

1er JUIN 1994
Femmes
d'ici



Bonne vacances!

Programme 94-95
Fièvre du 1er juillet
Vacances dans le rang de l'Île
Métiers non traditionnels :
avoir un peu de FRONT

Campagne de renouvellement
nouveau tirage
500 \$ à gagner
voir détails à l'intérieur



Plan d'action Famille

Huguette Marcoux représentait l'AFEAS en mars dernier à une rencontre des partenaires familiaux et socio-économiques afin de s'entendre sur les défis qu'il est important de relever pour les familles au cours des trois années qui seront couvertes par le plan d'action du gouvernement. La ministre à la condition féminine et à la famille, Violette Trépanier, avait convoqué cette rencontre.

Consultation programmes sociaux

L'AFEAS faisait partie des organismes féminins québécois qui se présentaient devant le Comité permanent concernant la modernisation et la restructuration du système de sécurité sociale du Canada en mars dernier. Jacqueline Nadeau-Martin et Michelle Houle-Ouellet y défendaient les positions de l'AFEAS.

Solidarité rurale

L'AFEAS siège au conseil d'administration de Solidarité rurale, organisme né aux États généraux sur le monde rural. On y traite des dossiers concernant le développement régional. Noëlle-Ange Laramée-Arès a accepté de représenter l'AFEAS aux réunions de Solidarité rurale.

Salon de la femme

Le Salon de la femme de Montréal fêtait cette année ses 25 ans. Lors de son Gala 1994, le Salon remettait à l'AFEAS, dans la catégorie « collectif », un trophée soulignant ses actions pour l'amélioration des conditions de vie des femmes. Mme Gilberte Faucher, conseillère provinciale, représentait l'AFEAS.



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

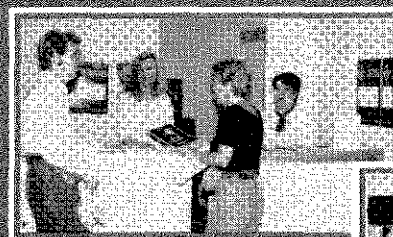
1. En quelle année et par qui a été découvert le café?
2. Que signifie le mot «FRONT»? (Le sigle et non la partie du visage.)
3. À quelles audiences publiques l'AFEAS a-t-elle été entendue le 3 mars dernier?
4. Pouvez-vous expliquer en quelques mots en quoi consiste le nouveau tirage de l'AFEAS concernant le renouvellement?
5. Nommez deux facteurs de risque du cancer du sein chez la femme?

Gagnantes du concours d'avril

Félicitations à nos cinq (5) gagnantes du numéro d'avril. Il s'agit de Mesdames Rita Fauteux (AFEAS locale de Saint-Malo, région de l'Estrie), Rita Bilodeau (AFEAS locale Saint-Sacrement, région Côte-Nord), Marie-Paule Malenfant (AFEAS locale Rivière-du-Loup, région Bas-Saint-Laurent Gaspésie), Jacqueline Laflamme (AFEAS locale Saint-Vincent de Paul, région Saint-Jean-Longueuil-Valleyfield) et Thérèse Martin-Cadorette (AFEAS locale La Cathédrale, région La Mauricie.).

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

Salon de la femme



Kiosque de l'AFEAS
Louise Dubuc, relationniste et Johanne Fecteau, conseillère provinciale.



Auditorium
Marie-Paule Godin, vice-présidente provinciale de l'AFEAS, donne une conférence sur le partage des tâches.

Ensemble

pour un monde meilleur



Gilberte Faucher
conseillère provinciale

L'implication politique des femmes est une préoccupation de l'AFEAS depuis plusieurs années. Déjà, en 1979, des études mensuelles étaient consacrées à ce thème.

Depuis, de nombreuses publications ont été produites par l'AFEAS : actes du carrefour, dossiers d'étude, brochures, guide, spécial élections, documents d'animation sur «Ma municipalité c'est chez nous... c'est le temps que j'embarque!», document pour la tenue des colloques et j'en passe.

Quelle grande préoccupation pour l'AFEAS qui a pour ambition de sensibiliser les femmes à l'importance de l'engagement dans leur municipalité, dans leur milieu, dans la société, que ce soit sur des comités (loisirs, culturels, école), des tables de concertation, etc.

Faisons un petit exercice et regardons ensemble les quelques municipalités qui nous tentent. Prenons bien soin de comptabiliser le pourcentage de femmes qui siègent au niveau municipal, nous serons étonnées de constater que nous sommes encore bien loin de la moyenne. Il y a de grandes conséquences à ce que les femmes soient peu nombreuses. C'est sans doute ce qui justifie le travail inlassable de sensibilisation que fait l'AFEAS d'année en année.

Lorsque les femmes seront plus présentes dans leur milieu, ça fera toute la différence. Les décisions refléteront davantage leurs préoccupations et celles de leur famille. Toutes les décisions politiques ont un rôle important à jouer sur la qualité de vie des citoyens(nes). Voilà pourquoi l'opinion des femmes est nécessaire.

Est-ce qu'avec tout le travail qu'a fait l'AFEAS ces quinze dernières années

on peut dire que les femmes se sont bien investies politiquement? Ont-elles pris toute la place qu'on a bien voulu leur faire? Ou si encore en 94, nous trouvons la responsabilité trop lourde? Voyons-nous ça pour les autres?

Si on implique au niveau municipal entraîne de grandes responsabilités, mais il y a aussi de grandes satisfactions. Je n'ai qu'à regarder chez nous, tout ce qui se fait pour venir en aide aux familles, à la communauté. D'abord la mise sur pied d'un comité famille, un enfant un arbre (dossier déjà piloté par l'AFEAS), aménagement de parcs, développement économique et impliquant hommes, femmes et jeunes, bosquet de la paix, loisirs pour toute la famille. Ces comités sont souvent sous la responsabilité de femmes.

Ces sont de petites actions qui, mises ensemble, font toute la différence dans la qualité de vie et l'enracinement des familles dans leur milieu.

Si j'ai fait le choix de parler politique dans mon éditorial, c'est sans aucun doute pour qu'ensemble on prenne conscience que les changements qu'on doit apporter dans ce pays doivent ce faire en collaboration avec femmes, hommes et enfants. De cette façon, il n'y aura pas de perdant, mais bien une population qui est prête à apporter des solutions pour rétablir la situation.

Je souhaite à chacune de vous, le privilège de siéger sur un comité ou à votre municipalité. Vous verrez que vos interventions ne seront jamais plus les mêmes, elles auront une toute autre portée, celle du respect et de la responsabilisation.

Mon meilleur ami

Nous nous sommes rencontrés, il y a de nombreux siècles.

Au début de notre amitié, nous avons partagé toutes nos pensées, d'adventures, de joies, de larmes et de tristesses.

À l'adolescence, mes idées sur les grandes questions de la vie reflétaient les préjugés de l'époque, mais à mesure que je grandissais, elles se sont affinées et sont devenues plus précises.

Puis nous avons voyagé. Nous avons visité les plus grands jardins et les plus beaux musées du monde. Avec lui, j'ai exploré des endroits impressionnants : soit pour l'importance de leur histoire, le raffinement de leur culture, leur haute tenue, leur beauté, leur étrange.

Il m'a fait découvrir de nombreuses personnalités dont j'ai pu connaître les expériences, les réalisations et les convictions.

Mon ami et moi nous sommes devenus de plus en plus proches, nous nous sommes enrichis mutuellement, nous nous sommes améliorés et nous nous sommes épanouis.



de me tenir avec lui. Je lui en ai beaucoup dit, à lui comme à moi, et j'ai vu que sa croissance personnelle.

Malgré son sérieux et sa propension à l'éducation, il est souvent en mesure de raconter de belles histoires, de la science-fiction.

D'autre part, il connaît les nouveautés de la médecine, de la décoration, de la mode, de la cuisine, etc. Il peut même me parler de tout, de la politique à la philosophie.

Avec le temps, une grande complicité s'est installée entre nous. Je peux compter sur sa présence quelle que soit l'heure, le jour, la nuit, et il me comprend, aussi, et il m'aide à mieux me connaître, à mieux me connaître et à mieux me connaître.

Depuis que nous sommes devenus amis, je ne suis plus le même. Je suis devenu plus sage, plus sage, plus sage.

Lise Cormier-Aubin

en parlant de...

Qui a raison?

J'ai l'habitude de lire avec mes ciseaux et de découper une quantité incroyable d'articles sur les sujets les plus divers. Parmi ceux-ci, le café. C'est la boisson qui se boit le plus au monde. Il a été découvert en l'an 500 avant Jésus-Christ par un berger éthiopien qui a remarqué que ses chèvres manifestaient plus de vivacité après avoir mangé des petites baies rouges sur un arbuste.

S'il en croise les experts, les spécialistes et les chercheurs qui ont rédigé les rapports récents de ma collection, le même café peut s'avérer bénéfique à plus d'un titre et causer d'innombrables méfaits.

Ici, je lis que le café est une drogue décevante qui produit une remontée

d'énergie rapide et fictive suivie d'une chute aussi rapide; que la caféine crée la dépendance, détruit la vitamine B, augmente la sensibilité au soleil, agit sur les nerfs, cause de l'anxiété, de l'insomnie et de l'hostilité, en plus de laisser des poches sous les yeux et de favoriser la cellulite. Ainsi, comment savourer sans remords sa tasse matinale de café dont l'arôme envahit la cuisine.

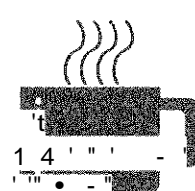
Rassurez-vous, d'autres études (ou les mêmes) prouvent que le café améliore les performances intellectuelles, favorise la mémorisation, accroît la vigilance, diminue sensiblement les risques de dépression, de cirrhose du foie et de suicide. Pour ce qui est de ses effets sur le cœur, la situation se complique : un spécialiste affirme qu'il faut

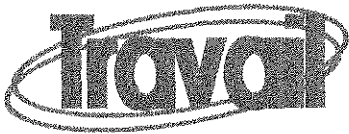
beaucoup de café pour éliminer des troubles cardiaques et

qu'une consommation de trois tasses par jour semble sécuritaire. Ailleurs, une étude montre que l'instantané protège des maladies cardio-vasculaires : ceux qui en boivent moins de cinq tasses par jour souffrent plus fréquemment de ces maladies et les plus touchés ne boivent pas de café du tout.

Comment s'y retrouver? Où se situe la vérité? Ya-t-il une seule vérité? Une chose est sûre, je n'ai rien inventé. Je vous fais grâce des références mais je les garde pour satisfaire une éventuelle curiosité »

Marie-Ange Sylvestre





Notre quatrième valeur AFEAS c'est le travail. Ensemble regardons ce que le travail représentedansnosvies. C'en'estsûrement pas un temps vide où l'on se tourne les pouces. Mais alors la dimension du travail c'estquoi?

Chacune d'entre nous a une définition personnelle. Pour les unes, c'est le travail valorisant l'extérieur de la maison avec son trajet stressant, le patron et le superbe 9 à 5. Pour d'autres, c'est celui du travail au foyer avec les enfants, ses imprévus, ses avantages et désavantages. C'est tout cela et encore.

Nous avons reçu à notre naissance en héritage de multiples talents. C'est à travers nos différentes expériences de travail que nous parviendrons à faire de notre vie un lieu d'apprentissage.

Faire de notre travail un lieu d'engagement pour l'amélioration de notre société. En acceptant d'investir énergie, talent et compétence. Pour nous de l'AFEAS qui travaillons à la condition féminine, nous favorisons l'égalité entre les hommes et les femmes.

Le travail est un droit à la dignité humaine, notre société semble l'avoir oublié. C'est par le travail que je me réalise et que je deviens autonome.

Parfois, nous avons la tentation de cacher que nous avons des compétences, des habilités, de peur de nous engager. C'est en fouir ses talents et durant ce temps toutes ses richesses ne peuvent fructifier pour le bien-être de notre mission.

Notre travail a plusieurs formes et couleurs. Conseil d'administration, comité, étude de dossier, représentation, préparation de mémoire, etc. Le travail nous permet de développer de belles collaborations entre membres AFEAS. Nous voulons promouvoir l'amélioration de la condition des femmes par notre travail à tous les paliers de l'AFEAS.

C'est sûr qu'en temps, énergie et disponibilité sont des moyens qui alimentent notre capacité d'engagement. Sans le travail volontaire de ses membres, l'AFEAS ne pourrait demeurer une association crédible et dynamique.

Continuons par notre travail et notre engagement à développer nos talents .

Noëlle-Ange Laramée-Arès



Par Johanne Fecteau

Infirmière et conseillère provinciale

C'est drôle... Aïe!

Vous arrive-t-il de rire à vous en décrocher la mâchoire? Oui? Alors, l'ATM est en cause.

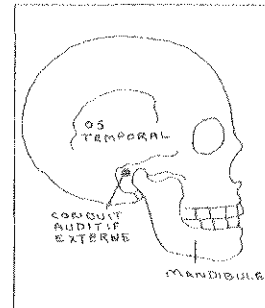
L'une des plus petites articulations du corps humain, l'articulation temporo-mandibulaire (ATM), crée de gros problèmes à des milliers de personnes. Cette articulation est placée au lieu de rencontre du crâne et de la mâchoire. Lorsque l'ATM ne fonctionne pas convenablement, les muscles du voisinage présentent des spasmes et il s'ensuit des douleurs faciales, des maux de tête, des claquements ou des blocages de la mâchoire et une incapacité à mastiquer correctement.

L'ATM est située en avant de l'oreille. Les troubles de l'ATM peuvent causer des problèmes auditifs, comme des douleurs ou des tintements dans l'oreille.

Les statistiques prouvent que le stress est un facteur très important dans les dérèglements de l'ATM. De nombreuses personnes ont tendance à grincer des dents ou à les serrer lorsqu'elles sont sous pression, et même, inconsciemment, pendant leur sommeil. Il est intéressant de voir que le plus grand pourcentage de gens souffrant de l'ATM sont des femmes, de 20 à 40 ans, qui détiennent des postes avec des responsabilités.

Parmi les autres atteintes de l'ATM, on inclut l'arthrite de l'articulation ou la rupture du cartilage articulaire. De plus, on peut observer des troubles fonctionnels de l'articulation, quand certaines parties fusionnent et empêchent ainsi le mouvement de la mâchoire. Un mélange de problèmes articulaires et musculaires peut aussi exister.

Le traitement des altérations de l'ATM variera selon la gravité de

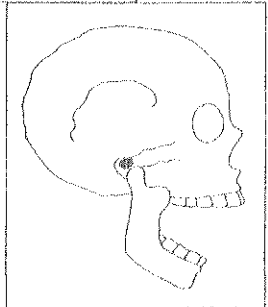


l'atteinte.

Les interventions les moins agressives incluent la chaleur, les massages et les relaxants musculaires (médication).

Dans d'autres cas, on peut faire appel à une plaque occlusale, à de la physiothérapie, à un programme de contrôle du stress ou à un entraînement pour déconditionner le patient de ses mauvaises habitudes (rééducation musculaire). Dans certains cas particuliers, la chirurgie est indispensable pour remodeler les structures articulaires ou réparer le cartilage tordu ou déplacé.

Si vous croyez que vous avez des problèmes d'articulation temporo-mandibulaire, consultez un dentiste ou un denturologiste. Il est en mesure de vous conseiller sur les moyens à prendre afin de régler ces problèmes qui vous empêchent d'avoir le maximum d'efficacité de votre mâchoire, vos dents ou vos prothèses dentaires •



Avoir un peu de FRONT

Le lot de bon nombre de personnes pionnières ou avant-gardistes dans leur domaine, comporte bien souvent une part d'isolement.

Cet isolement est quasi inévitable puisque ces personnes se retrouvent dans une catégorie plutôt rare, plutôt hors normes.

C'est ce même sentiment d'isolement qui est présent dans le quotidien de plusieurs travailleuses qui ont fait un choix de carrière dans des secteurs d'emploi traditionnellement à prédominance masculine.

Par Linda Boisclair



Linda Boisclair

Les métiers non traditionnels sont définis comme étant ceux où l'on retrouve moins du tiers de femmes. Dans la réalité, les chiffres démontrent à quel point les femmes sont peu nombreuses. Un exemple : les femmes représentent 44% de la main-d'oeuvre active au Québec et moins de 0,001% dans l'industrie de la construction!

L'isolement

Pour bien des travailleuses non traditionnelles (etc'est mon cas) c'est l'isolement qui finit par peser un peu sur le quotidien. Seule parmi une dizaine d'hommes, une trentaine sur un chantier... On se surprend à rêver à un environnement de travail peuplé d'autant de femmes portant le casque de sécurité que d'hommes... Je me souviens de la députée Madame Louise Harel qui expliquait que la présence féminine en milieu non traditionnel commence vraiment à déranger lorsqu'elle atteint le cap du 20%. Nous sommes encore loin de là!

Ils ont beau être des «bons gars» sympathiques, j'aimerais bien avoir au moins une consœur à mes côtés lors des séances quotidiennes de farces sexistes ou sexuelles. (Certaines sont vraiment drôles... d'autres de très mauvais goût). Ceci est sans compter qu'on en rencontre malheureusement une minorité qui sont hostiles à notre présence, et d'autres qui n'arrivent tout simplement pas à comprendre qu'une femme accepte d'avoir les mains sales. Ce n'est plus une vraie femme. Si le conjoint, le chum, n'y comprend rien,

une femme qui désire s'orienter vers le non traditionnel peut vivre difficilement ces contradictions intérieures... et tout abandonner. Le soutien des proches est d'une importance capitale, surtout au début d'une telle carrière. Du front, il en faut vraiment pour persévérer.

Le FRONT

Les «non-trads» du Québec ont exprimé le besoin d'avoir un lieu de soutien, d'échange et de solidarité entre elles. C'est pour répondre à cette demande qu'un organisme québécois a vu le jour en novembre 1992 : Femmes Regroupées en Options Non Traditionnelles (FRONT). Cet organisme poursuit plusieurs objectifs dont la création de ce lieu d'échange par un réseau de communication; la sensibilisation des employeurs à la qualité de la main-d'oeuvre féminine; la présentation de modèles de travailleuses non traditionnelles aux jeunes filles des écoles du Québec, etc.

Les projets ne manquent pas. Régulièrement, FRONT organise (à Montréal et en région aussi) des «5 à 7 non trad» qui se veulent une occasion pour les travailleuses de se rencontrer de façon informelle et amicale. La réussite de ces rencontres indique à quel point elles sont appréciées. FRONT a maintenant son journal, dans lequel les travailleuses non traditionnelles de toutes les régions peuvent se donner des nouvelles, rapporter les actualités touchant leur statut (par exemple le récent Sommet de la construction), débattre de

certaines sujets «sensibles» comme «La fille du calendrier, etc.

Plus important que tout, FRONT est né par et pour les travailleuses non trad, qui siègent en majorité à son conseil d'administration avec quelques intervenants.

Les conditions de travail

FRONT vient de toute évidence diminuer l'isolement que vivent ces femmes, faute d'un nombre plus élevé de consœurs, pour l'instant. La plupart de ces travailleuses ont un métier qu'elles aiment, des conditions de travail qui se comparent avantageusement avec celles qui caractérisent les domaines traditionnellement féminins.

Les hommes avec lesquels elles travaillent ne peuvent que profiter du contact avec une approche différente. Nous avons donc beaucoup à apprendre les uns et les unes des autres.

Enfin, les employeurs qui ont osé embaucher des femmes sont unanimes à reconnaître la qualité de leur travail.

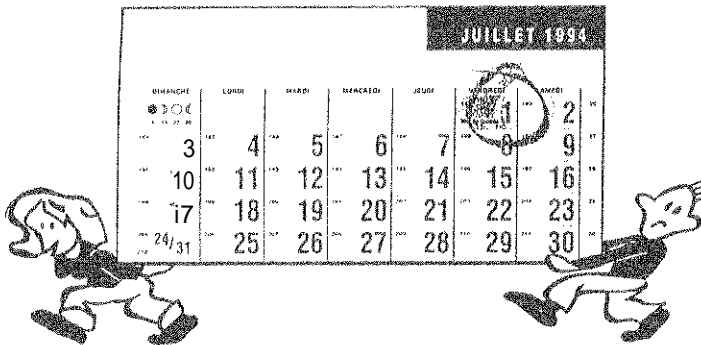
Des façons d'avoir du front (juste assez), il y en a une multitude.

... pour qu'un jour, les mots «non traditionnel» ne soient plus nécessaires.

... pour qu'un jour, notre choix ne soit plus si inusité •

Linda Boisclair, rédactrice à Femmes d'ici, occupe un poste non traditionnel à titre de technicienne de service chez Gaz Métropolitain. Elle est également membre fondatrice de FRONT.

La fièvre du 1er juillet!



Le mouvement migratoire annuel des Québécoises et Québécois est déjà en préparation, il connaît son apogée entre la Saint-Jean-Baptiste et le 4 juillet, le demi-annuel! où un grand nombre de ceux qui participeront au grand remue-ménage, il est plus que temps de voir à sa fin et à la fin des services requis. Tout se fait en un court intervalle de temps; quelques heures à peine et votre ménage est dans son nouvel environnement. Tout devra donc être bien orchestré si l'on veut éviter la catastrophe!

Par Linda Boisclair

La revue Protégez-vous du mois de mars 1994 nous donne quelques conseils à propos des services de déménageurs. Vous pouvez engager des déménageurs professionnels ou recruter des amis musclés et faire le travail vous-même ou encore, à vos risques et périls, confier l'affaire à des déménageurs au noir.

Les déménageurs professionnels

Pour dénicher un bon déménageur professionnel, un point essentiel est à vérifier : détient-il un permis de la Commission des transports du Québec (CTQ)? Ce permis obligatoire garantit que le transporteur possède une assurance de responsabilité civile et que les biens qu'il transporte sont minimalement assurés en rapport avec la capacité du véhicule. On conseille de demander une estimation à trois déménageurs, par téléphone, en donnant le plus de renseignements possibles (nom-

bre de pièces, escaliers, etc.). Dans le cas de déménagements locaux, c'est-à-dire dans un rayon de 50 km, le tarif horaire oscille entre 50 et 80\$. En moyenne, on compte une heure par pièce. Certaines entreprises exigent un minimum de 4 heures de frais. Informez-vous!

En principe, les déménageurs sont responsables des biens qu'ils transportent. Toutefois, plusieurs déclinent leur responsabilité en ce qui concerne le cristal, le marbre, les meubles laqués, etc. Lisez attentivement le contrat. On conseille d'écrire sur le contrat la valeur réelle de votre ménage. Le déménagement terminé, examinez votre ménage. Si vous constatez un dommage, vous avez certains recours.*

Les déménageurs musclés

En échange d'une pointe de pizza et de quelques bières, les amis acceptent de vous prêter leurs muscles. Par mesu-

res de sécurité, il est recommandé de louer l'équipement approprié : ceintures, sangles, diable.

Rappelez-vous que si l'un d'eux se blesse, il pourrait vous tenir responsable et vous poursuivre. Un bon conseil : offrez-leur donc une bière seulement après le déménagement... Et faites transférer votre assurance habitation à temps.

Les déménageurs au noir

Les déménageurs au noir ouvrent leurs portes en mai et les ferment en juillet, dans bien des cas. Ils s'affichent dans les petites annonces et sur les babillards. Bien entendu, ils ne possèdent pas de permis de la CTQ et n'ont aucune assurance. Leurs prix sont bas (35 à 40\$/l'heure). A vos risques cependant!

Notez en outre qu'il est illégal de transporter des produits inflammables ou explosifs (aérosols, nettoyants non domestiques, allumettes, peinture, bonbonne de propane, etc.)

L'Association du camionnage du Québec distribue gratuitement la brochure «Comment déménager». Elle agit aussi comme médiatrice en cas de litige entre un consommateur et un de ses membres. De plus, vous pouvez lui demander si des plaintes ont été portées contre un déménageur en particulier. (Téléphone: (514) 932-0377 ou 1 800 361-5813).

Le permis de la Commission des transports du Québec est obligatoire. Un coup de fil à la CTQ suffit pour vérifier si une entreprise est en règle. (Téléphone: (514) 873-6424 ou 1 800 643-5694).

Nous vous conseillons fortement la lecture de cet article du Protégez-vous, très riche en informations pertinentes si vous êtes l'une des heureuses nomades de l'été. Ah! que c'est bon de se reposer quand tout est fini. On a hâte au lendemain pour apprivoiser son nouveau nid, s'installer. Bon déménagement! •

Source: Protégez-vous, mars 1994, p. 27 à 30.

* Consultez le Protégez-vous de mars 1994 pour plus de détails.

Mes vacances

dans le rang de l'Île

Par Paula Provencher-Lambert

Quand j'étais petite, j'allais passer toutes mes vacances d'été à la campagne dans le Rang de l'Île à Nicolet.

Cette habitude-là a commencé quand j'avais à peu près 6 ans. Mon oncle Alcide qui était veuf était venu se promener à Drummondville à la fin de juillet avec deux de ses filles, Hermance et Jeannine. Je l'avais bien aimé puis mes cousines aussi.

J'avais passé la soirée assise sur les genoux de mon oncle ou debout à côté d'Hermance. Quand ils ont parlé de partir, je leur ai dit «Emmenez-moi donc. J'aimerais ça aller me promener chez vous.»

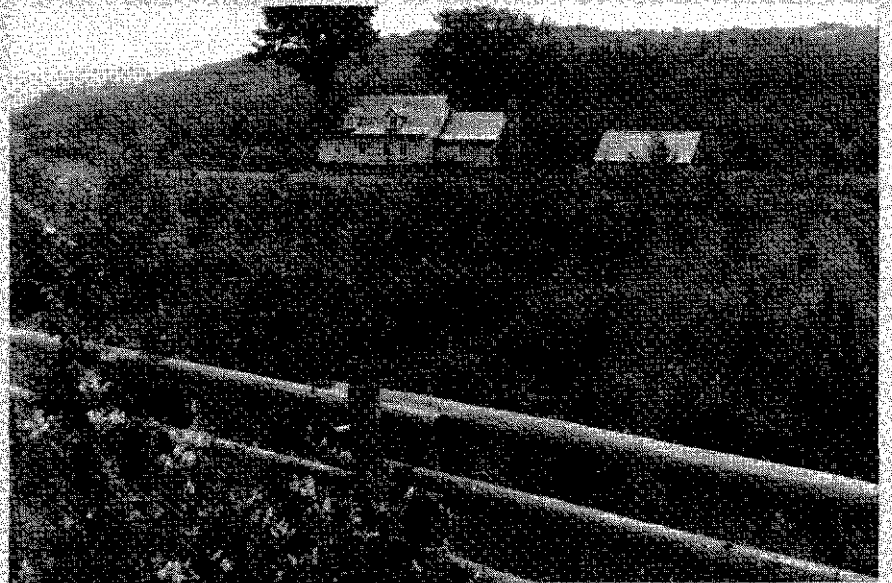
Là, ma mère a regardé son frère pour voir ce qu'il en pensait, puis elle a regardé mon père pour voir s'il était d'accord en disant «Qu'est-ce que t'en penses toi Robert?» Mes parents ont commencé à dire «Tu vas t'ennuyer, tu vas être loin de nous autres, tu pourras pas t'en revenir quand tu va vouloir...»

Puis à mon oncle «Vous autres ça va vous donner de l'ouvrage de plus, vous en avez assez d'même» que ma mère disait.

Moi je ne lâchais pas «dites oui poupa». «Nous autres on est ben prêtes à l'emmenner se promener» disaient mes cousines. Finalement, à force de parlementer, j'ai entendu un «vas-y!». Je ne me souviens plus qui l'a dit. Mais ça n'a pas été long que mes bagages étaient faits. Puis nous sommes partis.

Je ne me rappelle plus du voyage pour me rendre. J'ai dû m'endormir en m'en allant puis ils m'ont couchée en arrivant chez-eux. Quand je me suis réveillée le lendemain, c'était le dépaysement complet.

Imaginez-vous une petite fille habi-



tuée de jouer dehors avec plein de petits voisins et de petites voisines dans une cour minuscule, d'habiter dans un logement de 5 pièces, d'avoir des jeunes frères et soeurs (on venait d'avoir les jumeaux), les magasins situés tout près, la voie ferrée juste à côté, la ville quoi, petite mais la ville tout de même.

Puis là se réveiller à la campagne avec le chant du coq, le soleil qui entre par toutes les fenêtres, la maisonnée qui grouille de monde à 4 heures du matin! Toute de suite j'ai commencé à demander ce qui se passait. On m'a répondu «on s'en va faire le train». «Qu'est-ce que c'est ça au juste?» Les questions ont débuté ce matin-là, elles ont duré les huit années que j'y suis allée. Parce que j'y ai pris goût croyez-moi.

Je manquais d'yeux puis d'oreilles c'est bien simple. Je descends les escaliers avec les autres : mes huit cousins, cousines, tous des adultes. C'est impressionnant. En plus, une maison avec un escalier en dedans pensez-y donc, et beaucoup d'appartements. Un

salon double avec un piano dans le coin, cinq chambres, deux cuisines, une d'hiver et une d'été qu'ils appelaient un «fournil». Ajoutez à cela une «pompe à bras» pour l'eau; les premières années c'était comme ça, après ils ont eu l'eau au robinet. La toilette à l'heure! En campagne ça s'appelait «une bécosse». A vrai dire, j'aimais pas trop ça, et quel mot bizarre!

Une fois dehors, ce n'est pas tout : des champs à perte de vue, de l'herbe «en voulez-vous en Via». Des arbres de toutes les grosseurs, de la terre, des arpents de terre, qu'on m'expliquait.

Les bâtiments avec des animaux autour ou dedans, les vaches, les chevaux, les poules, le chien, le chat, les cochons, les voitures, le tracteur, des noms et encore des noms. Je n'en revenais pas. L'étable, le poulailler, la grange, la porcherie puis le petit cochon que venait boire son lait à la bouteille près de la galerie en arrière parce que «sa mère» n'en voulait pas. J'étais émerveillée.

C'est la plus belle leçon d'écologie que j'ai jamais eue de ma vie. Vivre en communion avec la nature, respecter la

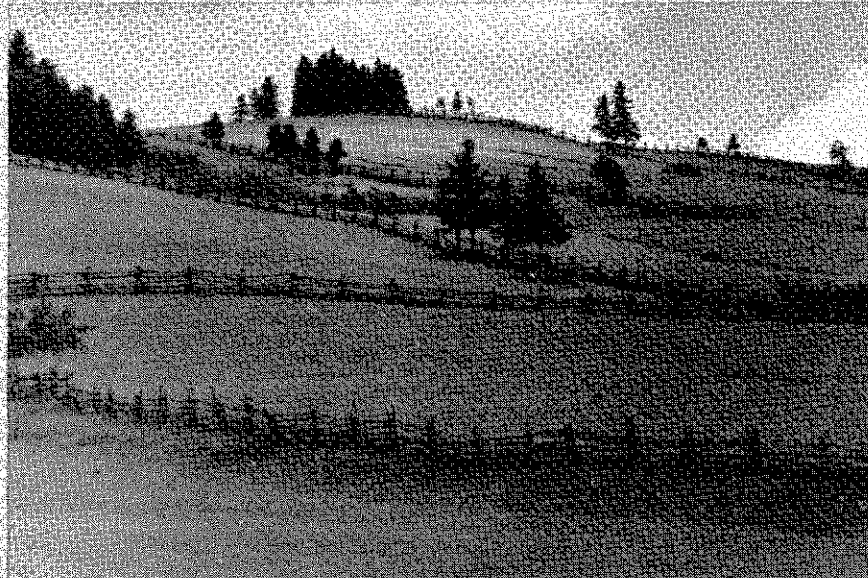
terre, labourer, semer, herser, récolter. C'est jamais fini. Au fil des saisons, il y a toujours du travail à faire. L'hiver quand la terre se repose sous la neige, les cultivateurs en profitent pour réparer leurs équipements pour être prêts pour le dégel. C'est une roue qui tourne.

Une autre chose qui est différente de la ville, c'est quand on parle «voisin». En campagne, c'est pas à 50 pieds qu'on regarde, c'est à des centaines de pieds. Même avec la main au dessus des yeux pour se protéger des rayons du soleil, c'est à peine si on voit l'autre maison, j'avais encore de la parenté de l'autre bord de la clôture, paraît-il. Ça aussi, de la clôture, y'en a une clôture pourci, une autre pour ça et chacune a sa raison d'être.

Ah! Il faut que je vous raconte qu'une bonne journée, «le beau» du voisin s'est échappé, en plein dimanche après-midi à part ça. Là c'était le branle-bas de combat pour le retourner dans ses pâturages. Lui, il courait après les vaches, peut-être une en particulier, je ne sais pas trop.

C'était tout un émoi. Je courais d'une fenêtre à l'autre. «Aie! mon oncle ya brisé la barrière. Qu'est-ce qu'y veut, pourquoi y court comme ça!» Cette année-là, je devais avoir dix ans. On voulait me répondre tout en ne me répondant pas. Chacun se retenait pour ne pas rire. Si bien, que c'est des années plus tard que j'ai deviné ce qui c'était passé. Mais cette journée-là, ils ont dû me trouver fatiguante. J'ai presque manqué de salive tellement j'étais énermée. Ils ont fini par le caser. Tout est rentré dans l'ordre un peu plus tard.

Et puis en parlant de dimanche. Quoi de plus merveilleux qu'un beau dimanche après-midi d'été à la campagne, après la messe, avec un p'tit cornet de crème glacée en revenant, les chaises sorties dehors sous les arbres avec un bon vent, puis de la visite, la cigale qui chante, le jardin tout près avec ses belles rangées toutes droites, les fleurs, des tournesols surtout. C'est un décor



naturel enchanteur. C'était le grand repos. Tout le monde était endimanché, pas question d'aller à l'église tout croché; il fallait être bien propre.

En parlant de propreté, on l'était parce qu'on allait se baigner à la rivière, le soir pour se rafraîchir. Le plus drôle, c'était les costumes de bain, si on peut appeler ça de même. Les hommes étaient déjà dans l'eau quand, nous les filles, nous arrivions. Il fallait enlever nos robes derrière la talle de cerisiers. Elle était assez dense que même les guêpes ne voyaient pas au travers. Pas de danger que les gars voient quelque chose. On aurait aussi bien pu se déshabiller au bord de la rivière parce qu'on avait presque une autre robe en dessous.

Pour ma part, on m'avait prêté un genre de costume de bain-robe, assez long en taffetas rosé. Ça se tenait raide comme une barre dans l'eau. Je vous dis qu'on ne voyait rien, puis c'est vrai. J'aurais presque pu flotter. Peu importe, on avait beaucoup de plaisir et c'était reposant le soir avant d'aller se coucher.

J'ai d'autres bons souvenirs, quand ma cousine Hermance (elle, c'était comme la mère, parce que ma tante était morte), préparait le coffre pour mon cousin Real qui allait devenir prêtre. Je me rappelle qu'une bonne journée dans

le mois d'août, c'était tranquille, on était à genoux toutes les deux devant la fameuse malle, puis elle m'énumérait ce qu'il y avait dedans. En même temps, elle regardait s'il manquait quelque chose, la chasuble, la soutane, la barrette, le crucifix, une nappe d'autel. Tout était d'un blanc immaculé. Personne ne trouverait rien à redire.

D'autres images me reviennent en tête. Quand les hommes battaient au moulin, les filles qui faisaient à manger pour tous les travailleurs. Mon cousin Julien qui jasaït avec moi tout en conduisant le tracteur. Il en avait de la patience. Sylvio puis moi assis sur le perron en train de manger le blé d'Inde en grain pendant que les autres le cannaient. Il jouait de la guitare aussi, on chantait des chansons ensemble. Jean-Paul avec qui il fallait toujours être tiré à quatre épingles.

Y avait aussi le temps des foins, les hommes montaient le foin sur la charrette, les filles debout le foulaient, Jacqueline, Laurence et les autres... Les gens trimaient dur dans ce temps-là.

Je suis allée me promener huit années d'affilée. J'aimais la campagne, j'aimais mes cousins, mes cousines, mon oncle, le chien qui venait nous

Suite à la page 15 - Rang de l'Île

De grandes sorties ...

Comme en famille, divers éléments influencent le choix des «sorties» des dirigeantes de l'association... Cette année, la venue d'un nouveau gouvernement à Ottawa s'est révélée l'une des considérations déterminantes au moment des décisions.

Par Michelle Houle-Ouellet

Chargée du plan d'action

lobbying fédéral

Pour créer des liens avec les nouveaux députés québécois, une lettre a été adressée à chacun d'eux. Elle présentait l'AFEAS, décrivait les activités marquantes prévues pour 93-94 et sollicitait leur appui à nos demandes concernant les programmes sociaux et la famille, dossiers particulièrement sur la sellette.

L'AFEAS a tenu à participer aux débats importants lancés par le gouvernement fédéral. La ronde des consultations sur la refonte des programmes sociaux s'amorçait! L'après-midi de la journée de la femme, l'AFEAS présentait, avec des représentantes de quatre autres associations féminines québécoises, un mémoire sur le sujet au comité permanent des ressources humaines. Publicité qui mérite d'être soulignée, cette présentation a fait la manchette du bulletin de nouvelles télévisées de Radio-Canada, en fin de soirée. Une deuxième phase de consultations est prévue pour le début de l'été, après le lancement de la politique par le ministre Axworthy.

L'AFEAS a également rencontré Sheila Finestone, secrétaire d'État, responsable de la situation de la femme et du multiculturalisme. Elle se décrit comme une femme d'action, consciente de l'impact d'une association comme la nôtre. Avec elle, de même qu'avec Christiane Gagnon, députée du Bloc Québécois et porte-parole du dossier condition féminine pour ce parti, les rencontres ont permis de jeter les bases d'une meilleure connaissance et d'une collaboration que nous souhaitons fructueuse pour l'avenir.

Outre ces rencontres, la participation de l'association a été active sur des comités du palier fédéral. Ce sont le comité sur la préparation de la conférence mondiale des femmes à Beijing et celui du Secrétariat d'État Partenariat et groupes de femmes.

À Québec

Un rendez-vous se déroulera en mai avec la ministre québécoise de la Condition féminine, Violette Trépanier. Le gouvernement annonce son intention de verser plus d'argent aux parents plutôt que d'intervenir au niveau des garderies afin d'améliorer le sort des éducatrices. Dans ce contexte, il est important pour l'AFEAS de rappeler à la ministre la nécessité de reconnaître les parents qui gardent leur(s) enfant(s) à la maison et de demander à nouveau l'octroi d'un crédit d'impôt remboursable à la mère ou au père au foyer.

Le 3 mars, l'AFEAS a été entendue aux audiences publiques de la commission parlementaire sur l'aide juridique. Un comité provincial, avec la collaboration d'une avocate, a étudié le document de consultation et préparé la rédaction du mémoire. Lors des audiences, le nouveau ministre de la Justice, Roger Lefebvre, a fait un éloge des plus flatteurs de l'AFEAS, de son influence et sa contribution à la société québécoise. Ces propos ont fait plaisir à entendre!

La place manque pour décrire toutes les interventions réalisées durant l'année. Plusieurs représentations ont été acceptées parce qu'elles se situaient dans le cadre de la célébration de l'An-



Jje haut en bas:
Sheik Finestone, secrétaire d'État, responsable de la situation de la femme, Christiane Gagnon, députée du Bloc Québécois et porte-parole du dossier condition féminine, Violette Trépanier, ministre québécoise de la condition féminine et Roger Lefebvre, ministre québécois de la Justice.

née de la famille: Forum sur la fiscalité, rencontre sur le plan d'action du Secrétariat à la famille, comité de travail *Féminisme et familles*.

L'actualité a aussi fourni matière à s'indigner et protester. Qui ne se souvient des propos des juges Verreault et Crochetière? Parsa réaction, l'AFEAS est devenu l'une des parties plaignantes auprès du Conseil de la magistrature, dans la cause de ce dernier. Dans un autre domaine, celui de la reconnaissance des sages-femmes, l'AFEAS est intervenue auprès de la ministre et de la Corporation des médecins pour demander l'ouverture et le fonctionnement de la maison des naissances de Gatineau et la réalisation des autres projets pilotes.

Bien d'autres activités ont été réalisées dans le cadre du plan d'action annuel. De ces interventions, une consultation stimulante se dégage: l'avis de l'AFEAS est recherché. Sa crédibilité et sa réputation sont excellentes >

C'est le temps du ... **Renouvellement**

Par Lucie Gervais

Responsable du comité provincial de promotion

Un appel peut faire toute la différence

Un appel téléphonique : on le fait pour parler à nos parents, à nos soeurs ou frères, à une amie et aussi à une membre de l'AFEAS. On parle de nos joies, de notre travail et aussi de la réunion mensuelle ou d'une soirée, etc.

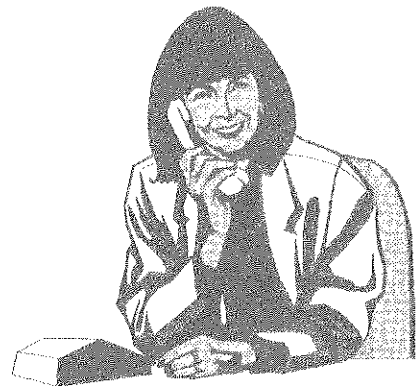
Le plaisir de recevoir un appel de nos responsables locales et de nous faire dire que l'on est heureuse de nous avoir comme membre, de s'informer comment ça va, car ça fait 2 à 3 fois que vous n'êtes pas venue à la réunion, que vous êtes toujours la bienvenue à l'AFEAS, que vous ne devriez pas vous sentir mal à l'aise de ne pas venir. On sait que si vous demeurez membre, vous approuvez nos démarches et que c'est important.

Tout en discutant avec vous, nous pourrions découvrir les vraies raisons de votre absence; soit que vous avez été malade, alors c'est un appel pour vous dire que l'on pense à vous. Vous étiez en voyage? On a hâte de vous revoir. Vous travaillez? On comprend et apprécie votre appui. De cette façon, nous pourrions peut-être découvrir qu'il y a d'autres raisons comme l'accueil qui fait défaut ou nos assemblées qui ne sont pas assez vivantes. Nos réunions ne sont pas assez intéressantes ou les sujets qui y sont discutés ne vous semblent pas assez importants pour que vous assistiez.

Lors de la journée d'étude provinciale (J.E.P.) de juin, les responsables régionales se pencheront sur les raisons des absences et nous espérons trouver les moyens pour améliorer la situation.

L'AFEAS veut vous mentionner que

c'est grâce à vous toutes que nous pouvons continuer toutes les démarches déjà entreprises pour la réalisation de projets qui sont bénéfiques aux femmes québécoises et même canadiennes et, par conséquent, nous avons absolument besoin du support de toutes nos membres actives.



Nouveau tirage

Le comité de promotion provincial vous propose un nouveau tirage pour favoriser le renouvellement. Nous avons obtenu un commanditaire qui offre un montant de 500\$. Ce généreux prix est offert par la compagnie Natrel.

Pour participer à ce tirage, vous devez simplement renouveler votre carte de membre. Lors de votre renouvellement, vous devrez remplir le coupon «Nouveau tirage» que vous trouverez au verso du présent numéro de Femmes d'ici. Vous devez le remettre ici le 15 juin à votre secrétaire locale en payant votre cotisation. Le nom de l'heureuse gagnante sera dévoilé lors du congrès provincial qui se tiendra à Chicoutimi au mois d'août 1994.

Deuxième tirage: renouvellement à 100%

Ce prix s'adresse particulièrement aux AFEAS locales qui ont renouvelé à 100% leurs effectifs. Les membres qui sont décédées, qui ont déménagé ou qui ont changé d'AFEAS locales, ne sont pas calculées dans leur objectif.

Toutes les AFEAS locales qui sont participantes seront éligibles au tirage d'un prix de 99\$ qui sera remis lors du congrès provincial.

Dépasserons-nous le nombre d'AFEAS locales qui ont participé à ce tirage l'année dernière? Donc, le renouvellement comme membre est pour appuyer les actions que l'on fait à l'AFEAS et par le fait même est très important.

Prix Solange Fernet-Gervais

Le prix Solange Fernet-Gervais, qui existe depuis 7 ans déjà, sera remis lors du congrès provincial, à la région qui, en pourcentage, a augmenté le plus les effectifs de l'an passé.

Pour être mises en nomination, certaines régions ont réussi à renouveler et à recruter de nouvelles membres et sont même parvenues à dépasser leur objectif. C'est grâce à leur travail acharné et aussi parce qu'elles sont à l'écoute de leurs membres qu'elles ont obtenu une si belle réussite.

La collaboration de toutes les membres, de toutes les AFEAS locales et de toutes les régions vont faire que notre Association restera vivante et continuera à être aussi importante face aux gouvernements afin de réaliser ses objectifs.

**Seule, isolée :
enfer ou paradis ?**



Réfléchir sur l'isolement et
la solitude.

Le mal de vivre



Prévenir (es maladies
mentales).

**Active dans mon milieu,
pourquoi pas moi ?**

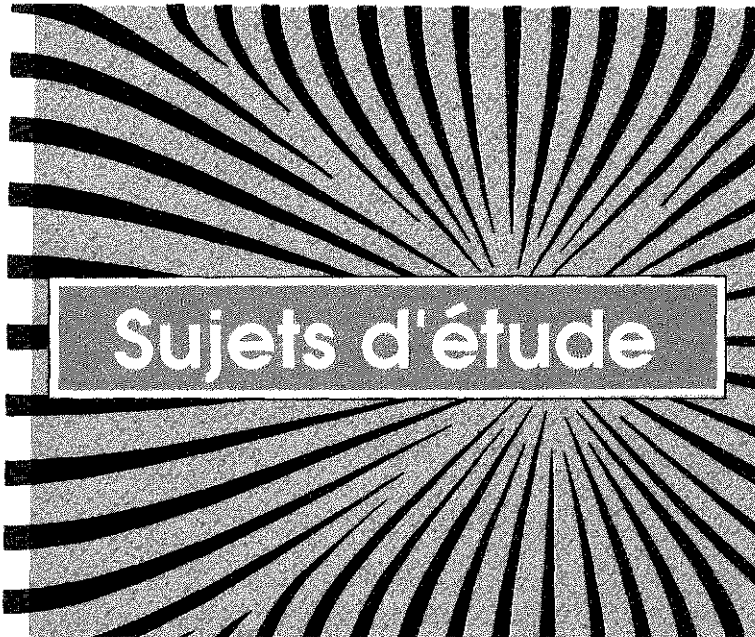


Donner le goût de
s'impliquer.

**Famille
(Priorité d'action)**

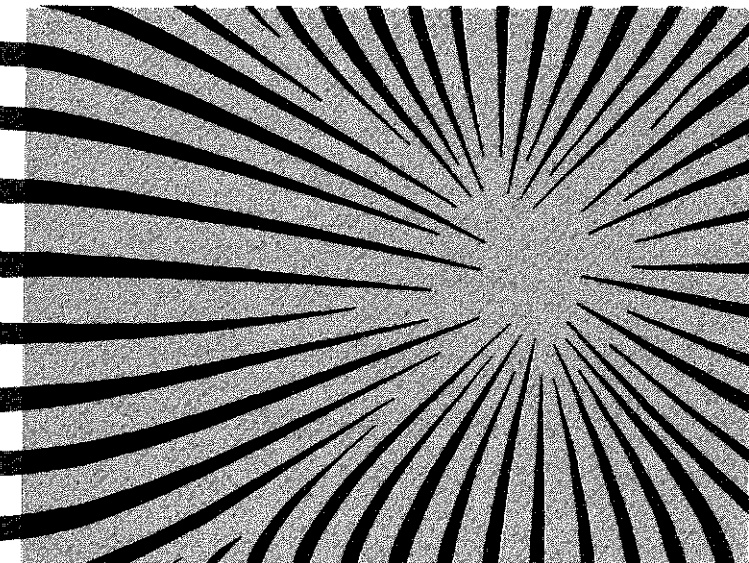


Reconnaître le rôle social
assumé par les parents.




Ordre de parution dans *Femmes d'ici* :

- . octobre : seule, isolée : enfer ou paradis ?
- . décembre : le mal de vivre
- . février : active dans mon milieu, pourquoi pas moi ?
- . avril : famille (priorité d'action).



Programme

femmes AFEAS...



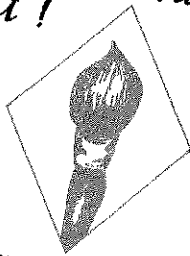
AFEAS

Conserver
nouvelle vague



Conserver les aliments,
moyens rapides et
efficaces.

Tout le monde le
peut !



S'exprimer par les arts
visuels : dessin, peinture et
sculpture.

Art et culture

Ordre de parution dans Femmes d'ici :

- . octobre : conserves *nouvelle vague*
- . décembre : tout le monde le peut !
- . février : courtepointe moderne
- . avril : prévenir et guérir

« La fée as joue ses cartes maîtresses :

- . elle soigne
- . elle coud
- . elle crée
- . elle prévoit.

...un vrai carré d'as ! »

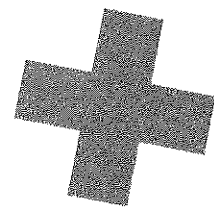
1994 - 1995

Femmes d'action

Courtepointe
moderne



Réaliser une courtepointe
moderne et un sac fourre-
tout.

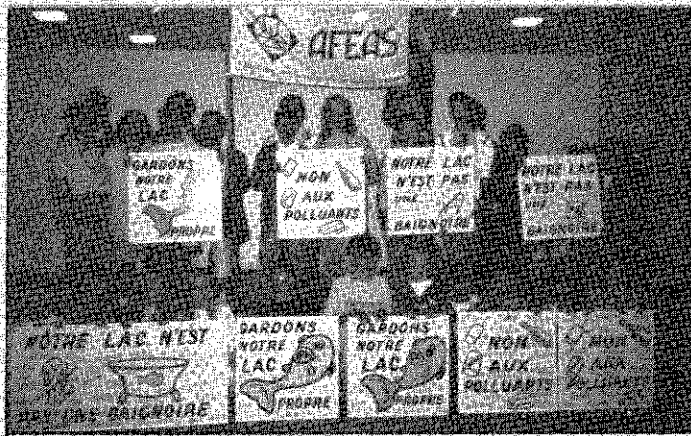


Prévenir et guérir
Premiers soins, gestes qui
sauvent.

Édition 1992-1993

AFEAS locale Saint-Léon, du Saguenay-Lac St-Jean C.-C.

2^e rang, catégorie «action communautaire»



Après avoir constaté que les jeunes jetaient des détrit­us dans le parc et le lac; après avoir vu laver des animaux avec savon et shampoing dans ce même lac, un projet de sensibilisation à l'environnement voit le jour.

Motivées par leurs consoeurs, Nicole Imbault, présidente et Madeleine Thériault, conseillère, les membres de l'AFEAS de St-Léon ont élaboré un projet de système de pancartes d'affichage écologique.

Elles ont sensibilisé le milieu : la municipalité a octroyé un montant d'argent pour l'achat et la fabrication des pancartes; les jeunes et les professeurs ont participé au concours des «slogans». La Sûreté du Québec a collaboré à la surveillance routière pour la protection des écoliers et des bénévoles; plusieurs entreprises de lettrage ont été contactées pour faire des soumissions.

En juin 1992, le projet devenait réalité : rassemblement des repré-

sentants de la municipalité, Sûreté du Québec, écoliers, professeurs, parents, amis, membres AREAS ont installé des pancartes à des points stratégiques du village rappelant l'importance de garder le village propre et de conserver une bonne qualité à son environnement.

À la suite d'une résolution de leurs membres, Nicole Imbault et Madeleine Thériault ont soumis la candidature de leur projet au Prix Azilda Marchand : elles sont arrivées deuxième dans la catégorie action communautaire.

C'est à travers de nombreuses démarches, de plusieurs déceptions que l'expérience vécue a été réalisée; la satisfaction et les résultats obtenus valent tellement plus et c'est le cas de le dire : un plus pour moi et l'environnement!

Bravo et félicitations! Cette action nous invite à relever le défi! •

*Raymonds Ma-rois
adjointe au comité provincial du
prix Aztida Marchand*

- ❑ Pour chasser les insectes des meubles, coupez un oignon en deux et frottez le meuble atteint de vers. Renouvelez ce traitement plusieurs jours de suite.



- ❑ Pour supprimer la rouille, coupez un oignon en deux, frottez-le sur les objets atteints de rouille.

- ❑ Les ciseaux peuvent être aiguisés en coupant du papier sablé.

- ❑ Pour enlever les taches de rouge à lèvres, frottez-les avec un coton humecté de vinaigre.

- ❑ Il vous manque un oeuf pour un gâteau? Remplacez-le par 2 cuillerée à café de vinaigre.



- ❑ Pour faire des carrés aux dattes qui ne s'égrainent pas, délayez dans une tasse un oeuf avec 2 cuillerée à thé de sucre blanc et remplissez d'eau. Étendre le mélange sur les carrés aux dattes avant de les mettre au four.

- ❑ Dans le jardin, vos rosiers seront plus parfumés si vous placez deux ou trois plants d'ail au pied de ces derniers.



- ❑ Pour que votre poisson soit plus croustillant, humectez-le de lait et remplacez la farine par de la fécule de maïs.



- ❑ Pour éviter que le mohair perde son duvet, lavez-le avec du shampoing de préférence à un détergent »

Liliane Blouin
AFEAS locale de Pointe-aux-Trembles
Montréal-Laurentides-Outaouais

le rang de l'île

suite de la page 9



accueillir. Chaque fois que les vacances étaient finies et que je revenais chez nous, je pleurais. Ça me prenait quelques jours pour me replacer dans le quotidien de ma famille. Vous comprenez une petite fille parmi des grands, j'avais toute l'attention. J'étais gâtée. Je revenais à la maison où j'étais une enfant parmi onze autres, j'étais traitée comme les autres (avec raison d'ailleurs).

Un beau jour j'ai mis fin à tout ça. Mon père a dit «D'abord que tu veux pas t'en venir quand tu vas là, j'tu vas rester icitte l'été». Puis à quatorze ans, les petits gars commencent à rôder autour. Cela aidait à demeurer en ville.

Des fois je me lève le matin, il me revient comme une odeur de campagne, le bon pain de ménage, la terre qui se réchauffe sous le soleil, la rosée du matin dans les champs, les légumes que l'on va chercher directement dans le jardin, le silence, le merveilleux silence de la campagne.

Le puits avec sa magellé. Je revois le mariage de ma cousine Rosé-Aimée auquel j'ai assisté avec mon petit béret puis ma petite robe en voile avec des fleurs. Les animaux qui picorent, hennissent, meuglent.

La rivière qui passe de chaque côté des terres. Le Rang de Pile c'est le berceau de mes grands-parents et de mes parents qui y sont nés.

C'est beau, c'est tranquille. Il me semble encore revoir la croix du chemin, les belles maisons avec des petits moulins à vent dans les parterres, des grandes galeries, des fenêtres à carreaux avec des volets. Sur tout ce que je me rappelle, c'est que les gens étaient heureux et moi aussi.

Dans le cadre de la-jeté despères., Femmes d'ici est heureuse de présenter un merveilleux poème d'une membre AFEAS, Lucille Guèvremont-Pélissier. Le poème «Son jardin» a été tiré du recueil de poème de Mme Guèvremont-Pélissier intitulé «Pignon sur rue»

Son jardin

Ce matin, papa, tout fringant,
S'en est allé dans son jardin.
Il a décidé que c'était le temps
De le commencer, avant son voisin.
L'air est doux, le soleil rieur,
Tout ce qu'il faut pour réveiller la terre
D'un sommeil long et un peu trompeur
Qui n'a pas réussi à tout endormir durant l'hiver.
Déjà ciboulette et asperge ont le nez en l'air
Montrant à papa qu'elles n'étaient pas frileuses.
La rhubarbe aussi étale son feuillage vert.
D'être les premières-nées, elles en sont heureuses.

Mon père y met son cœur et ses bras
Pour remuer la terre à l'écorce durcie;
Je pense qu'il lui parle et lui dit tout bas:
«Encore cette année, nous serons complices, mon amie.»

Son jardin, c'est comme un sanctuaire
Où les mauvaises herbes n'ont pas leur place
Où croissent aussi les fleurs préférées de ma mère
Qu'il coupe tendrement pour elle, sans faste.

Lucille Guèvremont-Pélissier

Bonne fête papa!

Note biographique



Lucille Guèvremont-Pélissier est originaire de Saint-Cyrille de Wendover, l'auteure y vécut jusqu'à son mariage. Enseignante, mère de sept enfants, elle inscrit l'écriture poétique à son programme de vie. La nature, l'harmonie familiale et les voyages sont ses principales sources d'inspiration. Madame Lucille Guèvremont-Pélissier est également membre de l'AFEAS locale Immaculée Conception, région Centre du Québec.

Source

Recueil de poèmes «Pignon sur rue», Lucille Guèvremont-Pélissier, 285, rue Joly, Drummondville, Québec J2C 6E8, 1991.

Évaluation et gestion du portefeuille



Peu importe l'importance du portefeuille, le principe de base de toute véritable gestion c'est la protection du capital.

Le rôle du gestionnaire est de maximiser les rendements en tenant compte des objectifs de placement du client tout en développant un service personnalisé.

Les objectifs de placement du client sont précisés au moment d'une rencontre d'évaluation de ses besoins et nous en profitons pour déterminer sa tolérance au risque.

Souvent le client recherche des rendements plus élevés que le marché sans évaluer ou connaître les risques inhérents.

Le rôle du gestionnaire est de guider l'investisseur, de l'orienter en fonction des objectifs fixés et de l'aider à réviser ou modifier au besoin les dits objectifs.

Comme gestionnaire nous appuyons nos recommandations sur le guide de ventilation des actifs. Nous favorisons la diversification, mais nous sommes contre une subdiversification. De plus, nos recommandations sont faites à partir d'une analyse fondamentale que l'équipe d'analystes nous fournit et maintient à jour.

Les titres de nos portefeuilles sont évalués constamment sur les mêmes bases scientifiques (étude des ratios, croissance des bénéfices et des ventes, qualité des gestionnaires, secteur d'activités, contexte économique versus perspectives à court, moyen et long terme). Possibilité de développer un marché à l'extérieur du pays c'est-à-dire d'envergure internationale.

Aussi, nous nous tenons bien informés de toutes les modifications et de toutes les subtilités, des budgets gouvernementaux et du régime fiscal pour protéger nos clients et leurs portefeuilles.

Faire de la gestion de portefeuille, c'est se tenir au courant de tous les événements susceptibles d'influencer les marchés financiers et savoir agir rapidement quand il le faut et demeurer dans une perspective de moyen à long terme quand il n'y a pas d'urgence d'agir. Faire de la gestion de portefeuille, c'est une carrière, c'est un poste à temps plein.

*Hélie-Morin associées
conseillères en placement
Lévesque Beaubien Geoffrion Inc. |*

Par Marie-Ange Sylvestre

État civil

La réforme du Code civil a constitué un seul registre qui regroupe l'ensemble des actes d'état civil de tous les citoyens du Québec : les naissances sont l'objet de constats par les accoucheurs et de déclarations attributives du nom de l'enfant par les parents; les mariages sont l'objet d'une déclaration par celui qui le célèbre contresignée par les époux et les témoins; les décès sont constatés par un médecin qui signe l'acte de décès et déclarés par un parent ou une personne capable d'identifier le défunt.

La direction de l'état civil inscrira les événements modificateurs : divorces, adoptions, changements de nom, etc. Les citoyens se procureront les documents relatifs à leur état civil par courrier ou en se présentant un des points de service établis au Québec.

Responsabilité des héritiers

L'héritier qui accepte une succession est responsable des dettes jusqu'à concurrence de la valeur des biens recueillis. Cette limite de responsabilité est un élément nouveau du Code civil. Aussi, à l'avenir, l'exécuteur testamentaire sera désigné sous le nom de liquidateur.

Obligation alimentaire

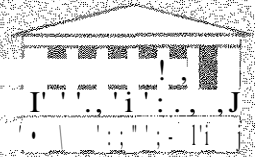
Tout créancier alimentaire peut, dans les six mois suivant le décès, réclamer de la succession une contribution alimentaire à titre d'aliments. L'ex-conjoint qui recevait une pension ou le conjoint survivant dans le besoin ont droit à douze mois d'aliments et un autre créancier d'aliments, à six mois.

Testament

Il y a trois formes de testament : olographe, devant témoin et notarié.

Le testament olographe doit être entièrement rédigé et signé par le testateur. Il peut être écrit à la main ou,

pour une personne handicapée, avec la bouche ou le pied, mais



pas avec une machine à écrire ou sur un formulaire. Aucun témoin n'est requis. Il peut être daté ou non. S'il s'agit d'un deuxième testament, il faut indiquer qu'il annule le premier non daté.

Le testament devant témoins peut être écrit par le testateur, ou par un tiers, ou avec une machine ou un ordinateur. Il doit être signé par le testateur ou par quelqu'un d'autre qui signe en son nom et en sa présence. Il nécessite deux témoins qui signent en présence du testateur. Ces témoins ne peuvent pas hériter et le contenu du testament n'a pas à leur être divulgué.

Le testament notarié est reçu par un notaire assisté d'un témoin. Il mentionne la date et le lieu où il est reçu. Le testateur peut demander que le testament lui soit lu sans témoin. Le testateur, le témoin et le notaire signent le document. Il peut arriver que la présence de deux témoins soit nécessaire, par exemple, si le testateur est aveugle.

Cette série d'articles sur la réforme du Code civil du Québec ne donne qu'un mince aperçu des modifications entrées en vigueur le premier janvier dernier. Elle visait à apporter certains renseignements, mais surtout à sensibiliser sur l'importance des changements et sur la nécessité de consulter des spécialistes en cas de besoin. Même les événements courants de la vie sont touchés, chacun peut donc se sentir concerné. Poser un geste en toute connaissance de cause évite des ennuis, des problèmes, des délais et des frais»

Dépistage du

cancer du sein

Le cancer du sein représente un des plus importants problèmes de santé au Canada. C'est la première cause de décès chez les femmes de moins de 50 ans. Une femme sur neuf sera touchée par ce cancer dans sa vie et le tiers des patientes atteintes de ce mal en décéderont.

Andrée Christen

*coordonnatrice de recherche, projet prévention du cancer du sein
Hôpital Saint-Sacrement*

Programme de dépistage

La planification d'un programme de dépistages adressant aux femmes de 50 à 69 ans a donc été annoncé par le gouvernement québécois. Des études sur l'évaluation de la mammographie comme examen de dépistage précoce du cancer du sein ont montré son efficacité pour trouver les cancers non palpables; chez les femmes de plus de 50 ans, le dépistage a permis de diminuer le taux de mortalité relié à cette maladie.

Malheureusement, chez les moins de 50 ans, cette preuve n'a pas été faite. Leur accès aux programmes de dépistage s'en trouve ainsi limité.

Pour les femmes inscrites au programme, le suivi comprendra la palpation annuelle des seins par le médecin traitant et la mammographie bi-annuelle dans une clinique de radiologie certifiée par l'Association québécoise des radiologistes.

Autres femmes

La mammographie annuelle pour celles qui ont déjà eu un diagnostic de cancer du sein, quel que soit leur âge, demeure un examen accessible et recommandable à toutes ces patientes. De plus, dans tous les cas de symptômes, soit une bosse, un écoulement ou une rétraction de la peau, la mammographie continuera de faire partie d'une bonne pratique médicale. Selon l'âge, la fréquence des examens de dépistage est déterminée par le médecin traitant en tenant compte des facteurs de ris-

que et de la difficulté de palper le sein en profondeur.

Facteurs de risque

On appelle facteurs de risque des caractéristiques qu'on retrouve chez une certaine proportion des femmes touchées par le cancer du sein:

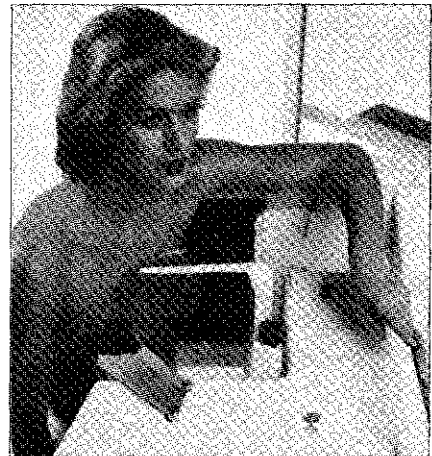
- 1- Le risque naturel de développer ce cancer augmente avec l'âge.
- 2- La présence de ce cancer chez une parente au premier degré augmente le risque. C'est le cas d'environ 30% des femmes atteintes et il est plus important si le diagnostic de cancer chez la parente a été posé avant la ménopause.
- 3- Les premières menstruations avant l'âge de douze ans et l'accouchement d'un premier enfant à terme après 30 ans sont des facteurs de moindre importance s'ils sont considérés seuls.

Beaucoup de femmes développeront un cancer du sein sans présenter d'autre facteur de risque que celui d'être une femme; d'où l'importance d'un suivi régulier.

Recommandations générales

Dès l'âge de trente ans, une femme devrait pratiquer l'auto-examen des seins une fois par mois, dans les jours suivant le début des menstruations et demander à son médecin traitant de faire l'examen de palpation.

Vers la quarantaine, une mammographie de base pourrait être prescrite. À 50 ans, les femmes devraient s'inscrire



Mammographie

re au programme de dépistage et subir une mammographie à tous les deux ans. Autant que possible se présentera un centre de radiologie approuvé et retourner au même centre pour les examens subséquents.

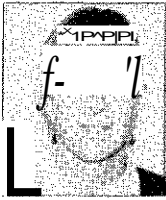
La participation à ce programme de dépistage ne prévient pas la maladie, mais peut permettre une détection précoce, une chirurgie moins importante et une meilleure chance de survie pour les femmes ménopausées «

La mémoire au bout des doigts

Dépisté et soigné rapidement, le cancer du sein peut être traité avec succès. Comme son incidence augmente avec l'âge, il faudrait que les femmes, tôt dans leur vie, apprennent à connaître leurs seins aussi bien que leur visage et leurs mains. Cette mémoire au bout des doigts leur permettrait de déceler tout changement et de consulter rapidement.

Afin d'amener les femmes de tout âge à inclure cette pratique dans leurs habitudes de vie, la Société canadienne du cancer a produit une vidéocassette dont le but est d'enseigner aux femmes une façon efficace de faire l'auto-examen des seins tous les mois.

Le document «La mémoire au bout des doigts» est disponible dans les treize bureaux régionaux de la Société canadienne du cancer.



Quiz-exercice

L'été est à nos portes et vous désirez, remodeler cette silhouette que vous avez négligée et habilement dissimulée sous le *laineux* pendant les longs mois d'hiver. Si l'exercice est la solution que vous avez retenue, sans doute serez-vous intéressée par le petit quizz qui suit. Évaluez vos connaissances en *activité physique*; en répondant aux questions, mais prenez surtout le *temps* de lire les explications qui vous sont fournies, Elles vous seront sans doute profitables.

Bon été!

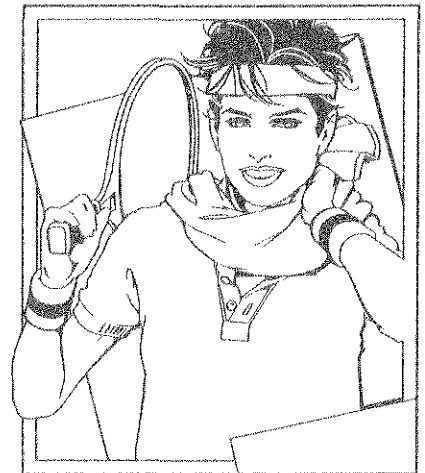
Vrai ou faux?

- 1- Les personnes qui désirent réduire leur pourcentage de graisse ont intérêt à pratiquer des activités physiques qui sollicitent des masses musculaires importantes comme la natation, le cyclisme ou le tennis. _____
- 2- Toutes les activités contribuent également à l'amélioration de la condition physique. _____
- 3- Porter des vêtements chauds pendant l'exercice permet de maigrir davantage. _____
- 4- L'exécution d'exercices musculaires localisés permet de maigrir uniquement aux endroits désirés. _____
- 5- Il est interdit de boire pendant l'exercice. _____
- 6- Il n'est pas nécessaire de prendre du sucre avant de faire de l'exercice. _____
- 7- L'exercice peut faire disparaître la cellulite. _____
- 8- L'exercice ne peut entraîner l'apparition de varices. _____

Bonne chance!

Réponses

- 1- *Vrai.*
- 2- *Faux.* Certaines permettent d'accroître l'endurance cardio-vasculaire et de diminuer le pourcentage de graisse, tandis que d'autres sont plus efficaces pour améliorer la flexibilité ou la force musculaire.
- 3- *Faux.* Cela fait suer et, malheureusement, suer ne fait pas maigrir. Par ailleurs, toute perte d'eau doit être remplacée pour rétablir l'équilibre hydrique du corps.
- 4- *Faux.* Des études démontrent que l'exercice contribue à réduire le gras là où il est en plus forte concentration, peu importe qu'il soit général (ex.: marche rapide) ou localisé (ex.: redressements assis). Les exercices localisés tonifient et raffermissent les muscles, mais ne font pas nécessairement maigrir.
- 5- *Faux.* Tel que mentionné précédemment, il est important de remplacer le liquide perdu, surtout si l'activité est pratiquée pendant une longue période de temps et si il fait très chaud. Il est cependant préférable de boire par petites quantités et de ne pas attendre d'avoir soif.
- 6- *Vrai.* Pour des activités de courte durée, pratiquées de façon modérée, les réserves de graisses corpo-



relles suffisent. Pour des périodes d'activité prolongées, où l'intensité de l'effort est plus élevée (ex.: une partie de tennis de trois heures), l'absorption d'un supplément d'énergie pourra être utile, selon le cas.

- 7- *Faux.* En favorisant une meilleure circulation sanguine, l'exercice peut jouer un rôle préventif en regard de la cellulite. Il ne peut cependant guérir un tissu déjà affecté.
- 8- *Vrai.* Le travail musculaire effectué par les jambes pendant une activité physique favorise un meilleur retour du sang au cœur, en vue de son oxygénation, alors que les varices sont plutôt le lot des personnes qui demeurent de longues heures sans bouger.

Gîtes du passant au Québec

Éditions Ulysse, 1994.

Vous avez envie de vous la couler douce cet été et de vous promener dans quelques coins du Québec? Il faut alors vous procurer l'édition 1994 du répertoire des Gîtes du passant au Québec. Le livre regroupe, en plus des adresses des Gîtes du Passant au Québec,



celles des Auberges du Passant, des Gîtes à la Ferme, des Maisons de Campagne, des Promenades à la Ferme et des Tables Champêtres. On y retrouve donc plus de 375 sites répartis dans toutes les régions du Québec.

Attrait de la différence, mais aussi des prix, une fin de semaine dans un Qte du passant (coucher et petit déjeuner) pour deux personnes coûterait environ 100\$. Autre exemple, 5 jours dans un Gîte à la ferme (chambre et pension complète) pour 2 adultes et 2 enfants coûteraient approximativement 600\$ pour cette famille. Pour un couple, une famille ou tout simplement un groupe d'amis qui recherchent le calme et une certaine autonomie de séjour, il est possible de louer pour un mois, une semaine ou une fin de semaine des maisons de campagne ou des chalets tout équipés.

Rappelons que le «Gîte du Passant» est une formule d'hébergement créé par la fédération des Agricotours du Québec.

Un guide à se procurer pour qui-conque veut vivre l'expérience d'un accueil chaleureux dans des maisons et des lieux qui n'ont d'égal que la diversité des personnalités de leurs habitants •

Pauline Amesse

Ville Laclaire, Québec



Pauline Amesse, rédactrice à Femmes d'ici (1989 à 1993).

Chère toi,

Les circonstances t'obligent à quitter le comité de rédaction de la revue Femmes d'ici. Pourtant, nous trouvons que tu y étais tellement à ta place. Nous comprenons tes raisons, nous regrettons ton départ.

Ton intégration au sein de l'équipe a été facile et dès la première réunion, tu es des nôtres. Au fil des mois, tu acceptes de rédiger des articles sur les sujets les plus divers. S'ils demandent des recherches, pas de problème, je puis aller à la bibliothèque... sans compter les heures nécessaires. Pour en écrire plus sur les «santons», tu as même rencontré une artiste qui en fabrique. Et, combien les lectrices ont apprécié le portrait de Chantal Poulin...

Il faut dire que tu n'en es pas à tes premières armes avec la plume, je devrais dire avec l'ordinateur. Tu es responsable de la revue La Lucame publiée par l'Association des amis et propriétaires de maisons anciennes du Québec. J'avais justement découpé un article soulignant la qualité et l'originalité de cette publication. N'ayant pu te le remettre, je te transmets ici les félicitations qu'il contenait.

Et que dire de nos «jaseries» sur le chemin du lunch! Tout ton monde... ton mari, ingénieur d'origine belge... Gregoire, artiste du dessin... ta fille spécialiste de la ringuette poursuivie par des blessures... J'espère qu'elle est rétablie... ton petit-fils, le plus beau et le plus fin comme celui de toutes les grand-mères... et tes autres fils... je les ai un peu perdus de vue...

Combien de sites pittoresques nous as-tu décrits avec enthousiasme, vous les aviez découverts dans des excursions de camping ou lors de séjours de vacances dans les Laurentides. D'ailleurs, c'est toi qui m'as révélé l'agrément de loger dans les gîtes du passant... te rappelles-tu, à Drummondville, près de la rivière Saint-François, comme c'était beau et comme les gens étaient causants et hospitaliers.

Tous ces souvenirs me rendent nostalgique, j'ai beau me dire... c'est la vie!... ce n'est pas facile de tourner la page. Qui sait, un jour peut-être...

Merci pour ta participation, tes articles, pour le temps jamais comptabilisé. Merci pour ton amitié, merci pour tout! C'est une résolution adoptée à l'unanimité par toutes les rédactrices de Femmes d'ici!

Cordiales salutations!

Marie-Ange Sylvestre

Par Linda Boisclair

Le protecteur du citoyen

Savez-vous qu'on fait appel au Protecteur du citoyen pour une foule de raisons : retards de l'administration gouvernementale, diminution inattendue d'une prestation, services à la clientèle inaccessibles par téléphone... En effet, le Protecteur du citoyen est un organisme d'une grande utilité mais qui, malheureusement, est peu connu du public. Son rôle est primordial car il peut intervenir dans le cas où des fonctionnaires du gouvernement du Québec ont commis des erreurs administratives et pris des décisions qui peuvent être lourdes de conséquences pour les citoyennes et les citoyens.

Pour vous aider à faire reconnaître son rôle, le Protecteur du citoyen a produit une vidéocassette de 12 minutes expliquant clairement son travail. Un guide de présentation et d'animation comprenant un jeu questionnaire et des activités accompagnent la vidéocassette.

La vidéocassette «Connaissez-vous le Protecteur du citoyen?» est disponible gratuitement pour prêt de courte durée. Il suffit de communiquer avec le Protecteur du citoyen en composant le numéro sans frais 1 800 463-5070.

Le processus judiciaire criminel... et vous!

Chaque jour de nombreuses personnes, des hommes, des femmes, des jeunes, des personnes âgées sont victimes d'actes criminels. Ces actes criminels sont commis contre la personne ou contre la propriété. Les victimes sont souvent très démunies face au processus judiciaire.

Une trousse d'information et de formation sur le processus judiciaire criminel a été créée pour répondre aux besoins des intervenants auprès de ces victimes. La trousse aidera également ces victimes à composer avec les différentes étapes du processus judiciaire.

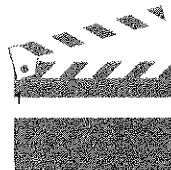
Elle contient une vidéocassette de 22 minutes qui présente toutes les étapes du processus judiciaire, un guide

de formation, une affiche et un dépliant.

Pour obtenir la trousse, s'adresser à: La Fédération des ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Québec, O.P. 67, Succursale Longueuil, Longueuil, Québec J4K 4X8, téléphone: (514) 674-0324; télécopieur (514) 674-0558.

Des films qui posent un regard neuf sur l'égalité et la justice à l'endroit des femmes

L'Office national du film du Canada et plusieurs agences et ministères fédéraux ont produit une collection de films courts et dynamiques sur la réalité des femmes au pays, à partir de sujets aussi variés que le travail, la famille, les aînées, l'immigration, l'agriculture, la violence conjugale... Ces films sont produits dans le cadre du Programme fédéral des femmes et sont disponibles en location pour 3\$/jour.



On peut les commander ou obtenir des renseignements en composant sans frais le 1 800 274-7710.

Pour l'éducation critique aux médias

L'amélioration de la qualité des médias dépend largement du développement d'un esprit critique de la population à leur égard. Actif de longue date dans la promotion du rôle démocratique, éducatif et culturel des médias dans notre société, l'Institut canadien d'éducation des adultes (ICEA) annonce la tenue de sessions de sensibilisation et d'éducation critique aux médias à l'intention des associations communautaires, etc.

La trousse de l'ICEA comprend un livre de référence, une vidéocassette de sensibilisation et un guide d'animation. Ces sessions sont conçues pour s'adapter aux besoins spécifiques des groupes.

Pourquoi tout cela? Faire prendre conscience de l'influence qu'exerce sur nos opinions l'information diffusée par les médias; favoriser le développement d'une attitude plus critique à l'égard des médias.

Pour renseignements: ICEA, 5225 rue Béni, Montréal (Québec) H2J 2S4; téléphone (514) 948-2044; télécopieur (514) 948-2046.

Dans le cadre de l'Année internationale de la famille, la Fédération de l'âge d'or du Québec (FADOQ) veut contribuer de façon concrète au rapprochement des générations. Le projet *Complices action!* veut favoriser l'interaction entre les personnes aînées et les membres d'autres générations, en leur donnant l'occasion de vivre des activités communes.

Une Quinzaine de l'intergénération aura lieu du 18 septembre au 2 octobre 1994. Un colloque provincial et des jeux provinciaux intergénérationnels constitueront deux des événements majeurs de cette Quinzaine.

Les organismes et regroupements de toutes sortes sont invités à devenir des complices en action en organisant des activités intergénérationnelles, que ce soit dans le domaine du sport, du loisir, de l'éducation, de la santé, de la science... à chacun de faire preuve de créativité!

Toutes les activités seront inscrites dans le programme officiel de la Quinzaine de l'intergénération avec mention du groupe organisateur, à la condition qu'elle se déroule durant la Quinzaine, qu'elle regroupe des personnes aînées et des membres d'au moins une autre génération (moins de 50 ans) et que le formulaire d'inscription ait été expédié avant le 30 juin 1994.

Pour obtenir des informations additionnelles: Projet intergénérationnel FADOQ, 2750 Chemin Sainte-Foy, suite 221, Sainte-Foy (Québec) G1V1V6; téléphone (418) 656-0707; télécopieur (418) 656-4198.

Anémone Décorum... plonge!

Madame Décorum ne vaut plus un baba-au-rhum.

Déconcertée de sa déconfiture, la conférencière émérite reste interdite. Une soif brûlante dans la gorge, un picotement humide dans l'oeil. Elle est sur une île déserte.

La secrétaire vient à son secours; Anémone s'y accroche comme à une bouée de sauvetage. La Dame lui offre un peu d'eau et lui met un billet vert dans l'autre main. Anémone aurait pu s'appeler Pivoine. Jamais de sa vie ne s'est-elle sentie aussi quelconque.

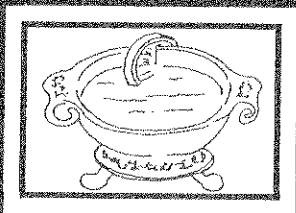
Oh! ce qu'elle regrette, chère Anémone, le petit oeillet blanc qu'on lui a déjà tendu en guise de remerciements. Un autre jour, elle a trouvé, dans une enveloppe rose, une jolie carte ornée de fleurs peintes à l'aquarelle; il y avait bien un billet vert, mais il était discrètement caché tout en dessous.

D'habitude, la présentatrice fait un petit résumé de sa conférence et la remercie en des mots aimables. C'est une heureuse prévoyance que de lui demander le sens de sa causerie avant le grand jour.

Présenter et remercier, tout est là!

Ça vaut bien un rince-doigts!

Fin



nouvelles locales

Cuisine collective

À l'occasion de la fête de Noël le conseil d'administration de l'AFEAS locale Saint-Dominique, région Saguenay Lac St-Jean-C.C., remettait un chèque de 285\$ (fruit d'une partie de carte) à Madame Marie-Josée Baril pour l'ouverture d'une cuisine collective.



De gauche à droite: Monique Tremblay-B. vice-présidente), Danielle Bédard (La Fée As et conseillère), Marie-Josée Baril (responsable du projet), Annette Lachance (trésorière), Thérèse Lachance (présidente), Géraldine Fradette (secrétaire), Éva Tremblay (conseillère) et Claire Savard (conseillère).

Claire T.-Savard,
comité promotion

Çaboug' . Saint-Dominique

L'AFEAS locale Saint-Dominique, région Saguenay Lac-St-Jean-C.-C. est bien vivante et dynamique. Lors du souper des fêtes, nous avons souligné la venue de 9 nouvelles membres. Chacune recevait la pochette d'accueil de l'AFEAS et remettait une fleur à sa marraine.



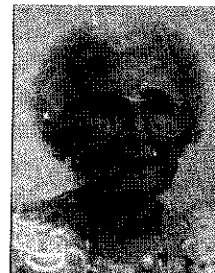
Participation nombreuse, accueil chaleureux, souper délicieux, sketch humoristiques urla famille, du folklore à la chanson québécoise. Soirée réussie dans une atmosphère d'échange et d'amitié.

Claire T.-Savard, comité de promotion

Deuil à Saint-Victoire

Dernièrement l'AFEAS locale Saint-Victoire, région Richelieu Yamaska, perdait la fondatrice de leur AFEAS locale, Madame Josée Deschenaux-Antaya, décédée à l'âge de 94 ans.

Mme Deschenaux-Antaya fut également fondatrice des cercles St-Aime de Richelieu en 1948, St-Louis de Richelieu en 1949 et St-Roch de Richelieu en 1950.



Assidue à toutes les réunions mensuelles, elle tenait à l'ordre et au respect des procédures. Nous avons souvent eu recours à ses conseils. Femme de caractère, déterminée et sociable, elle a été précieuse à notre AFEAS et elle a été présente avec nous jusqu'à l'âge de 92 ans.

Jeannine Daunais, présidente

Par Lise Girard

Dossier d'étude 94-95

Les rédactrices du dossier annuel à l'AFEAS complètent actuellement leur travail. On prévoit l'expédition et la distribution en août. Le dossier d'étude constitue, pour les AFEAS locales, un outil de travail. En plus de l'information générale concernant les sujets d'étude et les thèmes d'art et de culture, on y retrouve des suggestions d'activités, des techniques d'animation, des bibliographies... Les titres du prochain dossier: «Seule, isolée: enfer ou paradis?», «Le mal de vivre», «Active dans mon milieu, pourquoi pas moi?», «Reconnaissance du rôle parental», «Conserves nouvelle vague», «Tout le monde le peut (expression parlésarts)», «Courtepointe moderne», «Prévenir et guérir».

Toutes les membres AFEAS peuvent commander le dossier en s'adressant directement au siège social. Il suffit de nous faire parvenir vos coordonnées (vous pouvez utiliser le coupon suivant ou nous donner les informations sur une feuille de papier) accompagnées d'un chèque ou mandat de 20\$ d'ici le 15 juillet. Veuillez cependant prendre note que toutes les présidentes locales recevront automatiquement un exemplaire de ce dossier (l'AFEAS locale recevra une facture de la région). Ne commandez donc pas de dossier pour votre présidente.

*Bon de commande pour dossier d'étude
94-95*

! Votre nom: _____

? Votre numéro de membre*: _____

! Votre adresse: _____

; Code postal _____

* Voir votre étiquette apposée sur Femmes d'ici pour votre numéro de membre.

! Retournez ce bon de commande accompagné d'un chèque ou mandat de 20\$ d'ici le 15 juillet au siège social de l'AFEAS, 5999 de Marseille, Montréal H1N 1K6.

Bourse défi

Anjuna Langevin, originaire du Saguenay et étudiante à l'Institut Maritime de Rimouski, devient la bénéficiaire en 1994 de la Bourse défi offerte par l'AFEAS (1000\$). Anjuna suit un cours en navigation. Son groupe se compose de 7 étudiantes et de 45 étudiants. Elle a terminé un stage de 12 mois sur les navires marchands et

elle complète actuellement sa quatrième session (le cours comporte six sessions). Dans son texte de présentation, Ajuna souligne: «Avant mon stage de l'hiver dernier, je n'étais même pas certaine que ce soit faisable sans problèmes pour une femme. Je pense maintenant que peu importe les peuples et les langages, l'acceptation à bord



d'un navire est une question d'attitude. Mais, il faut rester réaliste... Force m'est de constater que cette place n'est pas si évidente pour tous: plusieurs craignent l'entrée des femmes dans leur profession et la lutte égalitaire entreprise par nos mères n'est pas encore un fait acquis».

Ajuna Langevin

Le congrès provincial

Le congrès annuel de l'AFEAS se déroulera cette année les 18-19-20 août dans la belle région du Saguenay-Lac-St-Jean, plus précisément à l'hôtel Le Montagnais de Chicoutimi. Vous êtes invitées à y participer et à réserver d'ici le 15 juin vos forfaits de séjour. Les forfaits comprennent chacun 2 couchers, 2 dîners, le souper gala et l'inscription (prix par personne: 152\$ en occupation quadruple, 157\$ en occupation triple et 200\$ en occupation double). Pour réserver, utilisez les formulaires que vos régions mettent à votre disposition.

Au programme du congrès

18 août
Inscriptions (14h00 à 18h00)
Assemblée générale: adoption de rapports (7 9h00 à 21h00)
Visite de la région et réception au Vieux Port de Chicoutimi (21h00 à 23h00)

19 août
Ateliers de discussion et d'échange sur le suivi au congrès d'orientation de 1991 (8h30 à 72h00)
Étude en plénière des propositions soumises par les AFEAS régionales (14h00 à 17h00)
Soirée gala: souper, allocution de l'invité d'honneur, remise des parchemins «Honneur au mérite», des prix Azilda-Marchand et Soïange-Fernet-Gervais, tirages, lancement de la campagne de recrutement, spectacle...

20 août
Célébration de la parole (8h00 à 9h00)
Suite de la plénière sur les propositions soumises par les AFEAS régionales (9h00 à 14h00)
Synthèse des discussions en ateliers sur le suivi au congrès d'orientation (14h00 à 14h45)
Réflexion sur le financement de l'AFEAS (14h45 à 15h15)
Élections (15h15 à 15h55)
Clôture (16h00)



par Paula Provencher-Lambert

Pensée

La reconnaissance est une petite fleur qui fleurit dans peu de jardin.

Loi 146

Q.- Qui m'aurait dit en 88-89 quand j'ai signé en tant que membre AFEAS la pétition demandant au gouvernement une Loi favorisant l'égalité économique des conjoints, que j'aurais à me prévaloir de cette dernière? (Ce sera pour les autres, pas pour MOI!). J'étais celle dont le mari ridiculisait la venue probable de cette Loi et qui se vantait à gauche et à droite de n'avoir pas signé le «fameux papier» qui était en fait la renonciation.

Après 29 ans de loyaux services, je suis présentement en instance de divorce et j'utilise la loi 146; grâce à elle j'ai quelque chose pour m'appuyer afin de nous éviter, à mon enfant et à moi, le seuil de la pauvreté que tant de femmes ont subi auparavant.

Merci à vous toutes membres et dirigeantes AFEAS, continuez votre travail de «pression gouvernementale». Grâce à votre acharnement et votre vigilance vous aidez les femmes à se relever la tête haute après le dur coup d'une séparation ou d'un divorce.

Un verseau

R.- Quelle générosité de cœur de bien vouloir partager l'expérience que vous vivez avec vos amies de l'AFEAS. A toutes celles qui disent encore «Qu'osse ça me donne d'être membre AFEAS?», lisez et relisez cette lettre, jusqu'à ce que vous compreniez l'importance de s'entraider entre femmes, de rester regroupées en association afin d'obtenir des droits et des lois qui rendent justice aux femmes, comme le loi 146.

Quoi qu'on en pense, un jour ça pourrait être notre tour et cette loi évite à des milliers de femmes de se faire dire lors d'un jugement de séparation ou de divorce «Madame, vous n'avez rien».

À. proixxs de Paccucil

Q.- Lors que les groupes AFEAS organisent un rassemblement important, il serait nécessaire de prévoir l'accueil dans le détail. Sans doute que quelqu'un nous reçoit à la porte, mais dépassé l'entrée...? Les indications sur papier avec flèche à l'appui, c'est un peu froid et ne suffit pas pour une information adéquate.

Serait-ce trop demander aux organisatrices de personnaliser davantage la réception des femmes «ordinaires» simplement membres AFEAS?

Pourquoi ne pas confier le mandat de réceptionniste ou hôtesse à quelques bénévoles AFEAS, nommées spécifiquement pour recevoir, accompagner les arrivantes, leur indiquer les places prévues, que ce soit à la salle de conférence ou à la table s'il y a repas.

Ainsi on éviterait le désagrément de se voir refuser une place libre ici ou là parce que des amies ont réservé pour des retardataires. Que faire? Rester debout, jeter un coup d'oeil circulaire sur l'assemblée déjà installée? Attendre qu'une main bienveillante se lève pour inviter? Ou retourner chez-soi?

Germa/ne

R.- Vous demandez que faire? Surtout ne pas retourner chez-soi. Écrire plutôt au courrier comme vous le faites en ce moment ou en faire part aux organisatrices dans le but d'améliorer cette situation pour une prochaine fois. Ce n'est certes pas par mauvaise volonté, mais cela arrive parfois que nous négligions l'accueil et ce, à quelque niveau que ce soit. Pourquoi? Parce que nous sommes trop occupées à ne pas lâcher la petite «gugusse» prévue à l'ordre du jour et qui est quelquefois plus secondaire que le bonjour, la poignée de main et l'accompagnement aux tables.

C'est comme lorsque nous recevons à la maison. Laisserions nous une invitée debout près de la porte? Eh bien non! C'est une question de cordialité.

Pensons-y toutes ensemble et lors d'une prochaine activité, organisons-nous pour être bien organisées. L'accueil c'est une priorité! «

Campagne de renouvellement
Nouveau tirage - 500\$

Natrel

Renouvelez votre cotisation d'ici le 20 juin et participez au tirage d'un prix de **500\$** offert par Natrel (distributeur de produits laitiers).

Rien de plus simple! Remettez, avant le 20 juin 1994, à la secrétaire de votre AFEAS locale, le présent coupon dûment complété (voir verso) en même temps que votre renouvellement de cotisation 94-95. Votre secrétaire locale expédiera le tout (formulaires de cotisations et coupons de participation) à la secrétaire régionale avant le 30 juin 1994.

Le tirage aura lieu le 19 août 1994 (22h00) à l'hôtel Montagnais de Chicoutimi dans le cadre du congrès annuel de l'AFEAS.

FEMMES D'ICI.

Juin 1994

6

AVOIR UN PEU DE FRONT
Linda Boisclair

7

LA FIÈVRE DU 1^{er} JUILLET
Linda Boisclair

8

VACANCES DANS LE RANG DE L'ÎLE
Paula Provencher-Lambert

11

LE TEMPS DU RENOUVELLEMENT
Lucie Gervais

12

PROGRAMME 1994-1995
Louise Lippé-Chaudron

14

PRIX AZILDA MARCHAND
Raymonde Marois

15

POÈME «SON JARDIN»
Lucille Guévremont-Pélissier

16

RÉFORME DU CODE CIVIL
Marie-Ange Sylvestre

17

DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN
Andrée Christen

19

PAULINE AMESSE
Marie-Ange Sylvestre

Chroniques

Editorial/ Gilberte Faucher 3

Billet/ Lise Cormier-Aubin 4

En parlant de.../ Marie-Ange Sylvestre 4

Réflexion/ Nohèle-Ange Laramée-Arès 5

Santé/ Johanne Fecteau 5

Action/ Michelle Houle-Ouellet 10

Finances/ Hélié Morin Associées 16

En forme/ Hélène Lapointe 18

Bouquins/ 19

En vrac/ Linda Boisclair 20

Nouvelles locales/ 21

Nouvelles/ Lise Girard 22

Courrier/ Paula Provencher-Lambert 23

Rédactrice en chef

Paula Provencher-Lambert

Rédactrices adjointes

Marie-Ange Sylvestre, Lise Cormier-Aubin et
Linda Boisclair

Couvertures/ Louise Lippé-Chaudron - photo
d'Edward Hutchinson

Montage/ Huguette Dalpé

Illustrations/ Louise Lippé-Chaudron et Maryse

Sylvain

Photos/ Femmes d'ici

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: Juin 1994

Revue imprimée sur papier recyclé

Abitibi-Témiscamingue

Françoise Clouâtre

C.P. 7

Fabre J0Z 1Z0

819 634-4551

Bas-Saint-Laurent-

Gaspésie

Pierrette D'Amours

49 St-Jean-Baptiste ouest

Rimouki G5L 4J2

418 723-7116

Centre du Québec

Nicole Lemire

2030 boul. Jean-de-

Brébeuf #200

Drummondville J2B 4T9

819 474-6575

Côte-Nord

Micheline Lesage

1015 Papineau

Baie-Comeau Mingan

G5C 2J7

418 589-6914

Estrie

Monique Belterose

31 King ouest #315

Shenbrooke

J1H 1N5

819 345-7186

Lanaudière

Colette Gauthier

54 nord, Place Bourget

Joliette J0E 3E4

514 752-1998

Mauricie

Angèle Lambert

341 Barthélemy

St-Leon J0K 2W0

819 228-2678

Mont-Laurier

Diane St-Jean

R.R. #3

Graceland

J0X 1W0

819 483-2946

Montréal-Laurentides-

Outaouais

Rita Villeneuve

719, 17e Avenue

Pointe-aux-Trembles

H1B 3K4

514 645-7013

Québec

Pauline Lafamme

54 des Cyprès

St-Rédempteur G6K 1B3

418 838-5081

Richelieu-Yamaska

Micheline Verdin

650 Girouard-est, C.P. 370

St-Hyacinthe J2S 7B3

514 773-7011

Saguenay-Lac-St-Jean-

Chapais-Chibougamau

Hélène Huot

208 Dequien

St-Gédéon G0W 2P0

418 345-8324

Saint-Jean-Longueuil-

Valleyfield

Liane Morin

Comptoir Jacques-Cartier

B.P. 21010

Longueuil J4J 5J4

514 674-9465

Secrétariats
régionaux



Campagne de renouvellement
Nouveau tirage - 500\$

Natrel

Coupon de participation à compléter et à remettre à la secrétaire de votre
AFEAS locale avant le 20 juin 1994 avec votre cotisation 94-95.

Nom:

Numéro de membre:

Adresse:

Code postal:

Téléphone:

Les règlements du concours sont disponibles au siège social de l'AFEAS, 5999 rue de
Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6.