

Ad'ici

Juin 1999 Vol. 33, numéro 5

AFE Association féminine de l'éducation et de l'orientation sexuelle

F  
E  
M  
M  
E  
S

# Spécial Été

## Ornithologie

Le X...  
« i... » < i... » ( v... » i... »

Crème glacée



# Programme 1999-2000

GLACE À LA VANILLE 5  
Joëlle Marion

ORNITHOLOGIE 6  
Christine Marion

JEU DES SERPENTS ET DES ÉCHELLES 10  
Christine Marion

PROGRAMME 1999-2000 12  
Infographie Lefresne

FRAIS POSTAUX VERSUS FEMMES D'ICI 15  
Lise Girard

SOUVENIRS D'AFRIQUE 16  
Stella Bellefroid

### Chroniques

Billet / Christine Marion 2

Editorial / Huguette Labrecque 3

De quoi j'me mêle / Lise Girard 3

Humeur / Hélène Lapointe 4

Santé / Johanne Fecteau 8

Financement-marketing/  
Marie-Claude Vézina 9

Action / Lise Tremblay 14

Profil/ 17

Ici et là/ 17

Info / Marie-Paule Godin 18

Internet / Hélène Lapointe 19

Sélections / Claudette Mongeau 20

Nouvelles / Lise Girard 22

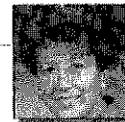
Courrier / Paula Provencher-Lambert 23

Concours / 24

Photo de la page  
couverture

Attention !  
Le jupp'tit oiseau  
va sortir.

Infographie : D. Lefresne.



## LE CLUE) DES CREVETTES

Si vous n'avez jamais été membre d'un comité à FAFEAS, vous ne savez pas ce que vous perdez! Moi qui suis une experte en la matière, j'ose vous l'affirmer, sans hésitation. J'ai participé à des comités aux paliers local, régional et provincial et jamais je ne l'ai regretté. Je vous le dis : c'est là que ça se passe ! Il y aura sûrement quelques rabat-joie pour dire que les comités c'est beaucoup d'ouvrage. Moi je vous dis que, oui, il faut y investir un peu de temps et de talent mais que, non, ça n'a jamais fait mourir (ni maigrir) personne : j'en suis la preuve ! Le plus fascinant dans les comités, c'est que chaque équipe a sa dynamique propre, ses forces et ses faiblesses mais que jamais, jamais on ne s'y ennuie.

Tout ça pour vous dire qu'au comité de la revue *Femmes d'ici* on a du boulot, mais aussi bien de l'agrément. Nous formons une équipe diversifiée mais oh ! combien unie, surtout quand vient l'heure du dîner. Il faut que je vous explique que, par souci d'économie de temps et d'argent, nous tenons nos réunions à Drummondville, dans la très bien nommée région Centre du Québec, que je remercie d'ailleurs très sincèrement de leur accueil. Eh bien ! Croyez-le ou non, en trois ans d'existence de l'équipe actuelle, jamais nous n'avons dérogé au rituel du menu du midi : l'assiette de crevettes ! D'où le nom que je nous ai donné de «Club des crevettes».

Je dois reconnaître que participer à l'équipe de la revue n'est pas toujours une sinécure. Essayez d'écrire un article sur le mois des morts en plein mois de juillet, ou de penser au contenu du numéro de juin quand le mercure affiche -40°C et vous comprendrez ce que je veux dire. Il y a aussi les articles à corriger et ceux qu'il faut refuser; peu importe la raison, ce n'est jamais agréable. Mais les crevettes ont du cœur à l'ouvrage et réussissent toujours à surmonter les épreuves.

Pourtant la dernière tuile qui vient de s'abattre sur nous et en fin de compte sur toutes nos lectrices, nous laisse plutôt sonnées. Nous venons d'être exclues du Programme d'aide aux publications de Patrimoine Canada, parce que nous sommes une revue d'association et que, par conséquent, nous ne répondons pas à leurs critères d'admissibilité ! Voilà qui laisse un trou béant dans notre budget, pourtant déjà modeste. Et quand je pense que ce même ministère, par le biais du programme d'aide à l'édition, subventionne une publication consacrée aux blagues douteuses sur les blondes, cela n'a rien pour me reconforter.

Il appartient aux membres du conseil d'administration de l'AFEAS, au palier provincial, de déterminer comment nous nous sortirons de ce mauvais pas, mais leur tâche ne sera pas facile. Sans doute leur faudra-t-il envisager une solution à court terme et une autre à long terme, compte tenu des échéanciers de production de la revue. Peut-être auront-elles à faire appel à votre solidarité en vous demandant de dénouer un peu plus grand les cordons de votre bourse ou peut-être décideront-elles de réduire le nombre de parutions. Au moment où j'écris ces hypothèses, rien n'est encore arrêté (car nous le sommes le 27 mars...). Mais, quelle que soit la décision, je suis persuadée que nos lectrices l'accepteront avec un esprit ouvert, tout comme ce sera le cas pour le «Club des crevettes» qui aura à composer avec celle-ci.

Car, heureusement, les crevettes sont comme les chats et elles retombent toujours sur leurs pattes. Nous avons la ferme volonté de tirer le meilleur parti possible de la situation et de continuer à vous offrir une revue *Femmes d'ici* de qualité. C'est avec le cœur un peu lourd que nous vous souhaitons bonnes vacances! Mais c'est aussi remplies d'espoir que nous vous disons à l'an prochain ! s

## De quoi j'ai m... me m... s...

### Participation à l'émission «JE en direct»

Huguette Labrecque participait, le 8 mars dernier, à l'émission de télévision «JE en direct» diffusée à 1 h30 au réseau TVA. La question discutée était la suivante: devrait-on rémunérer les femmes qui travaillent à la maison? Huguette Labrecque a pu exposer en ondes les positions défendues par l'AFEAS dans le dossier du travail invisible des femmes (dont le travail au foyer).

### Prix remis à trois bénévoles de l'AFEAS

Huguette Labrecque, présidente provinciale, Yolande Dubé de Rimouski et Berthe Côté de Pessisville recevaient, le 22 avril dernier, le prix Hommage bénévolat-Québec. Le ministre de la Solidarité sociale, André Boisclair leur remettait ces prix à titre de lauréates de la catégorie «Bénévoles». Toutes nos félicitations!

### Consultation du Conseil de la famille

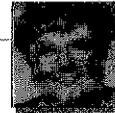
Diane Brault, conseillère provinciale, représentait l'AFEAS lors d'une consultation du Conseil de la famille sur la situation des familles et des enfants. Cette consultation se tenait à Montréal, en avril dernier, en présence de plusieurs représentantes et représentants d'organismes préoccupés par la politique familiale du gouvernement québécois.

### Conférence de presse Affaire Rozon

Le 12 mars dernier, Huguette Labrecque participait à la conférence de presse organisée par les CALACS (Centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel) pour exprimer publiquement le mécontentement des groupes de femmes face à l'absolution inconditionnelle accordée à Gilbert Rozon après avoir plaidé coupable à une accusation d'agression sexuelle sur une jeune femme de 19 ans.

## Éditorial

Huguette Labrecque, présidente provinciale



## LI BIPPO&T PROULX

Le groupe de travail, présidé par Jean-Pierre Proulx, mandaté à l'automne de 1997 par le ministère de l'Éducation, pour examiner la question de la place de la religion à l'école, définir les orientations pertinentes et proposer des moyens en vue de leur mise en oeuvre, a remis ses conclusions et recommandations.

Dévoilé en mars 1999 sous le titre «Laïcité et religion : perspective nouvelle pour l'école québécoise», le rapport a suscité de multiples réactions. Comment pouvait-il en être autrement avec les derniers événements qui ont bouleversé l'histoire de notre système scolaire depuis quelques années: la modification constitutionnelle de 1997 et la création, en 1998, de commissions scolaires linguistiques. Ces changements engendrés par les états généraux sur l'éducation en 1996, ont soulevé de houleux débats concernant la place de la religion à l'intérieur de nos institutions scolaires.

D'ailleurs, lors de son assemblée générale d'août 1995, l'AFEAS demandait au Premier ministre et au ministère de l'Éducation de préserver l'enseignement religieux catholique et moral dans chacune des écoles, selon le choix des parents.

Le 16 avril dernier, alors que j'assistais à la présentation des travaux du groupe de travail, M. Proulx précisait que le rapport soumis au ministre de l'Éducation n'était pas une politique définitive, mais que les deux prochaines années permettraient aux citoyens et citoyennes intéressés par la question de prendre connaissance des différents enjeux et de faire connaître leurs positions.

Le rapport a le mérite d'aborder des questions complexes sans détour avec clarté et cohérence. Devons-nous continuer d'accorder des privilèges aux catholiques et aux protestants en enseignant que ces deux religions dans les écoles publiques, tout en tenant compte des changements du contexte culturel et démographique auxquels nous assistons présentement? Ou devons-nous adhérer au principe de conscience et de religion que nous retrouvons à l'intérieur des chartes canadiennes et québécoises? Cette approche légaliste que nous propose le comité respectera-t-elle l'ensemble des personnes concernées par la question?

Depuis 1982, la province a recouru à une clause dérogatoire afin de préserver les privilèges des catholiques et des protestants. En suivant les recommandations du comité, l'enseignement religieux et catholique serait remplacé par un cours obligatoire de morale et d'enseignement culturel des religions. Le grand défi proposé: comment parvenir à respecter la personne dans sa particularité culturelle sans renier sa propre affirmation identitaire?

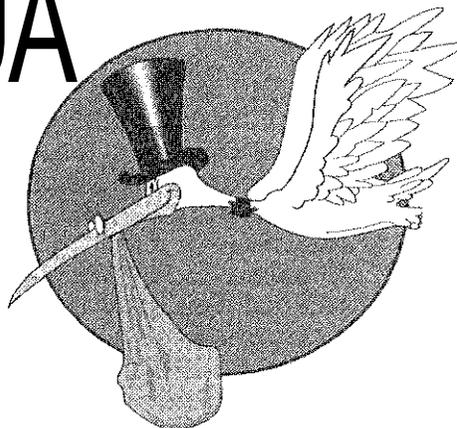
Le rapport Proulx nous donne l'occasion de parler de questions fondamentales auxquelles nous sommes confrontées à l'aube du nouveau millénaire. Nous avons la responsabilité d'être vigilantes, mais il serait dangereux de monter aux barricades. Ce qu'il nous faut éviter, c'est provoquer les intégristes à une guerre de vérités. D'ailleurs quelles vérités? Nous devons prendre le temps d'analyser et de comprendre les enjeux.

Prendre le temps de préciser ce qu'on entend par éducation chrétienne et enseignement religieux. Identifier les valeurs et les convictions que nous voulons transmettre à la génération montante. Quelle place aura l'éducation de la foi dans nos communautés chrétiennes, dans nos familles?

Le rapport Proulx nous permet de faire le point individuellement et collectivement sur ce que l'expérience religieuse représente comme défi pour la société québécoise d'aujourd'hui.



# BABY bOUA



Le fameux bogue de Tan 2000 pourrait bien ne pas être celui auquel tout le monde s'attend. Le 31 décembre prochain, ce ne sont pas les ordinateurs et tous les appareils qui dépendent de leur bon fonctionnement qu'il faudra surveiller avec anxiété, mais plutôt les unités de maternité des hôpitaux du monde entier. Une cohorte de femmes enceintes sur le point d'enfanter risque en effet de les prendre d'assaut!

La course au premier bébé de l'an 2000 est désormais ouverte. La «période d'inscription» est cependant à toutes fins pratiques terminée. La date idéale pour concevoir «l'enfant le plus attendu de l'ère moderne», comme l'explique le journaliste Jacques Drapeau dans un article paru dans le quotidien *Le Soleil* du 28 mars 1999, est maintenant derrière nous. C'était le 9 avril. Les couples qui désirent l'emporter *au photo finish* et dont le «bébé du futur» n'est pas encore en route n'ont plus qu'à espérer que celui-ci sera habité d'une hâte incommensurable de faire la connaissance de ses nouveaux parents et qu'il naîtra prématurément.

La réalité dépasse souvent la fiction, c'est bien connu. Ce que rapporte Jacques Drapeau dans son texte à propos des préparatifs entourant la venue du «divin» enfant est rien de moins qu'hallucinant. Instauration de la marque de commerce «Bébé officiel du millénaire», promesses de récompenses en argent et de cadeaux de toutes sortes, création d'un village de camping néo-zélandais à l'intention des couples désirant concevoir sous la tente le bébé convoité, promotion d'une «semaine du sexe» en Norvège, offres de nuitées gratuites à l'hôtel, vente d'un «kit de conception pour le millénaire», ... N'en jetez plus, la cour est pleine!

Dans cette course folle, à l'image des exploits enregistrés dans le livre

des records Guinness, toutes les concurrentes ne partent pas avec des chances égales. Il faut d'abord se rappeler que l'an 2000 ne se lèvera pas partout sur la planète au même moment. Les futures mamans habitant près de la ligne de changement de jour, dans le Pacifique, ont donc un avantage certain sur leurs consœurs de l'est. Par ailleurs, même si l'enfant a été conçu ce fameux 9 avril, rien ne dit qu'il arrivera au moment désiré. La période d'accouchement s'échelonne en effet sur deux à trois semaines. Certaines seront donc tentées de se faire «déclencher» pour maximiser les chances de donner naissance à leur nouveau rejeton le plus tôt possible après minuit le 1er janvier. Cependant, pour toutes ces femmes démunies qui accoucheront loin des centres aseptisés et des statistiques officielles, dans des conditions d'hygiène souvent exécrables, rien ne comptera plus, à ce moment, que de rester en vie, elles et leur bébé.

L'an 2000 en a fait divaguer plus d'un et ce, depuis des lustres. Prédications farfelues, malédictions et menaces d'apocalypse, l'imaginaire humain n'a de cesse de chercher derrière ce chiffre magique la solution à tous ses problèmes ou la cause de tous ses maux. Sans doute la quête de ce premier bébé de l'an 2000 exprime-t-elle, au-delà de la recherche d'un profit facile par une bande d'opportunistes, le désir de croire en une vie meilleure que l'on se souhaite à tous et à toutes!

## MARCHE MONDIALE 2000

### PARTICIPATION ET IMPLICATION régionales

Dans toutes les régions du Québec, des comités sont formés (via les Tables de concertation des groupes de femmes ou autres regroupements) pour voir à la réalisation d'activités dans le cadre de cette Marche mondiale. Une ou des représentantes régionales de l'AFEAS doivent y siéger pour l'impliquer dans ce processus de réalisation pour que les activités proposées aient une couleur régionale dans laquelle tous les groupes de femmes se reconnaissent et se sentent solidaires.



### PARTICIPATION ET IMPLICATION focales

L'Undossier d'étude 1999-2000 portera sur la Marche mondiale des femmes de l'an 2000. L'historique de la Marche, qui en fait partie, les revendications portées aux niveaux international et national, la réalisation de cette Marche, nous le verrons dans ce dossier.

Plusieurs activités dans tous les pays participant à la Marche se tiendront entre le 8 mars 2000 (début officiel des activités) et le 17 octobre 2000 (point culminant de cette Marche où des femmes déléguées iront chercher les réponses aux revendications déposées quelques mois plus tôt à l'Organisation des Nations-Unies (ONU)).

Une activité est suggérée dans ce dossier pour marquer de façon symbolique le début de cette Marche mondiale en même temps que les femmes du Mali, du Chili ou de France.

Ce qui est important, c'est que toutes les femmes célèbrent cette Marche dans leur milieu en créant des moments privilégiés d'accueil, de solidarité avec les femmes du monde entier.

# Si tu m'offres une glace à la vanille...



Par Joëlle Marion

Quoi de meilleur, lorsque l'été nous accable d'une chaleur suffocante, que de savourer une portion de crème glacée sur une terrasse ou au bord de la piscine ? Sûrement rien, si on en croit une étude qui atteste qu'en 1997, on a consommé 10,4 litres de crème glacée par habitant au Canada ! Grâce à un choix de parfums de plus en plus vaste d'année en année, cette friandise convient à tous les becs sucrés !

Depuis sa création, la crème glacée a fait beaucoup de chemin. La première apparition d'un met glacé remonte à 3000 ans avant Jésus Christ. À cette époque, les Chinois et les Arabes buvaient un sirop glacé, refroidi avec de la neige. Ces glaçons fruités furent baptisés «sharbets», d'où vient aujourd'hui l'appellation sorbet. Plus tard, Néron offrit à ses invités de marque un breuvage épais composé de miel, fruits écrasés et de neige, qu'il conservait dans des caves profondes.

Cette recette demeura inchangée jusqu'au XXI<sup>ème</sup> siècle, quand apparut la première méthode de congélation artificielle. Les Chinois innovèrent encore en faisant ruisseler de l'eau mélangée à du salpêtre sur un récipient contenant ce qu'ils désiraient glacer. Au XVII<sup>ème</sup> siècle, le cuisinier de Charles I<sup>er</sup> réalisa la première glace au lait. Puis, tout au long du siècle suivant, de nouvelles méthodes apparurent régulièrement, con-

tribuant à créer la crème glacée d'aujourd'hui.

## Critères de qualité

Mais comment juger de la qualité d'une glace ? Quatre critères sont à prendre en compte. Tout d'abord, élément principal, le goût : il ne doit être ni trop fort ni trop faible. Mais, sur cet aspect, il y a évidemment autant de gagnants que de juges ! Deuxième point, le corps et la texture : la crème glacée doit être plus ou moins ferme, homogène et veloutée, sans être collante. Ensuite, il faut prendre en note la qualité de la fonte : on n'aime pas les glaces qui fondent trop rapidement, ni trop lentement, et qui créent de la mousse ou forment de l'écume. Dernier critère, la couleur, qui se doit de correspondre à celle du fruit qui la parfume, sans toutefois être criarde ni agressive.

Personnellement, je préfère la crème glacée choisie au bar laitier du coin à celle qu'on retrouve sur les tablettes du supermarché ! Et les petits bars laitiers méconnus offrent toujours, à mon avis, les plus délicieuses friandises ! Tenez, il y a à Sorel un endroit où on offre des saveurs excellentes que je n'ai jamais retrouvés ailleurs ; sur la route entre Rimouski et Matapédia, on peut déguster à un modeste comptoir laitier les meilleurs parfaits aux fraises ; à Lévis, on entoure la crème glacée d'une épaisse couche de chocolat et de noix, et d'ailleurs... Vraiment, on n'a jamais fini d'explorer les possibilités que nous offrent les marchands de glaces !

## Lo/qêace sur h, Hjejc

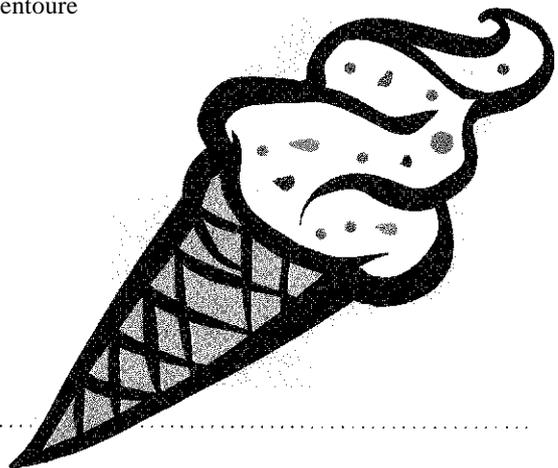
Pour celles qui se lassent rapidement de la traditionnelle coupe de glace à la vanille, on retrouve sur Internet une multitude de recettes originales qui égayeront

vos bol ! Du lait fouetté à la banane, en passant par le crème glacée au marc de champagne et raisin sec, il y en a pour tous les goûts ! Pour vous éviter de la recherche, voici quelques adresses à visiter sans faute :

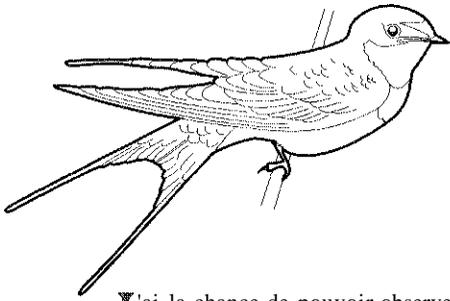
[Http://saveurs.sympatico.ca/encyj4/coco/cocoglac.htm](http://saveurs.sympatico.ca/encyj4/coco/cocoglac.htm)  
[Http://saveurs.sympatico.ca/ency\\_4/banane/shake.htm](http://saveurs.sympatico.ca/ency_4/banane/shake.htm)

Toutefois, lorsque vous achetez une crème glacée, la vigilance s'impose pour celles et ceux qui souffrent d'allergies. En effet, plusieurs produits contiennent des noix ou risquent d'avoir été en contact avec elles. À cela, une seule solution : la lecture attentive des ingrédients et des avertissements sur chaque emballage ! Si vous achetez une glace au bar laitier, n'hésitez pas à poser des questions.

Un conseil pour la saison estivale, succombez aux délices de la dégustation d'une glace et offrez-en à ceux et celles qui vous entourent ! Et que je n'entende aucune d'entre vous clamer qu'elle veut garder la ligne ! Petites et grandes seront charmées par la fraîcheur d'une bonne crème glacée au coeur de l'été, moi la première !



# L'ornithologie : un loisir à la portée de toutes !



J'ai la chance de pouvoir observer, sans bouger de chez moi, plusieurs espèces d'oiseaux. Je sais en identifier certains mais à d'autres, qui me sont pourtant familiers, je n'arrive pas à donner de nom.

Ainsi, je reçois régulièrement la visite d'un couple de tourterelles, d'un pic-bois et d'un colibri. Il y a aussi d'assez gros oiseaux bruns, au ventre orangé. Je les aime bien mais je ne connais pas leur nom.



Mais voilà que l'an dernier, une nouvelle espèce a décidé de nicher tout près de ma fenêtre; un tout petit oiseau jaune, au chant très harmonieux et dont le nid, que j'ai découvert après la chute des feuilles, ne fait pas plus de 7 centimètres de diamètre.

Ce nouveau voisin m'a intrigué tout l'été et, cette année, j'ai décidé d'en avoir le coeur net et de tout connaître sur sa vie. Et voilà que, grâce à lui, j'ai découvert un nouveau loisir : l'ornithologie !

## Un loisir scientifique

À juste titre, l'ornithologie est qualifiée de loisir scientifique. Ainsi, il ne suffit pas de vouloir tout connaître sur le «petit oiseau jaune» : il faut savoir où le chercher. Mais heureusement, l'ornithologie est également un loisir bien organisé. Pour s'en

Par Christine Marion

convaincre, il suffit de faire une petite recherche sur la «Toile du Québec» (un moteur de recherche). Tapez simplement le mot «Ornithologie» et vous aurez pour plusieurs heures de découvertes.

## Où chercher

Vous trouverez des renseignements précieux sur le site d'Environnement Canada et du Service Canadien de la Faune, que ce soit sur les espèces menacées, les meilleurs sites d'observation ou sur la façon de construire un nichoir. Vous pourrez même voir et entendre plusieurs espèces d'oiseaux !

Les clubs d'ornithologues amateurs sont également très présents sur le web. Toutes les régions du Québec ont au moins un club d'ornithologie. J'ai trouvé une liste de 35 adresses de clubs ou de sociétés d'ornithologie à l'adresse électronique qui suit : <http://www.ntic.qc.ca/nellus/club.html>.

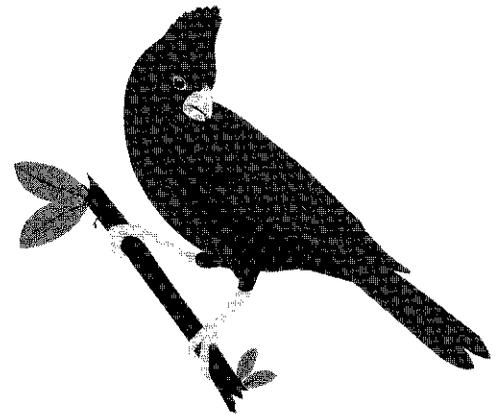
Les bibliothèques offrent aussi de nombreux ouvrages. Et, si l'envie vous prend d'avoir un livre bien à vous sur la question, pourquoi ne pas commencer par vous procurer un guide pratique d'identification des oiseaux de votre région chez votre libraire ou aux Publications du Québec.

## L'observation chez soi

Rien n'est plus simple que d'attirer les oiseaux chez soi : il suffit de leur offrir un peu de nourriture et de l'eau dans un endroit sécuritaire.

Pour attirer les oiseaux à coup sûr, procurez-vous une mangeoire cylindrique, munie de plusieurs perchoirs assez courts, remplie de tournesol noir, la nourriture

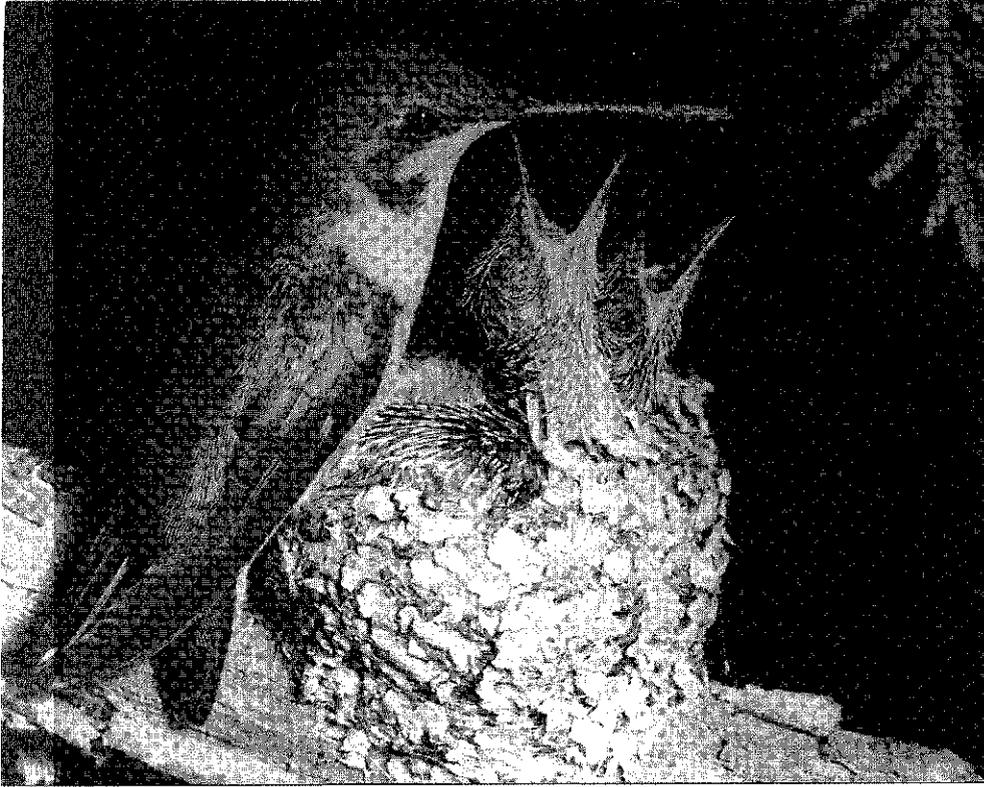
préférée de 85% des oiseaux. Prévoyez toutefois de mettre un plateau sous la mangeoire car, vous le constaterez très vite, vos invités gaspillent beaucoup.



À l'automne, vous pourrez ajouter au menu des morceaux de pommes et d'oranges. L'hiver venu, offrez des morceaux de suif suspendus dans des filets à large maille et vous pourrez apprécier la visite de geais bleus, de mésanges, de pics et de sittelles.

Les colobris sont également assez faciles à attirer. Vous trouverez dans les quincailleries et dans les centres d'horticulture, un abreuvoir conçu spécialement pour les colibris. On y vend également un





mélange pour remplir cet abreuvoir, mais vous pouvez aussi le fabriquer vous-même. Lors des journées chaudes, il faut changer le liquide tous les trois jours et tous les 5 jours lorsque la température est normale.

Personnellement je n'ai pas d'abreuvoir, mais à chaque année j'ai la visite de colibris. Mon secret : une boîte à Heurs, remplie de pétunias ordinaires, orne ma terrasse et fait le régal des oiseaux mouches !

### Construire un nichoir

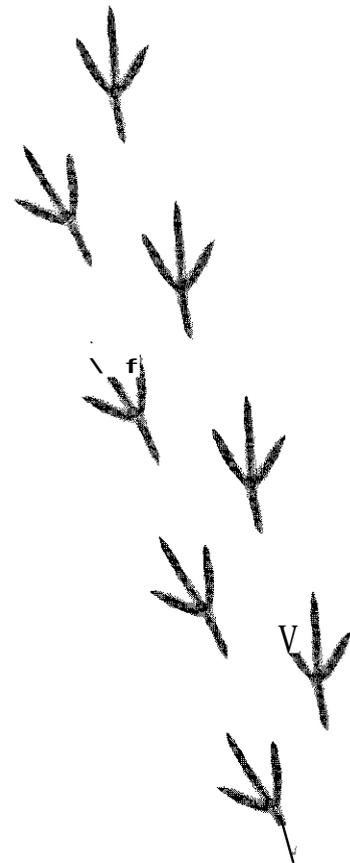
En été vous pouvez aussi installer un bain peu profond pour attirer les oiseaux. Vos amis vous offriront en récompense un spectacle unique et souvent comique !

préférés des oiseaux. Vous trouverez des plans pour votre construction et des conseils judicieux sur le site du Service canadien de la Faune: <http://www.ec.gc.ca/cws-scf/hww-fap/nestbox/nichoirs.html>

On recommande d'utiliser un bois mou qui résiste aux intempéries, comme le pin. Si vous désirez peindre votre nichoir, évitez les couleurs vives et optez plutôt pour des bruns et des verts naturels et discrets. Il ne faut cependant ni vernir ni peindre l'intérieur.

### Club d'ornithologie

Après quelques années, voire quelques mois d'observation des oiseaux, vous aurez sans doute envie d'en savoir plus.



Peut-être opterez-vous alors pour devenir membre d'un club ou d'une société d'ornithologie. Ce sont, en général, des organismes sans but lucratif dont le but est de faire connaître et protéger la faune ailée et son habitat et de sensibiliser la population à la découverte et à la protection des oiseaux.

Les clubs d'ornithologues offrent souvent des conférences, des cours, des activités sociales en lien avec l'ornithologie ainsi que des excursions d'observation des



Si vous vous sentez encore plus accueillante, pourquoi ne pas construire un nichoir. Ceux à cellule unique sont les plus faciles à construire et sont aussi les

### Suif maison (1)

Bien mélanger les ingrédients suivants et suspendre dans un filet ou une noix de coco :

500 g de graisse domestique;

750 ml de beurre d'arachides;

500 g de graines de tournesol écaillées;

150 g de sable pour les oiseaux;

150 g d'arachides non salées broyées;

100 g de raisins secs sèches et broyés.

### Liquide pour colibris (2)

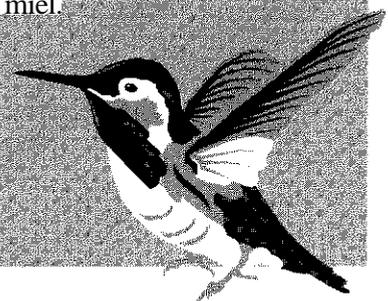
1 litre d'eau claire;

250 ml de sucre blanc;

Faire bouillir et laisser refroidir lentement;

Garder au réfrigérateur pour 15 jours maximum;

Ne pas employer de colorant ou de miel.



oiseaux dans leur milieu naturel. La majorité de leurs activités sont réservées aux membres, mais quelques-unes sont ouvertes au public. Une bonne façon pour vous de découvrir si vous avez des affinités avec ce genre d'organisme.



Si vous désirez parfaire vos connaissances, vous pouvez également vous adresser au Service canadien de la nature et à son programme *À Tire d'Aile*.

#### À Tire d'Aile

a/s Fédération canadienne de la nature  
1, rue Nicholas, pièce 20  
Ottawa (Ontario) K1N 7B7  
(613)562-3447

#### Un loisir accessible

Que vous observiez les oiseaux chez vous ou lors de randonnées organisées, il est recommandé de tenir un journal de vos observations. Cela vous permettra de comparer vos données, d'une année à l'autre et découvrira votre plaisir.

Profitez de l'été pour vous initier à l'ornithologie. Écoutez le chant des oiseaux, observez leur comportement. Vous en tirerez sûrement beaucoup de plaisir !

(1) <http://www.ivic.qc.ca/abriweb/canpro/lruc.html>

(2) idem



## FINI les vilaines CICATRICES !

Des milliers de personnes souffrent de la présence de cicatrices évidentes sur leur corps. Chaque année, environ 5000 Canadiens et Canadiennes ont recours à la chirurgie plastique afin de les corriger. Un plus grand nombre continue de vivre les inconvénients physiques et psychologiques de cicatrices disgracieuses.

Les cicatrices sont le résultat du processus de guérison d'une plaie. Elles apparaissent lorsque la peau est endommagée (plaie infectée, accident, brûlure, chirurgie) laissant des traces plus ou moins visibles. Plusieurs facteurs influencent la formation des cicatrices : l'âge, l'hérédité, le type de peau, le genre d'accident.

Certains accidents laissent des marques sans relief, non apparentes et sans douleur. D'autres, par contre, laissent des traces rougeâtres ou décolorées, proéminentes et très inconfortables, voire douloureuses et très souvent disgracieuses. Les cicatrices hypertrophiques demeurent dans les limites de la blessure initiale; les cicatrices choloïdes dépassent la région de la blessure.

#### Cica-Care

Une plaque auto-adhérente de gel de silicone a été éprouvée en clinique sur des patients âgés entre 2 et 60 ans. Cette plaque (Cica-Care) a été reconnue efficace pour aplanir, adoucir et estomper jusqu'à 90% des cicatrices rouges et proéminentes, anciennes ou récentes; et même en prévenir l'apparition.

Certaines personnes constateront une amélioration dans les premières semaines. Lorsque le produit est utilisé correctement, des résultats

probants peuvent être perçus après 2 à 6 mois de traitement. Tout dépend de la personne et de la cicatrice.

#### Mode d'emploi

On découpe une languette de Cica-Care légèrement plus grande que la cicatrice et on l'applique dessus. Les deux premiers jours du traitement, Cica-Care devrait être appliqué 4 heures par jour puis augmenté à 8 heures par jour. Ensuite, le temps d'application est augmenté de 2 heures par jour jusqu'à l'application d'une durée idéale de 24 heures par jour.

Cette augmentation quotidienne contribue à l'accoutumance de la peau au traitement. Le produit est durable et réutilisable 2 fois par jour, la languette doit être lavée avec un savon doux et réappliquée sur la peau.

Des effets secondaires mineurs et transitoires sont possibles (assèchement et irritation de la peau). Ils sont souvent dus à une mauvaise hygiène des languettes.

#### Ligne d'information

Une ligne d'information pour répondre aux questions des consommateurs et consommatrices (1-800-465-5873, poste 1259)\* et une vidéocassette gratuite sur l'utilisation du Cica-Care sont disponibles.

Ce nouveau produit québécois est en vente libre dans les pharmacies depuis janvier 1999. Informez-vous auprès de votre médecin ou pharmacien, si le besoin d'atténuer ces cicatrices est important pour vous •

\* vous laissez votre message à la boîte vocale et la personne responsable vous rappellera.

Par Marie-Claude Vézina

*Le nouveau comité financement-marketing a le vent dans les voiles, un vent qui engendre un tourbillon d'idées, d'espoir et un élan de solidarité. Beaucoup de changements se pointent à l'horizon, mais les membres du comité sont confiantes. Pour ma part, j'y suis car je crois sincèrement qu'il faut agir maintenant afin d'assurer la survie et le développement de notre Association féminine d'éducation et d'action sociale. Nous avons une responsabilité face à l'avenir de l'AFEAS ainsi qu'envers la relève.*



Comité provincial de financement-marketing

## RENOUVELLEMENT-RECRUTEMENT

*Eh, j'y vois un vent de fraîcheur*

Bravo aux AFEAS qui ont déjà terminé leur campagne de renouvellement. Félicitations à celles qui ont atteint l'objectif du 100%. À titre de membres, n'oubliez pas de participer au Prix renouvellement dont le coupon de participation se trouve au dos du présent numéro de la revue.

Maintenant que le renouvellement est fait, quoi faire d'autre ? Je me demande combien de femmes de ma municipalité ont déjà été membres. Et pour quelles raisons deviendraient-elles membres ? Tout simplement par solidarité. Le manque de temps n'est pas une excuse. Moi-même je participe très peu aux rencontres mensuelles, faute de disponibilité de jour. N'empêche que je suis membre et de plus en plus fière de l'être. De plus je m'implique à ma façon.

Les anciennes reviendraient-elles membres sous une forme différente, renouvelée ? Il le faut. Notre association est unique et représentative de la société. Le processus de décision est démocratique et reflète la réalité et les besoins des femmes directement concernées. Voici quelques idées qui feront peut-être que notre recrutement rejoindra nos anciennes membres et attirera même les nouvelles tant désirées.

Parlons de l'AFEAS à nos amies, à nos familles. Annonçons les nouveautés telles que les *activités Femmes d'ici*. Passons notre revue à une ancienne membre ou bien laissons-la à la bibliothèque ou à la clinique. Écrivons dans nos journaux locaux et régionaux. Adoptons des actions concrètes, à l'année longue car notre membership est la priorité numéro UN. Soyons fières d'être membre et disons-le. Progressivement, osons adapter nos rencontres à l'image et aux différents besoins de nos membres. Ensemble trouvons notre propre façon de faire afin de donner le goût à nos concitoyennes de devenir membres. Permettons-nous d'inviter, gratuitement, une amie ou une collègue à assister à une rencontre. Le renouvellement et le recrutement seront des sujets discutés en juin prochain, lors des Journées d'étude provinciales, une rencontre où vos représentantes de régions viendront chercher des idées à vous transmettre aux journées d'étude régionales. Le congrès d'août 1999, qui aura lieu à Laval, sera aussi un lieu d'échange à ce propos»

## TIRAGE PROVINCIAL

**Billet à 100\$ (parts à 5\$, 10\$ ou 20\$)**

À peine quelques semaines à attendre avant notre grand tirage provincial. Bravo à toutes les AFEAS qui ont vendu leur(s) billet(s)! S'il vous en reste, c'est le temps de les offrir à la visite ou à l'entreprise du coin. Personnellement, je n'aime pas vendre des billets. Comme j'en vends quand même, je reste toujours très surprise de la rapidité d'achat des gens sollicités lorsque la cause est bonne. Et Dieu sait que l'AFEAS en est une! Alors je me sens moins «vendeuse» et j'informe

«l'acheteuse ou l'acheteur» des actions et des bons coups de PAFEAS aux différents niveaux. Par exemple que c'est grâce aux membres AFEAS que le ministre Paul Martin a retiré son projet de réforme du régime de pensions du Canada. De cela je suis très fière. C'est encourageant de savoir qu'on peut encore changer des choses et cela à cause du pouvoir du nombre. Vendons nos billets, c'est incroyable comme les profits retournent aux femmes d'ici et d'ailleurs. On lâche pas!»

## POURQUOI JE SUIS MEMBRE AFEAS?

C'est à cause de ma mère qui est membre depuis environ 15 ans. Elle m'a abonné à l'AFEAS d'East Angus (Estrie), en 1997. J'y ai assisté à une rencontre que j'ai bien appréciée, me sentant la bienvenue. J'ai par la suite payé ma propre cotisation à l'AFEAS de ma municipalité, Lingwick. J'y suis membre depuis peu et je n'ai pas encore eu l'occasion d'y aller. Les rencontres sont de jour et je travaille. Ce n'est pas grave, j'essaie de me tenir informée via la secrétaire et la revue Femmes d'ici. Alors pourquoi être membre si je ne vais pas aux rencontres? Parce que je crois à la mission de l'AFEAS. Parce que l'AFEAS fait avancer les dossiers qui concernent les femmes. Parce que les instances décisionnelles sont composées des membres des différentes régions du Québec. Car la société a besoin d'une association féminine d'éducation et d'action sociale comme la nôtre!

# Le jeu des Serpents et des Échelles



Par Christine Marion

Depuis septembre dernier, nous vous avons présenté dans cette chronique des *Activités Femmes d'ici*, quelques AFEAS locales qui ont osé s'aventurer dans ce nouveau mode de fonctionnement. Au fil des mois, grâce à vos réactions et vos commentaires, nous avons constaté que les *Activités Femmes d'ici* suscitent beaucoup d'intérêt, c'est certain, mais qu'elles soulèvent également des questions et des inquiétudes.

En vous écoutant, j'ai souvent pensé au jeu des *Serpents et des Échelles*. Comme dans ce jeu, vous voulez bien lancer les clés et tenter votre chance, mais vous avez un peu peur. Si votre essai vous amène à une échelle, vous montez, tout va bien. Mais si vous arrivez à un serpent, c'est la dégringolade et on se retrouve en plus mauvaise posture qu'avant déjouer.

Si les AFEAS que nous vous avons présentées vous ont donné le goût de tenter l'expérience, mais que vous avez encore quelques doutes, le petit jeu questionnaire qui suit est pour vous ! Que vous soyez impliquées ou non dans l'organisation des activités de votre groupe, prenez le temps d'y répondre et d'échanger sur vos découvertes lors de votre réunion de juin.



## Les grandes questions

Pour chacune des questions suivantes, donnez un pointage selon votre réponse.

Totalement vrai = 4 \* Partiellement vrai = 3 \* Partiellement faux = 2 \* Totalement faux = 1

- 1 Votre groupe est de plus en plus petit et, chaque année, des membres vous quittent.
- 2 Il est difficile de trouver des membres qui ont le goût de s'impliquer.
- 3 Vous aimeriez vous impliquer dans votre groupe, mais vous n'avez pas beaucoup de temps.
- 4 Vous n'êtes pas toujours intéressée par les sujets d'étude et d'art et culture qui vous sont proposés.
- 5 Certaines parties des réunions vous semblent trop longues et répétitives.
- 6 Vous aimeriez faire des activités autres que celles qui sont habituelles à votre groupe.
- 7 Vous croyez à la mission d'éducation et d'action sociale de l'AFEAS.
- 8 Vous aimeriez qu'il y ait plus de jeunes femmes dans votre groupe.
- 9 Vous pensez qu'un peu de changement ne ferait pas de tort à votre groupe.
- 10 Vous aimeriez essayer quelque chose de nouveau, mais ne savez pas trop comment vous y prendre.

### l& def questions

Bon nombre d'entre vous donneront 4 points à la question 1. L'AFEAS, comme à peu près tous les organismes d'engagement, est confrontée à cette réalité qui, sans être dramatique, est tout de même préoccupante. Dans ce contexte, les *Activités Femmes d'ici* représentent bien plus une échelle qu'un serpent.

Conséquences de la tendance au désengagement, mais aussi d'autres facteurs comme la présence de plus en plus grande des femmes sur le marché du travail, les questions 2 et 3 récolteront sans doute beaucoup de 3 et de 4 points. Une formule allégée, comme le propose les *Activités Femmes d'ici*, ne serait-elle pas un élément de solution ?

Les questions 4, 5 et 6 font appel à vos goûts personnels. Mais si vous croyez que des goûts et des couleurs on ne discute pas

ça, vous arriverez droit sur un serpent et attention à la dégringolade. Au contraire, prenez la direction de l'échelle et faites connaître vos attentes !

La question 7 est très importante et elle est peut-être celle qui suscite le plus d'inquiétude quand on parle de la formule des *Activités Femmes d'ici*. Rassurez-vous, toutes les personnes qui ont pensé ce concept ou qui ont bâti des *Activités Femmes d'ici* croient profondément à la mission de l'AFEAS. En fait, l'objectif ultime de toute cette démarche est de pouvoir encore mieux remplir notre mission. Pour nous, les *Activités Femmes d'ici* sont autant d'échelles à aller toujours plus loin, toujours plus haut.

Les trois dernières questions font appel à votre goût de l'aventure et à votre audace. Difficile donc de prévoir combien de points vous leur attribuerez. Que vous



dire à ce sujet sinon : Osez ! Il en restera toujours quelque chose !

### Comment interpréter vos réponses

Si vous avez un total de 40 points, n'hésitez pas : les *Activités Femmes d'ici* soni pour vous !

Pour celles qui ont entre 20 et 39 points, l'option de la formule des *Activités Femmes d'ici* représente un choix sensé et probablement incontournable. Demandez-vous qu'est-ce qui vous empêche d'aller de l'avant... Rien d'insurmontable, je le parie.

Si votre score se situe entre 10 et 20 points, vous ne désirez peut-être pas de changements. Demandez-vous maintenant pourquoi ? Est-ce par crainte du changement, du défaitisme ou parce que vous êtes réellement satisfaite de votre AFEAS ? Si la troisième option est la bonne : bravo ! Sinon, gare aux serpents...

### À è jouer

Ce petit questionnaire vous a aidé à clarifier vos attentes ? Tant mieux ! Nous avons atteint notre objectif.

Mais, si vous avez encore quelques inquiétudes, ne vous sentez pas trop coupable. Pour vous, comme pour celles qui ont déjà décidé d'aller de l'avant, une session de formation a été bâtie et sera offerte dans toutes les AFEAS locales intéressées, dès septembre prochain.

À partir de maintenant, c'est donc à vous de jouer. Discutez de vos réponses à notre questionnaire, faites connaître vos attentes dans votre AFEAS et demandez la formation sur les *Activités Femmes d'ici*. Ainsi, vous aurez toutes les échelles de votre côté et adieu serpents !

# Art et culture

## Plus ça change moins c'est pareil !

Depuis 1966, le nom du comité Art et culture a changé bien souvent de titre : Comité des arts ménagers, comité artisanat et culture et maintenant Art et culture. Le but et les objectifs sont cependant demeurés les mêmes : le partage de connaissances, l'apprentissage de techniques manuelles anciennes ou nouvelles en artisanat, le même soucis d'économie, apprendre à être des consommatrices averties et avoir un regard éclairé sur notre culture.

Les jeunes femmes d'aujourd'hui ont aussi un besoin d'apprendre, tout comme nous lors de notre adhésion à FAFEAS. Elles veulent profiter de l'expérience de leurs aînées et être initiées à l'art de la couture, au tissage, au tricot ou à l'art culinaire.

De plus en plus, il faut être ouvertes aux besoins des autres, aux idées nouvelles tout en étant créatives dans la manière de transmettre nos connaissances. Il ne faut surtout pas oublier que «art et culture» est aussi une méthode éducative de formation qui demeure notre mission première auprès des femmes.

À l'aube de l'an 2000, nous devons oser des changements. Lors de nos rencontres mensuelles, il est possible de présenter des activités intéressantes et bien vivantes qui

répondent aux besoins des différentes clientèles, c'est-à-dire celles qui sont là depuis toujours et celles que nous recruterons avec un programme bien structuré et différent. Pour nous donner un avant-goût, déjà dans notre cahier Art et culture de cette année, des activités seront intégrées pour la clientèle visée 1,2 et 3, dont voici quelques exemples :

- Rencontre intergénération, exposition de photos de famille. Lors de cette rencontre, nous pourrions organiser une garderie qui permettrait une meilleure participation des jeunes femmes aux activités femmes d'ici.
- Organiser des cours et des ateliers d'apprentissage afin de les initier à l'art culinaire ou la couture.

N'oubliez pas que toutes les idées sont bonnes, mais il faut garder présent à l'esprit que l'implication de chacune est essentielle au bon fonctionnement de nos AFEAS locales. Vous pouvez compter sur le support du comité provincial Art et culture afin de vous aider dans l'application des *activités Femmes d'ici*.

**Rita René**  
responsable du comité provincial  
Art et culture

# Branch l'ave

Thèmes 1

## Sujets d'étude

### **Mes amies, mes complices!**

Démontrer l'importance de l'amitié pour les femmes entre elles,

### **La Marche mondiale des femmes**

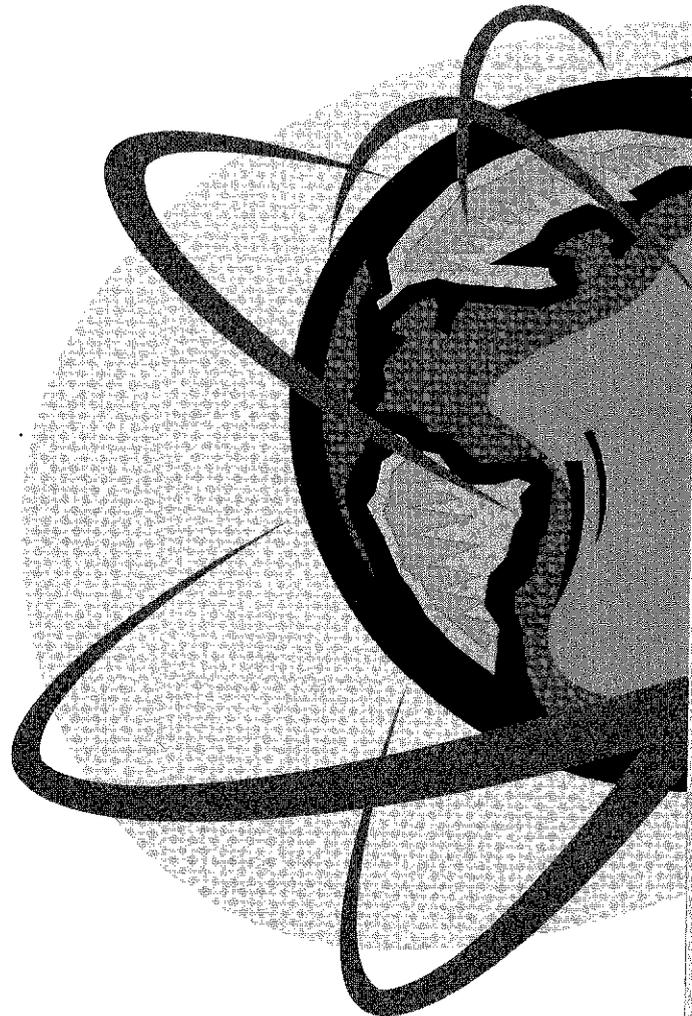
Marquer le début des activités reliées à la marche mondiale des femmes de l'an 2000.

### **Y'a maman qui court, y'a papa qui panique...**

Sensibiliser les femmes aux différents aspects de la conciliation travail/famille.

### **Virage ambulatoire**

Outiller les AFEAS locales pour les aider à intervenir dans leur milieu vis-à-vis le virage ambulatoire.



**AFEAS** Assoc  
d'édu

# ées sur

# gnir!

999-2000



## Arts et culture

Les remèdes de **grand-mère**  
Se souvenir des remèdes d'autrefois.

Lauande, eucalyptus, pin...  
ça bon!  
Se familiariser avec les huiles  
essentielles.

Coup d'oeil sur ma cour  
Personnaliser son aménagement  
paysager.

As-tu ton arbre **généalogique**?  
Susciter de l'intérêt pour son  
histoire familiale.

Association féminine  
de promotion et d'action sociale

## VIRAGE AMBULATOIRE

# c'est le temps D'AGIR

**L**A FEAS a entrepris une vaste cueillette d'appuis aux résolutions sur la situation des aidantes naturelles. Elle vous invite à réaliser cette action dans vos milieux en faisant signer la «Déclaration pour améliorer la situation des aidantes naturelles» (Voir texte de la déclaration ci-contre).

### Pourquoi ?

Les appuis recueillis renforceront nos interventions futures auprès des instances décisionnelles. Elles donneront du poids à nos demandes en traduisant un besoin largement ressenti dans la population. Elles traduiront ainsi la pertinence d'améliorer la situation des aidantes. Cela vous permettra de créer des liens avec les organismes du milieu, de faire connaître le rôle social de l'AFEAS et consacrera le leadership de l'AFEAS dans le dossier du virage ambulatoire.

### Comment participer à cette action de l'AFEAS?

- Remettre un formulaire de la Déclaration à divers groupes et personnes: groupes de femmes, groupes sociaux mixtes ou masculins, groupes communautaires, associations de personnes retraitées, syndicats, membres de vos familles, personnes que vous rencontrez lors d'activités, etc... Il est important de la faire signer au plus grand nombre de groupes ou personnes possible.
- Faire signer et retourner la Déclaration selon les indications.
- Faire connaître votre action dans les médias locaux, télé communautaires, etc.
- Remettre les formulaires signés pour le 11 juin à votre région. La région communiquera au siège social uniquement le **nom des organismes** ou groupes ayant signé la Déclaration. Ils nous serviront pour préparer une immense banderole avec les noms des signataires pour être exposée au congrès provincial.

Vous conservez tous les formulaires et les noms de personnes qui vous ont ap-

puées. Lors du congrès, chaque présidente régionale sera invitée à déposer tous les appuis recueillis. Vous pouvez donc profiter de l'été pour continuer votre recherche d'appuis et les remettre à votre région pour le congrès. Il serait intéres-

sant que vous puissiez recueillir par la même occasion, des témoignages personnels d'aidantes naturelles qui acceptent de s'identifier et de participer à une activité de l'AFEAS, dans le cadre de nos actions concernant le virage ambulatoire.

### EXTRAIT DU \_\_\_\_\_ DE LA DÉCLARATION

«*Nom, les 20 000 membres de l'Association féminine d'éducation et d'action sociale (AFEAS), dénonçons la situation/aile aux aidantes naturelles à l'issue du virage ambulatoire. Dans 70 à 80% des cas, ce sont les femmes qui sont appelées à prendre la relève du système de santé et des services sociaux. Le gouvernement n'apas à faire ainsi porter son désengagement sur le dos des femmes, nous disons: assez, c'est assez... Nous ne voulons plus être considérées comme une ressource à bon compte, sans égard aux conséquences de ces nouvelles responsabilités sur notre santé, sur nos autres responsabilités familiales, sur l'augmentation de notre charge de travail non rémunéré, sur notre emploi et notre sécurité financière. Nous voulons avoir le choix d'accepter ces responsabilités envers nos proches, âgés ou malades. Quand nous le faisons, nous voulons être considérées comme de réelles partenaires par l'Etat.*»

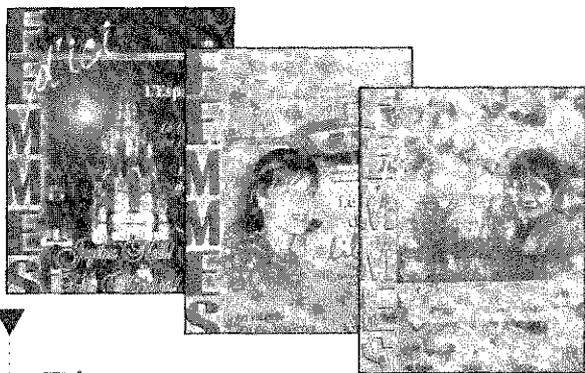
## SAGES-FEMMES

### BONNE NOUVELLE !

Il est toujours intéressant d'annoncer l'aboutissement d'un dossier pour lequel l'AFEAS s'est impliquée durant de nombreuses années. C'est le cas de la reconnaissance officielle de la profession de sage-femme. En 1988, nous demandions: - Intégration des sages-femmes au système de santé et leurs services payés par l'assurance-maladie - Lieux de pratique des sages-femmes: à l'hôpital ou à domicile au choix de la mère - Reconnaissance juridique des sages-femmes - Standards dans les programmes de formation des sages-femmes.

En septembre 1999, les sages-femmes auront le plein droit de pratiquer des accouchements normaux tant dans les maisons de naissances que dans les hôpitaux. Il faudra attendre encore pour l'accouchement à domicile, le gouvernement ayant besoin de plus d'études. Cette reconnaissance juridique officielle s'accompagne d'un programme de baccalauréat en pratique sage-femme d'une durée de quatre ans, dispensé à l'Université du Québec à Trois-Rivières dès septembre 99.

Depuis 1990, environ 3000 femmes au Québec ont accouché avec l'aide d'une sage-femme dans les maisons de naissance. L'AFEAS a été très présente dans les régions où ces projets pilotes se sont instaurés et a continuellement supporté les démarches des groupes de pression demandant la reconnaissance des sages-femmes. Nous pouvons dire, qu'encre une fois, c'est la solidarité, la ténacité et la détermination des femmes qui nous permettent de célébrer cette victoire aujourd'hui»



FRAIS

Par Lise Girard

# postaux VERSUS femmes d'ici

L'AFEAS, depuis sa fondation en 1966, a bénéficié du Programme d'aide aux publications (PAP) administré par le gouvernement fédéral. Ce programme nous a permis de recevoir une importante aide financière pour les frais postaux reliés à l'expédition de la revue. Récemment, le ministère fédéral administrant le PAP, Patrimoine Canada, jugeait que la revue *Femmes d'ici* n'était pas admissible à cette aide financière parce qu'elle servait surtout à promouvoir les intérêts de l'AFEAS et s'adressait presque exclusivement à ses membres. Malgré un appel et de multiples pressions politiques effectuées par l'AFEAS et d'autres organismes, il fut impossible d'obtenir des modifications au PAP ou l'établissement d'un autre programme d'aide. L'AFEAS, à compter du 1er juillet 1999, cessera donc de bénéficier du PAP. Elle se verra ainsi privée d'une aide financière de près de 35 000\$ par année pour les frais d'expédition de *Femmes d'ici*.

Cette décision aura un important impact sur le budget de la revue *Femmes d'ici*. Actuellement, le budget pour la publication de *Femmes d'ici* est de 55 000\$ par année pour 5 numéros. L'ajout de 35 000\$ de frais d'expédition porterait le budget de la revue à 90 000\$. Or, le budget total du palier provincial est déficitaire depuis deux ans. Cette année, le déficit anticipé est de l'ordre de 30 000\$. Les réserves ne nous permettraient pas d'absorber une dépense supplémentaire de 35 000\$ pour la revue. Nous sommes présentement dans une période de redressement. Nous tentons d'inventorier d'autres sources de financement, particulièrement par le biais de la commandite. L'objectif est de rétablir l'équilibre budgétaire (éliminer les déficits) d'ici 2001. Ajouter immédiatement 35 000\$ au budget de la revue risquerait de compromettre nos chances de succès (le déficit annuel passerait à 65 000\$). D'autre part, les paliers régional et local

vivent également des situations financières difficiles. Ils pourraient difficilement supporter une contribution supplémentaire pour la revue *Femmes d'ici*.

Le conseil d'administration provincial a inventorié plusieurs solutions: maintenir la publication de 5 numéros par année en augmentant la cotisation en conséquence, vendre davantage de publicité dans la revue, diminuer le nombre de publications, modifier la répartition de la cotisation entre les paliers local, régional et provincial afin de financer les coûts supplémentaires pour l'expédition de *Femmes d'ici*... Le conseil d'administration a sérieusement évalué chacune des solutions envisageables et a retenu celle qui, à son avis, aurait le moins d'impacts négatifs. Le conseil d'administration base sa décision sur les éléments suivants:

»» La revue *Femmes d'ici* constitue le **seul outil de communication rejoignant** toutes les membres AFEAS. La perte d'un tel outil romprait ce lien direct entre l'AFEAS et ses membres.

^ La revue *Femmes d'ici* constitue, pour toutes les membres de l'AFEAS, un élément de fierté. Cette publication bénéficie d'une importante reconnaissance dans tous les milieux et contribue à maintenir et élargir l'influence et la crédibilité de l'AFEAS.

^ L'AFEAS tente actuellement de développer de nouvelles formes d'adhésion (membership) et la revue *Femmes d'ici* se situe au centre des stratégies que nous développons.

^ La revue *Femmes d'ici* est un service vendu aux membres AFEAS avec la cotisation. Il est impensable de l'amputer de façon sévère sans avoir une réaction très négative de la part des membres.

^ La revue *Femmes d'ici* devient, pour le développement de la commandite, un important support de visibilité. Éliminer cette publication, à ce moment-ci, équivaldrait à compromettre les initiatives actuellement entreprises auprès des compagnies privées pour obtenir d'importantes commandites en argent.

Le conseil d'administration a choisi une solution **temporaire et transitoire**, ce qui lui permettra, d'ici mai 2000, d'explorer de nouvelles modalités de financement et de production pour la revue *Femmes d'ici*. Aussi, pour l'année 1999-2000, nous publierons 4 numéros de *Femmes d'ici* plutôt que 5 et demanderons à chaque membre AFEAS une **contribution additionnelle de 1\$ pour financer les coûts postaux supplémentaires** de 17 000\$ (voir tableau ci-bas). La cotisation 1999-2000 demeurerait à 25\$. Le montant supplémentaire de 1\$ serait affecté exclusivement aux coûts postaux de *Femmes d'ici*. Il est à noter que la cotisation devait passer à 25,75\$ pour l'année 1999-2000 même si nous avions continué à bénéficier du Programme d'aide aux publications. Le 0,750 supplémentaire constituait une taxe sur l'abonnement à la revue. En cessant de bénéficier du PAP, nous ne sommes plus assujetties à cette taxe. La cotisation demeurera donc à 25\$.

Budget de la revue <i>Femmes d'ici</i>	
Budget 1999-2000 de <i>Femmes d'ici</i> (4 numéros)	72 000\$
Budget actuel de <i>Femmes d'ici</i> (5 numéros)	55 000\$
Ecart à combler (1\$ par membre)	17 000\$

# Souverirs d'Afrique

Par Stella BeUefroid

Le 3 février dernier, en compagnie du Père Paul-Émile Charland, assistant ecclésiastique de l'UMOFC \*, de Soeur Gisèle Turcot, Supérieure de l'Institut de Notre-Dame du Bon-Conseil et de Claire Héron, représentante du Canada et vice-présidente de la région Améri- que du Nord, je m'envole vers New- York à destination de Dakar au Séné- gal.

À quelques kilomètres de là, au Foyer de Charité de Cap-dés Biches, se tiendront nos différentes réunions. C'est la saison sèche; le soleil nous accueille; nous enlevons nos lainages. Le Foyer est situé près de la mer sur l'Atlantique. Comment pouvons-nous penser travailler dans un endroit pareil. Le paradis terrestre, c'était peut-être ici.

La charge de travail nous rappelle vite que nous ne sommes pas là en touristes. Les rencontres se succèdent : exécutif, conseil, comités, groupes de travail.

## formation

Sr. Gisèle Turcot nous accompagne dans une démarche de formation : «Progresser dans l'art de vivre ensemble». Les enjeux de ce conseil sont importants pour l'avenir de l'UMOFC. Nous avons besoin d'établir une bonne communication entre nous, de voir nos différences comme des richesses, de comprendre les multiples sources de conflits.

Le comité d'orientation formé il y a deux ans propose des changements très discutés tels la révision des statuts et règlements, la diminution du nombre de membres au conseil, la représentation par continent plutôt que par pays, etc. Heureusement que nous pouvons compter sur la compétence de la

responsable du comité Constitution et Procédures, Ronnauug Andresen, une juriste de Norvège. Les modifications apportées aux statuts ou aux règlements sont scrutées de tous côtés. Chaque mot est pesé et doit être accepté en anglais et en français. C'est un travail ardu. L'assemblée générale de 2001 aura à se prononcer sur ces propositions.

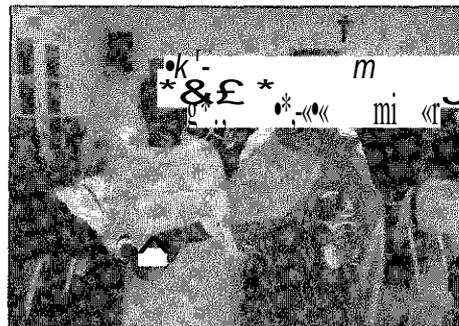
## Financement

L'UMOFC doit trouver de nouvelles sources de revenus qui lui permettront d'éliminer les déficits rencontrés depuis plusieurs années. Deux propositions sont présentées. L'une appelée «Fonds de dotation» permet de mener des campagnes internes et externes simultanément. Chaque membre sera sollicitée afin d'amasser une somme qui générera suffisamment de revenus servant à défrayer l'administration générale de l'UMOFC. Des donateurs de l'externe seront aussi contactés. Le montant ainsi amassé permettra à l'UMOFC de s'autofinancer et de jouir d'une certaine autonomie. Cette opération doit s'amorcer l'automne prochain.

Un projet de «Fondation WUCWO USA» a aussi été présenté. Cette fondation doit servir à couvrir les frais reliés à la représentation de l'UMOFC auprès des Nations-Unies à New-York. De plus en plus d'ONG \*\* y sont représentées et l'UMOFC doit avoir la possibilité de faire entendre sa voix.

## CÉOlise en mi nature

J'observe ce Conseil et j'y vois un échantillon de l'Église actuelle. Certaines membres sont plus fidèles à l'enseignement de l'Église tandis que d'autres manifestent un esprit plus critique. Je prends aussi conscience de



Des Sénégalaises dans leur beau costume.



Une Sénégalaise présente son bébé à Stella; une petite fille nommée Stella elle aussi.

la diversité des membres de l'UMOFC. De nouvelles associations, surtout de pays vivant autrefois sous le régime communiste, demandent leur adhésion. Ces membres ne perçoivent pas du tout l'Église du 21<sup>e</sup> siècle comme nous. Nous devons les écouter pour comprendre les souffrances vécues pendant des décennies. Les catholiques d'Asie, minoritaires dans leur pays, méritent aussi notre admiration et notre appui.

## L'histoire of an pays

Nous ne pouvons aller au Sénégal sans visiter un peu le pays. Une excursion à l'île de Gorée, d'où partaient les esclaves, nous en a fait revivre une période douloureuse. Les habitants n'ont pas oublié que le pays a été vidé de ses plus beaux espoirs. Une excursion à Joal où des Canadiens ont aidé à financer un four pour le séchage du poisson nous convainc de l'importance de cette aide internationale.

Le Sénégal, un pays fascinant que j'aimerais visiter de nouveau, mais en touriste cette fois •

\* Union mondiale des organisations féminines catholiques.

\*\* Organisations non gouvernementales.

STELLA BELLEFROID est membre du conseil de l'UMOFC et responsable du comité de l'UMOFC à l'AFEAS.



# Adieu Cécile

*(f)ne fenwne...*

Madame Cécile Rivard-Lanouette voit le jour le 9 décembre 1915 à Grondines dans la région de Québec. Devenue adulte, elle rencontre l'homme de sa vie, Adjutor Lanouette, qu'elle épouse en 1939. Les jeunes époux quittent leur village natal pour s'établir avec la famille Lanouette installée à Notre-Dame-du-Nord au Témiscamingue depuis 1915. En 1941 le couple achète la ferme ancestrale. Dans cette noble demeure, le couple fondera une belle famille de neuf enfants.

Malgré ses nombreuses responsabilités familiales, Cécile Rivard-Lanouette, ex-enseignante, met ses connaissances et ses talents au service des autres. Dans les premières années de lutte pour l'amélioration de la condition de vie des femmes et de la famille, Mme Lanouette est là. Dès 1954 elle devient membre de l'UCF (Union Catholique des Fermières) qui plus tard s'appellera UCFR (Union Catholique des Femmes Rurales). En 1959, grâce à l'encouragement des siens, elle accepte le poste de présidente du cercle de Notre-Dame-du-Nord. Elle dirigera ce groupe durant 8 ans.

C'est donc en tant que présidente qu'elle vivra, en 1966, la fusion de PUCFR aux CED (Cercles d'Économie Domestique) qui deviendront l'AFEAS d'aujourd'hui.

**Déterminée...**

Durant toutes ces années, plusieurs membres profitent de ses connaissances, de ses judicieux conseils et de sa grande générosité. Souvent sa belle maison sert de local pour les rencontres de conseil d'administration et des comités régionaux. En 1968, Cécile

Lanouette, cette femme de plus en plus engagée, accède au poste de présidente régionale de l'AFEAS Abitibi-Témiscamingue où elle s'y dévouera pendant 5 ans.

Avec notre présidente on ne travaille pas dans «l'a peu près», tout s'exécute selon la constitution: ordre du jour, procès-verbaux, rapports, résolutions... Elle fut, pour plusieurs d'entre nous une école AFEAS. Quelques années plus tard, de 1973 à 1976, elle travaille comme adjointe au comité provincial d'éducation.

Le meilleur exemple qu'on puisse donner de la détermination de Cécile Rivard-Lanouette, c'est qu'elle décide, à l'âge de 72 ans, d'apprendre à conduire son auto et qu'elle obtient son permis avec succès !

**Et généreuse...**

En plus de son engagement à la condition féminine, cette femme généreuse accepte d'autres responsabilités pour sa paroisse et sa région. En 1985, elle est une des premières à devenir membre Albatros pour assister les personnes en phase terminale et soutenir les familles dans le besoin. On la retrouve aussi à la Croix Rouge et à l'Âge d'Or. Elle consacre les dernières années de sa vie à son Église paroissiale, agissant comme sacristine pendant 9 ans; quelques semaines avant son décès, elle anime encore les célébrations religieuses du centre d'accueil «Pavillon Tête du Lac» de son village.

Le 6 juillet 1998, Cécile Lanouette, cette femme au grand cœur, nous quitte à l'âge de 82 ans.

Madame Lanouette, pour tout ce don de soi, pour ces nombreuses années consacrées aux vôtres, à l'AFEAS et à la société, merci ! •

*Cécile S. Barette, Maria Loïselle,  
Rosé Vaillant  
Région Abitibi-Témiscamingue*

## Ici et là

### D'une mère à l'autre

Tout a commencé lorsque Francine Hins-Larou-die qui, fraternellement arrivée à Rimouski, s'informe pour adhérer au Cercle des Fermières et tombe par inadvertance sur l'AFEAS. Elle devient aussitôt membre.



Comme notre Francine est une «leader» en son genre, elle s'empresse d'amener sa mère à l'AFEAS, suivie de sa belle-mère et, tout dernièrement, de sa fille.

Francine fait d'abord partie du comité art et culture et accède, peu de temps après, au poste de présidente. Pas besoin de vous dire qu'avec son dynamisme, on ne chômat pas. Elle savait rendre les assemblées mensuelles détendues et amusantes tout en étant constructives.

Margo, sa mère, est un peu timide, mais cela ne l'empêche pas de s'impliquer. Elle a été responsable du comité de publicité-recrutement. C'est une personne qui adore apprendre et acquérir de nouvelles connaissances.

Anita, sabelle-mère, est une couturière, une cuisinière et une bricoleuse avertie. C'est une personne très active au niveau de bénévolat et une grand-mère attentionnée pour ses petits enfants.

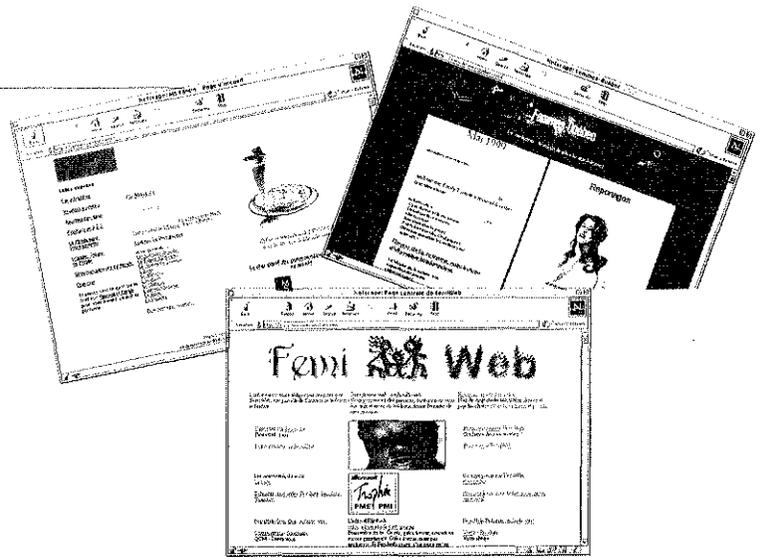
Véronique, sa fille, est une jeune fille qui n'a pas peur de s'impliquer. Telle mère, telle fille, dit le proverbe ! Étudiante en architecture navale à l'Institut Marne de Rimouski, elle est la seule fille de son groupe. Il faut le faire ! Malgré son jeune âge, elle sait très bien tirer son épingle du jeu au conseil de l'AFEAS. Elle fait partie du comité étude et action avec son amie Dolores avec qui elles forment une équipe du tonnerre. Elles savent présenter les sujets en ouvrant de nouveaux horizons sur la condition féminine.

*Loukette Guérette, secrétaire  
AFEAS St-Robert de Rimouski*



Hélène Lapointe

# Des sites pour tous les goûts



Signe  
tique:  
tionnés pour  
suggestions tirées du livre «Le  
Logiques.

à  
de  
le  
cyberné-  
sélec-  
Voici quelques  
des femmes», paru aux Éditions

gyneco/index.html) ne vous laissera pas indifférente. Ce guide traitant de la santé des femmes et des nouvelles techniques de chirurgie d'un jour en gynécologie vous renseigne sur la ménopause, le test PAP, l'incontinence urinaire, les fibromes utérins ... Des photos illustrent la description de certaines interventions chirurgicales. Coeurs sensibles, s'abstenir!

Tout d'abord, Les **Penelopes** (<http://www.mire.net/penelopes/>), un site ayant pour vocation l'échange d'informations entre toutes les femmes de la planète. Conceptrices et utilisatrices des nouvelles technologies de communication, les Pénélopes ont l'ambition de mettre en place la trame d'un serveur pour les associations féministes et féminines afin d'établir des passerelles entre toutes les femmes du monde et tricoter à plusieurs un «jacquard multiculturel». Une foule de sujets sont abordés : santé, violence, éducation, politique, travail, etc., et ce, sous l'angle de divers pays.

modération!

Figurant parmi les 50 meilleurs sites du magazine *Branchez-vom.com!*, **La page des parents** (<http://pages.infinet.net/parents/>) constitue une référence de choix. Elle regorge d'informations : trucs et recettes pour donner à l'enfant une alimentation saine et équilibrée, contes, comptines, jeux et chansons, idées de bricolage, petites annonces, anecdotes, questionnaire mesurant vos connaissances en matière de sécurité, liste de garderies par région, etc.

Enfin, d'autres bonnes adresses en rafale : **Spécialement pour vous mesdames** (<http://www.ivic.qc.ca/dames/>); **Femmes-Quebec.com** (<http://www.femmes-quebec.com/>); **Vidéo Femmes** (<http://www.qbc.clic.net/~videofem/>); et **la Chronologie historique des femmes du Québec** (<http://pages.infinet.net/histoire/femindex.html>) •

Celles que la cuisine passionne auront amplement de quoi se mettre sous la dent avec **Saveurs du monde** (<http://saveurs.sympatico.ca/>). Se définissant comme «le plus grand site gastronomique francophone au monde», celui-ci propose des recettes thématiques par pays et par produit, des profils et des recettes de certaines des plus grandes toques de la planète, un lexique culinaire, des conseils sur l'art de recevoir, un répertoire des meilleurs restaurants, et bien d'autres choses encore. À consommer sans

En matière de santé, deux suggestions. En premier lieu, **FémiWeb** (<http://www.femiweb.com/core.htm>), un site français qui présente des informations sur la santé des femmes et le suivi de grossesse, sur la santé du nourrisson et de l'enfant, sur la psychologie de l'enfant et de la famille, ainsi que des récits de médecins et de patientes, des nouveautés en gynécologie et en obstétrique, et plein d'autres choses. Par ailleurs, la section **Département d'obstétrique-gynécologie** du site de l'hôpital du Sacré-Coeur de Montréal ([\*\*Votre défi «Internette»\*\*

Le défi Internette fait relâche pour l'été. Vous pouvez toutefois m'écrire pour me faire part de vos coups de coeur et de vos suggestions pour de nouvelles chroniques. Mon adresse est : \[helene.lapointe@videotron.ca\]\(mailto:helene.lapointe@videotron.ca\)

.....

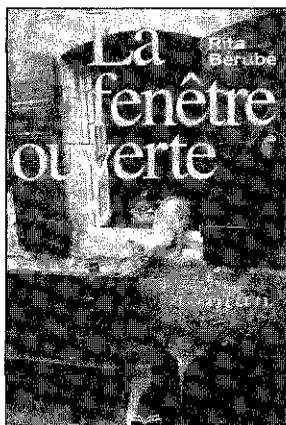
L'agnante de l'édition d'avril dernier est Madame Marthe Gauthier de l'AFÉAS Sainte-Brigitte d'Iberville, région Centre du Québec. Félicitations!](http://www.crhsc.umontreal.ca/hscm/</a></p>
</div>
<div data-bbox=)

LECTURES VACANCES

**La fenêtre ouverte**

RITA BERUBÉ  
Éditions Québecor, 1998  
22 pages, 27,95\$

Jusqu'à l'âge de 14 ans, Laura Nantel vit une enfance heureuse auprès de sa famille, dans un petit village de la Vallée de la Matapédia.



À l'adolescence, elle part pour Québec afin de continuer ses études et obtenir le plus rapidement possible son diplôme en enseignement.

Quel choc pour elle : quitter un nid douillet et faire l'apprentissage de cette vie de pensionnaire avec ses hauts et ses bas. Et cette rencontre avec Olivette, c'est aussi la naissance d'une rivalité qui durera bien au-delà de ses trois années de pensionnat. Comme dans la vie, tout n'est pas que négatif, il y a également de petits et grands bonheurs.

C'est un roman sympathique qui sait plaire. Le récit, débutant à la fin des années 30, est empreint de plus ou moins d'émotions. Est-ce le reflet de l'époque ? Même si cela rend le personnage de Laura un peu moins attachant, la lecture demeure intéressante, car l'auteur a su nous réserver quelques surprises.

**Résonnantes**

MINETTE WALTERS, Éditions Québecor, 1998, 375 pages

Habituellement, je ne suis pas attirée par les romans policiers, mais j'avoue que celui-ci m'a vraiment plu.

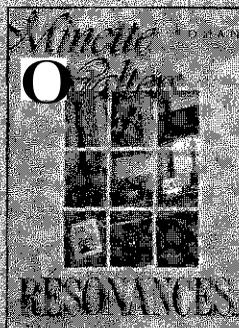
Ce «thriller» a comme toile de fond un sans-abri trouvé mort dans le garage d'une luxueuse résidence londonienne appartenant à une jeune et riche architecte.

Six mois plus tard, un journaliste préparant un dossier sur les sans-abri rencontre cette dame. Devant ses réponses évasives, il

décide de poursuivre plus à fond ses recherches. D'où lui vient sa richesse ? Son mari est-il vraiment décédé ? Et surtout, quelle est la véritable identité du sans-abri trouvé mort chez elle ?

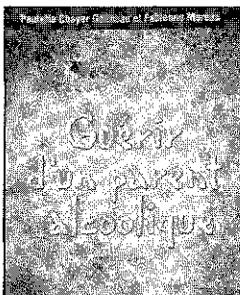
Plusieurs personnages se greffent autour de cette intrigue pleine de rebondissements.

L'auteure, déjà passée maître dans ce genre de roman, saura vous captiver du début à la fin. Vous passerez un très bon moment.



**Guérir d'un parent alcoolique**

PAULETTE CHAYER GÉLINEAU, FABIENNE MOREAU  
Les éditions de l'Homme, 1998, 144 pages, 14,95\$

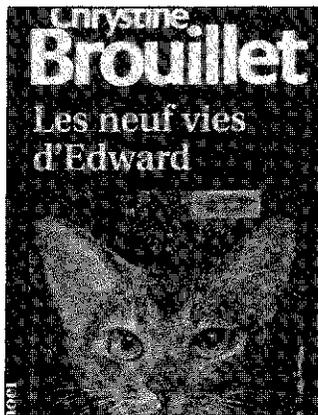


S'appuyant sur leur formation et leur expérience de travail, les auteures nous présentent un ouvrage qui s'adresse en particulier aux enfants qui ont grandi dans une famille alcoolique.

Ce livre permet à ces enfants devenus adultes de prendre conscience et de faire le point sur leurs émotions, leurs valeurs et leurs comportements.

À la fin de chaque chapitre, des exercices sont proposés pour favoriser une démarche qui peut s'avérer intéressante et positive.

Écrit dans un langage simple, à la portée de chacune et de chacun, cet ouvrage pourra certainement éclairer certaines attitudes, certains comportements et suggérer des moyens pour atteindre un mieux-être.



## LES NEUF VIES d'Edward

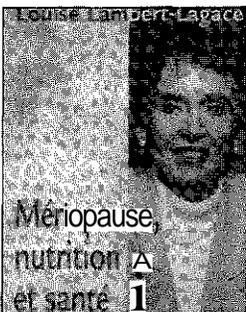
CHRISTINE BROUILLETTE  
Éditions Denoël, 1998, 332 pages, 24,95\$

Ceroman d'amour sur fond de polar met en vedette le chat Edward qui en est à sa neuvième vie. Il est à Paris avec sa maîtresse Delphine, célibataire et photographe.

Notre héros s'est mis en tête de lui trouver un mari. Comme il a du flair et qu'il possède l'expérience de ses vies antérieures, il sait exactement quel genre d'homme pourrait convenir à Delphine.

Dans ses recherches, Edward nous fait voyager régulièrement dans le temps : de l'Égypte ancienne à nos jours en passant par des événements qui ont marqué l'histoire.

Ce roman démarre lentement, peut-être parce que j' aime plus ou moins les chats. J'ai persisté et j'avoue que cet ouvrage fantastique m'a conquise. Les brefs retours dans le temps ne nous empêchent aucunement de suivre avec facilité le fil des événements. C'est divertissant.



## Ménopause, nutrition et santé

LOUISE LAMBERT-LAGACÉ  
Éditions de l'Homme, 1998, 174 pages, 18,95\$

Ouvrage destiné aux femmes qui désirent mieux vivre leur ménopause par une alimentation mieux adaptée, l'auteure, diététiste bien connue et dont la réputation n'est plus à faire, donne de judicieux conseils nutritionnels pour contrer les divers problèmes rencontrés lors de cette période tels : bouffées de chaleur, ballonnements, pertes d'énergie et prise de poids.

Un bon choix d'aliments peut diminuer les risques d'ostéoporose, de maladies cardiovasculaires ou de cancer du sein.

C'est un livre qui s'adresse à toutes les femmes. Il est facile à comprendre. Plusieurs tableaux nous renseignent sur les meilleures sources d'éléments nutritifs nécessaires à notre mieux-être.

Cette phrase de l'auteure résume bien son ouvrage : « Une assiette mieux remplie peut vous aider à mieux vivre votre ménopause et à vieillir en santé ». À la lumière des informations et des explications, on ne peut que la croire et vouloir mettre en pratique ses précieux conseils.

### SUGGESTIONS LECTURES DE VACANCES



LE PRINCE  
WILLIAM  
Dalerie Garner,  
Guérin  
éditeur /ée,  
1998, 96 pages,  
22\$

Biographie du Prince William relatant, avec de nombreuses photos à l'appui, sa vie et les événements qui l'ont marquée.



GITES DU  
PASSANT  
AU QUÉ-  
BEC  
Éditions Ulysse,  
1998, 288  
pages, 14\$

Cet ouvrage, accrédité par Agri-cotours, comporte énormément de suggestions, renseignements et conseils judicieux pour qui veut visiter le Québec à un prix abordable.

### COUP DE COEUR



Cuisine pas  
banale pour le  
monde pres-  
sé  
Suzanne La-  
pointe, Pro-  
ducteurs de dindons du Québec,  
1998, 143 pages.

Plus de 100 recettes, allant de l'entrée au dessert, facilement et rapidement réalisables. Le tout agrémenté de photos qui aiguilleront vos papilles gustatives. Une place importante est réservée au dindon.



## APPUI AUX TRAVAILLEUSES EN *Garderies*

Le conseil d'administration provincial, lors de sa réunion d'avril, adoptait une position d'appui aux revendications du personnel des garderies. Une lettre fut adressée à la ministre responsable du dossier, Nicole Léger, pour exprimer la solidarité des membres AFEAS envers les travailleuses et travailleurs en garderie qui se battent actuellement pour améliorer leurs conditions salariales. L'AFEAS réclame depuis longtemps la reconnaissance sociale et économique du travail des personnes qui s'occupent des enfants, dont les travailleuses et travailleurs au foyer. La faible rémunération actuellement versée aux éducatrices et éducateurs en garderie en dit long sur l'importance que la société accorde à l'éducation des enfants.

## LE CAS *Rozon*

La nouvelle a fait la manchette des journaux l'hiver dernier: Gilbert Rozon, homme très connu dans le domaine artistique, a été accusé d'agression sexuelle sur une jeune femme de 19 ans. Malgré un plaidoyer de culpabilité, le juge Béliveau lui accordait une absolution inconditionnelle le dispensant ainsi d'un casier judiciaire et d'une amende de 1100\$.

Le Regroupement québécois des centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS) et plusieurs groupes de femmes, dont l'AFEAS, exprimaient publiquement, lors d'une conférence de presse tenue le 12 mars, leur profonde insatisfaction face au fonctionnement du système de justice en matière de violence faite aux femmes et leur désapprobation face à l'absolution inconditionnelle de Gilbert Rozon. Par cette intervention, le mouvement des femmes voulait signifier son «ras le bol» devant les fréquentes injustices auxquelles sont confrontées les femmes qui s'adressent au système de justice.

## INTERVENTIONS DE LA *Ministre Fry*

Selon des informations recueillies lors des débats à la Chambre des Communes, la ministre à la condition féminine, Hedy Fry, aurait affirmé qu'améliorer le système fiscal canadien pour les familles à revenu unique risquerait d'inciter les femmes à retourner «à leur cuisine». Il n'en fallait pas plus pour que l'AFEAS réagisse à de tels propos. Dans une lettre adressée à Mme Fry, nous rappelons que l'AFEAS réclame depuis longtemps la reconnaissance du travail invisible effectué par les femmes auprès des enfants. Nous refusons de mettre en opposition les femmes travailleuses rémunérées et non rémunérées. Une fiscalité qui respecte le choix des familles est une façon de reconnaître le travail accompli par les parents auprès de leurs enfants et, par le fait même, de lui donner une valeur au sein de la société. Les propos de Mme Fry sont d'autant plus surprenants qu'elle pilotait elle-même le dossier du travail invisible lors de la Conférence internationale des femmes à Beijing.

## L'AFEAS DE L'AN 2000

Depuis quelques semaines, la formule *d'activités Femmes d'ici* est présentée aux membres des conseils d'administration locaux. Elles se l'approprient, essaient d'en voir l'application chez elles, ce qu'elles peuvent retirer de ce produit renouvelé, etc.

Comme dans tout processus de changement, de l'insécurité, de la confusion et du stress se manifestent chez certaines membres qui ont «peu» de ne plus reconnaître leur association, sa mission, sa démocratie avec l'arrivée des *«activités Femmes d'ici»*.

**Peur de ne plus faire de l'AFEAS:** la perception voulant que les questions administratives actuellement traitées lors des rencontres mensuelles définissent notre mission est fautive. L'AFEAS, c'est l'éducation et l'action sociale. Ces questions, en étant traitées par le conseil d'administration local ou l'assemblée générale annuelle locale, permettront la réalisation d'activités rencontrant notre mission. Quant aux apprentissages «techniques» (utiliser des règles de procédure par exemple), la formation spécifique sera toujours présente pour les intéressées.

**Peur de perdre notre démocratie interne:** l'assemblée générale annuelle ne perd aucun pouvoir, définit les orientations dont le conseil d'administration élu démocratiquement devra tenir compte dans ses prises de décision. La vie démocratique se vivra différemment et permettra de dégager du temps pour les *activités Femmes d'ici*.

**Peur de perdre le pouvoir:** on assiste à un changement dans les niveaux de pouvoir et non pas à une perte de pouvoir pour les membres. On vise une meilleure participation, un meilleur partage des responsabilités.

Je vous invite donc, membres AFEAS, à assister à ces rencontres pour mieux connaître les *activités Femmes d'ici*. Informez-vous à votre secrétariat régional.

Johanne Fecteau  
commission de recherche provinciale



**P**ensée : On se régénère chaque jour, ou alors on ne vit pas.

### Contes philosophiques

J'écris un petit mot pour féliciter toute l'équipe de rédaction pour la pertinence des sujets traités dans la revue *Femmes d'ici*. J'aime beaucoup ma revue AFEAS.

Un arrêt de travail m'oblige actuellement à prendre du temps pour me soigner et me questionner sur mon engagement en tant que mère, infirmière, femme et présidente de l'AFEAS Bienville.

J'ai déniché au cours de mes nombreuses lectures, un très beau texte, tiré du livre «*Contes à guérir, contes à grandir*» de Jacques Salomé, publié aux éditions Albin Michel. Il s'agit d'un conte philosophique qui traite des relations interpersonnelles. J'en ai fait la lecture lors d'une assemblée mensuelle et plusieurs ont été émues.

Merci de m'avoir lu et au plaisir,

*Estelle Brunei*  
présidente, de l'AFEAS Bienville  
région St-Jean-Longueuil-Valley field

### Fond et forme

Je lis notre revue avec grand intérêt. L'équipe de rédaction et de collaboration est professionnelle. Elle présente des articles dont la qualité - fond et forme - nous rejoint. Elle dit de belle manière le dynamisme de notre association et nous en sommes fières.

Que cette dernière année du millénaire vous comble de santé, de sérénité et de ce qu'il y a de meilleur pour vous et les vôtres.

Bien cordialement,

*Jacqueline Paquet*  
AFEAS de Sayabec  
région Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

### Véhicule essentiel

Permettez-moi de vous féliciter pour la rédaction de la revue *Femmes d'ici*. C'est un véhicule essentiel d'informations pour nous toutes.

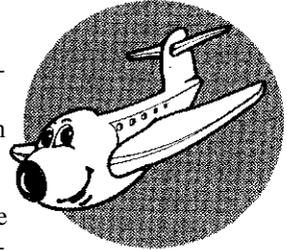
*Edith Bouchard*  
AFEAS Saint-Georges  
région Saguenay-Lac-St-Jean-  
Chibougamau

### Tour de ville en Avion

Quoi de mieux pour une «*Activité Femmes d'ici*» qu'un déjeuner-rencontre !

À l'automne dernier, dix-sept membres de l'AFEAS l'Ancienne-Lorette, avaient rendez-vous à l'Aviatrice. Notre groupe n'est pas passé inaperçu... Nous avons eu droit à un prix de présence ! Louise G. Asselin, Gisèle Cantin et Réjeanne Hamel ont gagné un «Tour de ville de Québec en avion». Tout un avant-midi n'est-ce-pas?

*Louise Boisvert, secrétaire*  
AFEAS de VAndenne-Lorette  
Région de Québec



Gagner un tour de ville en avion comme prix de présence, c'est une «méchante» récompense < Voilà une initiative à souligner. Tenir une rencontre dans un lieu différent et populaire, il fallait y penser ! À quand le ballon dirigeable au dessus du Québec avec l'inscription «*Bonjour amies de l'AFEAS*» ? Ayons de l'imagination : comme on le voit, rien n'est impossible !

## CONCOURS REI - A - A [iji. - n sB - M -

### Coupon de participation

Coupon de participation à compléter et à remettre à la secrétaire de votre AFEAS locale avant le 20 juin 1999 avec votre cotisation pour 1999-2000. // est inutile d'expédier votre coupon directement à la région ou au siège social. Les fac-similés ou photocopies ne sont pas acceptés.

Nom: \_\_\_\_\_

Numéro de membre: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Code postal: \_\_\_\_\_ téléphone: \_\_\_\_\_

Pn'x offerts par

♦ Les créations l'Q^r de l'île

♦ La boîte à Cadeaux

\*^handellerie (P)mpuis inc.

**Merci à toutes nos correspondantes de l'année 1998-1999.**

**Vos messages sont faits. Passez un bel été et revenez-nous en grande forme l'automne prochain ainsi que les 20 000 lectrices de la revue Femmes d'ici.**

**Continuez de nous écrire et de donner vos idées. Nous en avons besoin pour nous ressourcer.**

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- À quand remonte l'apparition du premier met glacé ?

2- Pouvez décrire une activité qui s'inscrirait parfaitement dans la catégorie des «activités Femmes d'ici»? (La réponse ne se trouve pas nécessairement dans la revue; il appartient à chacune de décrire une telle activité),

3- Nommez un sujet d'étude et un sujet d'art et culture du programme 1999-2000.

4- Quelle action l'AFEAS vous propose-t-elle de faire concernant la virage ambulatoire ?

5- Quel sera le montant de l'écart à combler dans le budget annuel de la revue Femmes d'ici sans la subvention du Programme d'aide aux publications (PAR) ?

## Gagnantes d'avril 1999

Mesdames Ruth Leblanc-Otis, AFEAS Lac Edouard, région Mauricie; Denyse T.-Mailloux, AFEAS Sainte-Sabine, région Richelieu-Yamaska; Gisèle Perron-Blanchet, AFEAS Saint-Luc, région Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau; Odette D.-Côté, AFEAS Isle-Verte, région Bas-St-Laurent- Gaspésie et Marie-Paule Jussaume, AFEAS Saint-Ours, région Richelieu-Yamaska.

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

*N.B.: Veuillez indiquer le nom de votre AFEAS locale ainsi que le nom de votre région. Merci!*

 **Secrétariats régionaux**

### Abitibi-Témiscamingue

Francine Clouâtre  
O.P. 7  
Fabre JOZ IZO  
819-634-4551

### Bas-Saint-Laurent-Gaspésie

Denise Côté  
49 St-Jean-Baptiste ouest  
Rimouski G5L 4J2  
418-723-7116

Centre du Québec  
Nicole Lemire  
205 Dorion  
Drummondville J2C 1T8  
819-474-6575

Estrie  
Monique Bellerose  
31 King ouest, #315  
Sherbrooke J1H 1N5  
819-346-7186

Hautes-Rivières  
Diane St-Jean  
189 Chemin Petit  
Cayamant, Lac Cayamant JOX 1YO  
819-463-2946

Lanaudière  
Francine Raynault  
121 rue St-Barthélémy Sud  
Juliette J6E 5N8  
450-/52-1999

Mauricie  
Angèle Lambert  
341 Berthélémy  
St-Léon JOK 2W0  
819-228-2578

Montréal-Laurentides-C  
Rita Villeneuve  
719, 17<sup>e</sup> Avenue  
Pointe-aux-Trembles H"  
514-645-7013

Québec-Chaudière-Appi  
Pauline Laflamme  
54 des Cyprès  
St-Rédempteur 66K 1B.  
418-836-5081

Richelieu-Yamaska  
Micheline Martin  
650 Girouard est, C.P. 3  
St-Hyacinthe J2S 7B8  
450-773-7011

Saguenay-Lac-St-Jean-Chibougamau  
Hélène Huot  
208 Deguen  
St-Gédéon GOW 2PO  
418-345-8324

Saint-Jean-Longueuil-Valleyfield  
Monique Ferrer  
1308 Rive Boisée  
Carignan J3L 1E3  
450-658-5859

### Rédactrice en chef

Christine Marion

### Rédactrices adjointes

Maryse Sylvain, Marie-Paule Godin  
et Hélène Lapointe

Couvertures/ infographie Daniel Lefrèsne  
Conseillère à la conception graphique/ Maryse Sylvain  
Montage/ Huguette Dalpé  
Photos/ Femmes d'ici  
Service des abonnements/ Ginette Hébert

La revue Femmes d'ici est publiée par l'Association Féminine d'Éducation et d'Action Sociale (AFEAS), 5999 rue de Marseille, Montréal (Québec) H1N 1K6 - (514) 251-1636 (téléphone) - (514) 251-9023 (télécopieur) - girard.afeas@sympatico.ca (courriel).

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) 5,75 \$ (TPS et TVQ incluses)  
Envoi de publication - Numéro de client 02163047

Dépôt légal  
Bibliothèque nationale du Québec 1999  
Bibliothèque nationale du Canada 1999  
ISSN 0705-3851

Impression : Imprimerie Berthier  
Mois de parution : juin 1999

Revue imprimée sur papier recyclé

## CONCOURS RENOUVELLEMENT

Prix de 500\$

Renouvelez votre cotisation d'ici le 20 juin 1999 et participez au tirage de cinq prix de 100\$ offert par *ChandellerieDupuis inc., La Boîte à cadeaux et Créations L'Or de l'Île.*

Pour participer, il suffit de remettre, *avant le 20 juin 1999*, à la secrétaire de votre AFEAS locale, le présent coupon dûment complété (*voir verso*) en même temps que votre renouvellement de cotisation 1999-2000. Votre secrétaire locale expédiera le tout (formulaire d'adhésion et coupon de participation) à la secrétaire régionale avant le 30 juin 1999.

Le tirage aura lieu en août prochain, dans le cadre du congrès provincial annuel de l'AFEAS, à Laval.

*Coupon de participation au verso*