ils habitent ou non sous le même toit. On pourrait dans ce cas parler de la génération qui est au service des autres.

On s'aperçoit que cette génération offre plus de services, d'argent et de soutien affectif aux enfants adultes et aux parents âgés qu'elle n'en reçoit de l'un ou l'autre groupe. Ce déséquilibre se produit juste à une période où les membres de cette génération sont obligés de faire un cheminement personnel important et de composer avec des réalités telles le renoncement à la jeunesse, la reconnaissance du début de leur propre vieillissement et le départ des enfants de la maison.

Dans cet article, je m'attarderai à cette nouvelle réalité : les parents dépanneurs.

Pour la génération de ces parents, quitter le foyer à 18-19 ans était monnaie courante. Ils étaient animés d'une soif de liberté et d'aventure. De nos jours, le portrait est différent : la scolarité s'est allongée, on se marie plus tardivement, le travail est rare, les logements sont chers, le coût de la vie est élevé. Avec les taux de divorce élevés, les jeunes adultes se trouvant dans une situation économique et affective précaire se voient contraints de retourner vivre chez leurs parents. En 1986, 40% des femmes et 50% des hommes de 20-29 ans partageaient le domicile familial.

Pour certains parents, l'idée de se

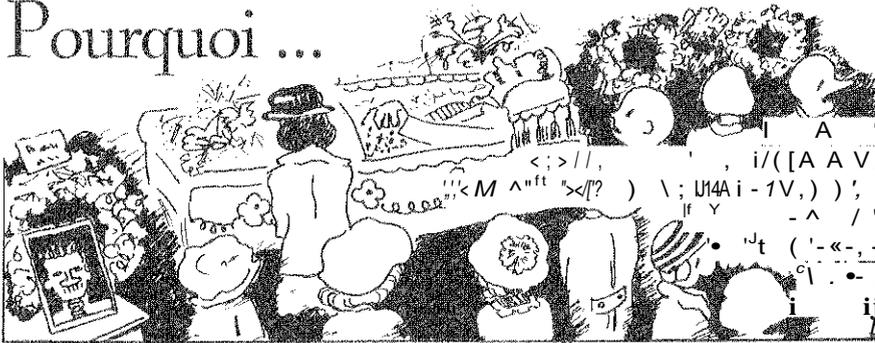
retrouver sans enfant peut-être vécue comme une perspective réjouissante. N'étant plus tenus de consacrer autant d'argent et de temps à leurs enfants et à leur foyer, l'homme et/ou la femme pouvaient investir davantage dans la poursuite d'autres intérêts tels loisirs, bénévolat, vacances, retour aux études, nouvelle carrière et adopter un nouveau mode de vie. La présence prolongée de l'enfant adulte peut contrecarrer leurs plans. Ils peuvent éprouver du ressentiment à le voir s'inscrire. Il peut contribuer au stress du couple qui traverse une période difficile. D'autres se sentent davantage écrasés par les responsabilités et l'incessant va-et-vient quotidien.

Par ailleurs, nombreux sont les parents qui encouragent un enfant adulte à demeurer chez eux. Certains affirment que de nouvelles relations se sont établies avec leur fils ou fille. Ils ont appris à vivre en adultes sous le même toit.

Le partage des tâches dans la maison est un concept que les femmes se doivent de mettre en branle, si elles ne veulent pas que leur carrière de «dispensatrice de soins» s'éternise. Il est important d'apporter des nouvelles règles de vie à la maison en tenant compte des besoins des uns et des autres : l'intimité, le partage de la voiture familiale, l'utilisation de la maison pour recevoir des amis, le partage des dépenses.

Les principes d'identité, d'autonomie et d'égalité que l'AFEAS véhicule depuis tant d'années auprès des femmes «de la génération du milieu» risquent d'être mis à rude épreuve face à ce phénomène familial. La cohabitation harmonieuse des deux générations repose sur ces principes.

Pourquoi ...



L'endroit est accueillant et impressionnant à la fois. Du hall d'entrée jusqu'au salon assigné, tout reflète la dignité et le confort : décoration, grandeur des pièces, commodités diverses et personnel discret.

Une masse de gerbes de fleurs guide les visiteurs vers une pauvre femme et ses enfants qui veillent sur un défunt endimanché.

On n'a rien ménagé pour lui rendre un bel hommage : il méritait bien ça.

Parmi les personnes venues offrir leurs condoléances, on rencontre les proches parents et amis, des gens de l'entourage, des connaissances visiblement mal d'activités sociales, voire même des curieux : «De quoi est-il mort?» ou encore «Était-il malade depuis longtemps?»

Le lendemain, il y a un beau service religieux. Dans une envolée oratoire, l'officiant brise les derniers efforts de la famille pour contenir des larmes chargées de peine, de regrets, d'incompréhension et d'inquiétudes.

On demande à Dieu d'accueillir l'âme de cet être cher : mort depuis plusieurs jours déjà...

Puis on invite les gens présents au lunch, plus joliment appelé réception de retour de funérailles : tradition obligatoire!

Le pauvre diable qu'on inhumait jamais reçu autant d'attentions dans toute sa vie.

Bien sûr, on a le devoir civique de disposer correctement de la dépouille mortelle de ses proches.

Mais, si la vraie vie est celle de l'âme, pourquoi s'accrocher à tant de démonstrations matérielles? Cela aide-t-il le défunt de quelque façon?

Se peut-il que toutes les activités entourant le décès de quelqu'un ne

tant à'œœcèi?

servent qu'à engourdir les malaises qu'on ressent vis-à-vis le comportement qu'on avait envers lui, d'autre part, vis-à-vis sa mort à soi?

Pourquoi souligner la mort avec tant d'ampleur, voire d'excès, alors qu'on néglige la qualité de vie?

Z/Ne Cormier-Aubin

en parlant de...

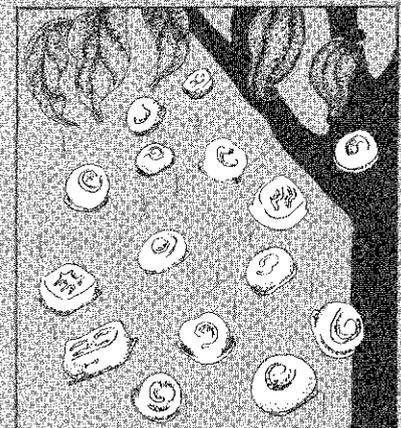
Les secrets du Chocolat

L'arbre de cacao, *Theobroma Cacao L.*, est originaire des forêts tropicales d'Amazonie, du Mexique ou du Pérou. Les Aztèques croyaient qu'il était d'origine divine; son nom *Theobroma* veut dire : nourriture des dieux. Il était cultivé bien avant l'arrivée des Européens. L'empereur des Aztèques consommait le cacao comme breuvage aphrodisiaque et des illustrations très anciennes montrent que des tasses de chocolat étaient servies lors de cérémonies de mariage.

Le cacaoyer mesure entre quatre et dix mètres de hauteur. Son fruit, appelé cabosse, ressemble à un gros melon. Il peut contenir jusqu'à une soixantaine de fèves avec lesquelles on fabrique le chocolat.

C'est Christophe Colomb, découvreur de l'Amérique et grand explorateur qui, le premier, rapporte des fèves de cacao en Europe. On ne connaît rien de cette amande et on ne sait comment l'utiliser jusqu'au jour où des moines espagnols ont l'idée de la broyer et d'y ajouter du sucre... gourmands, ils y goûtent et se régalaient. Le chocolat est né.

Les fèves sont d'abord mises à fermenter pendant quelques jours,



ce qui développe leur arôme et leur couleur. Ensuite torréfiées, écalées, broyées et moulées, elles deviennent une sorte de pâte appelée li-queur de chocolat. Il ne reste qu'à l'utiliser dans mille et une préparations.

La première fabrication de tablettes de chocolat apparaît en Suisse en 1819. D'ailleurs, c'est encore en France, en Belgique ou en Suisse que se donnent rendez-vous les vrais amateurs de chocolat. Et s'il est un secret bien gardé, c'est celui des différentes recettes des chocolatiers»

Marie-Ange Sylvestre

Charité et justice

Que ce soit à travers les médias écrits ou parlés, des protestations se font entendre pour la justice. Est-ce un signe des temps? À travers des situations dissemblables, les jugements de la Juge Raymonde Verreault ou du Juge Crochetière, les cigarettes de contrebande et la situation de guerre à Sarajevo, des centaines d'hommes et de femmes s'élèvent contre l'exercice d'une apparente justice.

L'AFEAS, à travers différents dossiers, a pour objectif prioritaire le progrès social et humain des femmes. Pour ce faire, elle travaille à réduire l'écart qui existe entre la justice et la loi.

Chacune d'entre nous, par l'étude des dossiers (ex. : la reconnaissance du travail au foyer, c'est-à-dire la reconnaissance du rôle parental), nous travaillons à améliorer la condition des femmes et des hommes dans notre société; ainsi la justice est au service de la charité.

Lorsqu'en collaboration avec les différentes instances des milieux, nous travaillons à élaborer des moyens d'actions pour contrer la violence, pour nous donner de meilleurs services (bibliothèque, garderie, local pour rencontres), pour nous conscientiser à différentes problématiques (la réforme de la santé, les rouages de la vie municipale, la reconnaissance des acquis), nous travaillons à l'édification d'un monde plus juste et plus humain.

Lorsque dans une AFEAS locale, le portrait de la clientèle nous fait réaliser qu'une partie de nos membres sont aux prises avec une situation de chômage, de bien-être social, de monoparentalité. Lorsque les jeunes de ces familles n'ont pas de travail et que la spirale de la pauvreté s'élargit, nous décidons avec d'autres partenaires de trouver des moyens d'entraide (ex.: projets communautaires). Quand à l'intérieur d'une AFEAS ou d'un comité nous choisissons, malgré des idées et des croyances différentes, de travailler

dans la réciprocité et la bienveillance, c'est une façon de promouvoir la charité.

La charité est un élément de notre devise à l'AFEAS. Quand nous entendons le mot charité, souvent nous pensons à l'Amour du prochain. La multitude des dossiers et des actions entreprises par notre association démontre l'intérêt que nous portons aux femmes et aux hommes de notre temps.

«L'amour au prochain et la justice sont inséparables. L'amour est avant tout une exigence de justice, c'est-à-dire une reconnaissance de la dignité et des droits des personnes.» ®

La charité s'inscrit au cœur du quotidien AFEAS par de petits gestes, l'écoute de l'autre, l'accueil de la différence, la discrétion, le respect de l'autre, la réciprocité, la bienveillance. Travailler à améliorer la condition des femmes dans notre milieu et dans l'Église, c'est faire oeuvre de charité et de justice.

Huguette Labrecque-Marcoux
vice-présidente provinciale et
responsable au comité provincial de
pastorale

(1) Synode des Évêques, 1971 : La justice dans le monde

Nouvelles tie l'UMOFc

Saviez-vous que Stella Bellefroid, notre représentante à l'UMOFc, a fait parvenir à des organismes réminins d'Europe, nos dossiers sur l'implication politique des femmes et sur la travailleuse au foyer?

Ces thèmes ont été priorisés par une organisation de la Suisse. Comme quoi nos dossiers AFEAS vont loin...

Par Jonanne Fecteau

Infirmière et conseillère
provinciale



Les années de transition

Pour la femme qui approche de la ménopause, les «années de transition» (40-55 ans) constituent une période de grands changements : diminution de la fécondité, saignements utérins anormaux, bouffées de chaleur, insomnie, nervosité inhabituelle. En outre, de plus en plus de femmes veulent avoir des enfants après l'âge de 35 ans, d'où le besoin d'une contraception réversible. Auparavant, l'âge était un critère strict. Les contraceptifs oraux étaient prescrits aux moins de 35 ans uniquement.

La direction générale de protection de la santé, par de nouvelles directives, reconnaît que les contraceptifs oraux, à faibles doses, répondent non seulement à ce besoin en toute innocuité chez les non fumeuses durant leurs dernières années de fécondité, mais procurent aussi une bonne maîtrise du cycle et une régulation hormonale.

D'autres bienfaits à l'utilisation de contraceptifs oraux pour les femmes en péri-ménopause : réduction du risque de cancer de l'endomètre et des ovaires; moins de mastopathies bénignes; moins de kystes ovariens et de grossesses extra-utérines; règles plus régulières avec flux moins abondant; moins d'infections des trompes de Fallope.

Renseignez-vous auprès de votre médecin. Les femmes qui ne fument pas et ne présentent pas de risques particuliers, peuvent prendre des contraceptifs oraux jusqu'à la ménopause.

Des changements à notre image

portrait de h en 1994

L'AEIÀ tenait en août 1991 son troisième congrès d'orientation. Aux 87 tables de discussion, les échanges ont été vifs et fructueux et les représentantes des trois paliers AFEAS (local, régional et provincial) prenaient alors plusieurs décisions susceptibles d'améliorer le fonctionnement et le climat au sein des différentes instances.

Angèle Dionne Jirand et Cécile Therrien
Commission de recherche provinciale



Femmes d'ici

Congrès d'orientation 1997, table de discussion

Au palier provincial, la commission de recherche a reçu, par la suite, le mandat de compiler et d'analyser les rapports issus des discussions de chacune des tables.

Avez-vous une idée de ce qui est ressorti de ce travail? Quelles étaient les suggestions pour améliorer la situation à tous les niveaux?

Une première grille indiquait les points où une majorité des membres souhaitaient des changements, les améliorations souhaitées, des moyens suggérés pour y arriver et le palier impliqué. Ces mesures visaient, soit à mettre concrètement en application les valeurs de l'AFEAS, soit à améliorer les communications entre les différents paliers ou à assouplir le fonctionnement tout en s'assurant d'une plus grande efficacité.

Après approbation par le conseil d'administration provincial, plusieurs de ces mesures étaient mises en appli-

cation, en particulier aux niveaux provincial et régional.

Pourriez-vous en citer quelques-unes? Sinon, avez-vous le goût de les connaître?

Au cas où votre vigilance aurait été prise en défaut, voici donc quelques changements et améliorations apportés depuis:

- a production de tous les dossiers d'étude avant le début de l'année AFEAS;
- a réduction d'un nombre de sujets d'étude et d'art et culture à quatre par année;
- a pour éviter l'éparpillement, resserrement des critères de recevabilité des propositions pour l'assemblée générale annuelle;
- a instauration du concours «Honneur au mérite» en région et au provincial afin de reconnaître l'apport des bénévoles;

- 3 préparation par le comité provincial de formation de différentes sessions de formation et diffusion en région;
- rôle de l'agente de liaison;
- formation à l'action;
- formation de formatrices;
- formation en communication (idées-fiches);
- a nouvelle méthode de choix de la priorité d'action et des sujets d'étude impliquant une plus grande participation des membres;
- a améliorations à la revue afin d'encourager la lecture par les membres:
- concours;
- langage accessible;
- nouvelles chroniques;
- etc...
- a production de divers outils audiovisuels pour faciliter la connaissance de l'AFEAS et l'étude de certains sujets.

Aviez-vous constaté que ces changements constituaient une réponse aux demandes exprimées lors du congrès d'orientation? Avez-vous bénéficié de ces réalisations?

Qu'en est-il des changements au niveau local?

Pour faciliter la tâche des AFEAS locales, le palier provincial publiait en avril 1992, le dossier d'étude intitulé «L'après congrès d'orientation... des changements à notre image». On y retrouvait l'essence du congrès d'orientation, ainsi que des suggestions de la commission de recherche pour donner suite aux propositions adoptées.

Avant de penser à un autre congrès d'orientation en 1996, comme le prévoient nos règlements, ne serait-il pas opportun de vérifier le degré de réalisation des améliorations souhaitées qui concernaient nos AFEAS locales? Y avons-nous consacré assez de temps? Avons-nous encore des points à améliorer?

Le conseil d'administration provincial adoptait, à sa rencontre de janvier 1994, une démarche permettant de faire le point en identifiant les actions



entreprises et celles prévues pour donner suite au congrès d'orientation. Cette démarche comporte deux étapes:

D Premièrement, votre région vous fera parvenir, si ce n'est déjà fait, un formulaire à compléter. Ce formulaire vous permettra de faire le point sur les changements que vous avez effectués ou que vous prévoyez effectuer pour corriger les situations non satisfaisantes dans votre AFEAS. Le questionnaire porte sur quatorze aspects de la vie AFEAS qui ont été identifiés comme principales sources de mécontentement chez les membres lors du congrès d'orientation. Il est très important de faire cette évaluation avec l'ensemble des membres, d'ici la fin de l'année AFEAS.

a Deuxièmement, au congrès d'août 1994, des ateliers de discussion et d'échange sont prévus spécifiquement sur le suivi donné ou à donner au congrès d'orientation. Les déléguées des AFEAS locales devront alimenter les débats à la lumière des constats recueillis chez elles. La qualité de la participation de vos représentantes sera directement proportionnelle à l'importance que vous aurez accordée à la réalisation de la première étape!

Les résultats de ces échanges éclaireront les réflexions de la commission de recherche sur les recommandations à formuler quant aux démarches à entreprendre pour assurer la vitalité et l'efficacité de notre association dans les années futures.

Vous pouvez donc constater l'enchaînement logique de chacune de ces étapes et l'importance qui doit être accordée à leur réalisation et ce, à chacun des paliers.

Conscientes de ce qui a été fait et de ce qui reste à faire, serons-nous en mesure d'évaluer la pertinence de tenir un nouveau congrès d'orientation en 1996?

À vous de jouer! •

Le renouvellement une question de survie

Depuis plusieurs années, nous constatons que même si le recrutement fonctionne plutôt bien à l'AFEAS, le membership diminue d'année en année; voilà ce qui motive le comité de promotion à se poser autant de questions qui, je vous l'avoue, restent souvent sans réponse.

Pourquoi les femmes adhèrent-elles à l'AFEAS et nous quittent-elles après une ou deux années? Voilà le mystère qu'il nous faut essayer de découvrir avant qu'il ne soit trop tard.

Faisons ensemble un petit exercice pour nous aider à déceler ce qui pourrait être la raison de notre perte de membres.

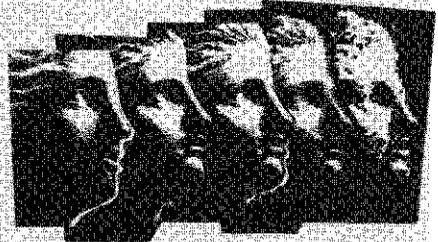
Si vous vous arrêtez quelques instants pour vous rappeler ce qui vous a amenée à devenir membre AFEAS, vous découvrirez rapidement ce qu'il était d'abord pour combler un intérêt; la nature humaine est ainsi faite. Si je continue ma réflexion un peu plus loin j'arrive à me dire que c'était aussi pour me faire des amies, de vraies amies. Pour ne pas nous décourager, prenons un objectif réalisable et essayons de travailler uniquement sur ces deux points.

Comblant un intérêt, cela suppose que j'ai adhéré à l'AFEAS à cause de tel et tel service qui m'était offert et qui répondait à mes attentes!

Ai-je reçu ces services? Ai-je exprimé mes attentes?

Ce sont peut-être des interrogations qui peuvent nous éclairer.

N'oublions jamais qu'aucune personne n'acceptera de participer à un mouvement si elle ne pense pas pouvoir en retirer quelque chose en retour, que ce soit de la formation ou peut-être simplement de l'amitié;



tié; c'est ce qui m'amène à parler «d'être de vraies amies». L'amitié, ça se bâtit, ça se protège.

Pour garder les gens avec nous, il faut apprendre à aimer les autres pour ce qu'elles sont. Avec leurs forces et leurs faiblesses, avec leurs capacités différentes des nôtres, mais tout aussi valables. Ce n'est qu'avec les yeux du cœur que l'on peut apprécier quelqu'un à sa juste valeur.

Une membre... c'est précieux, il faut donc y porter une attention spéciale.

Commencez dès maintenant à échanger avec vos membres, avoir si l'année AFEAS a répondu à leurs attentes.

Dites-leur qu'elles sont importantes; que l'AFEAS a besoin d'elles pour continuer de faire pression auprès de nos gouvernements.

Avons-nous le goût, le désir et une foi assez grande en notre association pour créer une énergie nouvelle de solidarité, pour contrer cette récession (en membres) et redevenir les 33 000 membres AFEAS d'il y a quelques années?

L'AFEAS demeure toujours un des mouvements les plus importants pour les femmes du Québec. Faisons-nous un devoir de bien faire connaître ses buts, ses objectifs, ainsi que ses différents dossiers.

Comme membre AFEAS, tu fais partie d'une grande famille qui a pour objectif un renouvellement à 100%.

La famille m'est chère! La famille... mais cher!

Cher la famille?.. Ires!.. .ht les parents en assument presque seuls les frais. Le récent *Forum sur la fiscalité des familles*, organisé par le Bureau de l'Année internationale de la famille, a offert un lieu unique de réflexion et de débats sur l'aide offerte par l'État aux parents.

Par **Miclielle HotJe-Ouellet**
chargée du plan d'action

Jacqueline Nadeau Martin, présidente, Marie-Paule Godin, vice-présidente et Michelle Houle-Ouellet, chargée du plan d'action ont représenté l'AFEAS à cette rencontre tenue à Montréal, les 9, 10 et 11 février derniers..

(gouvernements et familles

Prestations pour enfants, allocations de naissance, exemptions pour frais de garde, programme d'aide à l'habitation, etc. illustrent quelques-unes des formes que prennent les mesures fiscales destinées aux familles.

Beaucoup d'argent est investi dans ces mesures. Les quelque 400 participants au *Forum* se sont interrogés sur la répartition de ces sommes et leur utilité pour constater que le système fiscal, extrêmement complexe, pénalise plus souvent les parents qu'il ne les aide.

Le gouvernement du Québec fait montre d'un parti pris plus généreux à l'égard des familles: aide orientée vers les familles à faibles revenus, avec de jeunes enfants (allocation de naissance) et des enfants plus nombreux (allocation plus généreuse pour le troisième enfant). Du côté fédéral, l'aide se caractérise surtout par son orientation vers les familles les plus démunies (prestations pour enfants).

Les systèmes fiscaux des pays ne sont jamais neutres. Aux États-Unis, par exemple, par les ressources qu'il accorde, le gouvernement n'encourage pas la formation des familles. Basé sur l'individu, le système décourage deux personnes qui travaillent à se marier. Les crédits accordés aux couples avec enfants sont faibles et l'aide est définitivement accordée aux personnes à

bas revenus.

En Europe, on reconnaît la nécessité d'encourager les familles. Certains pays comme la France et l'Allemagne ont opté pour un système basé sur le revenu familial, où les revenus des conjoints et des enfants sont additionnés pour être ensuite divisés en parts qui sont imposées séparément. Ce système est cependant critiqué parce qu'il n'incite pas au travail et qu'il favorise les revenus élevés. Dans la Communauté économique européenne, on note une nette tendance à l'harmonisation des politiques qui tiennent davantage compte du remodelage des rôles hommes-femmes, et où l'unité fiscale doit être l'individu tout en avantageant les familles.

L' universalité des mesures

De grands enjeux se sont dégagés de ces assises; d'abord, la nécessité de réclamer des mesures universelles, c'est-à-dire destinées à tous les parents. Parce que l'enfant est un actif pour toute la société, qu'il constituera la force de travail et la société de demain. Il n'est pas juste qu'à revenu égal, les parents paient autant et souvent plus de taxes et d'impôts que les couples sans enfant ou les célibataires. C'est pourtant grâce à ces mêmes enfants que les rentes de retraite de demain pourront être versées à tous.

L'abandon des mesures universelles tend aussi à appauvrir la classe moyenne. C'est en Europe, où les mesures sont universelles, qu'on trouve les pays où il y a le moins de pauvreté tandis que les pays qui ciblent leurs avantages vers une clientèle (ex.: les démunis) sont



ceux où il y a le plus de pauvreté. Un tel ciblage contribue aussi à briser l'harmonie et la solidarité sociale entre les groupes de la population.

JLa transparence

Les parents doivent connaître le montant de l'aide que l'État leur accorde. Est-ce intentionnellement que les rapports d'impôts ou les critères d'accès à certains programmes (ex.: APPORT) sont si complexes? Ainsi, les contribuables négligent de réclamer les sommes auxquelles ils ont droit, à l'avantage des gouvernements.

Des choix politiques

Tout repose sur la volonté politique d'intervenir auprès des familles. Pourquoi les couches et les bottines d'enfants sont-elles taxées alors que les actions transigées en bourse ne le sont pas? Pourquoi la contrebande de cigarettes a-t-elle fini par faire bouger les gouvernements et non le travail au noir effectué pour la garde des enfants? Pourquoi l'État se prive-t-il des millions que représentent les déductions pour frais financiers (500 millions), le crédit d'impôt pour dividende (300 millions), les déductions pour les REER (3,3 milliards, au fédéral), les pertes sur le rendement des REER (2,9 milliards)? Alors qu'il n'y a jamais assez d'argent pour les familles?

La question a été lancée au Forum: *ft s' on faisait fausse route? .*

Projet «Partage et Entraide»

Prix Azâlaa Marchand

Al* liAS locale Sainl-(Jeur de Marie
région isatjuenay L.MC S't-lea.n-i.J'i>bouc}arn.au-(.Jiapais
„f rang, catégorie «condition féminine»

Si l'action sociale était une discipline olympique, j'aurais l'honneur de vous présenter les médaillées d'argent sur le podium provincial de l'AFEAS, dans la catégorie condition féminine. L'AFEAS n'étant pas reconnue aux Jeux de Lillehammer, nous oublions donc la médaille d'argent et vous présentons les gagnantes du 2e rang dans la catégorie condition féminine du concours du Prix Azilda Marchand 1993.

Il s'agit de l'AFEAS Saint-Coeur de Marie de la région Saguenay Lac-St-Jean Chibougamau-Chapais qui, suite au sujet d'étude sur le partage des tâches, décide de passer à l'action sous le titre «Partage et entraide». Leurs objectifs sont de sensibiliser les élèves de l'école primaire au partage des tâches, de les inviter à prendre l'habitude de faire leur part et de les amener à prendre des responsabilités selon leur âge, bien entendu.

Pour atteindre ces objectifs, l'AFEAS présente un projet au directeur de l'école primaire de même qu'à l'animatrice de pastorale qui offrent leur collaboration. Cette dernière oriente une des réflexions sur le thème «Partage et entraide».

Une présentation spéciale est faite aux élèves de 6 à 8 ans et une autre plus approfondie aux élèves de 9 à 12 ans. Cette présentation part du vécu de l'enfant et l'amène à réfléchir sur sa manière de partager, que ce soit à la maison, à l'école ou même avec le voisinage. Pendant ce cours, par des moyens concrets et spécifiques à leur âge, les élèves vivent une expérience de partage. Ceux-ci sont en mesure de constater qu'au moment où ils n'apportent pas leur aide, une tierce personne accomplit le travail pour eux et celle-ci se retrouve avec une double tâche. A la fin du cours, chacun des élèves est invité à s'exprimer par un dessin sur sa manière personnelle de partager et de favoriser l'entraide.



Cours de catéchèse sur le thème «Partage et Entraide».

La participation est inespérée, 382 dessins ont recueilli sur une possibilité de 405. Ils sont tous plus intéressants les uns que les autres. L'AFEAS expose ces dessins sur la place publique à différents endroits dans la localité. Elle sensibilise ainsi la population à cette action et à l'importance du partage des tâches.

L'AFEAS veut laisser un souvenir tangible de cette action. Elle décide de monter tous ces dessins dans une reliure aux couleurs de l'AFEAS, sous le titre «Partage Action, entraïdons-nous». Cette reliure fait maintenant partie intégrante de la bibliothèque de l'école.

Et pour sensibiliser le grand public, un dessin par classe est choisi pour bâtir 600 napperons en sept modèles qui seront mis en vente à différents endroits dans la municipalité. Ces napperons ont pour but de déclencher des discussions sur le partage et l'entraide dans le plus grand nombre de foyers possible et de rappeler à chacun qu'il doit participer activement aux tâches familiales.

Que pouvons-nous dire de plus que trois fois braves à cette AFEAS pour ce magnifique travail de sensibilisation auprès des enfants et des adultes de la municipalité, tout en identifiant clairement notre mouvement. Bravos mesdames, je vous aurais donné fièrement la médaille d'argent à Lillehammer! •

Lucie Proulx
adjointe au comité du P.A.M.

AFEAS LOCALE ST-EUGENE

Le 1er mai 1994 sera grandiose en notre paroisse, puisque les membres célébreront le 25e anniversaire de la fondation de notre AFEAS.

Douze présidentes s'y sont succédées et 330 membres y ont adhéré en 25 ans.

Notre AFEAS locale veut encore vivre! C'est pourquoi un comité ad hoc a été formé en mai dernier pour l'élaboration de projets originaux.

La phase 1 consistait à attirer l'attention sur le nom AFEAS au Festival des Amuseurs Publics de notre ville en août dernier et aussi à vendre les travaux artisanaux de notre plan d'action réalisé en équipes : projet artisanat couture.

La phase 2 a été réalisée afin de rendre hommage à nos pionnières pour ce qu'elles nous laissent en héritage et afin de sensibiliser nos visiteurs à la conservation du patrimoine et à l'art ancien, en invitant la seule cartonnière, Soeur Luce Brini-Scalabrini et la seule haute lissière au Canada, Mme Bélangère Gill-Beauchemin.

C'est d'ailleurs à ce Salon artisanat culture que notre présidente provinciale, Jacqueline Nadeau-Martin, est venue nous appuyer lors de cette activité culturelle qui rencontrait l'objectif de notre thème «S'unir pour progresser».

Les projets des phases 1 et 2 ont été conçus pour financer notre 25e anniversaire de fondation. Vous avez le goût des retrouvailles en mai prochain? Contactez notre secrétaire du comité ad hoc:

Mme Claudette Caumartin
311 rue St-Laurent
Cap-de-la-Madeleine
(819) 374-1274

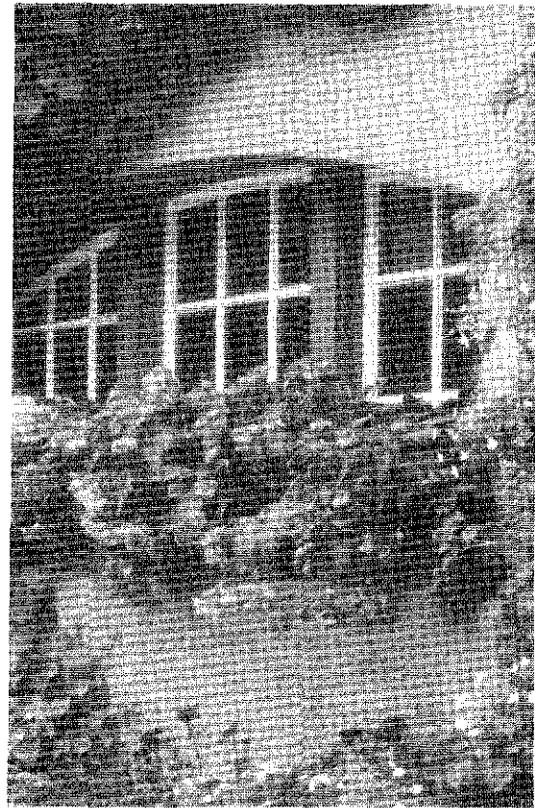


de gauche à droite: Edith Martin, présidente AFEAS locale St-Eugène, Claudette Caumartin, secrétaire comité ad hoc, Hélène Duval, responsable du comité ad hoc et Jacqueline Nadeau-Martin, présidente provinciale.

Un chez-soi fleuri

Rien de plus frustrant qu'un bon reportage sur de beaux grands jardins, quand on dispose à peine d'un perron... Qu'à cela ne tienne! Avec un peu d'imagination, on peut fleurir le moindre espace : rebord de fenêtre, petit balcon avec balustrade, rampe d'escalier, bordure d'entrée, lisière longeant une bâtisse, etc.

Par Lise Cormier-Aubin



Ombre et lumière

Ilk'ii sût, on ne lait pas pousser n'ini-poic c'ouï n'impoite où. Il lauttenir

(OtlIptedec PItailISla< IOIIV

- ❖ *cnwlcilh me'il* Joli et plus, mi-oïn[age,oi]ibiagpou /'he! moins.
- ❖ *Vfil* |)eiile (our abi iïée, espai e ouveil, balf on ,111 Se et âge.
- ❖ *p.itiK u<i/lfp* pai exemple, un nuir (<i<e.111 sud léllét hit beaucôïlpl la chaleur; donc, pour les placer à proximité, il vaut mieux choisir des plantes reconnues pour leur tolérance à la chaleur/sécheresse.

;&; zone de rusticité - le Québec est divisé en six zones selon le climat. On a établi la zone idéale pour chaque variété de plantes. Les plantes de zones froides poussent bien en zones plus chaudes; mais rarement l'inverse.

Balcon en fleurs

D'autre part, bien des plantes s'accroissent de divers contenants : boîtes à fleurs, pots de grès, chaudières, bacs, etc. Cependant, certaines exigent la pleine terre.

Des chaudières de cinq gallons en plastique pour orner une galerie? Pourquoi pas!

Il suffit de les maquiller : les peintu-

KMd'une ou Ici Hassoilie à la maison; les habille, p. ti exemple de julo, n li-viduellement ou en gi oupe; entonici l'ensemble des diaudiè es d'il) le mini-clôture; pour un effet de «parc»; choisir des plantes retombantes, etc.

On suggère d'utiliser les chaudières par paire : la chaudière du dessus, contenant la terre, a le fond percé de trous pour l'égouttement; tandis que celle du dessous sert de «soucoupe».

Quant aux petits contenants, ils doivent mesurer au moins 30 cm X 30 cm pour ralentir l'assèchement du sol.

De plus, il faut bien les attacher pour éviter qu'ils ballottent au vent ou qu'ils décrochent et blessent quelque un.

Couleurs et parfums

Maintenant qu'on a évalué l'espace disponible et les contenants utilisables, on doit préciser ce qu'on désire en plantant des végétaux :

- * la beauté des couleurs
- ! le contraste des formes
- ! l'ivresse des parfums
- ! le plaisir du palais avec les fines herbes et plantes potagères
- ! cacher la vision, procurer de l'intimité
- ! créer du mouvement
- f ralentir le vent
- ! attirer les oiseaux

- * éloigner les insectes
- * faire une provision de fleurs séchées, etc.

Temps et expérience

In plus di-l'elfet ie(lien hé, il faut aussi tenir compte d'autres points :

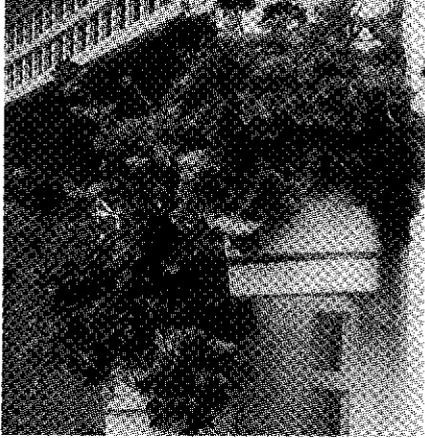
- ❖ son degré d'expérience; si on en a une, il est préférable de choisir des variétés peu exigeantes à cultiver!
- ❖ le nombre de heures qu'on peut consacrer à ses fleurs (la lire en pelils <ont PI tan Is exige plus d'arrosages);
- ❖ la possibilité de protéger certaines plantes à l'automne;
- ❖ enfin, et surtout, le moult d'argent qu'on peut dépenser.

Il vaut mieux bien savoir ce qu'on veut et ce qu'on peut se permettre, avant d'aller à un centre de jardinage.

Étalages de choix

Le magasinage des plants comporte l'étape la plus difficile : résister aux achats impulsifs, face aux étalages débordants de fleurs superbes.

Après avoir noté les suggestions de variétés faites par un vendeur con-



tent et selon l'effet désiré et l'endroit disponible, il faut choisir ses plants avec soin.

- ❖ Préférer des plants jeunes avec des bourgeons plutôt que des fleurs écloses : des plants avancés auront plus de difficulté à reprendre.
- * Rechercher des plants trapus et bien fournis plutôt qu'élançés.
- * Éviter les plants au feuillage très pâle, très foncé ou brunissant, ayant des taches ou des trous ou dont des feuilles ont été coupées.
- * Éviter aussi les boîtes de plants où il y a une petite mousse verte ou un dépôt blanc : indices d'un surplus d'eau ou de fertilisants.

Il faut aussi prévoir l'achat de terreau et de quelques outils (truelle, arrosoir et sécateur) si on ne les a pas déjà.



Simple et facile

Toutes ces étapes peuvent sembler laborieuses la première fois qu'on aborde le sujet, mais d'une année à l'autre, l'expérience aidant, on n'a pas à les recommencer toutes; surtout si on garde le même environnement.



Entretien estival

L'entretien consiste surtout à surveiller quotidiennement les besoins d'eau de ses plantes chéries et à couper les fleurs fanées pour stimuler la floraison.

Mais ces deux activités deviennent bien vite des prétextes pour mieux jouir d'un chez-soi embelli •

Références

«Citadins, à vos arrosoirs» par Larry Hodgson
«Comment choisir les meilleurs plants» par André Pedneault dans la revue *Écologie*, avril-mai 1990.

Quelques rituels printaniers

L'arrivée du printemps évoque le dégel, le renouveau, la fête de Pâques, les sucres... Il est cependant d'autres réalités reliées à cette période de l'année, réalités surannées et souvenirs du vécu au temps jadis.

Par Marie-Ange Sylvestre

Les provisions de viande

Les premiers doux temps voient nos aïeules vérifier leurs provisions de viande. Après les boucheries de décembre, les morceaux gelés sont conservés sur les tablettes de laiterie. Au Québec, en hiver, les congélateurs sont grands, mais le mois d'avril voit diminuer leur efficacité. Alors, ce qui reste est placé dans des sacs de coton et entreposé au milieu du carré d'avoine; le grain sert d'isolant et maintient le froid pendant plusieurs semaines supplémentaires.

Les fesses et les épaules de porc sont réservées pour le jambon de Pâques. Dans chaque rang, deux ou trois cultivateurs procèdent à la délicate opération du fumage de la viande. D'abord, ils la font mariner pendant quelques jours dans une saumure sucrée, il paraît que chacun a sa recette exclusive et secrète. Ensuite, ils installent les morceaux au plafond d'une petite cabane haute, étroite et sans fenêtre, le fumoir. Le feu se fait dans un grand chaudron de fer. Du bran de scie de bois franc, des branchages verts, des herbes, des arbrisseaux odoriférants sont brûlés sans flamme. Parfois, des épis de blé d'Inde sont ajoutés; ils connaissent alors une douce revanche : les cochons ont mangé leurs grains en moulée, ils fument le cochon. Une fumée trop dense rend la viande acre et noire. C'est une oeuvre de patience qui se prolonge environ une semaine.

Les semis

En mars, il faut déjà penser aux semis. D'abord, les légumes à germination lente comme le céleri et quelques variétés de fleurs annuelles. Et surtout, le 19, fête de Saint-Joseph, c'est le jour réservé aux tomates. A croire que le bon charpentier a des talents cachés pour le jardinage et que sa bénédiction peut influencer la future récolte. Les graines sont déposées dans des caissettes de bois remplies de terre stérilisée au fourneau et recouvertes de tissus toujours humide. Les jeunes pousses, repiquées dans des boîtes de conserve reçu pérées au cours

de l'hiver, sont alignées sur les allées des fenêtres orientées au sud. Il ne reste qu'à surveiller les arrosages et les petits doigts curieux et impatients de voir pousser les tomates.

La bénédiction des semences

Saint-Joseph ne détient pas le monopole sur l'espérance populaire d'une bonne récolte quand elle est bénie des Cieux. Il doit partager son influence avec Saint-Marc : le 25 avril, jour de sa fête, c'est la bénédiction des semences. Chaque famille se rend à l'église avec un échantillon de grains : de l'orge, de l'avoine, du blé, du sarrasin, du blé d'Inde et même des graines de légumes. Le curé récite des prières spéciales pour bénir ces grains qui seront mêlés aux autres semences. Il y a aussi une procession et le chant des litanies des Saints... *Ora pro nobis... Orate pro nobis...*

La fabrication du savon

Durant l'hiver, tous les restes de gras sont accumulés précieusement, rien ne se perd. Dès que la température s'y prête, c'est le temps de faire une brassée de savon. Dans un grand chaudron de fer installé sur un trépied, à l'abri du vent, on fait fondre le gras avec de l'arcanson et de l'eau en brassant souvent avec une longue palette de bois. Quand le mélange est bien homogène, il s'agit d'ajouter le caustique : opération délicate car il provoque une ébullition débordante. Pour éviter le pire, il suffit de jeter quelques poignées de neige ou un peu d'eau froide dans le récipient. Ensuite, il ne reste qu'à retirer le tout du feu et à ajouter une terrinée de sel pour assurer la séparation : le savon en surface et le liquide en dessous. Après avoir laissé reposer toute la nuit, de beaux morceaux sont découpés et mis à sécher quelques semaines avant d'être utilisés.

Le souvenir de ces quelques rituels printaniers montrent combien l'effort et le souci de l'économie faisaient partie du quotidien de nos ancêtres. Après le dur hiver qui les a confinés à l'intérieur, ils s'activent au dehors en harmonie avec le réveil de la nature; ils profitent du Printemps >

Les femmes et les loisirs

En hiver, Jeannette ne vit plus. Terrée au chaud dans sa maison, emmitouflée dans la laine et le polar, elle attend, patiente, le dégel. Les longs mois de froidure ne sont pour elle qu'un long calvaire, illuminé par moments par la réception - oh bonheur - d'un catalogue de semences.

Ces petits malins bénis des dieux, Jeannette prépare tout un rituel. Avant de se donner le droit d'ouvrir ces catalogues, elle se fait un café bien fort, sort ses meilleurs biscuits de l'armoire et pousse sa lourde bergère jusqu'à la, fenêtre, celle qui donne sur son jardin.

Puis, elle sort le plan du potager et du jardin de l'an dernier et son calepin de notes, où est consigné dans le détail le rendement de chaque espèce. Jeannette est prête.

Avec un gloussement discret de bonheur, se recueillant un dernier instant, elle tourne la première page. Une symphonie de parfums floraux et de couleurs vives la transporte aussitôt, clans un long frisson, vers les tendres journées de juillet.



Yves Ouellet

Par Louise Dubuc

Fédération québécoise de la marche

Plantera-t-elle des cerises de terre pour les enfants? Quelle variété de basilic choisir cette année? Pour des melons d'eau, il faudrait agrandir le potager par la gauche. Les concombres étaient ratés l'an dernier, peut-être faudrait-il les déménager? Jeannette n'est plus là, dans sa vieille bergère. Chaussée de gros souliers informes, son tablier à grandes poches noué autour du cou, les ongles noirs de terre, indifférente aux appels des petits et au bourdonnement des abeilles autour de son fronton sueur, Jeannette jardine.

Ça l'air de rien, dit comme ça. Mais c'est son hobby, sa passion, qui l'occupe beaucoup, elle qui pourtant a une vie bien remplie. La saison démarre par la livraison des semences commandées en mars. Puis, dès le début avril, elle doit préparer sa petite serre dans le vieux solarium. Ses bébés, comme elle les appelle, demandent tant de soins durant cette période cruciale qu'elle refuse tout déplacement de plus de 24 heures. Puis, il y a la serre froide derrière le garage, en plein soleil, où grandissent ensuite ses plans de tomates, jusqu'à ce que son ennemi juré, le gel, soit

hors de vue. Elle prépare aussi le sol, le nourrit du compost qu'elle soigneusement préparé, mêlé au crottin des chevaux de l'écurie voisine, son or noir, se plaît-elle à dire. Viennent les jours où elle plante, transplante, sème, arrose, s'inquiète pour la survie de petites pousses aux tiges grosses comme un fil, qu'une seule goutte de rosée suffit à écraser.

À petits pas, le printemps cède sa place, l'été survient. Dès l'aurore, alors que le ciel est rosé et que tous les oiseaux de la terre se sont donné rendez-vous sur la cime de ses pommiers, Jeannette enfle ses vieux jeans et savoure son premier café, assise sur le muret de pierre qui ceint son petit paradis. Elle désherbe, arrose, transplante puis enfle sa robe de ville et court travailler. Aussitôt de retour, elle cuisinera de petits délices avec ses primeurs et décorera la table d'une brassée de fleurs. Le bonheur. Elle prend une semaine de vacances fin août, uniquement pour la récolte. Il faut cueillir, mettre en conserves, faire des marinades, des tartes, des soupes pour l'hiver. Que d'ouvrage, que d'odeurs.

Jeannette consacre ses journées d'automne à organiser sa dépense, à faire des étiquettes de sa belle calligraphie que les enfants décoorent ensuite; elle entre les bulbes, prépare la terre, fait le bilan de chaque espèce, soigneusement consigné dans son cher calepin.

Et puis, quand la bise de novembre souffle, elle invite les amis et la parenté à goûter aux fruits de son labeur.

Le jardinage, passion de Jeannette, est-il un loisir?

Oui, à cause du plaisir et de la détente qu'il lui procure, diront certaines. Non, par l'aspect utilitaire qu'il implique, répondront d'autres. Son loisir a un impact important sur le budget familial et sur la qualité de l'alimentation de toute la famille.

Bien des loisirs féminins-masculins aussi sont faits ainsi, entremêlant étroitement plaisir et utilité. La cuisine, le tricot, la couture, pour n'en nommer que ceux-là, font partie de cette catégorie de loisirs.

Mais, est-ce un signe des temps, les femmes préfèrent de plus en plus



s'adonner à des loisirs à l'extérieur de la maison. Pour ce faire, elles privilégient les loisirs de groupes, où la compétition n'est pas la vertu dominante. Jeannette, avec son bonheur solitaire à l'arrière de sa maison, est donc un peu démodée. Mais cela lui est bien égal, répondrait-elle en croquant une carotte fraîchement cueillie! Et puis, vous expliquerait-elle, pratiquer mon loisir ne me coûte pas cher. Je n'ai pas besoin de transport, ni de gardien nés. Je m'y adonne quand je veux, pas de problèmes d'horaires. Les plantes sont patientes, je ne suis jamais en retard et il n'y a personne pour me tomber sur les nerfs ou exiger trop de moi.



Championnat du Québec de tancer de fers - 1989

Fédération québécoise des jeux récréatifs

Des contraintes bien réelles. Pour plus de la moitié des femmes, la principale contrainte à la pratique d'une activité de loisir est un conflit d'horaire. Le problème du transport la suit de près. La garde des enfants durant l'activité touche une femme sur trois. En plus de la difficulté à trouver une gardienne, les femmes, commençant à peine à se reconnaître le droit à des loisirs, ont bien de la difficulté à priver les enfants et leur conjoint de leur présence et à grever le budget familial pour un plaisir égoïste. Enfin, environ une femme sur cinq est limitée par l'absence d'endroits où se pratiquent ses activités préférées, la natation par exemple.

Si le droit aux loisirs existe, il faudrait bien faire quelque chose pour aider les femmes à s'en prévaloir. Il y a quelques années, une enquête réalisée par le gouvernement du Québec concluait que, pour encourager les femmes à s'adonner à des loisirs, il faudrait s'occuper des aspects suivants:

- Favoriser un comportement plus autonome chez les femmes face à leurs loisirs. Ce comportement peut avoir des répercussions positives dans d'autres secteurs de leur vie.
- Développer chez les femmes la notion de droit au loisir.
- Être novateur dans le choix des cours en art. Pourquoi se cantonner dans les activités artisanales traditionnelles?
- Plus de garderies à prix modiques.
- Davantage d'information et de publicité sur les activités.
- Activités à prix modiques ou gratuites et en grand nombre.
- Plus grand choix d'activités et d'horaires en semaine.
- Meilleure organisation municipale et de quartier.
- Plus de moyens de transport à prix modiques.
- Plus d'activités de groupes pour le troisième âge, adaptées à leur condition physique.
- Offrir des programmes d'activités physiques peu exigeants, pour les débutantes.
- Plus de moniteurs dans les salles d'exercice.
- Plus d'équipement sur les lieux de travail.
- Plus d'activités les fins de semaines.
- Développer l'aspect social des activités en les prolongeant dans une salle de rencontre, et en faisant des sorties de groupe à l'occasion. C'est l'occasion de créer des réseaux d'amitié.

J'entends déjà vos commentaires. Par les temps qui courent, avec la récession économique, le chômage, les faillites en série, les gens ont bien d'autres priorités que les loisirs. Au contraire, serais-je tentée de vous répondre.

Quand le stress est omniprésent, quand la vie est une bataille incessante, on a besoin, plus que jamais, d'un dérivatif pour préserver sa santé mentale. Cela coûte bien moins cher d'organiser des activités de loisirs pour le peuple que de voir les gens dépérir, prendre des médicaments antidépresseurs, faire la file dans les cliniques médicales pour guérir tous les maux dus au stress, à l'angoisse, à l'anxiété.

Quels sont les loisirs offerts aux femmes?

Il est bien difficile de répondre à cette question. Il y a plus d'activités offertes dans les grands centres urbains que dans les petites localités. Quoique certains services de petites municipalités, plus proches des gens du milieu, sont plus en mesure de répondre aux besoins de leurs citoyennes. Il semble cependant que, règle générale, les activités correspondant aux besoins des femmes soient les parents pauvres des services de loisirs.

Les loisirs et la municipalité

Les municipalités ne sont pas obligées d'accorder un budget pour les loisirs. Mais, si à l'intérieur des taxes foncières, il existe un tel poste budgétaire, cet argent doit être dépensé pour des loisirs.

Outre les centres de loisirs et les terrains de jeux, une municipalité peut, par résolution, contribuer à la création d'œuvres de culture scientifique, artistique ou littéraire, fonder ou aider à la fondation d'organismes dont le but est d'organiser et de favoriser l'activité physique et culturelle par les résidents de la municipalité. Elle peut aussi accorder des subventions ou confier à des institutions ou corporations l'organisation et la gestion d'activités ou d'organismes de loisirs et de culture.

Bref, sans tout faire elle-même, la municipalité peut faire beaucoup pour le développement de services de loisirs adaptés aux besoins de ses citoyens. Encore faut-il que ces citoyens s'impliquent et disent clairement ce qu'elles veulent, elles ne sont pas toutes des Jeannette! •

Êtes-vous... hiver été automne ou printemps ?

par LOUISE LIPPE CHAUDRON

Qui n'a pas sa couleur préférée ? Elle correspond souvent à celle que vous portez avec le plus de plaisir, celle qui vous va le mieux. N'avez-vous pas eu, au moins une fois dans votre vie, un vêtement qui méritait toujours un compliment « ça vous va à ravir ! » C'est la couleur qui rehausse votre teint, la couleur de vos yeux et de vos cheveux. Plus encore que la coupe et la forme du vêtement, **la couleur fait toute la différence !**

La société nous inonde de messages publicitaires pour nous vendre de nouvelles couleurs, sans lesquelles, semble-t-il, la vie n'a plus d'intérêt ? Après le noir et le blanc, c'est le rouge et le kaki, quand ce n'est pas une savante combinaison de blanc ventre de biche avec le gris col de pigeon ! Il faut tenir bon, ne pas se laisser influencer et continuer de choisir les couleurs qui nous avantagent, qu'elles soient à la mode ou non !

A quelle saison appartenez-vous ?

Chaque saison symbolise un type de teint ; on lui associe une gamme de couleurs et de teintes qui s'harmonisent avec sa couleur de base. C'est beaucoup plus charmant que de les classer par numéro ! Quelle est la plus belle saison, direz-vous ? C'est la vôtre, bien sûr ! Ajoutons à la couleur de la peau, la couleur des yeux et des cheveux et l'on retrouve les caractéristiques de chacune des saisons.

Ainsi, selon sa personnalité, une femme est plus jolie avec des couleurs pures ou des couleurs froides. Une autre sera avantagée par les teintes douces de l'été, une autre par les tons riches et chauds de l'automne ou les tons clairs et chauds du printemps.

Les gènes décident de la couleur de la peau, des cheveux et des yeux, ce qui permet de déterminer la palette de couleurs qui vous convient. Les mêmes couleurs vous iront toujours bien, à n'importe quel âge.

Comment se présentent les saisons

L'hiver : couleurs claires, pétillantes, primaires ou glacées. Les femmes *Hiver* sont les plus nombreuses et leurs genres sont variés. Elles portent très bien le noir et le blanc pur, le bleu roi et le rouge légèrement bleuté.

L'été : couleurs chatoyantes, douces comme l'arc-en-ciel. La plupart des femmes *Été* ont des cheveux blonds,

brun clair ou cendrés. Elles portent bien les couleurs lavande, lilas, framboise, prune, les rosés tendres ou foncés, le rouge écarlate, les turquoises et les vert pâle, le beige rosé et le gris bleu.

L'automne : tons riches et chauds de l'automne rayonnant et couleurs terre. Seule la femme *Automne* peut être avantagée par le jaune citrouille et le vert olive. Les couleurs qui lui vont le mieux sont chaudes, contiennent du jaune ou de l'orangé. Mastic, café, brun doré, rouille, pêche foncé, orangé, rouge brique et, en général, les tons de vert mousse, olive et le bleu pervenche foncé.

Le printemps : couleurs claires, chaudes et légères. Bien que la plupart des femmes *Printemps* soient blondes dans leur enfance, leurs cheveux deviennent plus foncés, mais conservent leurs reflets dorés. Elles portent des teintures délicates, claires, avec un peu de jaune ; les couleurs varient de l'ivoire, chamois, beige clair, marron, du gris perle à l'or clair et au jaune vif. Ajoutons les multiples tons rosés : pêche, vieux rosé, saumon, corail et rosé vif. Enfin, le bleu pervenche clair, le bleu mauve, le gros bleu, l'aqua clair ou foncé.

Comment choisir vos couleurs : un test

Pour les vêtements comme pour le maquillage, il est bon de connaître ses couleurs. En même temps, vous trouverez celles que vous ne devez pas porter ! Il est plus facile et plus amusant de faire le test en groupe, avec des amies.

Première étape : à l'aide d'étoffes, de vêtements ou de foulards de différentes couleurs, faites un tri des couleurs de même saison. Drapez-les autour de votre cou ou de votre visage. Les autres auront vite fait de pointer les couleurs qui vous conviennent le mieux. Vous-même irez instinctivement vers les teintes qui s'harmonisent avec votre teint. Peut-être découvrirez-vous des couleurs que vous n'aviez jamais osé porter ?

Comparez vos meilleures couleurs à celles qui apparaissent au tableau guide de la page suivante et vous aurez une bonne idée de votre saison.

Deuxième étape : évaluez le coloris de votre peau (pêche, blanc, doré, naturel) et de vos yeux. Pour cela, vous pourriez utiliser des fards à paupières de différentes couleurs. Si votre peau contient :

du rouge : essayez les rosés

de l'orange : les pêches ou les melons

du jaune : les sables ou les ivoires.

Tableaux des couleurs selon votre saison

<i>Teintes froides</i>			<i>Teintes chaudes</i>		
Saison	Tons neutres	Couleurs pures	Saison	Tons neutres	Couleurs pures
HIVER	Blanc	Bordeaux	AUTOMNE	Mastic	Vert-de-gris
	Noir	Grenat		Beige	Vert mousse
	Bleu marine	Rouge franc		Caramel	Rouge
	Gris	Bleu roi		Brun foncé	Garance
	Gris-beige	Vert clair		Or	Rouge orangé
ÉTÉ		Vert émeraude	Bronze	Rouille	
		Vert forêt	Olive		
	Blanc cassé	Lie-de-vin	PRINTEMPS	Ivoire, crème	Rouge clair
	Beige rosé	Framboise		Beige clair	Rouge orange
	Brun rosé	Gris-bleu		Caramel, tan	Corail
	Marine grisâtre	Bleu-vert		Brun doré	Pervenche
	Gris-bleu	foncé		Gris-perle	Rouille
		Grenat		Marine clair	
	Rouge écarlate				

Le tableau ci-contre vous guidera dans le choix de couleurs des fards pour chaque saison. Vous pourrez maintenant déterminer à quelle saison vous appartenez, les couleurs qui conviennent à votre teint, à vos yeux et à vos cheveux.

Remue-ménage de printemps

Dans le **Cahier art et culture 93-94**, nous suggérons une révision de la garde-robe, dans le cadre d'une étude sur la mode selon son style, sa personnalité et la morphologie propre à chacune. Pourquoi ne pas prendre en note vos couleurs ? Vous trouverez dans les quincailleries, des échantillons de couleurs de peinture, les teintes varient à l'infini. Conservez dans votre sac à main les petits cartons qui représentent vos couleurs et vous pourrez les consulter lors de votre magasinage.

Tableau guide pour le maquillage

	Rouge à lèvres	Fard à joues
HIVER	Rosé soutenu à rosé foncé Prune Carmin (rouge franc, sans ton orangé)	Bourgone Prune
ÉTÉ	Rosé pâle à rosé soutenu	Prune ou rosé
AUTOMNE	Orange ou moka	Pêche
PRINTEMPS	Pêche clair Corail Rosé corail	Pêche foncé ou feuille morte

N'oubliez pas de tenir bon et de ne pas acheter un vêtement dont la couleur ne nous convient pas, même si c'est la couleur à la mode !

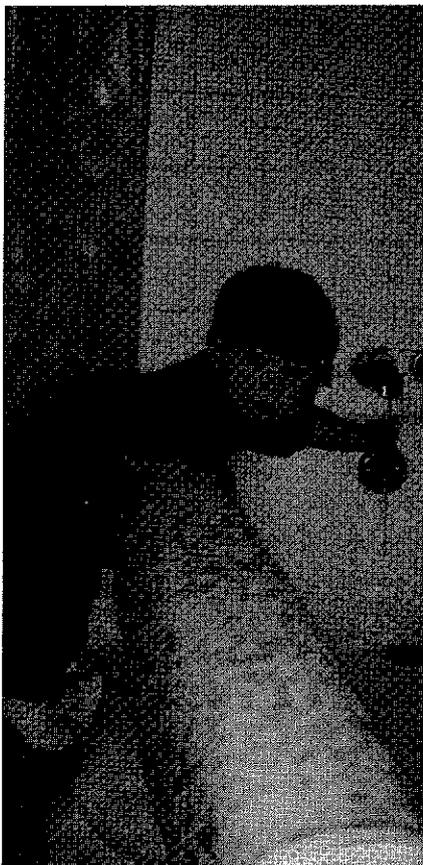
Dans les deux bouquins suggérés ici, vous trouverez des échantillons de couleurs classifiées selon les saisons. De plus, on peut consulter des experts qui se font un plaisir, moyennant rémunération, d'étudier votre teint et d'établir une gamme de couleurs appropriées à votre personnalité.

-0-0-0-0-0-0-

Carole Jackson: **Votre beauté en couleurs**; 1983, Saint-Hubert, Les Éd. « Un monde différent » Ltée, 215 p., photos et illustrations couleur.

Colette HAMEL et Ginette SALVAS : **C'est moi! ma personnalité... mon style**; 1992, Ile des Soeurs, Communiplex, 318 p., illustrations et photos couleur.





Lettre à mon petit-fils

Cher Maxime,

Bientôt ce sera ta fête, tu auras un beau cinq ans. Comme tu fais grand pour ton âge! Gangan se demande bien ce qu'elle va t'acheter en cadeau. Tu es un petit fils tout à fait spécial. D'abord tu es beau comme un cœur, oui je sais toutes les grands-mamans disent ça de leurs petits enfants, dans ton cas c'est vrai que je trouve. Je suis ta marraine, raison de plus pour dire que tu m'es cher. Et tu es un enfant autistique, ça c'est vraiment la différence.

Tu sais au début, comme bien d'autres familles, nous en avons entendu parler dans des programmes de télévision et nous avons lu de la documentation à cet effet. Mais de là à dire que nous avons une connaissance approfondie de cette maladie : non. C'est avec toi, au fur et à mesure, que nous faisons notre apprentissage. Le problème, c'est la communication : tu ne veux pas communiquer et tu ne le sais pas. Il faut te l'apprendre jour après jour car tu vis dans ton monde à toi.

À la garderie, ton éducatrice spécialisée nous recommande plein de jouets qui peuvent favoriser ton évolution. Oh! en passant, il paraît que tu l'aimes bien Diane, ton accompagnatrice, à tel point que quand elle quitte son travail à 16h00 tu pleures beaucoup. Comme c'est triste et tu ne peux pas comprendre que demain elle reviendra.

Tu devrais voir tes parents aussi comme ils prennent bien soin de toi. Maman Kim qui te trimbale souvent dans ses bras, elle pèse 110 livres et toi tu en pèses presque 50, tu te rends compte. Elle te console quand tu pleures, en te berçant et en te murmurant des petits mots doux pour te calmer. Parfois tu sembles avoir peur, mais de quoi au juste? Une fois apaisé tu retournes dans ton silence.

Papa Dominic veille sur toi lui aussi. Quand tu ne sais plus ce que tu fais dans un groupe, tu retrouves ton père facilement par sa voix je suppose qui te rassure. Quand il te dit «Maxime t'arrive-t-il de trouver le trou de la serrure?», tu le trouves et tu te jettes dans ses bras. Quand tu es triste, ton adresse c'est ta mère et la sécurité c'est ton père. C'est l'instinct qui parle.

Des fois tu sors de ton monde, tu nous regardes quelques secondes, tu souris à nous ou aux anges je présume. Mais toi, tu dois voir les vrais anges, ton regard est tellement beau à ce moment-là. Savais-tu que ton arrière grand-mère, maman Rose, bien ma mère à moi, elle joue au piano «La voix des anges». Ça fait tout comme des petites cloches, c'est doux et merveilleux à entendre. Bien si c'est cette musique-là que tu entends, je te comprends de sourire!

Au fil des jours, tu fais des progrès, tu manges seul, tu t'habilles pour sortir dehors, tu montes dans l'auto. A la garderie, tu fais des dodos avec les autres, tu joues et tu vas au centre d'achats avec eux. «Cou donc», à la longue, il y a des changements. Faut dire que ta petite soeur Léonie, qui a trois ans, te bouscule un peu : «Maxime vient manger», ou «touche pas au vidéo». Si tu pleures trop fort, elle te dit ce qu'elle se fait dire parfois : «Maxime va s'étirer dans ta chambre». L'expression est un peu changée mais le message, lui, reste le même. C'est une adorable petite fille et elle est très gentille.

Après bien des réflexions pour ta fête, j'ai pensé t'écrire une belle lettre d'amour et je t'achèterai des petits cadeaux en plus, c'est certain. Une lettre que d'autres liront pour toi parce que tu ne sais pas lire encore, tu ne parles pas non plus. J'espère que tu parleras un jour, ne serait-ce que pour te faire comprendre.

A tout bien penser, ce dont tu as le plus besoin, c'est d'affection, de petits gestes tendres qui te font sentir notre présence, notre message. Je fais confiance aussi aux médecins de l'hôpital Sainte-Justine pour prendre bien soin de toi.

J'envoie des prières au ciel en cas que tu communiquerais directement au paradis. Dieu pourrait nous servir d'intermédiaire pour te dire que je t'aime beaucoup et qu'il te protège toujours.

Merci d'être là, tu nous aides à devenir meilleurs.

Bonne fête!

Gangan Paula

P.S.: bons baisers de papi Gaétan.

Le savoir-faire des femmes... AFEAS

Par Paula Provencner-Lamrert

Avez-vous remarqué depuis quelque temps combien nous entendons parler du savoir-faire? Que ce soit au niveau des entreprises du milieu artistique, éducatif ou autres, nous retrouvons dans les conversations le mot savoir-faire.

«Bavoir être.»

Aujourd'hui je ne veux pas vous parler du mot, mais du savoir. Longtemps dans nos traditions, il a été question, en parlant des femmes, de savoir dresser la table, tenir une maison, mettre la main à la pâte, éduquer les enfants, recevoir des invités. Tous ces talents sont reconnus par la société : «Les femmes sont bonnes là-dedans». C'est vrai, mais nous sommes bonnes ailleurs aussi.

«-avoir travailler.»

Le savoir, ça se transmet. Prenons à l'AFEAS, combien de membres ont échangé des recettes, des patrons de courtoise, ont montré à tisser, à broder, à tricoter à d'autres femmes. D'ailleurs en parlant de tricot, il paraît que nos grands-mères faisaient moins de dépressions que les femmes de notre génération parce qu'elles utilisaient, sans le savoir (sans jeu de mot), une excellente technique de relaxation, le tricot.

«-aix'nr relaxer.»

Tout en se berçant et en comptant les mailles, une à l'envers, une à l'endroit, ajouté à cela le cliquetis des broches, nos aïeules reposaient leur cerveau. Tout en démêlant leur écheveau de laine, elles démêlaient leurs idées. La veillée passait, le temps et les problèmes aussi. C'est bon de nous en rappeler.

À l'AFEAS, nous offrons toujours l'artisanat comme service aux intéressées.

«-avoir s'impliquer.»

Un autre savoir qu'il est important de souligner, c'est la connaissance de base qu'ont les membres

AFEAS poursuivés sur différents comités ou intervenir pertinemment lors de rencontres, colloques.

Ce savoir-faire est reconnu par plusieurs groupements tels chambre de Commerce, MRC, organismes gouvernementaux, etc.

Un ordre du jour, un budget, des procédures d'assemblée, une réunion de conseil d'administration ça nous connaît!

«bavoir grandir.»

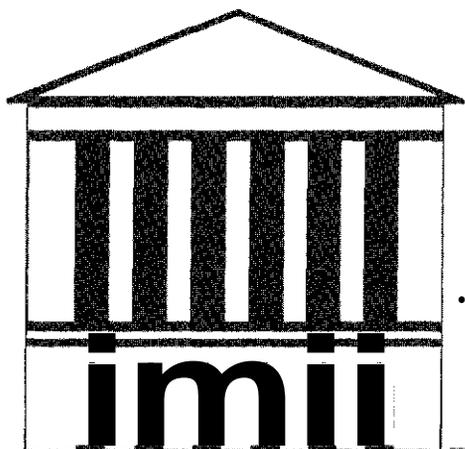
D'autres ont fait reconnaître leurs acquis, par exemple mon amie Odette, agricultrice de son métier, répète à qui veut l'entendre que c'est grâce à l'AFEAS, et à ses nombreux talents je dois dire, qu'elle a aussi bien réussi.

Elle a suivi des cours en animation organisés par la région. Par la suite, avec ses crédits accumulés, elles' est inscrite à un bac en gérontologie, en plus d'être conseillère municipale. C'est un chemin qui peut servir de modèle à bien d'autres.

«Savoir reconnaître.»

Nous pourrions donner ici plusieurs exemples de femmes qui occupent des postes décisionnels soit à des conseils municipaux, comités de gestion, commissions scolaires. Toutes les Jacqueline, les Huguette, les Pauline, les Monique, les Lise, les Pierrette, les Denise, où ont-elles pris leur savoir, leur désir d'engagement? A l'AFEAS pour la plupart! Quelle école de formation gratuite!

Le savoir-faire des femmes AFEAS, osons en parler. A force de passer sous silence les acquis, nous en perdons la reconnaissance sociale.



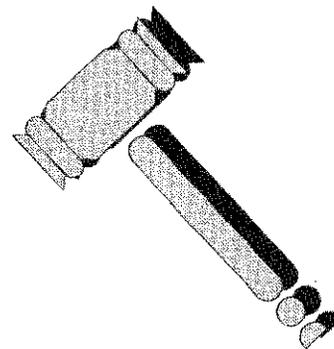
LE NOUVEAU Code civil; CONSOMMATION

LA du Code civil

NOUVEAUTÉS DANS LE

• JOURNAL DE LA CONSOMMATION. LA LISTE SUIVANTE NE REPRÉSENTE QU'UNE
MINCE PARTIE DE CELLES-CI

PAR MARIE-ANGE SYLVESTRE



CONTRAT PRÉLIMINAIRE

La vente d'un immeuble par un constructeur ou un promoteur à une personne qui va y habiter doit être précédée d'un contrat préliminaire stipulant que le promettant acheteur peut, dans les dix jours de l'acte, se dédire de sa promesse. Si une indemnité est prévue, elle ne doit pas dépasser 5% du prix de la vente.

Cependant, en l'absence de contrat préliminaire, la vente peut être annulée si l'acheteur peut prouver qu'il a subi un préjudice sérieux.

Ces deux clauses s'appliquent lors de l'achat d'un immeuble d'habitation et non dans le cas d'achat pour fin de spéculation, de placement ou de location.

CAUSE INCOMPRÉHENSIBLE ou ILLISIBLE

Dans un contrat d'adhésion (ex.: assurance ou emprunt) ou de consommation, toute clause illisible ou incompréhensible pour une personne raisonnable est nulle à moins que l'autre partie ne prouve que des explications adéquates ont été données.

DÉPÔT HÔTELIER

La personne qui offre au public des services d'hébergement, l'hôtelier, est responsable de la perte des effets personnels et des bagages de ceux qui logent chez lui jusqu'à concurrence de dix fois le prix quotidien affiché.

L'hôtelier est tenu d'accepter en dépôt les documents, les espèces et les autres biens de valeur de ses clients à

moins que ceux-ci paraissent d'une valeur excessive, trop encombrants ou dangereux. En cas de dépôt, la responsabilité va jusqu'à cinquante fois le prix journalier affiché.

COPROPRIÉTÉ DIVISÉE

Le promoteur immobilier d'une copropriété divisée (condominium), de cinq unités ou plus, ne pourra détenir plus du quart de l'ensemble des voix à l'assemblée des propriétaires après trois ans d'opération.

De plus, un fonds de prévoyance, liquide et disponible à court terme, doit être constitué en fonction du coût estimé des réparations majeures et du coût de remplacement des parties communes.

Ces deux mesures visent à protéger les destinées de la copropriété divisée en limitant le contrôle du promoteur et en prévoyant le montant de contribution des copropriétaires au fonds.

RAPPORTS du VOÏSINAGE

On ne peut avoir sur le terrain voisin des vues droites à moins d'un mètre cinquante de la ligne séparatrice. Une vue droite est une fenêtre et non une porte pleine ou en verre translucide. Cette distance se mesure depuis la ligne extérieure d'un mur ou d'une fenêtre en saillie jusqu'à la ligne séparatrice.

RÈGLE de bon SAMARITAIN

La personne qui porte secours à autrui ou qui, dans un but désintéressé, dispose gratuitement de biens au profit

d'autrui est exonérée de toute responsabilité pour le préjudice qui peut en résulter, à moins que ce préjudice ne soit dû à sa faute intentionnelle ou à sa faute lourde.

Cet article est de droit nouveau. Il vise à favoriser le civisme et le bénévolat, en permettant aux personnes qui agissent en bon samaritain d'être exonérées de toute responsabilité pour des erreurs de bonne foi ou des fautes légères commises dans l'accomplissement d'actes socialement bénéfiques.

PROTECTION de LA VIE PRIVÉE

Toute personne qui constitue un dossier sur une autre personne doit avoir un intérêt sérieux et légitime pour le faire. Elle ne peut recueillir que les renseignements pertinents à l'objet déclaré du dossier et elle ne peut, sans le consentement de l'intéressé ou l'autorisation de la loi, les communiquer à des tiers ou les utiliser à d'autres fins.

Toute personne peut faire corriger, dans un dossier qui la concerne, des renseignements inexacts, incomplets ou équivoques; elle peut aussi faire supprimer un renseignement périmé ou non justifié par l'objet du dossier, ou formuler par écrit des commentaires et les verser au dossier»

Par Hélène Lapointe
Conseillère en sport



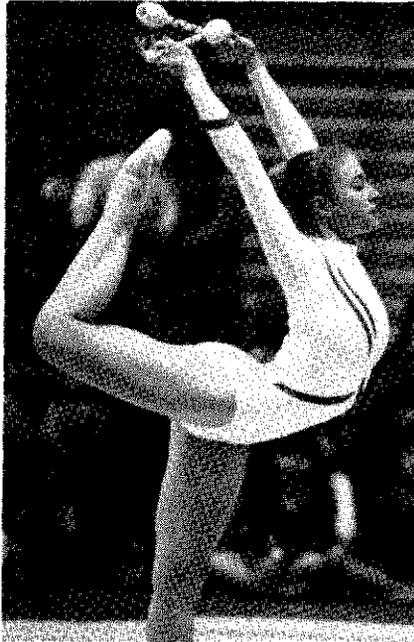
Où sont les femmes?

Bien qu'elles représentent 51% de la population canadienne, les femmes occupent une place nettement moins importante au sein du système sportif de notre pays. C'est ainsi que seulement 28% des dirigeants seniors du sport amateur au Canada sont des femmes, alors que celles-ci ne sont plus que 24% à agir comme directrices techniques et 13% comme dirigeantes de programmes de haute performance. Pire : la représentation féminine au sein des équipes nationales, au niveau des postes d'entraîneur en chef, se limite   un maigre 5%!

D'autres chiffres sont tout aussi révélateurs. En effet, l'important Comité international olympique (CIO) ne compte que sept femmes parmi ses 90 membres. De plus, lors des Jeux de Barcelone, en 1992, les athlètes féminines n'ont comp titionn  que dans 86 épreuves, alors que 158 étaient réservées aux hommes, soit près du double (12 épreuves étaient ouvertes aux deux sexes).

Ces chiffres parlent d'eux-mêmes. Si de nombreuses causes peuvent expliquer cet écart important en regard de la représentativité des femmes, c'est toutefois l'absence de modèles féminins qui semble constituer la plus importante d'entre elles. Les Sylvie Frechette, Myriam Bédard ou Julie Sauvé ne courent pas encore les rues et sont bien loin, dans l'ensemble, d'avoir l'impact des Wayne Gretsky, Michael Jordan ou Jacques Demers. Par ailleurs, la couverture médiatique accordée aux performances féminines demeure, somme toute, confinée à la marginalité.

Il apparaît donc important d'accroître la participation des femmes et leur



Fédération de gymnastique du Québec

visibilité. Certaines mesures ont déjà été instaurées dans ce sens. L'Association canadienne des entraîneurs (ACE) gère, depuis trois ans, un programme visant à favoriser l'avancement des femmes dans la carrière d'entraîneur par l'octroi annuel de bourses de développement professionnel de 2000\$. De l'assistance financière pouvant s'échelonner sur une période de trois ans et destinée à supporter, conjointement avec les organismes impliqués, le salaire d'entraîneuses à temps plein constitue le 2e volet de ce programme. Par ailleurs, une trousse de sensibilisation à la profession d'entraîneuse est également disponible. Enfin, la politique de reconnaissance et de soutien des fédérations sportives provinciales prévoit l'attribution de montants à celles qui auront su mettre de l'avant des projets ayant eu pour effet d'accroître la participation féminine chez les parti-

cipants et les cadres. Près de 100 000\$ ont été versés par l'état québécois en 1993-1994.

Les raisons qui militent en faveur d'une augmentation de la participation des femmes sont multiples. En plus d'augmenter le membership des clubs et le nombre de bénévoles potentiels, l'av nement d'un plus grand nombre de femmes au sein des organisations sportives devrait entraîner une diversification des modèles d'intervention, que ce soit sur le plan de l'enseignement, de la gestion ou de la direction. C'est en multipliant les occasions qui s'offrent à elles d'influencer leur environnement qu'elles pourront bonifier une contribution déjà essentielle à la communauté »

Source

- Bulletin de l'ACLI, septembre 1992
- L'équité homme-femme dans l'entraînement: quoi encore? Atelier thématique présenté par Elaine Tanguay lors de la Conférence nationale des titulaires francophones du Programme national de certification des entraîneurs, août 1993.
- Le sport fait aux femmes. Série de quatre articles écrits par Robert Duguay et parus dans La Presse du 9 au 12 janvier 1994.
- Association canadienne des entraîneurs.
- Direction des sports du ministère des Affaires municipales.



Évaluation des à la retraite

Que vous soyez jeune, plein d'ambition ou à l'aube de la retraite, il n'est jamais trop tôt pour déterminer, évaluer vos besoins futurs et développer les moyens pour les combler.

Les besoins de base, à savoir : logement, nourriture, habillement, assurance, transport, loisirs ou séjours au soleil, seront toujours présents. Même à la retraite il n'y a pas de formule magique : vous devez alors avoir des sources de revenus stables qui vous permettront de garantir ces besoins.

Il se peut que les gouvernements fournissent encore certains revenus via le Régime des rentes du Québec ou la pension de sécurité de vieillesse; mais ces apports seront-ils maintenus et suffisants? D'où l'importance de penser dès maintenant à vous constituer des épargnes, que ce soit à l'intérieur d'un REER (ce qui est souhaitable) ou à l'extérieur.

Il existe un type de programme informatique spécialisé précisément dans l'évaluation de ces besoins et du calcul des sommes requises pour rencontrer ces besoins. Les résultats obtenus sont à la fois en dollars constants et futurs; ils tiennent compte de l'inflation et des besoins déterminés par le questionnai-

re. Cet outil démontre l'importance de ne pas tarder à économiser, à investir dans des valeurs sûres et ce, à l'intérieur d'un portefeuille bien diversifié.

En ce sens, il vous est possible d'investir dans les marchés obligataires gouvernementaux avec une garantie illimitée. Vous avez accès à ces marchés soit en achetant l'obligation entière avec les intérêts versés deux fois par année, soit en achetant seulement le coupon de l'obligation rapportant un intérêt composé. Ce dernier véhicule vous permet d'investir tout l'argent disponible que ce soit un montant minime ou de plus grande importance.

Pour la diversification, il y a aussi des fonds mutuels d'actions, d'obligations, d'hypothèques, etc. que nous devons choisir avec soin en évitant d'y investir une trop grande portion du portefeuille.

D'autres véhicules offrent aussi aux investisseurs selon l'importance et les besoins du portefeuille au moment de votre retraite.

Nous vous invitons à réfléchir sur vos besoins futurs et sur la qualité de vie que vous souhaitez vous offrir.

Louise Morin
conseillère en placement
Lévesque Beaubien Geoffrion Inc.

GRANBY VOUS INVITE EN GROUPE

Forfait découvertes

(juin à septembre)

- Démonstrations de «trucs culinaires», Pauline Jacques vous accueille à son école professionnelle d'art culinaire et vous dévoile son savoir-faire.
- Visite de la «Moutonnerie Robichaud», confection artisanale d'articles en peaux de mouton.
- Dîner dans un restaurant de Granby.
- Visite d'une entreprise de production de bonsaïs (arbres miniaturisés) où l'on vous propose une mini-conférence sur cette culture bien particulière.
- Visite au zoo d'oiseaux «exotiques»; voyez plus de 450 oiseaux des pays du sud, répartis en 125 variétés des plus bizarres.

Coût par personne: 21,50 \$ (Taxes en sus)

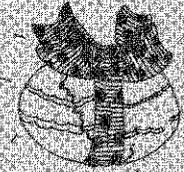
Le forfait inclut: Les visites, le dîner, les services d'un guide, cadeau-souvenir.

Demandez notre brochure des forfaits de groupe 1994.



Pour informations et réservations:
Tourisme Granby inc.
650, rue Principale, Granby, Qc J2G 8L4
Téléphone: (514) 372-7273
1-800-567-7273

Anémone Décorum... plonge!



Pendant que Madame Décorum, visiblement ahurie, essaie de se ressaisir, la présidente s'évertue à rétablir le silence et la secrétaire cherche le procès-verbal.

Une recrue de l'année a pris l'initiative d'apporter au pop com qu'elle fait circuler; on ne peut que Jouer cette générosité. Il manque encore des chaises... Où Jonc est passé le procès-verbal? Sous une pluie de maïs soufflé, la présidente se penche vers la conférencière : «De quoi alliez-vous nous entretenir?...» La pauvre Anémone reste bouche bée, tentation pour les mouches à vadrouille...

Il est 21h, la patience d'Anémone a des limites, elle prend les opérations en main : notes en bataille, crayon en l'air, elle ajuste ses lunettes et prend la parole sans présentation. Elle s'en passera!

mais elle regrette qu'on ne prenne pas la peine de la mettre à l'aise. Tout est plus adèle et agréable quand les participantes connaissent son nom, son champ de compétence et surtout, le but de la causerie; on ne peut imaginer comme ces quelques mots facilitent son entrée en matière. Les femmes écoutent alors religieusement et participent d'une façon sumatureue. Elle n'a pas peur de se mettre les pieds dans les plats pour présenter enfin... les rfnce-Joigts Je l'an 2000!*

Louise Lippe
à suivre

Par Lise Girard

Assurance auto et habitation

L'AFEAS offre à ses membres depuis quelques années la possibilité de bénéficier de réductions appréciables sur leurs assurances auto et habitation en souscrivant une police avec la SSQ Générale. Bonne nouvelle!... En plus de tarifs très concurrentiels, la SSQ vient de «geler» le prix des primes d'assurance, et ce pour deux ans. L'offre est valide sur votre maison, vos meubles et votre automobile, peu importe le nombre de sinistres qui surviendront pendant ces deux années. S'informer ne coûte rien! Alors, appelez donc un membre du personnel de la SSQ! (Région Montréal: 514 393-3632 / Région Québec: 418 683-0554 / Région Sorel: 514 742-2939 / Ailleurs au Québec: 1 800 463-2343).

Aide financière aux AFEAS locales

Vous vous souviendrez que les déléguées au congrès provincial 1993 avaient adopté une résolution demandant au conseil d'administration de déterminer les modalités qui permettraient aux AFEAS locales de bénéficier d'une aide financière lorsqu'elles doivent parcourir de grandes distances pour assister au congrès provincial. Eh bien, le conseil d'administration a donné suite à cette résolution! En effet, dès le prochain congrès provincial, les AFEAS locales devant parcourir de grandes distances pourront recevoir une aide financière en s'adressant au palier provincial. Les modalités seront les suivantes:

- parcourir plus de 1200 kilomètres (aller-retour) pour assister au congrès;
- les déléguées des AFEAS locales (une déléguée par AFEAS) devront se regrouper pour voyager (4 déléguées par automobile);
- le palier provincial remboursera 0,25(J: le kilomètre pour chaque kilomètre parcouru excédant 1200 kilomètres (les premiers 1200 kilomètres sont

donc aux frais des AFEAS locales).

Les AFEAS concernées pourront réclamer cette aide en s'adressant au siège social. Une partie des revenus d'inscriptions au congrès absorbera ces coûts.

Situation financière

Le conseil d'administration vient de former un comité des finances chargé d'examiner la situation financière glo-

bale de l'AFEAS et d'élaborer des propositions afin d'assurer un financement à long terme. Les membres du comité, en plus de bien connaître l'AFEAS, sont reconnus pour leur connaissance et expérience du domaine de la gestion financière ou du financement et leur facilité ou possibilité d'établir des contacts avec des entreprises privées susceptibles de supporter financièrement nos actions. A suivre...

Femmes et loisirs

Plusieurs documents d'information ont été préparés sur ce thème à l'étude à l'AFEAS en 93-94 : dossier d'étude, texte dans Femmes d'ici de ce mois-ci, feuillet que les AFEAS locales recevront bientôt. Afin de nous aider à mieux évaluer la situation actuelle des loisirs pour les femmes dans les municipalités du Québec, nous invitons chaque AFEAS locale à compléter le court questionnaire qui suit (un seul exemplaire par AFEAS locale).

(Si dans une même ville, il y a plus d'une AFEAS locale, veuillez vous en tendre pour qu'une seule AFEAS locale complète le questionnaire. Si vous avez besoin d'informations pour compléter le questionnaire, vous pouvez téléphoner à votre ville ou municipalité.)

AFEAS locale de: _____

Région AFEAS de: _____

Nombre d'habitants dans votre ville ou municipalité: _____

Est-ce que votre ville ou municipalité consacre un budget aux loisirs?

Oui Non

Quel est le budget total de votre ville ou municipalité? _____

Si votre ville ou municipalité consacre un budget aux loisirs, de quel montant s'agit-il? _____

Est-ce que votre ville ou municipalité réserve une portion du budget aux loisirs pour les femmes? Oui Non

Si oui, de quel montant s'agit-il? _____

Si votre ville ou municipalité ne réserve pas une portion du budget aux loisirs pour les femmes, pouvez-vous indiquer approximativement quelle proportion (%) des clientèles suivantes utilisent les services de loisirs:

- enfants: _____ %
- hommes: _____ %
- femmes: _____ %

Merci de votre collaboration!

Retournez ce questionnaire à l'AFEAS, 5999 rue de Marseille, Montréal H1N1K6



par PÛWÛ Provencher-Lambert

Pensée

Continuez à sourire, tout le monde se demande ce qui vous est arrivé.

Telle mère, tel fils

J'ai l'habitude de voir et de lire des choses qui sont très intéressantes et enrichissantes.

Nous sommes très heureuses de votre retour parmi nous. Prends bien soin de toi.

J'ai un fils de 19 ans étudiant au Collège de l'Assomption et qui a participé dernièrement à une compétition en français lors de l'édition d'un journal. Les 30 étudiants participants l'ont titré «L'exclamation».

Luc, mon fils, a fait la chronique sur l'actualité et a traité du sujet «Les femmes en politique».

En accord avec lui, je vous fais parvenir ce texte. J'espère qu'il vous plaira.

Judith Perreault
région Lanaudière

Note: Vu la longueur du texte, je ne peux le faire paraître au complet et je le résume comme suit:

Implication politique des femmes

Les femmes occupent une très petite place à l'intérieur de la politique canadienne. Est-ce elles-mêmes ou la société qui en décide ainsi?

Les trois quarts des candidats sont des hommes. À la dernière élection, il y avait 502 femmes sur 2130 candidatures inscrites. Trop de partis politiques misent sur l'image de la femme et non sur ses compétences et ils n'ont pas assez de candidates.

Plusieurs hommes «machos» ou ultra-traditionalistes essaient de détruire l'image de la femme de peur de se faire déclasser par elle. C'est à nous tous citoyens et citoyennes de travailler ensemble à faire régner la justice envers la femme, ce qui nous amènera vers une réussite socio-politique.

R.-À maman Judith

Ce jeune homme a certainement une mère impliquée en condition féminine. Comme quoi la sensibilisation pour une meilleure justice envers les femmes passe par l'éducation et le changement de mentalité. Merci des bons souhaits.

R.-À Luc, son fils

Quel beau sujet et comme il tient à cœur à l'AFEAS. Bravo Luc et comme on dit chez nous «la valeur n'attend pas le nombre des années». Plus il y aura de gens comme toi qui diront à haute voix qu'il y a une inégalité pour les femmes, plus la condition féminine s'améliorera.

Concernant la question «Est-ce les femmes qui veulent peu de place en politique ou est-ce la société qui en décide ainsi? Je crois que ce sont les deux. Les femmes n'osent pas assez et la société en choisit moins et les a plus «à l'oeil».

Il faut qu'elles sentent dans le moule et inutile de dire qu'actuellement le moule est encore fait majoritairement par les hommes.

Mais les temps changent. Patience et longueur de temps valent mieux que force et rage.

Un homme Invité

Une remarque en passant. Lors du congrès provincial, vous aviez un homme invité et dans la revue Femmes d'ici résumant le congrès, vous n'en faites pas mention. C'est un homme de science, religieux, un bel homme Mgr Jean-Marie Portier, archevêque de Sherbrooke.

Thérèse Brochu
Disraeli, région de l'Estrie

R.- Avec tout le respect que l'on doit à Mgr Portier, possiblement que dans le cadre du reportage du congrès, sa photo n'était pas nécessairement requise.

Prenez par exemple si Madame Jacqueline Nadeau-Martin, présidente provinciale de l'AFEAS assistait à un congrès des Évêques du Québec, aussi jolie, intelligente et distinguée soit-elle, il n'est pas certain que l'on publierait sa photo dans un compte rendu de cette activité.

Cela n'en diminuerait pas moins la qualité de ses interventions et l'appréciation de son déplacement. C'est la même chose pour notre association.

Ouvrage manuel

Plusieurs membres AFEAS aimeraient qu'il y ait dans notre revue au moins un morceau d'ouvrage manuel avec patron à chaque parution. Quelques-unes d'entre elles seraient disposées à vous faire parvenir des idées et des modèles. J'attends de vos nouvelles.

Thérèse Leblanc
AFEAS Christ-Roi
Région Lanaudière

R.- Il y a déjà deux pages réservées pour art et culture dans chaque revue. Il semblerait que vous aimeriez que ce soit en plus de l'espace réservé habituellement. Si d'autres membres nous lisent et abondent dans le même sens que vous, elles n'ont qu'à nous le faire savoir. Nous nous baserons sur le principe de l'offre et de la demande.

Note: Pour celles qui désirent être publiées sous un pseudonyme s'il vous plaît le mentionner. 1

FEMMES D'ICI.

Avril 1994

6
DES CHANGEMENTS À NOTRE IMAGE
Angèle Dionne-Briand et Cécile Therrien

7
LE RENOUVELLEMENT
Gilberte Faucher

9
PROJET «PARTAGE ET ENTRAIDE»
Lucie Proulx

10
UN CHEZ-SOI FLEURI
Lise Cormier-Aubin

11
QUELQUES RITUELS PRINTANIERES
Marie-Ange Sylvestre

12
LES FEMMES ET LES LOISIRS
Louise Oubuc

14
ÊTES-VOUS... HIVER, ÉTÉ, AUTOMNE OU
PRINTEMPS?
Louise Lippe Chaudron

16
LETTRE À MON PETIT-FILS
Paula Provencher-Lambert

17
LE SAVOIR-FAIRE DES FEMMES AFEAS
Paula Provencher-Lambert

18
LE NOUVEAU CODE CIVIL:
CONSOMMATION
Marie-Ange Sylvestre

Chroniques

Editorial/ Johanne Fecteau 3
Billet/ Use Cormier-Aubin 4
En parlant de.../ Marie-Ange Sylvestre 4
Réflexion/ Huguette Labrecque-Marcoux 5
Santé/ Johanne Fecteau 5
Action/ Michelle Houle-Ouellet 8
En forme/ Hélène Lapointe 19
En vrac/ Linda Boisclair 20
Finances/ Hélié Morin Associées 21
Nouvelles/ Lise Girard 22
Courier/ Paula Provencher-Lambert 23

Rédactrice en chef
Paula Provencher-Lambert
Rédactrices adjointes
Marie-Ange Sylvestre, Lise Cormier-Aubin, et
Linda Boisclair

Couvertures/Louise Lippe-Chaudron
Montage/Huguette Dalpé
Illustrations/Louise Lippe-Chaudron
Photos/Femmes d'ici, Fédération de
gymnastique du Québec, Fédération
québécoise des jeux récréatifs, Fédération
québécoise de la marche
Service abonnements/Ginette Hébert

La revue Femmes d'ici est publiée par l'Association
Féminine d'Éducation et d'Action Sociale, 5999 rue
de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6 (514)
251-1636 télécopieur (514) 251-9023.
La reproduction des articles est autorisée en
mentionnant la source. Les articles n'engagent que
la responsabilité de leurs auteurs.
Abonnement un an (5 numéros) 15\$ (TPS incluse)

Envoi de publication- Enregistrement no. 2771

Dépôt légal:

Bibliothèque nationale du Québec 1994

Bibliothèque nationale du Canada 1994

ISSN 0705-3851

Impression: Imprimerie de la Rive Sud

Mois de parution : Avril 1994

Revue imprimée sur papier recyclé

Abitibi-Témiscamingue

Francine Clouâtre

O.P. 7

Fabre JOZ 120

819634-4561

Bas-Saint-Laurent-

Gaspésie

Pierrette D'Amours

49 St-Jean-Baptiste ouest

Rimouski G5L4J2

418723-7116

Centre du Québec

Nicole Lemire

2030 boul. Jean-de-

Brébeuf #200

Drummondville J2B 4T9

819 474-6575

Côte-Nord

Micheline Lesage

1615 Papineau

Baie-Comeau, Mingan

G5C 2J7

418 589-6914

Estrie

Monique Bellerose

31 King ouest #315

Sherbrooke

J1H 1N5

819 346-7186

Lanaudière

Colette Gauthier

54 nord, Place Bourget

Joliette J6E 5E4

514 752-1999

Mauricie

Angèle Lambert

341 Barthélémy

St-Léon J0K 2W0

819 228-2578

Mont-Laurier

Diane St-Jean

R.R. #3

Gracefield

J0X 1W0

819 463-2946

Montréal-Laurentkfes-

Oufaouais

Rita Villeneuve

719, 17e Avenue

Pointe-aux-Trembles

H1B3K4

514 645-7013

Québec

Pauline Laflamme

54 des Cyprès

St-Rédempteur G6K 1B3

418 836-5081

Richelieu-Yamaska

Micheline Martin

6f50 Girouard est, C.P. 370

St-Hyacinthe J2S 7B8

514773-7011

Saguenay-Lac-St-Jean-

Chapais-Chibougamau

Hélène Huot

208 Dequen

St-Gédéon GOW2PO

418345-8324

Saint-Jean-Longueuil-

Valleyfield

Liane Morin

Comptoir Jacques-Cartier

B.P. 21010

Longueuil J4J 5J4

514 674-9465

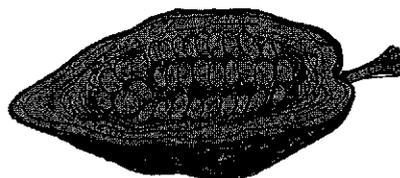


Saviez-vous que IÛRÔRC qui
donne le chocolat s'appelle

le cacao.R ?

Sa fève pRoduire des gRains
de cacao qui seRonn

t'ORRéfiés avan'c de deveniR
du chocolat: 1



("cuillcs, caôosse er fève de cacao