

**Répertoire d'outils
pour
l'animation d'activités
éducatives**

Deuxième édition

L'R des centres de femmes du Québec

novembre 1996

Table des matières

Présentation

Outils d'animation:

Autonomie affective

Formation des bénévoles

Maternité

Minorités sociales et culturelles

Politique

Santé/corps/sexualité

Travail/économie

Violence

Divers

Vidéos

Documents

Personnes ressources

Fiches vierges

Présentation

C'est en novembre 1993 que la première version du répertoire a été réalisée afin de rendre utiles et visibles les outils que produisent les centres pour soutenir la réalisation d'activités éducatives pour les femmes. Nous voulions inciter les centres à sortir leurs outils des tiroirs afin d'en faire profiter les autres.

Sachant que ce type de catalogue pouvait vite être périmé, nous l'avons conçu de façon à être mis à jour périodiquement. Trois ans plus tard, c'est ce que nous avons fait, bonifiant ainsi la version originale d'une trentaine de nouveaux outils, en plus des nouvelles parutions de documents et vidéos. Afin de conserver cette bonne habitude, nous vous invitons à nous faire parvenir **régulièrement** une description des outils que vous produisez. Vous trouverez à la fin du document des fiches vierges à cet effet.

Mode d'emploi

- Perforez les feuilles et insérez-les dans un cartable à anneaux
- Séparez le document ainsi:
 - outils d'animation par thématique (9)
 - vidéos
 - documents
 - personnes ressources
 - fiches vierges

Présentation de chaque section

OUTILS D'ANIMATION

Dans cette section vous trouverez deux types d'outils:

- guide d'animation
- canevas d'animation

Le guide

Le guide est un outil complet qui présente l'orientation, les objectifs, le déroulement et des consignes pour faciliter l'animation d'une activité.

Le canevas

Le canevas c'est plutôt un ordre du jour accompagné de quelques commentaires et références. Les informations sur le déroulement peuvent être complété directement par téléphone avec la personne qui anime cette activité.

VIDÉOS

Nous ne présentons que les vidéos produits par les centres de femmes. Nous vous suggérons de vous procurer les catalogues publiés par l'ONF, Vidéo-Femmes et le Groupe d'intervention Vidéo (GIV) pour compléter cette liste, dont voici les adresses:

Groupe intervention vidéo (GIV)

C.P. 96, Suce. E
Montréal (Québec)
H2T3A5
Tel: (514)271-5506

Office national du film (ONF)

1564, rue St-Denis
Montréal (Québec)
H2X3K2
Tel: (514) 283-4823

Vidéo-Femmes

700 rue du Roi
Québec, Québec
G1K 2X7
tel: (418)529-9188
fax: (418)648-9201

DOCUMENTS

Les documents présentés dans cette section n'ont pas nécessairement un lien direct avec l'animation d'activités éducatives, mais nous pensons qu'ils peuvent être des outils de référence très utiles.

PERSONNES RESSOURCES

Évidemment nous ne pouvons fournir une liste de personnes ressources à la grandeur du Québec. Chaque centre a sa propre banque de personnes ressources. Pourquoi ne pas en faire profiter les centres de votre région?

FICHES VIERGES

À utiliser au besoin.

N'oubliez pas de faire parvenir à l'R une fiche pour chaque nouvel outil ou document que vous produisez. N'attendez pas! Faites-le au fur et à mesure.

L'R des Centres de femmes du Québec

4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J 2K8
tel: (514) 843-8156
télécopieur: (514) 843-9459

Outils d'animation

Outils d'animation

Autonomie affective

Accepter mes limites

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):**
- Etre capable d'identifier mes limites.
 - Apprendre à se montrer moins exigeante pour soi.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 21/2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Qu'est-ce que ça veut dire, accepter ses limites: discussion.
- Identifier ses limites et les respecter: exercice.
- S'aimer et se connaître: exercice "Qui suis-je".

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Affirmation de soi

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de 8 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: La Passerelle

- Objectif(s):
- Prendre conscience de ses besoins.
 - Apprendre à reconnaître et à faire respecter ses droits, ses intérêts tout en respectant les autres.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 8 rencontres de 2 heures

Variantes:

Description

Ce guide explique en détail le déroulement des rencontres ainsi que les exercices et les discussions sur les sujets suivants:

- Définir l'affirmation de soi.
- Décrire les rôles familiaux et sociaux liés aux stéréotypes sexistes sur les femmes.
- Différencier les attitudes et comportements affirmatifs, passifs et agressifs.
- Identifier les situations dans lesquelles on ne s'affirme pas.
- Reconnaître ce qui nous empêche de nous affirmer.
- Se donner le droit à la colère.
- Identifier l'image qu'on a de soi.
- Apprendre à recevoir et à donner un compliment.
- Apprendre à exprimer ses demandes et à dire non.
- Identifier les moyens pour s'affirmer.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 305, C.P. 69
Weedon (Québec)
JOB 3J0
(819) 877-3423

Age idéal (L')

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s):

- Défaire le mythe de la jeunesse éternelle et obligatoire.
- Apprendre à s'aimer avec ses rides.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Aspects pratiques

Durée de l'activité: 21/2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Présentation du thème: Y'a-t-il un âge idéal (tour de table).
- Les âges de la vie: Voir ce qu'il y a de positif et de négatif dans chaque étape de vie (exercice individuel et partage en groupe).
- L'âge idéalisé: Prendre conscience du mythe de la jeunesse renforcé par la société. Exercice: à l'aide de revues, trouver des photos représentant les différents âges de la vie d'une femme, faire le décompte, faire un parallèle dans les films, téléromans et publicités.
- Mon âge à moi: faire ressortir, dans un tour de table, ce qu'il y a de positif chez moi maintenant.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Amour... à quel prix? (L') (1988)

Type d'Outil: Film

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: L'Office national du film (Sophie Bissonnette, réalisatrice)

- Objectif(s):
- Mieux comprendre la situation des femmes cheffes de familles.
 - Identifier et analyser les contraintes structurelles, économiques et sociales qui pèsent sur les rapports homme-femme dans le couple et qui mènent les femmes à la pauvreté
 - Montrer comment les choix personnels d'une femme se font toujours en fonction de la position des femmes en général.
 - Amener les femmes à prendre conscience de leur propre situation, et leur en redonner le contrôle.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: film: 65 min.

Variantes: disponible en film ou en vidéo

Description

- "L'Amour... à quel prix?" démontre la difficulté pour les femmes à négocier l'amour et l'argent dans leur relation de couple, comment concilier leurs projets d'autonomie et leur vie amoureuse.
- Le film propose trois modèles différents de femmes, des femmes qui, face aux mêmes contraintes structurelles et au modèle idéologique proposé par la société, prennent des options différentes.
- Le film et le vidéo sont disponibles pour vente ou location dans tous les bureaux régionaux de l'Office national du film.
- (Relais-femmes a produit un guide d'animation qui accompagne ce film - pour information voir la description à la page 4).

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'Office national du film

Chicoutimi: (418) 543-0711, Montréal (514) 283-4823,

Québec (418) 648-3852, Rimouski (418) 722-3086,

Rouyn-Noranda (819) 762-6051,

Trois-Rivières (819) 372-4630

Amour... à quel prix? (L') (1988)

Type d'Outil: Guide d'animation (22 p.) pour accompagner le film du même titre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par. Relais-femmes

Objectif(s): «Mieux comprendre la situation des femmes cheffes de famille de leur propre point de vue.

- Identifier et analyser les contraintes structurelles, économiques et sociales qui pèsent sur les rapports homme-femme dans le couple et qui mènent les femmes à la pauvreté

- Montrer comment les choix personnels d'une femme se font toujours en fonction de la position des femmes en général.

- Amener les femmes à prendre conscience de leur propre situation, et leur en redonner le contrôle.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: film: 65 min.

Variantes:

Description

- Une démarche d'animation est suggérée ainsi que des tâches reliées à l'organisation de l'activité autour du visionnement du film.
- Une grille d'analyse du film est proposée dans laquelle on trouve des questions à poser aux participantes (telles Quel est le *prix à payer*? Est-ce une situation inévitable?...).
- Le guide compte aussi une liste de ressources complémentaires (autant des livres et revues que des films et vidéos).
- (Pour information sur le film voir la description à la page 3.)

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Relais-Femmes de Montréal
1265 rue Berri, Bureau 910
Montréal, Québec
H2L4X4
(514) 844-4509

Amour toujours l'amour (L')

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s): Se questionner sur la place que prend l'amour dans nos vies.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Fabrication d'une affiche en équipe de 3: vision de l'amour à 20 ans et maintenant, partage en groupe.
- Mon histoire d'amour: Discussion autour des thèmes suivants:
 - mes premières relations amoureuses
 - mon modèle de relations
 - mon expérience aujourd'hui
- La vie affective des femmes: exposé et échanges.
- "Le coeur de Mme Chose".
- Mes amours et moi:
 - par qui ou par quoi est rempli l'espace affectif dans ma vie?
 - quelles sont mes grandes peurs?
 - quels comportements, elles entraînent?
 - à qui je m'identifie dans mes amours: à moi ou à l'autre, ou moi dans l'autre?
- Le couple revu et corrigé:
 - Le couple est-il un lieu privilégié d'échanges ou un noyau où gravite tout l'univers?
 - Cette vision nous isole-t-elle? Par quoi on peut la remplacer?

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Antidote

Type d'Outil: Guide d'animation pour 2 programmes

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre des femmes du Témiscouata

Objectif(s): Programme 1, "Une quête d'identité": Prendre conscience de la socialisation chez les femmes et accroître leur estime et leurs capacités affirmatives.
Programme 2, "Une quête d'amour": Augmenter le degré d'autonomie des femmes dans leurs relations affectives en trouvant un sens à leur vie et une plus grande maîtrise de soi.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 10 renc., de 3 hres
par programme

Variantes:

Description

Le guide de 524 pages traite de la philosophie de l'intervention féministe et de conscientisation. Chaque rencontre est expliquée clairement et offre une vaste et importante banque d'outils: illustrations, personnages, textes, chansons, poésie, jeux, tests, etc... La quantité offre un grand choix à l'animatrice pour faciliter la compréhension et l'expérimentation des concepts par les participantes.

Sujets traités: estime, confiance, affirmation, colère, relations avec les autres, spiritualité, etc...

Antidote se relève l'outil indispensable des formatrices désireuses d'offrir une formation sur mesure en autonomie affective.

Le guide est accompagné de deux fiches, deux cahiers de participantes et d'un jeu de cartes.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de Femmes du Témiscouata

C.P. 427

Cabano, Qc

G01 1E0

Tel: (418) 854-2399 Télécop.: (418) 854-7160

Autonomie affective

Type d'Outil: Guide d'animation d'une rencontre
(10 pages)

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre des femmes de Shawinigan

- Objectif (s):
- Permettre aux femmes de prendre conscience de la dimension sociale de leur condition.
 - Prendre contact entre elles et développer un climat de confiance.
 - S'exprimer sur leur vécu.
 - Identifier des moyens pour devenir moins dépendante.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 1 1/2 à 2 heures

Variantes:

Description

- Il s'agit d'un guide d'animation d'une rencontre sur l'autonomie affective et financière. Le guide propose le déroulement de la rencontre et inclut des textes de réflexion ainsi que des conseils pour l'animatrice.
- Déroulement de la rencontre:
 - Activité d'éveil: questions et définitions sur l'indépendance et l'autonomie
 - Activité no. 1: lecture d'un texte sur la dépendance et l'autonomie et période de discussion
 - Activité no. 2: a.) tempête d'idée et brève discussion sur les avantages et désavantages de la dépendance et de l'autonomie, b.) se questionner individuellement sur ce qu'on peut faire pour devenir plus autonome, c.) discussion sur l'autonomie financière
 - Conclusion et évaluation de la rencontre

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Chanceuses! (Les)

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session
(plus de 200 pages)

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Les services d'éducation des adultes de la Commission scolaire régionale de Chambly

Objectif(s): Pour les participantes:

- Aider les participantes dans leurs démarches de prise en charge d'elle-même et de leurs conditions de vie.

Pour les animatrices:

- Faciliter leur action avec les femmes.

Aspects pratiques ~

Nombre de participantes: 10 maximum

Coût:

Durée de l'activité: 15 rencontres de 3 heures
(ou sessions intensives)

Variantes: Chaque thème peut être utilisé indépendamment l'un de l'autre selon le besoin qui émerge.

Description

- Cette session vise les femmes qui vivent une séparation ou un divorce et également les femmes cheffes de famille monoparentale.
- La documentation inclut des guides pour les animatrices, des cahiers pour les participantes et un cahier d'évaluation.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Services d'éducation des adultes de la Commission scolaire régionale de Chambly au (514) 670-3130.

Colère (La)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Identifier nos colères.
 - Présenter la colère comme une émotion comme les "autres".
 - Vivre sainement ses colères.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2½ heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Identifier nos sentiments versus la colère: par un remue-méninges, dire les mots qui nous viennent.
- Prendre conscience des méfaits de la colère refoulée (tableau élastique de la colère, les conséquences de la colère refoulée, voir comment nos colères réprimées se vivent).
- Prendre conscience que la colère peut être une bonne émotion (trouver les conséquences positives à vivre sa colère, comment vivre une colère "saine" sans détruire, échanges de moyens, textes support).

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Environnement favorable pour le mieux-être des femmes

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de 6 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Réseau des femmes du sud de l'Ontario

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 6 rencontres

Variantes:

Description

Ce guide explique en détail le déroulement de six rencontres sur:

- l'affirmation personnelle
- l'affirmation sociale
- le phénomène du pouvoir
- dire sa parole
- mon environnement
- agir pour mieux réaliser mon mieux être

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de recherche et de ressources pour femmes
Collège Glendon - Manoir 301
2275, avenue Bayview
Toronto, Ontario M4N 3M6
(416) 487-6794

Estime de soi (L')

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Augmenter son estime de soi.
 - Réfléchir à des moyens pour avoir de l'estime de soi.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Amorcer le thème: remue-méninges.
- Savoir si nous avons confiance en nous: test "Avez-vous confiance en vous?"
- Connaître les éléments qui nous amènent une basse estime de soi: recette pour avoir une basse estime, questionnements.
- Connaître les éléments d'une bonne estime: faire sa propre recette, se donner des moyens.
- Développer une image positive de soi: exercice "mes réussites", lire la déclaration d'estime de soi.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Etes-vous une amoureuse féministe?

Type d'Outil: Outil d'animation (quiz de 3 pages)

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: **Françoise Guénette et Ariane Emond**

Objectif(s): • Réfléchir sur l'amour hétéro et les féministes d'une façon rigolo.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

• Il s'agit d'un quiz rigolo, sur l'amour hétéro et les féministes, pour dire et rire de nos contradictions; parce que nous ne pouvons être conséquentes 24 heures sur 24.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'R des Centres de femmes du Québec

4230 rue St-Denis

Montréal, Québec

H2J 2K8

(514) 843-8156

Etre positive

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s): • Découvrir ce qu'est la pensée positive.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Définir la pensée positive: se faire une définition avec un photo-langage.
- Connaître la pensée positive: exposé.
- Découvrir les obstacles qui nous empêchent d'être positives: source.
- Se développer une image positive de soi-même: jeu "mes réussites"
- Se donner des trucs pour avoir une pensée positive: tour de table, textes supports.
- Pensée positive ou pensée magique qui cache la réalité?: discussion sur cette phrase.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Femmes de 40 ans et plus (Les) (1986)

Type d'Outil: Guide d'animation d'un groupe de connaissance de soi (237 pages)

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre des femmes de la Basse-Ville de Québec

Objectif(s): Aider à former des groupes de connaissance de soi qui, en plus de tenir compte de l'âge des participantes, collent à leur réalité quotidienne et à leur culture en favorisant l'expression, l'analyse et le dépassement de certaines situations vécues.

Il s'agit d'un outil adapté et inventé pour être cohérent avec l'approche de l'intervention féministe conscientisante et respectueux de la culture des participantes.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 5-12

Coût:

Durée de l'activité: 10 rencontres de 2 heures et demi

Variantes:

Description

- Le guide d'animation propose un cheminement en trois grandes étapes comprenant le canvas d'animation de chaque rencontre:

- Bloc 1 - opération miroir: amener les femmes à prendre conscience de ce qu'elles sont à partir de différentes composantes de l'identité, amener un questionnement sur le pourquoi de la situation actuelle, déculpabiliser les femmes par rapport aux problèmes qu'elles vivent en favorisant une prise de conscience de l'aspect collectif et social de leur situation (passer du je au nous).

- Bloc 2 - le tour de mon jardin: favoriser l'expression d'un vécu particulier en fonction des thèmes choisis par les participantes, collectiviser le vécu d'oppression exprimé, amener les femmes à définir ce qu'elles veulent et peuvent vivre en fonction de leur réalité psychologique, familiale, économique et sociale.

- Bloc 3 - et maintenant?: amener les femmes du groupe à clarifier pour elles-mêmes ce que devraient être leurs priorités de changement dans leur vie actuellement, identifier avec les femmes les ressources susceptibles d'assurer une continuité à leur démarche, individuellement et collectivement.

- Une banque d'outils est élaborée (ces outils sont visuels et font appel à la participation et la créativité). Ils sont classés par les catégories suivantes: jeux et exercices à thèmes, exercices de

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes de la Basse-Ville de Québec
258 rue Bédard
Québec, Québec
G1K 1H7
(418) 648-9092

Gérer mon temps: job, chum, enfants...et moi?

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de 10 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Maison des femmes de Drummondville

Objectif(s): Permettre aux femmes en emploi ou qui désirent occuper un emploi de:

- Prendre le temps de se regarder
- Prendre le temps de s'informer
- Prendre le temps pour agir

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 12

Coût:

Durée de l'activité: 10 rencontres de 2h30

Variantes:

Description

- le rencontre: Accueil. Je fais connaissance.
- 2e rencontre: Besoin. J'ai des besoins.
- 3e rencontre: Communication. Je communique.
- 4e rencontre: Rôles et stéréotypes. Je joue.
- 5e rencontre: Valeurs. J'ai de la valeur.
- 6e rencontre: Autonomie. Je gagne.
- 7e rencontre: Stress. Je contrôle.
- 8e rencontre: Organisation. Je m'organise.
- 9e rencontre: Discrimination/Harcèlement sexuel. Je prend ma place.
- 10e rencontre: Bilan: Être bien dans sa peau. Je suis...je serai.

Des exposés théoriques, choc des idées (brain storming), discussions de groupes, mises en situation, exercices individuels et en groupe, textes à réflexion, vidéo.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des Femmes de Drummondville
102, rue St-Georges
Drummondville (Québec)
J2C 4G7
(819) 477-5957

Pause santé-mentale

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session
de 10 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre des femmes de Shawinigan

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 10 rencontres

Variantes:

Description

- Cette session porte sur la santé mentale des femmes et traite les sujets suivants: la dépression, la culpabilité, la sexualité et sensualité, la dépendance affective et l'autonomie, la communication, la colère et l'écoute de soi.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Pour s'en sortir

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session
de 7 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s): • Permettre aux participantes de vivre une solidarité entre femmes, ce qui leur fournira le support nécessaire pour effectuer des choix et des changements en elles et dans leur environnement.
• Donner aux participantes l'information et les outils nécessaires pour aller chercher en elles-mêmes les ressources dont elles ont besoin.
• Amorcer une démarche de conscientisation qui débouchera sur la participation à d'autres activités ou sur leur implication dans différents milieux communautaires.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 7 rencontres de 3 heures chacune

Variantes:

Description

- le rencontre: "Je fais connaissance" (présentations, se donner un défi à réaliser d'ici la fin de la démarche)
- 2e rencontre: "Je me reconnais" (perception de notre corps, perception de nos rôles sociaux, et conditionnements)
- 3e rencontre: "J'exprime mes besoins" (faire ressortir nos besoins par rapport aux besoins de notre entourage, théorie des besoins de Maslow, trouver des moyens concrets pour satisfaire mes besoins)
- 4e rencontre: "Je vis avec les autres" (faire le portrait de nos relations, comment je suis maintenant avec les autres)
- 5e rencontre: "Je m'affirme" (définir l'affirmation, différencier l'affirmation de la colère et de la soumission, identification d'une situation où je ne m'affirme pas, trouver les éléments pour s'affirmer, construire sa propre stratégie d'affirmation)
- 6e rencontre: "Je communique" (définir les éléments d'une bonne communication, prendre conscience des différentes perceptions de chacune, les messages je, mécanismes de la communication)
- 7e rencontre: "Je fais des changements" (identifier les changements que l'on désire, prendre conscience de la force des femmes, renforcer les liens entre les femmes du groupe évaluation)

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Prendre soin de moi

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s):

- Prendre conscience du peu de place qu'on se réserve.
- Se donner du temps à soi.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Accepter de se faire plaisir, ça veut dire quoi: discussion, facile ou difficile?
- Saisir l'importance de prendre soin de soi: texte support et discussion.
- Le temps que je me réserve. Dans un premier temps, remplir une grille de temps réelle pour une semaine et voir le temps qui je me donne pour moi. Dans un deuxième temps refaire l'exercice en m'accordant du temps. Discussion sur l'exercice.
- Des façons de prendre soin de moi: faire une liste.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Question de compétences (1989)

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session
(37 pages)

Catégorie: Autonomie affective

Produit par. Relais-femmes

Objectif(s):

- Aider les femmes à valoriser leur bagage personnel et à se faire respecter par leur entourage.
- Permettre aux femmes de développer plus de confiance en elles.
- Permettre aux femmes de reconnaître leurs compétences et d'envisager des projets d'avenir.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 12

Coût:

Durée de l'activité: 8 rencontres de 2 heures

Variante: Il est possible d'adapter l'horaire pour faire des rencontres de 3 heures.

Description

- Ce guide a été conçu pour être utilisé conjointement avec la trousse "Question de compétences" sur le travail et les femmes (voir section Travail/économie). Il s'agit d'une adaptation de la démarche pour couvrir le sujet plus large de l'autonomie des femmes.
- La session se divise en trois blocs ayant les objectifs suivants:
 - Valoriser ses expériences de travail rémunéré ou non.
 - Se reconnaître des compétences précises sur lesquelles elles peuvent s'appuyer pour développer leur autonomie.
- Acquérir la certitude que ses compétences génériques fortes, développées par le travail au foyer et tout autre type de travail, peuvent servir dans ses projets d'avenir et être en mesure de les faire valoir auprès de son entourage.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Relais-femmes de Montréal
1265 rue Berri, Bureau 910
Montréal, Québec
H2L4X4
(514) 844-4509

Rencontre sur les peurs

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session
de 5 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre des femmes de Shawinigan

Objectif(s): • Dénouer nos peurs.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 5 rencontres

Variantes:

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:
Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Savoir communiquer

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session
de 4 rencontres

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Apprendre à communiquer de façon positive et affirmative.
 - Comprendre les mécanismes de la communication afin de les utiliser efficacement.
 - Être capable de se servir de la communication comme outil de développement.
 - Apprendre à maîtriser la parole en public.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 4 rencontres de 3 heures chacune

Variantes:

Description

- le rencontre: "Mécanismes" (principes de base, perceptions différentes, façons de communiquer, qualités essentielles d'une bonne communication, comment les femmes communiquent?)
- 2e rencontre: "L'écoute" (les niveaux de discussion, changements de rôle, empathie, vérification du contenu, expression des sentiments, limites de l'écoute active)
- 3e rencontre: "Messages 'Je'" (explication du message, s'appropriation des messages je, approfondir les messages je affirmatifs)
- 4e rencontre: "Parler en public" (évaluer nos forces et faiblesses, maîtriser la parole en public, augmenter sa confiance en soi, se relaxer avant l'entrée en scène, reconnaître ses atouts, se donner des objectifs à court, moyen, long terme, évaluation générale)
- Des mises en situation, des exposés, des exercices pratiques, des "sketchs" et des jeux sont parmi les moyens pédagogiques suggérés.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Tant de femmes - affirmation de soi -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et
cassette audio

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francis

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variantes: Une trousse d'animation comprenant 8 cassettes thématiques, un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Une retraite, ça se prépare

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de formation

Catégorie: Autonomie affective

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif (s):
- Identification des craintes face à la retraite.
 - Prise de conscience de l'importance d'une bonne préparation.
 - Stratégies à développer pour une retraite réussie

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 12 heures

Variantes:

Description

- Cette session se divise en quatre temps:
 - 1) Le processus de vieillissement (comment "je sens" la retraite, mes craintes face à cette nouvelle étape de vie, ce que j'attends des années à venir)
 - 2) Le bien-être du corps et de l'esprit (mes nouveaux besoins en alimentation, j'apprends à vaincre le stress, comment je résous mes problèmes d'insomnies)
 - 3) La planification financière (le patrimoine familial et moi, je m'adapte à un autre niveau de vie [rentes], je pense à ma succession [testament])
 - 4) M'en sortir gagnante (j'apprends à faire face aux changements affectifs et sociaux, je prévois une nouvelle vie de couple, je pense loisirs)

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Outils d'animation

Formation des bénévoles

Action collective

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session
de 2 jours

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: L'R des Centres de femmes du Québec

Objectif(s):

- Amorcer une réflexion sur la pertinence d'utiliser l'action collective dans nos stratégies visant des changements sociaux.
- Définir l'action collective plus spécifiquement dans le cadre des objectifs féministes des centres de femmes (démarche d'autonomie des femmes¹ et amélioration de leurs conditions de vie, changement des lois et des mentalités, etc.)
- Outiller les Centres pour faire de l'action collective particulièrement des pressions collectives et des luttes, simplement et efficacement.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 jours

Variantes:

Description

- Éléments du contenu:
 - Bref rappel historique du mouvement des femmes
 - Présentation de la définition de l'action collective
 - Analyse de l'action collective comme outil d'intervention féministe
 - Présentation du film "Une histoire de femmes", illustrant une action collective
 - Présentation des différentes étapes d'organisation d'une action collective: pressions collectives et luttes

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'R des Centres de femmes du Québec
4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J2K8
(514) 843-8156

Animation d'un groupe restreint

Type d'Outil: Canevas d'animation de 2 ateliers

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Permettre aux bénévoles d'animer les comités.
 - Les rassurer sur leurs compétences d'animatrices.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 6 heures (2 ateliers de 3 heures)

Variantes:

Description

Contenu de la première rencontre:

- Comprendre les étapes d'une bonne préparation: mise en situation et clarification par l'animatrice.
- Voir ensemble toutes les étapes d'une bonne réunion: exposé et exercices pratiques.
- Être animatrice: définir les caractéristiques d'une animatrice. Mes atouts comme animatrice: exercice.
- Caractéristiques d'une réunion réussie: exercice pratique.
- Remise de textes support.
- Devoir: préparation de la mise en situation (choisir un thème d'après une mise en situation pigée au hasard, la préparer)

Contenu de la deuxième rencontre:

- Jouer les mises en situation. En faire l'évaluation.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Bénévolat, un débat à faire (Le) (1985)

Type d'Outil: Trousse d'animation

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Institut canadien d'éducation des adultes

Objectif (s):

- Réfléchir sur l'action volontaire dans des organismes populaires.
- Tracer un portrait des enjeux de l'action volontaire, son impact, les stratégies gouvernementales face à l'action volontaire, etc.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

- La trousse d'animation contient:
 - Une bibliographie de documents portant sur différents aspects de l'action volontaire
 - Un texte produit par l'ICEA et intitulé "Le bénévolat: un débat à faire" (15 pages)
 - Le texte L'action volontaire en période de crise de Louise Desmarais
 - Le texte Crise de la redistribution étatique et financement des organisations populaires de Pierre Hamel
 - Le texte Les femmes et le bénévolat de Marie Letellier (27 pages)
 - Un jeu-questionnaire présentant des informations empiriques sur l'état du bénévolat
 - Des grilles d'animation qui s'adressent aux groupes populaires (2 rencontres: de 6 heures et 3 heures), bénévoles (2 rencontres: de 6 heures et 3 heures), syndicaux (1 rencontre de 3 heures) et aux groupes de femmes (2 rencontres: de 6 heures et 3 heures).
 - Une feuille compte-rendu ou réactions des rencontres à organiser

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Institut canadien d'éducation des adultes
5225 Berri, Bureau 300
Montréal, Québec
H2J 2S4
(514) 948-2039

Communications avec les médias

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un atelier

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s): «Aider les bénévoles dans leur travail de promotion.

- Maîtriser différentes techniques de promotion.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 3 rencontres de 3 heures chacune

Variantes:

Description

Contenu:

- le rencontre: La promotion, un outil à connaître
 - buts, avantages, outils, planification, règles
 - ~ relations avec les médias
 - messages non sexistes, racistes, etc.
 - si on a des plaintes...
- 2e rencontre: Bien faire passer ses idées
 - le communiqué de presse
 - lettre du lecteur
 - article de fond
 - illustrations (la prise de photos, trucs à connaître)
- 3e rencontre: Les outils promotionnels
 - production d'outils promotionnels (dépliant, circulaires, autres)
 - mise en page et graphisme

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

De l'isolement aux solidarités (1992)

Type d'Outil: Guide pratique sur l'intervention
féministe (48 pages)

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: L'R des Centres de femmes du Québec

Objectif(s): • Servir d'outil pratique et concret pour les animatrices et intervenantes des centres et d'autres groupes de femmes afin d'aider les femmes à sortir de leur isolement.
• Reprendre et souligner les principes de base de l'intervention féministe¹ en mettant l'accent, de façon particulière, sur l'action collective.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 5\$ plus les frais d'envoi

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

- Les objectifs de l'intervention féministe sont élaborés (développer une nouvelle définition des problèmes vécus par les femmes, permettre aux femmes d'augmenter l'estime de soi, exprimer ses besoins, ses désirs et sa colère, prendre des décisions, le droit au plaisir, le changement social, travailler ensemble) et une analyse du type d'intervention pratiqué dans les centres de femmes est effectuée.
- Les outils d'intervention nécessaires pour atteindre les objectifs de l'intervention féministe sont également énumérés (démystifier le rôle "d'expert", viser l'action, divulguer son orientation, établir un contrat clair, viser l'engagement personnel de l'intervenante).
- Une partie du document est consacrée à l'action collective, moyen privilégié par les centres de femmes. L'action collective est définie comme étant tous les gestes posés collectivement pour sensibiliser et changer les mentalités, pour revendiquer des droits ou pour dénoncer des discriminations. Plusieurs exemples d'actions collectives sont cités et les sept étapes du processus de l'action collective sont énumérées et expliquées.
- De plus, ce guide comprend un bibliographie comprenant plusieurs (19) ouvrages traitant la question de l'intervention féministe.

Four information ou pour obtenir une copie du document:

L'R des Centres de femmes du Québec
4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J 2K8
(514) 843-8156

Des outils pour l'action communautaire 1983

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de
51-66 heures (environ 250 pages)

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Direction générale de l'éducation des adultes (Ministère de l'éducation du Québec)

- Objectif(s):
- Permettre aux femmes de découvrir que l'action est un moyen privilégié, une forme d'apprentissage tant au plan individuel que collectif.
 - Favoriser une réflexion critique et une structuration de leur expérience d'engagement en vue d'augmenter leur efficacité dans l'action.
 - Habilitier les femmes à utiliser des outils appropriés aux diverses situations ou problèmes qu'elles rencontrent dans l'action.
 - Favoriser la solidarité et la concertation.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: frais de photocopies plus
frais postaux

Durée de l'activité: 51 heures

Variantes: Il est également possible de faire une session de 66 heures seulement.

Description

- Ce programme a été préparé à l'intention des femmes engagées dans leur milieu.
- Il s'agit d'un programme d'initiation au fonctionnement d'un groupe d'action.
- Les séquences sont les suivants: contact (3 heures), femmes et engagement collectif (3 heures), les quatre dimensions d'un groupe (6 heures), l'orientation (6 heures), l'action (12 heures), la pédagogie (6 heures), l'organisation (6 heures), ouvert (6 heures), évaluation (3 heures).
- Les modules facultatifs sont les suivants: statut juridique (3 heures), procédures des assemblées délibérantes (6 heures), les règlements généraux (6 heures)
- Ce document a été épuisé mais il est possible d'obtenir une photocopie chez l'IR des centres de femmes du Québec.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'IR des Centres de femmes du Québec
4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J2K8
(514) 843-8156

Formation sur le projet éducatif des centres de femmes

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de
2 jours

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: L'R des Centres de femmes du Québec

- Objectif(s):
- Définir le projet éducatif des Centres de femmes.
 - Réfléchir sur son orientation féministe.
 - Découvrir des moyens et des outils pour le développer.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 jours

Variantes:

Description

- Le contenu de la première journée:
 - ~ une typologie des groupes d'action
 - ~ définitions des mots clés
 - le projet éducatif des Centres de femmes (une pédagogie active et féministe)
- Le contenu de la deuxième journée:
 - ~ les objectifs et la planification d'une activité éducative
 - la campagne publicitaire d'une activité éducative.
 - l'élaboration d'un processus d'évaluation d'une activité éducative
 - la foire aux pratiques (présentation de la bibliographie et du projet de catalogue d'outils produits par les Centres de femmes)

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'R des Centres de femmes du Québec
4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J2K8
(514) 843-8156

Gestion alternative d'un centre de femmes (1988)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session de formation

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Nicole Dubois

- Objectif(s):
- Augmenter chez les participantes les connaissances en gestion, en planification, en travail de groupe et au niveau de la dynamique des relations interpersonnelles.
 - Permettre aux participantes l'apprentissage d'un processus rationnel et alternatif de travail.
 - Permettre le transfert des acquis dans d'autres secteurs de leur vie et par conséquent augmenter leur employabilité.
 - Augmenter le pouvoir des participantes sur leur vécu.
 - Augmenter l'efficacité dans le travail communautaire.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 45 heures

Variantes:

Description

- Cette formation vise la participation des militantes des centres de femmes oeuvrant dans différents comités.
- Il s'agit d'une initiation aux concepts de système (ressources, activités, résultats, évaluation, distribution), de planification (analyse, priorités...) d'objectifs, du plan d'action, de contrôle et d'évaluation.
- On y aborde aussi la gestion du temps, le sens de la militance, la dynamique des relations interpersonnelles, la résolution de conflits et le processus démocratique.
- Cette formation est basée sur la pédagogie de l'expérimentation.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes du Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec GOL 1E0
(418) 854-2399

Gestion et fonctionnement des centres de femmes (1990)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session
de formation de 2 jours

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: L'R des Centres de femmes du Québec

Objectif (s): • Faciliter et rendre plus efficace le travail de gestion et d'organisation dans les Centres de femmes, en:
— favorisant une réflexion critique et une structuration de l'expérience déjà acquise;
— habilitant les membres des conseils d'administration ou collectifs et les intervenantes des centres, à utiliser des outils appropriés aux diverses situations ou problèmes qu'elles rencontrent dans la gestion et l'organisation d'un centre
— suscitant la solidarité, la concertation et l'échange entre les membres de C.A. ou collectifs et les travailleuses des Centres d'une même région.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 jours

Variantes:

Description

- Le contenu de la première journée:
- les quatre dimensions d'un Centre de femmes (pourquoi, quoi, comment, qui): travail en ateliers
 - la démocratie dans les Centres, c'est quoi au juste?: exercice individuel et plénière
 - les instances démocratiques dans un Centre de femmes: ateliers et plénière
- Le contenu de la deuxième journée:
 - la gestion et le fonctionnement dans un Centre de femmes: exposé-échanges, ateliers, plénière
 - la gestion financière: exposé-échanges
 - les rapports avec les employées: exposé-échanges
 - l'évaluation: exposé-échanges
 - les situations problématiques: atelier, plénière

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'R des Centres de femmes du Québec
4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J2K8
(514) 843-8156

Guide d'animation à l'intention des groupes d'entraide

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Lucie Brault

Objectif(s): •Outiller les personnes qui forment et animent des groupes d'entraide

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 10\$

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

Guide concret et pratique qui donne des moyens simples pour éviter les pièges les plus courants, pour régler facilement les petits problèmes avant qu'ils ne s'amplifient et pour dégager des pistes favorisant un meilleur épanouissement des personnes.

Une section "notions" à connaître est incluse dans le guide afin de mieux outiller la personne qui anime dans sa compréhension de la façon d'être et de réagir des êtres humains.

Les "fiches de travail" donnent des exemples concrets d'exercices de mise en situation servant de point de départ à un échange fructueux sur ce que l'on découvre de soi tout en ayant du plaisir.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre-femmes Catherine Leblond
222, rue Jean Rioux, C.P. 1798
Trois-Pistoles (Québec)
GOL 4KO
(418) 851-3178

Intégration au comité de régie (C.A.)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une rencontre

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Informer les nouvelles sur la vie et le fonctionnement du centre.
 - Expliquer l'intervention féministe pratiquée au centre.
 - Comprendre la gestion féministe d'un centre de femmes.

Aspects pratiques

Aspects des participantes:

pratiques

Durée de l'activité: 6 heures

Variantes:

Description

Contenu:

- Intervention féministe, c'est quoi?
 - photo-langage: perception de notre féminisme
 - définition: manteau rose du féminisme
- les principes: grille d'analyse de l'intervention féministe
- Intégration de cette vision dans notre quotidien
 - les principes appliqués dans notre quotidien de centre
- gestion féministe (voir cours donné par l'R p. 12-13)
 - groupes démocratiques autocratiques (organigramme du centre et explications, règles démocratiques, règlements généraux, fonctionnement des comités, rôle de chacune)
- Fonctionnement du centre
- portrait du centre: gestion féministe
 - caractéristiques d'un centre de femmes
 - mise à jour de nos connaissances sur le centre (budget, liens avec l'extérieur, cours, ateliers, philosophie)
- Période de questions

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Intervention féministe

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session de formation

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Démystifier le féminisme en général et l'intervention féministe en particulier.
 - Définir sa propre vision du féminisme en accord avec les orientations des centres de femmes.
 - Faire connaître des outils d'intervention propres aux femmes.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 jours (12 heures)

Variantes:

Description

Contenu de la première journée:

- Nos perceptions du féminisme: photo-langage, illustration de nos perceptions en équipe.
- Définir notre féminisme: le manteau rose et bleu du féminisme, faire son propre manteau (exposé et exercice)
- Démystifier l'intervention féministe: mes lunettes d'intervenante féministe, travail d'équipe.
- Se familiariser avec l'intervention féministe: grille d'analyse de l'intervention, historique, comment, pourquoi, fondements, techniques.

Contenu de la deuxième journée:

- Faire le lien et la différence entre les courants féministes à l'aide d'un tableau et d'un exposé.
- Développer des habilités en intervention féministe. Mise en situation, en triade, grille d'analyse, échanges en groupe.
- Conscientiser sur les impacts et coûts sociaux: texte support, analyse des coûts et bénéfices des valeurs traditionnelles et féministes.
- Faire le point sur l'intervention féministe, les questions suscitées: jeu jeu: "faisons le point."
- Voir si cette intervention correspond à ce que je suis et de quelle façon: exercice "comment je peux réinvestir mes acquis dans mon quotidien".

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Sensibilisation à la violence conjugale

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session d'animation

Catégorie: Formation des bénévoles

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s):

- Sensibiliser les intervenantes à la problématique des femmes victimes de violence et à leurs besoins.
- Permettre aux intervenantes de consolider leur pratique, de développer une approche adaptée aux besoins des femmes violentées, c'est-à-dire l'approche féministe.
- Développer les habilités et les connaissances nécessaires pour répondre aux besoins des femmes victimes de violence.
- Donner des repères pour aider au dépistage de la violence conjugale.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 jours

Variantes:

Description

- 1ère journée:
 - se familiariser avec la problématique (visionnement du vidéo "L'Emprise" et discussion)
 - se défaire de nos préjugés et des idées préconçues
 - développer des habilités pour le dépistage
- 2e journée:
 - comprendre ce qui se passe dans une situation de violence (cycle de la violence, ruptures évolutives, besoins des femmes en situation de crise)
 - se familiariser avec l'intervention féministe (notions de base, les lunettes de l'intervenante)
 - Il y a également une démarche préparée pour une rencontre de suivi d'une journée (suite à la rencontre de sensibilisation de 2 jours) Cette rencontre a comme objectifs de permettre de faire le point, d'apporter des éclaircissements et de confronter ce qu'elles ont appris à leur travail.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Outils d'animation

Maternité

Culpabilité en tant que parents (La)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une
rencontre

Catégorie: Maternité

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Identifier nos sentiments de culpabilité.
 - Vivre nos limites et les accepter.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Identifier nos sentiments de culpabilité: tour de table.
- Identifier ce qu'est la culpabilité et d'où elle provient.
- Prendre conscience de nos limites: exercice pratique.
- La façon de négocier mes limites: exemple concret.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Tant de femmes - monoparentalité -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et
cassette audio

Catégorie: Maternité

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francis

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variantes: Une trousse d'animation avec 8 cassettes thématiques pour la série complète,
un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Tant de femmes - nid vide -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et
cassette audio

Catégorie: Maternité

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francis

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variantes: Une trousse d'animation avec 8 cassettes thématiques pour la série complète,
un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Être femme et être mère

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une
rencontre

Catégorie: Maternité

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):
- Réfléchir sur la réalité femme-mère.
 - Concilier mes besoins de femmes et de mères.
 - Echanger sur notre vécu de femme et mère.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 3 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Réflexion personnelle: texte support "Femme et mère".
- Identifier mes besoins de mère et de femme: exercice pratique individuel et ensuite partage en groupe.
- Concilier ces besoins avec la grille d'analyse.
- Échanges sur nos problèmes.

Cet atelier a été conçu à partir de la rencontre sur ce thème de la session de formation "Les chanceuses".

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX 2Z0
(819) 263-2586

Outils d'animation

**Minorités sociales et
culturelles**

Combattre les préjugés à regard des lesbiennes (1993)

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de sensibilisation (38 pages)

Catégorie: Minorités sociales et culturelles

Produit par: L'R des Centres de femmes du Québec

Objectif(s):

- Sensibiliser les participantes de la session aux préjugés qu'elles peuvent véhiculer à l'égard des lesbiennes.
- Susciter une prise de conscience des préjugés homophobes présents dans les centres de femmes.
- Identifier des moyens pour briser ces préjugés et favoriser l'accès des centres aux lesbiennes

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 20 (max.)

Coût: frais de photocopie et d'envoi

Durée de l'activité: 1 journée (7h25)

Variantes: l'activité peut se réaliser en 4 heures également

Description

- Ce guide d'animation d'une session de sensibilisation vise principalement les travailleuses et militantes des centres de femmes. La session peut, par contre, être adaptée en fonction des femmes qui fréquentent régulièrement les activités des centres.
- La session comprend:
 - une fantaisie guidée (afin de permettre aux participantes d'identifier les émotions qu'elles ressentent face au lesbianisme),
 - un exercice "aimez-vous les huîtres crues?" (afin de définir ce qu'est un préjugé),
 - une réflexion sur les préjugés (afin de sensibiliser les participantes aux préjugés qu'elles peuvent véhiculer consciemment ou inconsciemment à l'égard des lesbiennes),
 - des mises en situation (afin d'analyser les répercussions des actions contre les préjugés à l'égard des lesbiennes),
 - un temps d'échange et de discussions afin d'identifier des moyens concrets pour contrer l'hétérosexisme et l'homophobie dans les centres de femmes et favoriser l'accès aux lesbiennes.
 - une évaluation de la session (afin de permettre aux participantes d'exprimer leurs satisfactions et insatisfactions).
- En ce qui concerne l'approche pédagogique, elle est basée sur l'importance de permettre aux participantes d'exprimer leurs sentiments, leurs expériences et leur vécu.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'R des Centres de femmes du Québec
4230 rue St-Denis
Montréal, Québec
H2J 2K8
(514) 843-8156

Jeu de la solidarité: femmes d'ici, femmes d'ailleurs

Type d'Outil: Jeu pédagogique

Catégorie: Minorités sociales et
culturelles

Produit par: Centre avec des elles

- Objectif (s):
- Mieux connaître la réalité des femmes du Niger et du Québec.
 - Démystifier les préjugés de part et d'autre.
 - Rendre plus visible la participation active des femmes dans la société au Niger et au Québec.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 2-3 équipes de 6 Coût:

Durée de l'activité:

Variantes: On peut se servir de l'idée pour l'adapter à d'autres pays.

Description

- Le jeu comprend des mises en situation, des leçons de "savoir-vivre" et une série de questions et réponses.
- Il importe d'inviter une personne ressource habitant ou ayant séjourné au Niger.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre avec des elles
C.P. 95,
158, ave. Marcel
St-Gabriel de Brandon, Québec J0K2N0
(514) 835-3393

Préjugés et perceptions

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Minorités sociales et
culturelles

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s):

- Identifier nos préjugés.
- Voir d'où proviennent nos préjugés.

Aspects pratiques

~~Aspects~~ participantes:

pratiques

Durée de l'activité: 2½ heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Prendre conscience que nos perceptions sont différentes pour chacune de nous: jeu des perceptions visuelles.
- À l'aide d'une mise en situation voir nos préjugés et prendre conscience.
- Ensemble comprendre la source de nos préjugés, les conséquences, s'en départir: exposé.
- Subir les préjugés. Ai-je déjà subi des préjugés? Quelles conséquences? Quels sentiments ressentis?

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Outils d'animation

Politique

"On prend notre place" Femmes et politique

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Politique

Produit par: Centre des femmes l'Étincelle

Objectif(s): •Aider les femmes à démystifier certains aspects de la politique

Aspects pratiques

~~Aspects~~ participantes: environ 12

pratiques

Durée de l'activité: série de 6 ateliers

Variantes: 2 documents du Conseil du statut de la femme (inclus)

Description

- Témoignages de femmes impliquées politiquement.
- Identification et intégration des lieux de pouvoir.
- Historique de la progression sociale des femmes.
- Affirmation et confiance en soi - comment faire passer un message.
- Simulation d'entrevue radiophonique.
- Simulation d'entrevue téléphonique.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes l'Étincelle
772, boul. Blanche
Baie-Comeau (Québec)
G5C 2B5
(418) 589-9366

Pouvoir municipal: un outil à notre portée (Le) (1988)

Type d'Outil: Guide d'information et d'animation
d'une session de 4 rencontres.

Catégorie: Politique

Produit par: Fédération des femmes du Québec

Objectif(s): • Démystifier la politique municipale
• Aider les femmes à se présenter aux postes électifs

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 15 max.

Coût: cahier de participation: 4.50\$
(envoi minimum: 7 cahiers)

Durée de l'activité: 4 rencontres (3 journées et demi)

dépôt vidéo: 15\$
guide de l'animatrice: gratuit

Variantes:

Description

- Le guide de l'animatrice a comme objectifs de faciliter le travail des animatrices et de soutenir la démarche des femmes n'ayant pas de formation en animation.
- La démarche suggérée pour la formation en quatre rencontres est la suivante:
 - 1) Initiation à la réalité d'un conseil municipal (composition, mode de fonctionnement et pouvoirs) et visionnement du vidéo. (1 journée)
 - 2) Observation du déroulement d'une séance du conseil municipal. (1/2 journée)
 - 3) Apprentissage du mode de financement/budget d'une municipalité et des lois municipales, deuxième visionnement du vidéo (critique et analyse). (1 journée)
 - 4) Simulation d'une séance de conseil municipal (avec la présence d'amie(i)s afin de tenir lieu de public et de poser des questions). (1 journée)
- Le cahier d'information et de travail pour les participantes contient:
 - un historique du droit de vote des femmes sur la scène municipale
 - une série d'informations sur la politique municipale préparée par le ministère des Affaires municipales et des directives pour tirer un profit optimal de ces informations
 - des renseignements colligés par la FFQ
- Un vidéo sur une simulation d'une séance de conseil municipal, assorti de suggestions pour son utilisation, accompagne et complète le guide.

Four information ou pour obtenir une copie du document:

Fédération des femmes du Québec
5225 rue Berri, bureau 100
Montréal, Québec
H2J2S4
(514) 948-3262

Outils d'animation

Santé/corps/sexualité

C'est ma santé après tout

Type d'Outil: Guide d'animation (141 pages)

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Direction de la santé publique, Régie régionale Chaudière-Appalaches

Objectif(s): Volet I: Après avoir bénéficié du programme, les femmes connaîtront les changements à apporter dans leur vie afin de contrer leur consommation de tranquillisants mineurs.

Volet II: Suite au programme de soutien au sevrage, les femmes auront cessé ou réduit de façon significative leur consommation de tranquillisants mineurs.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 8 à 10 femmes Coût: 15\$

Durée de l'activité: Volet I: 10 renc., de 3hres
Volet II (facul.): 6 renc., de 3hres

Variantes:

Description

Guide d'animation d'une démarche de groupe divisée en deux volets. Dans un premier volet de 10 rencontres, les femmes sont amenées à identifier les causes de leurs malaises en analysant leurs sources de stress, leurs besoins et leurs relations. En plus de prendre conscience de l'effet des médicaments sur leur santé, elles sont encouragées à trouver des solutions et à planifier les changements à apporter tout en expérimentant des alternatives à la consommation de tranquillisants mineurs (exercices divers de relaxation, saines habitudes de vie, etc.). Dans le deuxième volet, les femmes désireuses de mettre fin ou de réduire substantiellement leur consommation sont supportées dans leurs réactions au sevrage tout en consolidant les acquis de la première démarche.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Régie régionale de la santé et des services sociaux
Chaudières-Appalaches
Centre de documentation
363, route Cameron
Ville Sainte-Marie (Québec)
G6E 3E2 Tel: (418) 386-3546

Cancer du sein

Type d'Outil: Guide d'animation
pour un café rencontre

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: La Passerelle

Objectif(s):

- S'informer sur le cancer du sein.
- Apprendre à faire l'auto-examen des seins.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

•Ce guide comprend le déroulement de la rencontre, un questionnaire et des textes pour alimenter les discussions.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 302, C.P 69
Weedon (Québec)
JOB 3J0
(819) 877-3423

Coeur-circuit

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Centre des femmes de Charlevoix

Objectif(s): • Permettre aux jeunes de réfléchir sur leur sexualité et d'analyser le phénomène de la pornographie.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 20\$ pour le guide
d'animation plus les outils
utilisés par les jeunes

Durée de l'activité: 5 rencontres de 50 minutes

Variantes:

Description

* Ce document propose 5 rencontres de 50 minutes chacune et permet aux jeunes de faire le discernement des valeurs et des anti-valeurs que proposent la société, de jeter un regard sur leur propre sexualité, pour finalement leur permettre de faire leur choix de leur vécu sexuel et de saisir le non-sens que la porno propose et qui sont de plus en plus présents dans notre mode.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
GOA 1W9
(418) 435-5752

Comment ça va?

Type d'Outil: Canevas d'animation

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Centre de femmes l'Étincelle

Objectif(s): • Explorer les différentes façons de conserver son équilibre mental sans nécessairement avoir recours à l'utilisation de médicaments.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 12

Coût:

Durée de l'activité: série de 6 ateliers

Variantes: vidéo non-inclus

Description

- Santé mentale et consommation
- Connaissance des différents médicaments et leurs effets
- Exploration de différentes alternatives aux médicaments
- Développer notre habilité à exprimer nos besoins, nos limites, nos droits
- Prendre conscience qu'il est possible de "s'en sortir" et identifier des lieux de rencontre ou d'aide.
- Développer et consolider un réseau d'entraide.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes l'Étincelle
772, boul. Blanche
Baie-Comeau(Québec)
G5C 2B5
(418) 589-9366

Femme debout et en santé

Type d'Outil: Deux cours par correspondance

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Gouvernement du Québec (Ministère de l'éducation)

- Objectif(s):
- Améliorer la connaissance de soi et tirer profit de ses capacités.
 - Combattre les préjugés et les mythes liés à la condition féminine.
 - Faire le point sur la place que l'on occupe dans son entourage et dans la société.
 - Trouver des solutions à des problèmes d'ordre physique, psychologique, social, sexuel, financier, légal.
 - Connaître les ressources disponibles et en profiter.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 49\$ par cours

Durée de l'activité:

Variantes: le contenu des cours peut être adapté pour des ateliers ou des cafés rencontres sur la santé physique et mentale des femmes

Description

- Il s'agit de deux cours par correspondance.
- Le premier cours "Bien dans son corps pour être bien dans sa tête" touche les thèmes suivants:
 - La santé des femmes: un défi à relever
 - Connaître son corps de femme
 - Apprivoiser sa sexualité
 - S'affirmer dans sa sexualité
 - La contraception
 - La santé de nos organes génitaux
 - La maternité: un libre choix
 - Devenir mère
 - La ménopause: place au changement
- Le deuxième cours "Bien dans sa tête pour être bien dans son corps" touche les thèmes suivants:
 - Notre santé mentale
 - Quelques malaises courants
 - Médicaments, alcool et drogues

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Gouvernement du Québec

Direction de la formation à distance

600, rue Fullum (1^{er} étage)

Montréal, Québec H2K4L1

1-800-361-4886 (ou 873-2210 pour Montréal)

Femmes en santé et en paroles

Type d'Outil: Trousse d'animation: vidéo,
miniguide d'animation, affiche.

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Association canadienne pour la santé mentale, Section Saguenay

Objectif(s): •Donner la parole aux femmes afin de les sensibiliser et de les informer sur les facteurs favorables et défavorables à leur santé mentale et fournir aux intervenantes un outil de promotion pour mieux travailler auprès de leur clientèle.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: Achat de la trousse :
75\$ incluant frais d'expéd.

Durée de l'activité: Vidéo: 24 minutes 35

Location de la trousse:
25\$ excluant frais d'expéd.

Variantes:

Description

"Femmes en santé et en paroles" est un documentaire, cousu de témoignages sensibles et réalistes de femmes. Qu'elles soient intervenantes, accompagnatrices ou bénéficiaires des services, elles mettent l'emphase sur des conditions de vie qui peuvent générer des problèmes de santé mentale. Les femmes conservent toujours la responsabilité des tâches de soin et d'accompagnement même lorsqu'elles se retrouvent dans des situations socio-économiques difficiles. Elles courent alors un plus grand risque de sacrifier leur individualité et leurs propres besoins fondamentaux. Quand ce n'est pas le cas, elles s'enterrent dans la culpabilité. C'est à ce prix que, bien malgré elles, plusieurs femmes paient de leur propre santé pour maintenir celle de leur famille ou de leurs proches.

Ce document vidéo s'avère un outil de prévention efficace pour augmenter la compétence des femmes à affronter des situations difficiles susceptibles d'entraîner des problèmes de santé mentale.

Il est recommandé que la présentation du document vidéo soit suivi d'une discussion afin d'amener les femmes à mieux intégrer les informations véhiculées et surtout afin de leur rendre la parole. Il n'est pas nécessaire d'être une intervenante spécialisée pour animer la discussion.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Association canadienne pour la santé mentale
Section Saguenay
130, Racine Est
C.P. 848
Chicoutimi (Québec)
G7H5E8

Ma sexualité

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

Objectif(s):

- Faire prendre conscience aux femmes de l'influence de leur éducation sur leur vécu sexuel.
- Amorcer une réflexion sur leur vie sexuelle.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 1/2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Présentation du thème: lecture du texte "Vivre ma sexualité".
- Vivre ma sexualité: Par un photo-langage, chaque participante tente de répondre à ces questions:
 - perception de la sexualité à l'adolescence
 - premières relations sexuelles
 - ce qu'elles vivent maintenant
- Sexualité et société: influences sur ma pratique sexuelle, texte support.
- Pour redécouvrir ses plaisirs: quelles seraient les conditions idéales?

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
GOX2Z0
(819) 263-2586

Nos corps... nos enfants?

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Institut canadien de recherches sur les femmes

Objectif (s): • Examiner les nouvelles technologies de reproduction du point de vue des femmes et trouver des façons d'agir face à cette question.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

• Le contenu de ce guide est le suivant:

— Fiches d'information: les techniques de pratique courante, l'infertilité et la stérilité, les "mères porteuses", la fécondation in vitro, la pré-sélection du sexe de l'enfant et les manipulations génétiques.

— Articles de fond: "Alixé au pays des pareils" (par Lise Dunnigan et Marie Leclerc), "Moratoire sur les nouvelles technologies de reproduction" (par Lousie Dubuc) et "Qui en fera les frais?" (par Ann Pappert).]

— "Enjeux", une publication du Conseil du statut de la femme du Québec.

-- Que faire face aux NTR?: animer une discussion, information et documentation, la recherche-action, informer la population, les campagnes de pression, rédiger et présenter un mémoire.

— Glossaire

— Ressources et informations

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Institut canadien de recherches sur les femmes

151 Slater, suite 408

Ottawa, Ontario

KIP 5H3

(613) 563-0681

Notre corps, notre santé

Type d'Outil: Diaporama et guide d'animation

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Collectif de Rimouski pour la santé des femmes

Objectif (s): • Permettre aux femmes une réflexion sur leur santé et la réappropriation de leur corps.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 12\$ visionnement,
20\$ location, 225\$ achat
(prix pour les groupes de
femmes seulement)

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

- Ce document, sur l'auto-examen de la vulve, du col de l'utérus et du vagin, permet aux femmes une réflexion sur leur santé et la réappropriation de leur corps.
- Un guide d'animation imposant l'accompagne, donnant ainsi de l'utiliser sans la présence d'une experte.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Collectif de Rimouski pour la santé des femmes
376, boul. Jessop
Rimouski, Québec
G5L 1M8
(418) 722-4797

Obsession de la minceur (L') **(1991)**

Type d'Outil: Guide d'intervention et d'animation
d'une session de 10 renc.(158 p.)

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par Centre des femmes de Verdun

- Objectif(s):**
- Dédramatiser les rapports conflictuels qu'entretiennent les femmes à l'égard de la nourriture et de leurs corps.
 - Examiner les dangers auxquels s'exposent les femmes en voulant atteindre un idéal de minceur.
 - Permettre aux participantes de définir leur propre modèle de santé.
 - Faire connaître aux participantes la notion de poids naturel.
 - Promouvoir une image sociale de la beauté qui tienne compte du droit à la différence et de la diversité des corps.
 - Développer des habiletés d'affirmation de soi face à l'entourage immédiat et social.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: environ 12

Coût: 15\$

Durée de l'activité: 10 rencontres de 3 heures

Variantes:

Description

- Les thèmes traités (un thème par rencontre) sont les suivants:
- les standards de minceur,
 - un peu d'histoire,
 - mes émotions face à la nourriture,
 - mon entourage familial,
 - je choisis la santé,
 - mon corps, je le regarde,
 - être regardée,
 - je me permets de manger,
 - se faire plaisir,
 - affirmer sa différence.
- Pour chacune des 10 rencontres, on trouve dans le guide d'animation les objectifs poursuivis, un plan d'animation, des consignes d'animation et les outils pédagogiques suggérés.
- Il y a également une bibliographie et une section dans le guide qui est consacrée au suivi.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes de Verdun
4255, rue Wellington, local 108
Verdun, Québec
H4G 1V9
(514) 767-0384

Réflexologie à la portée de toutes (1995)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une
rencontre

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Centre de femmes l'Étincelle

Objectif(s): •Apporter le bien-être et la détente aux femmes.
•Ré-équilibrer l'énergie corporelle.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: environ 12

Coût:

Durée de l'activité: 3 heures

Variantes:

Description

Apprentissage d'une technique de massage simple et accessible.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes l'Étincelle
772, boul. Blanche
Baie-Comeau (Québec)
G5C 2B5
(418) 589-9366

Stress (Le)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une rencontre

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Centre de femmes Parmi elles

- Objectif(s):**
- Définir le stress.
 - Identifier son stress.
 - Découvrir des moyens pour diminuer son stress.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Contenu et moyens pédagogiques:

- Définir le stress: remue-méninges.
- Connaître le stress: exposé sur les effets du stress.
- Identifier les situations qui me stressent: quelles sont les situations qui me stressent? quelles ont été mes pertes depuis la naissance de mon enfant?
- Identifier les moyens pour gérer notre stress
- Découvrir certaines techniques de relaxation simples.

Cet atelier a été donné dans le cadre des groupes post-natals et il s'adressait aux femmes ayant 1 jeune bébé à la maison.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Temps d'une trêve (Le)

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de
8 rencontres

Catégorie: Santé/corps/sexualité

Produit par: Centre des femmes du Témiscouata

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 8 rencontres

Variantes:

Description

- Il s'agit d'une série de 8 rencontres d'entraide portant sur la problématique alcool-médicaments chez la femme.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes du Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec GOL 1E0
(418) 854-2399

Outils d'animation

Travail/économie

Aide sociale au féminin: pauvreté, contrôle et humiliation (L')(1993)

Type d'Outil: Guide d'animation d'activités (107 pages)

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Relais-femmes

Objectif(s):

- Réfléchir sur la réforme du programme d'aide sociale et en particulier sur les impacts de cette réforme sur les femmes.
- Être un outil pour les intervenantes et les assistées sociales elles-mêmes, pour toutes celles qui veulent non seulement réagir mais aussi agir et lutter collectivement.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 10\$, tous frais compris

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

Le contenu:

- Pourquoi un guide?
- C'est quoi, cette nouvelle loi?
- Des histoires de vie
- Que pensons-nous de cette réforme?
- Que pouvons-nous faire?
- Outils d'animation suggérés
- Statistiques utiles
- Les revendications du Front commun des personnes assistées sociales du Québec
- Bibliographie
- Tableaux: des mesures de développement de l'employabilité et d'aide à l'emploi, des montants des prestations mensuelles des programmes A.P.T.E. et Soutien financier aux assisté-e-s sociaux-ales

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Relais-femmes
1265 rue Berri, bureau 910
Montréal, Québec
H2L4Z4
(514) 844-4509

Boîte des savoir-faire

Formation pour la création d'un réseau d'échange de services

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Centre des femmes d'ici et d'ailleurs

- Objectif(s):
- Créer une alternative économique et sociale à la pauvreté des femmes.
 - Briser leur isolement.
 - Revaloriser l'estime de soi.
 - Créer un sentiment d'appartenance.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: illimité

Coût:

Durée de l'activité: 3 heures minimum

Variantes:

Description

Le contenu de la trousse est le suivant: 4 fiches

- 1- Le concept: mise en commun de tous les savoir-faire et expériences des femmes par le biais d'un réseau d'échange de services. Échanges non-monnayables et égalitaires, liés ou non à un apprentissage selon la demande.
- 2- Le descriptif fonctionnel: étude de terrain (public visé, ses besoins, les partenaires..), les inscriptions, la gestion des échanges, les réunions et les fêtes.
- 3- La liste des services: remise à jour aux 6 mois. La base de données: sur Macintosh, File Maker Pro.
- 4- La fiche d'inscription et la présentation des questionnaires d'évaluation pour les participantes et pour le projet-pilote lui-même.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centres des femmes d'ici et d'ailleurs
7737, rue St-Denis
Montréal (Québec)
H2R 2E9
(514) 495-7728

Et si ma mère m'était "comptée" !

Type d'Outil: Texte de pièce de théâtre (humour)

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Centre de Femmes de Ville-Marie

Objectif(s): •Faire ressortir l'importance du travail des femmes dans la famille et la société en transformant les gestes quotidiens en termes économiques.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 5 à 9

Coût: 15\$

Durée de l'activité: environ 35 minutes

Variantes: Le texte peut être adapté à la région dans laquelle il est produit.

Description

* Démérise St-Cyr et sa famille évoluent d'après les normes de leur temps dans un petit village agricole nommé St-Bruno d'Eugène.

Vous pouvez découvrir les qualités de cheffe d'entreprise de Démérise à travers des scènes de la vie quotidienne. Vous pouvez l'accompagner au cours du long périple de la future épouse, du ministère des menstruations, des interminables corvées familiales et bien d'autres...

*Cette pièce a été conçue et produite par des participantes du Centre et présentée lors d'une Journée Internationale des femmes.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de Femmes de Ville-Marie

C.P. 1349

Ville-Marie (Québec)

JOZ 3W0

(819) 622-0111

F.A.C. au travail Femmes Action Condition (L')

Type d'Outil: Guide d'implantation d'une
ressource (78 pages)

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Centre des femmes de Charlevoix

Objectif(s):

- Faire le portrait de la situation des travailleuses.
- Permettre aux centres de femmes et organismes intéressés de pouvoir organiser l'implantation d'un service de défense des droits et de promotion des travailleuses non syndiquées.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

- En plus de tracer un historique des femmes sur le marché du travail, le guide élabore les objectifs d'un service pour les travailleuses non syndiquées ainsi que les étapes de la mise sur pied du service.
- La formation des intervenantes est traitée sous plusieurs angles (la Loi sur les normes du travail, les recours de la Commission des normes du travail, les droits et libertés de la personne, la santé et la sécurité au travail et le congé de maternité).
- Le guide énuméré également les grands dossiers à défendre et donne un exemple de fonctionnement du service (l'horaire, le déroulement de l'entrevue, l'intervention auprès de la clientèle en difficulté, les références à d'autres organismes, etc.).

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
GOA 1W9
(418) 435-5752

Faites-vous plaisir

Type d'Outil: Trousse d'animation: vidéo, guide
d'animation, document de réflexion.

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Association Coopérative d'Économie Familiale du Sud-Ouest de Montréal

Objectif(s): •Susciter une réflexion critique sur notre société de consommation.
•Sensibiliser à la consommation, aux techniques de marketing, à la publicité trompeuse, à la banalisation de l'usage du crédit, à l'endettement et à la surconsommation.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 50\$ pour la trousse

Durée de l'activité: Vidéo: 20 minutes

Variantes:

Description

1)Le film vidéo humoristique, met en vedette Pauline Martin.

Celle-ci devient la victime de différentes tactiques de marketing publicitaire....

2)Le guide d'animation est conçu comme un support pédagogique pouvant se prêter à différents genres et formats de rencontres ainsi qu'à diverses utilisations. Il aide à développer un esprit critique et amène à des pistes de solutions. Il est construit autour de trois thématiques:

•la publicité/marketing «le crédit/endettement •la surconsommation

Chacune des thématiques est présentée à l'aide de quatre outils:

-un exposé sur des concepts de base

-une grille d'animation s'appuyant sur le vidéo

-des exercices

-des références bibliographiques

3)Le document "À quel prix ?" permet de pousser plus loin la réflexion sur les rouages de la société de consommation. Il expose des données sur le rythme auquel nous consommons et ses répercussions sur l'environnement écologique et social.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

ACEF du Sud-Ouest de Montréal

4017, rue Notre-Dame ouest, bur. #102

Montréal (Québec)

H4C 1RS

(514) 932-5577

Femmes et l'argent (Les)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Centre des femmes du ô pays

Objectif(s): • Aider les femmes à prendre connaissance des attitudes des femmes face à l'argent, du partage de l'argent dans le couple, de la pauvreté et des droits des femmes.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 10\$ (frais de poste inclus)

Durée de l'activité: 1h30

Variantes:

Description

- Les thèmes abordés:
 - Indépendantes ou dépendantes financièrement?
 - Mon pouvoir de décision sur l'argent
 - Que serez-vous dans 25 ans?
 - L'argent au féminin
 - Que pouvons-nous faire?

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
C.P. 159
Lac-des-Aigles, Québec G0K 1V0
(418) 779-2316

Normes du travail

Type d'Outil: Guide d'animation pour un
café-rencontre

Catégorie: Travail/économie

Produit par: La Passerelle

Objectif(s): • Informer sur les droits des travailleuses non-syndiquée.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Ce guide comprend:

- Le déroulement de l'activité
- Questionnaire " Vous êtes non-syndiquée ... connaissez-vous vos droits"
- Liste du matériel nécessaire à l'activité

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 305, C.P 69
Weedon (Québec)
JOB 3JO
(819) 877-3423

Nos compétences fortes

Type d'Outil: Mallette (trousse) comprenant plusieurs outils.

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Institut canadien d'éducation des adultes (ICÉA)

Objectif(s):

- Savoir se reconnaître des compétences génériques fortes
- Savoir reconnaître des compétences génériques fortes chez les autres
- Savoir reconnaître les compétences génériques utiles dans des situations de travail.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: Mallette: 125\$ + frais d'envoi

Durée de l'activité: 15 ateliers

Manuel: 50\$ + frais d'envoi

Variantes:

Description

Conçu d'abord pour les organismes d'alphabétisation ou d'intégration en emploi, le matériel peut être adapté par d'autres organismes qui offrent des programmes de formation à des adultes peu ou pas à l'aise avec l'écrit.

La mallette "Nos compétences fortes" comprend:

- un Manuel des animatrices avec des textes de réflexion et de préparation à l'animation, la description de 15 ateliers, ainsi que du matériel complémentaire (194 p.)
- un vidéo avec l'histoire de 13 personnages qui ont développé dans l'action des compétences génériques fortes (90 min.)
- un prêt-à-photocopier avec du matériel que les organismes auront à reproduire à chaque session
- 16 cartes de circonstances
- deux affiches et des affichettes

Le matériel comprend beaucoup d'éléments audio-visuels et le recours à la lecture et l'écriture est réduit. Il a été conçu pour une utilisation facile par des personnes qui sont peu ou pas à l'aise avec l'écrit.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

ICÉA

5225 , rue Berri, bureau 300

Montréal, (Québec)

H2J 2S4

(514) 948-2044

Point tournant: études? travail? 1988

Type d'Outil: Guide d'animation de cinq
rencontres (103 pages)

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Direction générale de l'éducation des adultes (Ministère de l'éducation du Québec)

Objectif(s):

- Aider les femmes à prendre une décision éclairée lorsqu'elles se retrouvent à un tournant de leur existence.
- Les aider à connaître les ressources du milieu en matière d'études et de travail.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 10 est le nombre

Coût:

Durée de l'activité: 30 heures: on suggère 5 jours
échelonnés sur 2 semaines

Variantes:

Description

- Le guide comprend des consignes, les fonctions de l'animatrice, le déroulement des rencontres et les objectifs de chaque activité.
- Les sujets traités incluent la prise de décision, mes aptitudes, les étapes de ma vie, mes besoins, mes valeurs, mon portrait, ma situation actuelle, l'autonomie financière, mes motivations, temps plein contre temps partiel, considérations de nouvelles possibilités, des métiers non-traditionnels, les orientations d'avenir, les orientations risquées, retour aux études, la gestion du temps, l'affirmation de soi, mon bilan personnel et mon plan d'action.
- Le cahier de la participante contient des exercices individuels, des éléments de réflexion, des informations des illustrations et des pages blanches où prendre des notes supplémentaires.

Four information ou pour obtenir une copie du document:

Direction générale de l'éducation aux adultes
600 rue Fullum, 6e étage
Montréal, Québec H2K4L1
(514) 873-4630 ou s'adresser à la direction régionale du
Ministère de l'éducation du Québec de votre région

Production domestique (La)

Type d'Outil: Canevas d'animation d'un
café-rencontre

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Centre des femmes du ô pays

Objectif(s):

- Faire ressortir l'importance de la contribution des femmes dans la famille et la société.
- Revaloriser les femmes afin qu'elles se sentent en droit de négocier une juste compensation financière pour leur travail.
- Sensibiliser les femmes de tout âge à l'importance d'acquérir leur propre autonomie.
- Sensibiliser le milieu à ce que vivent les femmes économiquement afin de briser les préjugés.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 10\$ (frais de poste inclus)

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

- Cette démarche pour un café-rencontre sur la production domestique inclut un "brainstorming", l'historique du travail ménager, des réflexions autour des notions de temps, de valeur et de partage des tâches.
- En plus il y a une période de conclusion (solutions et recommandations) suivie par le visionnement du vidéo "coûte que coûte" (CSF).

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
C.P. 159
Lac-des-Aigles, Québec G0K 1V0
(418) 779-2316

Prosperité et image de soi

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session de 8 rencontres

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Maison des femmes de Drummondville

Objectif (s): •Démystifier le phénomène de l'appauvrissement des femmes.

La série d'atelier est conçue pour une démarche globale prenant comme point de départ la compréhension du phénomène de la pauvreté chez les femmes et ouvrant sur l'exploration d'avenues débouchant sur davantage de prospérité.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 12

Coût:

Durée de l'activité: 8 rencontres de 2h30 min.

Variantes:

Description

- le rencontre: Faire connaissance, identifier notre situation actuelle, reconnaître la façon dont elle s'est créée.
- 2e rencontre: Prendre conscience de nos choix et des situations de vie qui en résultent.
- 3e rencontre: Prendre conscience des préjugés entourant la pauvreté et la misère, ceux vécus de l'intérieur et ceux véhiculés de l'extérieur.
- 4e rencontre: Prendre conscience que la pauvreté ce n'est pas juste une question d'argent.
- 5e rencontre: Comprendre et évaluer mes choix de travail, les reviser s'il y a lieu.
- 6e rencontre: Me situer par rapport à certaines valeurs dans la société et définir mes propres valeurs.
- 7e rencontre: Ouvrir les portes du travail rémunéré.
- 8e rencontre: Raffermer la notion d'autonomie financière. Finaliser le plan d'action. Évaluer l'impact de nos rencontres.

Méthodologie: Exposés théoriques, rêveries éveillées, exercices individuels et en groupe, discussions de groupe, texte à réflexion, vidéo.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes de Drummondville
102, rue St-Georges
Drummondville (Québec)
J2C 4G7
(819) 477-5957

Question de compétences (1989)

Type d'Outil: Trousse d'animation d'une session

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Relais-femmes

- Objectif(s):
- Accroître chez les femmes les chances de se trouver un emploi rémunéré.
 - Valoriser le travail au foyer et le travail bénévole des femmes.
 - Aider les femmes à reconnaître les compétences qu'elles possèdent et qui sont recherchées sur le marché de travail rémunéré.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 3 jours ou 6 demi-journées

Variantes: Cet outil peut être adapté pour traiter l'autonomie des femmes en général.

Description

- Cette trousse comprend un guide d'animation (190 pages), un cahier de formation pour la participante (48 pages), le vidéo "Question de compétences", un document d'accompagnement de la vidéo (46 pages), un jeu de rôles, etc.
- La session de formation se divise en trois blocs:
 - Travail au foyer et travail bénévole: valoriser ses expériences de travail au foyer et autres activités non rémunérées.
 - Compétences génériques: se reconnaître des compétences précises susceptibles d'être transférées sur le marché de travail.
 - Transfert de compétences: acquérir la certitude que ses compétences génériques fortes, développées par le travail au foyer et le travail bénévole, peuvent servir sur le marché du travail, et être en mesure de les faire valoir.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Relais-Femmes de Montréal
1265 rue Berri, Bureau 910
Montréal, Québec
H2L4X4
(514) 844-4509

Se donner le droit

Type d'Outil: Guide d'animation du vidéo du même titre

Catégorie: Travail/économie

Produit par: Collective des femmes de Nicolet et région

- Objectif(s):**
- Amener les femmes à réfléchir sur leur rapport avec l'argent.
 - Donner aux femmes des moyens d'effectuer une analyse de leur situation économique dans notre société.
 - Amener les femmes à établir leurs objectifs personnels en regard de leur propre autonomie financière.
 - Amener les femmes à passer à l'action.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 3 heures

Variantes:

Description

- Ce guide d'animation propose une activité de réflexion autour du thème du vidéo "Se donner le droit".
- Le guide d'animation propose une activité de démarrage permettant à chaque participante d'examiner sa propre autonomie financière.
- Cinq thèmes spécifiques sont aussi proposés: l'autonomie financière, le rapport à l'argent, le rôle social des femmes, la dissociation amour/argent, les barrières sociales.
- À chaque thème est relié un objectif distinct, une démarche de l'activité ainsi que des questions à poser aux participantes.
- Le guide se termine par une activité de clôture à propos des objectifs personnels en regard de l'autonomie financière et des moyens pour passer à l'action.
- Pour obtenir une copie du vidéo, communiquer avec:

Vidéo-femmes
700, rue du Roi
Québec, Québec
G1K 2X7
(418) 529-9188

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Collective des femmes de Nicolet et région
C.P. 1679
160, rue Frère Dominique
Nicolet, Québec
J0G 1E0
(819) 293-5958

Tant de femmes - double tâche -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et
cassette audio

Catégorie: Travail/économie

Produit par: **Maison des femmes des Bois-Francis**

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variante: Une trousse d'animation avec 8 cassettes thématiques pour la série complète,
un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Four information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Outils d'animation

Violence

Action-bar

Type d'Outil: Vidéo et guide d'utilisation

Catégorie: Violence

Produit par: Centre des femmes de Charlevoix

Objectif(s): •Réagir contre la pornographie surtout par le biais de la surveillance des émissions de permis pour bar avec danses, spectacles et films.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

- Ce guide accompagne le vidéo "Action-Bar", vidéo qui explique les différents types de permis de bar que la Régie d'Alcool du Québec émet et précise ceux qui ouvrent la porte aux spectacles et films pornographiques.
- Le vidéo et le guide indiquent également les étapes à suivre pour déposer une opposition et explique comment monter un dossier pour se présenter devant la cour.

Four information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
GOA 1W9
(418) 435-5752

Au-delà de nos dires

Type d'Outil: Vidéo et guide d'animation

Catégorie: Violence

Produit par: La Jonction pour elle (une maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale)

- Objectif (s):
- Mieux comprendre ce que vit la femme violentée.
 - Mettre en évidence les différents motifs et pressions de la société et de l'entourage pour maintenir la femme dans une situation de violence conjugale.
 - Défaire les mythes et préjugés entretenus autour de la violence conjugale.
 - Susciter une nouvelle perception et de nouvelles attitudes face à la violence conjugale à partir du vécu réel de la femme violentée.
 - Dégager des formes d'aide et/ou des pistes d'intervention

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 100\$ (achat: groupes communautaires)

Durée de l'activité: vidéo: 30 min.

Variantes: Le vidéo est sous-titré pour personnes malentendantes.

Description

- Ce vidéo présente les nombreux mythes, préjugés et pressions sociales qui contribuent à maintenir des femmes et des enfants dans des situations de violence.
- Dans un premier temps, la présentation du vidéo met en évidence le vécu des femmes violentées, leurs émotions, leur impuissance et leur ambivalence. C'est le volet victimisation.
- Dans un deuxième temps, l'animation permet d'approfondir la réalité vécue par ces femmes et d'identifier comment nous pouvons, par nos interventions, freiner ou aider une amie, une voisine, une parente, une collègue de travail à se libérer de l'emprise d'un conjoint violent. C'est le volet dévictimisation.
- La clientèle visée est autant les femmes victimes de violence que les intervenantes et intervenants en violence conjugale (agent-e-s de pastorale, policier-e-s, intervenantes et intervenants sociaux, avocat-e-s, éducateur-ric-e-s, étudiant-e-s...).

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Jonction pour Elle (Line Gaumont)

C.P. 1257

Lévis, Québec

G6V 6R8

(418) 833-8002

Confidence (1992)

Type d'Outil: Trousse d'intervention (incluant une cassette audio et une affiche)

Catégorie: Violence

Produit par: Centre des Femmes La Sentin'Elle

Objectif(s):

- Un outil pédagogique aidant à mieux intervenir sur la problématique des agressions à caractère sexuel chez les adolescentes.
- L'outil est adressé aux organismes, intervenantes sociales et intervenants sociaux travaillant dans le domaine de la prévention comme de l'intervention.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 58\$ (frais de transport et taxe inclus)

Durée de l'activité: 5 heures

Variantes:

Description

- La démarche se divise en cinq parties et traite les thèmes suivants:
 - les valeurs transmises
 - les attitudes sexistes et le harcèlement
 - les formes d'agressions sexuelles
 - le viol
 - les rapports hommes-femmes
- Par un théâtre-miroir (reflet de la réalité), l'information sur audiocassette est diffusée de façon à ce que les auditeurs et auditrices s'identifient et s'engagent dans la réflexion. C'est par une animation dirigée et soutenue que naît la conscientisation et que s'élaborent les pistes de solutions.
- Cette trousse peut être utilisée lors d'un colloque, d'une semaine thématique, d'un travail scolaire, d'une rencontre de parents, d'une émission de radio, d'activités à une maison des jeunes ou dans une démarche thérapeutique pour les victimes ou pour les agresseurs, etc.
- Cette trousse comprend une cassette audio accompagnée d'un guide d'animation et une affiche.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des Femmes la Sentin'Elle
C.P. 862, Cap-aux-Meules
Iles-de-la-Madeleine, Québec
GOB 1B0
(418) 986-4334

Ecouter le langage des maux... La violence conjugale, intervention infirmière auprès des femmes (1987)

Type d'Outil: Guide d'intervention (32 pages)

Catégorie: Violence

Produit par: L'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec

- Objectif(s):
- Sensibiliser des infirmières à la problématique de la violence conjugale
 - Guider leurs interventions auprès des femmes violentées

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes: Peut s'adapter à la réalité des centres. Disponible en anglais également.

Description

- Ce document s'adresse aux infirmières et vise à les outiller à aider des femmes vivant des situations de violence conjugale à "briser le silence et à passer à l'action".
- Dans un premier temps un portrait de la violence conjugale est tracé (cycle de la violence, motifs sous-jacents aux décisions de la femme, réponses possibles à certains préjugés, etc.).
- Il y a également une partie du document consacrée à l'intervention infirmière auprès de la femme en situation de violence conjugale dans le but d'aider la femme à s'aider elle-même. Des techniques d'intervention sont examinées tant au niveau de la communauté et des groupes qu'auprès de la femme.
- Les modes d'intervention infirmière (évaluation de la situation, diagnostics infirmiers, planification de l'action avec la femme, évaluation de l'action auprès de la femme, etc.) sont présentés ainsi que la documentation de l'intervention infirmière et l'utilisation des ressources communautaires.
- Le guide d'intervention est accompagné d'un instrument de travail (de 16 pages) qui présente sous forme de synthèse des informations clés afin d'aider les femmes.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de documentation de l'O.I.I.Q.
4200 boul. René-Lévesque ouest, 3e étage
Montréal, Québec
H3Z 1V4
(514) 935-2501

Guide d'animation pour ateliers contre la violence (1991)

Type d'Outil: Guide d'animation d'ateliers (169 pages)

Catégorie: Violence

Produit par: Réseau des femmes du sud de l'Ontario (Ina Motoi auteure)

Objectif (s): • Sensibiliser la population face à la violence faite aux femmes dans toutes ses formes et susciter le désir de réagir face à cette violence.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 10\$ (achat)

Durée de l'activité: 6 ateliers

Variantes:

Description

- Ce guide d'animation d'ateliers sur la violence traite de la violence dans les mentalités, dans la société et dans la famille.
- Six ateliers sont proposés sur les thèmes suivants: la télévision, la pornographie, le harcèlement sexuel, l'agression sexuelle, la violence conjugale et les abus sexuels aux enfants.
- Pour chaque thème, les objectifs de l'atelier sont décrits ainsi que le rôle de l'animatrice ou de l'animateur. Ensuite, il y a quelques définitions, distinctions et faits présentés en lien avec le sujet. La problématique est décrite et des situations-types et personnages sont présentés. Il y a également une section dans chaque chapitre consacrée aux mythes, stéréotypes et valeurs ainsi que les droits des femmes. La préparation de l'atelier, les outils pédagogiques, et les questions pour la discussion sont soulignés. Chaque chapitre se termine avec une liste de quelques problèmes spécifiques ainsi que des sections "que pouvons-nous faire?" et "où se faire entendre?".

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de recherche et de ressources pour femmes
Collège Glendon - Manoir 301
2275, avenue Bayview
Toronto, Ontario M4N 3M6
(416) 487-6794

Guide d'animation pour sensibiliser les jeunes aux effets de la pornographie

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Violence

Produit par: Centre des femmes des Cantons (La collective par et pour elles)

Objectif(s): •Sensibiliser les jeunes aux mythes véhiculés par la pornographie et à son influence sur le comportement sexuel et le comportement en général.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 16 à 20

Coût: 9\$ plus frais de poste

Durée de l'activité: 3 à 6 heures

Variantes: Vise particulièrement les jeunes de la fin du secondaire et collégial.

Description

- La première partie est composée d'une série de clichés sur lesquels les jeunes sont invités à s'exprimer, un canevas de discussion est également fourni.
- La deuxième partie est composée de 15 photos que les participantes et participants sont invité-e-s à classer en romantique, erotique et pornographique et à expliquer son choix et en discuter.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La collective par et pour elles
a/s Centre des femmes des Cantons
213, rue Oxford
Cowansville, J2K 2M5
(514) 263-1028

Guide d'intervention auprès des femmes violentées (1985)

Type d'Outil: Guide d'intervention (93 pages)

Catégorie: Violence

Produit par: Ginette Larouche

Objectif(s):

- Proposer une démarche d'intervention dans un cadre féministe, en tenant compte des besoins particuliers des femmes violentées et de l'aspect de survie dans lequel se retrouvent les victimes.
- Suggérer un mode d'intervention basé sur la maximisation de l'emploi des ressources et sur le processus de reprise de pouvoir de la victime afin de rompre son vécu de violence.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

• Le contenu du guide se divise en cinq sections:

- 1) Prémisses de l'intervention (informations-clés sur la problématique et le cadre de l'intervention).
- 2) L'entrevue reliée au choc de l'agression (principes à respecter, le choc de l'agression, les objectifs et le contenu de l'entrevue, l'entrevue téléphonique).
- 3) L'intervention à court terme (ouvrir le vécu de violence, favoriser l'émergence de l'individu, augmenter l'estime de soi et l'autonomie).
- 4) L'intervention de l'après-crise (augmenter l'affirmation de soi, explorer la colère, se réapproprier son corps, partager les connaissances, le couple, les avantages de l'intervention de groupe).
- 5) Les étapes du dépistage (vérifier les hypothèses, l'entrevue de dépistage, s'informer auprès des adolescents, les secteurs qui desservent une clientèle à haut risque).

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Corporation des travailleurs sociaux du Québec

5757 ave. Decelles, bureau 335

Montréal, Québec

H3S 2C3

(514) 731-3925

Harcèlement sexuel suite à la rupture d'une relation amoureuse (Le)

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Violence

Produit par: Centre des femmes l'Étincelle

Objectif(s): •Reconnaître la violence et la prévenir.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: environ 12

Coût: Frais de poste

Durée de l'activité: 3 heures

Variantes:

Description

- Les visages de la violence
- Reconnaître les signes précurseurs
- Mises en situation

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes l'Étincelle
772 boul. Blanche
Baie-Comeau (Québec)
G5C 2B5
(418) 589-9366

Je dénonce !

Type d'Outil: Jeu éducatif sur le processus
judiciaire

Catégorie: **Violence**

Produit par: La Maison du Réconfort

Objectif(s): •Améliorer l'accès à la justice en informant les femmes et les intervenant-e-s quant au déroulement du processus judiciaire, aux rôles des intervenants judiciaires, aux droits et aux recours des victimes.

Je dénonce! est un outil d'animation et d'apprentissage conçu sous forme de jeu de société.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 8

Coût: 30\$ (taxes et frais de
manutentions indus)

Durée de l'activité:

Variantes: Les instructions et les questions du jeu sont écrits en 3 langues: français, anglais et espagnol.

Description

Le jeu se compose d'une planche illustrée, de huit pions et de quatre paquets de cartes questions-réponses de couleur et de contenu différents (pour un total de 280).

- Les cartes de la première étape à franchir questionnent les joueuses sur les droits et recours des victimes d'actes criminels, les infractions criminelles et sur le rôle des intervenantes.
- La deuxième étape traite de l'intervention policière et la dénonciation.
- La troisième étape informe sur le déroulement de la comparution, de l'enquête sur la remise en liberté et de l'enquête préliminaire.
- À la dernière étape, les cartes portent sur le procès, le verdict et la sentence.

Chaque participante joue le rôle d'une femme victime de violence qui prend la décision de dénoncer son conjoint agresseur ou celui qui a commis une infraction criminelle contre elle. Elle est confrontée à un univers méconnu où elle doit exercer ses droits, découvrir ses recours, rencontrer divers intervenants judiciaires et démystifier le système judiciaire. Pour ce faire, elle doit franchir les quatre étapes du jeu afin de se rendre jusqu'à la fin du processus judiciaire.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Maison de Réconfort
C.P. Succ. Verdun (Québec)
H4G 3E9
(514) 768-8648

La pornographie en question

Type d'Outil: Vidéo et guide d'utilisation

Catégorie: Violence

Produit par: Centre des femmes l'Étincelle

Objectif(s): • Identifier ce qu'est en réalité la pornographie, ses répercussions sur les jeunes et son impact sur la violence faite aux femmes.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 12

Coût: 25\$ + frais de poste

Durée de l'activité: 3 heures

Variantes: durée du vidéo: 30 minutes

Description

Le vidéo fait le tour des différents aspects entourant la pornographie: mythes, propagande, apprentissages, violence, rapport hommes/femmes, etc.

Le guide d'animation vous suggère différents sujets pour discussion ainsi que des actions possibles pour dénoncer ce phénomène qui prend de plus en plus d'ampleur.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes l'Étincelle
772, boul. Blanche
Baie-Comeau (Québec)
G5C 2B5
(418) 589-9366

La violence enfante la violence Faut agir vite!

Type d'Outil: Trousse de sensibilisation à la violence conjugale.

Catégorie: Violence

Produit par Fédération des ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Québec.

Objectif(s):

- Informer toute citoyenne et citoyen de l'ampleur du problème, des formes de violence, des causes et des conséquences de la violence conjugale.
- Susciter une prise de conscience de la gravité de ce problème.
- Inciter les citoyen-nés à poser des actions pour contrer la violence et la dénoncer.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: illimité

Coût:

Durée de l'activité: 6 heures

Variante: Les outils de la trousse peuvent être utilisés comme support à l'animation de différents types d'activités de sensibilisation

Description

La trousse comprend:

- Un guide de sensibilisation à la violence conjugale divisé en 2 parties:
 - la première expose la problématique;
 - la deuxième sert de guide de référence pour les personnes qui auront à animer une session de sensibilisation (stratégies d'animation, rôle de l'animatrice, déroulement de la session, etc.)
- Six feuillets de renseignements du Centre national d'information sur la violence dans la famille
 - la violence conjugale
 - les mauvais traitements à l'égard des personnes âgées
 - l'agression sexuelle d'enfants
 - les adolescents coupables d'infraction sexuelle
 - la violence dans les fréquentations
 - la violence et la négligence à l'égard des enfants
- Des dépliants comprenant de l'information et des références.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Fédération des ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Québec
1096, Joliette
Longueuil (Québec)
J4K 4W1
(514) 674-0324

Pour mieux survivre à l'inceste

Type d'Outil: Guide d'intervention

Catégorie: Violence

Produit par: Centre des femmes des Cantons (La collective Par et Pour elles)

Objectif(s): •Accompagner les femmes dans leur démarche de guérison en leur fournissant des outils de soutien et en les aidant à découvrir en elles, les forces qui les habitent

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 8 femmes

Coût: Guide d'intervention : 30\$

Durée de l'activité: 12 rencontres d'environ
3 heures

Survivre à l'inceste

(recherche) : 25\$

Les deux documents : 50\$

Variantes:

Description

Élaborer suite à la recherche "Survivre à l'inceste, mieux comprendre pour mieux intervenir", le guide comprend douze rencontres au cours desquelles les participantes exploreront différents aspects d'elles-mêmes afin de reconnaître leur blessure, de prendre conscience de leur corps et de leurs capacités personnelles. La démarche est inspirée du livre "The courage to Heal" Chaque rencontre propose un objectif précis et utilise différents exercices pour l'atteindre.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La collective Par et Pour elle inc.

119, boul. Dieppe

Cowansville (Québec)

J2K 1H1

(514) 263-1028

Secret des filles (Le) (1992)

Type d'Outil: *Guide* d'animation pour un groupe
d'entraide (74 pages)

Catégorie: Violence

Produit par: Centre-Femmes de Beauce

Objectif(s): • Aider à la mise sur pied et l'animation d'un groupe d'entraide s'adressant aux femmes ayant vécu l'inceste durant l'enfance et/ou l'adolescence.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: environ 10

Coût: 20\$

Durée de l'activité: 12 rencontres de
2 1/2 à 3 heures

Variantes:

Description

- Ce guide propose des outils pédagogiques, des textes de réflexion et le déroulement pour douze rencontres d'un groupe pour les femmes victimes d'inceste.
- Chaque rencontre est divisée en quatre temps (travail sur le corps, libérons la parole, pause, exercices "ici et maintenant").
- Les thèmes traités lors des rencontres sont entre autres la réappropriation de son corps, être en relation, la confiance, la culpabilité, la colère, la dévictimisation, la peur, la sexualité, l'affirmation de soi et la fête.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre-Femmes de Beauce
11785, 2e avenue
Ville de St-Georges, Québec
G5Y 1W9
(418) 227-4037

Tant de femmes • inceste -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et
cassette audio

Catégorie: Violence

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francis

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variante: Une trousse d'animation avec 8 cassettes thématiques pour la série complète,
un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Tant de femmes - violence conjugale -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et
cassette audio

Catégorie: Violence

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francis

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variante: Une trousse d'animation avec 8 cassettes thématiques pour la série complète,
un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

VIRAJ

Type d'Outil: Guides d'animation (2)

Catégorie: Violence

Produit par: Gouvernement du Québec, Ministère de l'Éducation

Objectif(s): • Prévenir la violence dans les relations amoureuses chez les jeunes en faisant la promotion des attitudes et des comportements empêchant le recours à la violence.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: Les documents sont gratuits mais leur distribution est limitée.

Durée de l'activité:

Variantes: Le matériel de VIRAJ prévu pour des interventions en milieu scolaire peut servir d'outil de références pour la préparation d'activités dans les centres.

Description

Le programme VIRAJ comprend deux guides d'animation:

- Le premier guide "Animation en classe" est le premier volet de prévention primaire visant à changer chez les jeunes leurs attitudes et leurs comportements dans leurs relations amoureuses avec leur partenaire.

Ce volet comprend deux rencontres:

- la première sur le thème du contrôle

- la deuxième sur le thème des droits

Le guide précise les objectifs de chaque rencontre et comprend le matériel nécessaire à l'animation (mise en situation, questionnaires, etc.)

- Le deuxième volet (deuxième guide) consiste à offrir au personnel en milieu scolaire (ou autres intervenantes) une activité de sensibilisation et d'information sur le programme. Il s'agit d'une section de perfectionnement divisée en deux parties. La première porte sur la conscientisation par rapport à ce type de violence et permet d'utiliser avec plus d'aisance le premier guide. La deuxième partie comporte un volet de soutien aux victimes et aux personnes qui agressent.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Coordination à la condition féminine du Ministère de l'Éducation

(418) 643-3241

Outils d'animation

Divers

Bingo féministe

Type d'Outil: Outil d'animation

Catégorie: Divers (information/
sensibilisation)

Produit par: Le CALACS de Sherbrooke

Objectif(s): • Avoir du plaisir ensemble, tout en traitant des questions importantes dans la vie des femmes, de leur centre, de leur histoire, et autres.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: Illimité

Coût: 3\$

Durée de l'activité: de 15 minutes à 3 heures-

Variantes: Cet outil sera facilement adaptable par tous les centres et pour d'autres circonstances.

Description

- Ce bingo est l'adaptation du "bingo féministe" produit originalement par le CALACS de Sherbrooke.
- Se joue comme un bingo ordinaire.
- Au lieu du mot "bingo" il s'agit de compléter le mot "unies" pour gagner.
- Chaque fois qu'un numéro est nommé une définition ou un énoncé est présenté. Différents sujets sont donc traités lors de ce jeu: isolement, plaisir, ménopause, l'R, autonomie, bénévoles, agression sexuelle, enfants, etc.
- Les directives et explications de cette activité accompagnent l'outil.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre d'éducation et d'action des femmes de Montréal

1468, rue Fullum

Montréal, Québec

H2K 3M1

(514) 524-5656 ou (514) 524-3901

Dépannage maison

Type d'Outil: Canevas d'animation

Catégorie: Divers

Produit par: La Passerelle

Objectif(s): •Acquérir des connaissances en électricité, plomberie et menuiserie

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 10

Coût:

Durée de l'activité: 6 rencontres de 2 heures

Variantes:

Description

- Explication du déroulement (théorie et pratique)
- Les différents sujets à exploiter

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 305, C.P 69
Weedon (Québec)
JOB 3J0
(819) 877-3423

Des Échos des femmes

Type d'Outil: Jeu-questionnaire

Catégorie: Divers

Produit par: L'Écho des femmes de la Petite Patrie

Objectif(s):

- Susciter une réflexion sur les conditions de vie des femmes.
- Informer et sensibiliser la population et les personnes intervenant dans les institutions et les groupes sur l'appauvrissement des femmes et la dégradation de leurs conditions de vie ainsi que sur les différentes luttes et action qui visent l'amélioration de leur qualité de vie.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 3 équipes

Coût:

Durée de l'activité: 1 à 3 heures

Variantes: Il est souhaitable d'adapter le jeu-questionnaire à la réalité locale des groupes et aux nouvelles problématiques.

Description

•Le jeu questionnaire est divisé en quatre catégories de questions locale, nationale, internationale et débats sur de grands enjeux de l'heure.

•L'outil aborde des thèmes comme le revenu, le travail, la sexualité, la santé, les enfants, le pouvoir politique, les inégalités économiques et sociales, le sida, l'éducation, l'homosexualité, les différentes luttes, etc.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'Echo des femmes de la Petite Patrie

6020 Christophe Colomb

Montréal, Québec

H2S 2G2

(514) 277-7445

Femmes et logement 1986

Type d'Outil: Guide d'animation d'une rencontre
(36 pages)

Catégorie: Divers (logement)

Produit par: Info-ressources femmes et logement

Objectif(s): • Susciter des discussions (et aussi des actions !) afin de sortir de l'ombre les problèmes rencontrés par les femmes locataires.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 2,50\$

Durée de l'activité: 1 rencontre

Variantes: La démarche peut prendre la forme d'un café-rencontre, un déjeuner-causerie, une soirée d'information, etc.

Description

- Ce guide suggère une démarche pour une rencontre d'information et d'échange entre femmes.
- Le déroulement proposé consiste en une période d'information (résultats de l'enquête "Discrimination, harcèlement et harcèlement sexuel"), un temps d'échanges (témoignages et discussion), une période de recherche de solutions (jeux de rôles à partir d'un témoignage ou d'une mise en situation), ainsi qu'une conclusion.
- Un résumé du rapport d'enquête "Discrimination, harcèlement, et harcèlement sexuel" est présenté ainsi que des "trucs" pour contrer la discrimination et le harcèlement.
- De plus, il y a une liste de ressources gouvernementales et communautaires et des informations et conseils légaux sont également donnés.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Info-ressources femmes et logement
1200 Laurier est, local 212
Montréal, Québec
H2J1G9
(514) 272-9304

Femmes et monoparentalité

Type d'Outil: Guide d'animation pour un
café-rencontre

Catégorie: Divers

Produit par: La Passerelle

Objectif(s): •Apprivoiser la réalité d'être une femme cheffe de famille monoparentale

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 2 heures

Variantes:

Description

Ce guide comprend le déroulement de la rencontre, un questionnaire vrai ou faux ainsi que des textes pour alimenter les discussions.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 305, C.P 69
Weedon (Québec)
JOB 3J0
(819) 877-3428

Fichier juridique

Type d'Outil: Fichier juridique

Catégorie: Divers

Produit par: Inform'Elle

Objectif(s): •Vulgariser l'information juridique touchant de près ou de loin au droit de la famille.
•Informer les femmes de leurs droits et/ou les référer aux instances compétentes.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: 85\$

Durée de l'activité:

Variante: Outil de références utile pour l'intervention individuelle et l'animation d'activités sur les droits de femmes

Description

La version 1994 du Fichier juridique a été mise à jour suite à l'entrée en vigueur du nouveau Code civil.

Cette version traite de nombreux sujets, dont:

- régimes matrimoniaux
- agressions faites aux femmes
- programmes de la sécurité du revenu
- adoption internationale
- techniques de reproduction
- immigration
- mandat en cas d'inaptitude

Les informations sont présentées sous forme de fiches 8 1/2 X 11, perforées et reliées entre elles par un cartable à anneaux. Le fichier en compte 450 qui sont mises à jour annuellement.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Inform'Elle
3757 Rue Mackay
Saint-Hubert (Québec)
J4T 2P6
(514) 443-8221

Inter-active

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Divers

Produit par: Centre des femmes l'Étincelle

Objectif (s):

- Permettre aux femmes d'apprendre à agir et à réagir aux circonstances et conditions qui entravent notre qualité de vie.
- Apprendre à mieux se connaître, à répondre à nos besoins, à prendre notre place et à réaliser certaines de nos aspirations

Aspects pratiques

Nombre de participantes: environ 12

Coût: 5\$ = frais de poste

Durée de l'activité: série de 8 ateliers

Variantes:

Description

- On fait connaissance
- Connaissance de soi
- Estime de soi
- Stress
- Être positive
- Violence
- Communication
- Mes buts

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre de femmes l'Étincelle
772, boul. Blanche
Baie-Comeau
G5C 2B5
(418) 589-9366

Isolement/solitude

Type d'Outil: Guide d'animation

Catégorie: Divers

Produit par: La Passerelle

Objectif(s): • Se donner des moyens pour vivre sa solitude de façon plus satisfaisante.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 6 rencontres de 2 heures

Variantes:

Description

Ce guide explique le déroulement des six rencontres, les exercices et les discussions sur les sujets suivants:

- Définir la solitude.
- Comprendre pourquoi on sent la solitude.
- Identifier les sentiments reliés à la solitude.
- Reconnaître la solitude saine et la solitude malsaine.
- Distinguer la solitude de l'isolement.
- Identifier les périodes de solitude.
- Reconnaître les peurs reliées à la solitude.
- Faire le portrait de mes relations.
- Identifier mes besoins, les difficultés à y répondre et comment y répondre.
- Apprendre à s'ajuster à la solitude.
- Découvrir des moyens et des "trucs" pour mieux vivre sa solitude.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 305, C.P 69
Weedon (Québec)
JOB 3J0
(819) 877-3423

Mécanique auto

Type d'Outil: Canevas d'animation

Catégorie: Divers

Produit par: La Passerelle

Objectif(s): •Développer l'autonomie des femmes face à la mécanique auto.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: 8 à 10

Coût:

Durée de l'activité: 7 rencontres de 2h30

Variantes:

Description

- Explication du déroulement des rencontres
- Les différents sujets à exploiter

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

La Passerelle
209, rue des Érables, local 305, C.P 69
Weedon (Québec)
JOB 3J0
(819) 877-3423

Pareille, pas pareils

Type d'Outil: Canevas d'animation d'une session

Catégorie: Divers (sexisme)

Produit par: Centre des femmes de Shawinigan

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité:

Variantes:

Description

- Il s'agit d'un programme pour sensibiliser et désexiser les jeunes enfants.

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre des femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Pouvoir des femmes face aux stéréotypes sexistes (Le) (1990)

Type d'Outil: Guide d'intervention (39 pages)

Catégorie: Divers (sexisme)

Produit par: L'Echo des femmes de la Petite Patrie

- Objectif(s):
- Favoriser une prise de conscience des attitudes et comportements sexistes qui nous entourent ou que nous transmettons à travers nos interventions.
 - Prendre position face à ce phénomène et découvrir ensemble des moyens pour permettre le changement et la transformation.
 - Favoriser l'action et la mise sur pied de comités d'action.

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût:

Durée de l'activité: 20 rencontres

Variantes:

Description

- Le guide se divise en trois parties afin d'alimenter l'information et de soutenir l'intervention:
 - Série de rencontres thématiques
 - Textes d'accompagnement
 - Bibliographie classifiée par thèmes
- La série de rencontres se divise en deux parties distinctes mais complémentaires.
- Première série de 10 rencontres "Prendre conscience des conséquences des stéréotypes sexistes sur la condition féminine": expression du vécu, introduction, stéréotypes sexistes, décoder les stéréotypes sexistes/féminins, historique des mouvements de pression, les codes d'application, réflexion critique, en action vers un changement, agir sur l'actualité, évaluation et planification
- Deuxième partie "Elargir le pouvoir des femmes face aux stéréotypes sexistes en offrant une information plus diversifiée et spécialisée": la publicité, l'auto-réglementation/publicité, les vidéoclips, l'inscription dans le corps des femmes, les stéréotypes sexistes dans le langage, la pornographie, action collective (2 rencontres), cré-action, bilan vers l'avenir

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

L'Echo des femmes de la Petite Patrie
6020 Christophe Colomb
Montréal, Québec
H2S 2G2
(514) 277-7445

Qualité de vie des femmes, mettons carte sur la table

Type d'Outil: Outil d'animation pour une
rencontre

Catégorie: Divers (qualité de vie)

Produit par: Comité organisateur du 8 mars Centre-sud

Objectif(s):

- Favoriser une réflexion sur la qualité de vie que nous avons comme femme en tenant compte des acquis au fil des ans et des ressources disponibles.
- Reconnaître nos efforts et nos actions pour améliorer notre qualité de vie.
- Entrevoir les actions possibles comme individu et comme groupe pour poursuivre l'amélioration de notre qualité de vie.

Aspects pratiques

Nombre de participantes: Illimité

Coût: Gratuit! Youppi!

Durée de l'activité: 3 heures

Variante: Il est possible d'adapter un photo-langage pour correspondre à d'autres thèmes.

Description

- Il s'agit d'un plan de déroulement d'une activité de sensibilisation sous la forme d'un "photo-langage".
- Le photo-langage, comme technique favorisant une expression plus libre, plus émotive et moins rationnelle du vécu de tous les jours, est présenté.
- Cette activité en particulier a été créée pour réfléchir sur le thème du 8 mars 1992, "la qualité de vie des femmes, mettons carte sur table".

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Centre d'éducation et d'action des femmes de Montréal

1468, rue Fullum

Montréal, Québec

H2K 3M1

(514) 524-5656 ou (514) 524-3901

Tant de femmes - éducation sexiste -

Type d'Outil: Guide d'animation d'une session et cassette audio

Catégorie: Divers (sexisme)

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francis

Objectif(s):

Aspects pratiques

Nombre de participantes:

Coût: cassette audio: 15\$,
répertoire des émissions: 4\$,
recueil de scénarios: 20\$,
guide d'animation: 15\$

Durée de l'activité:

Variantes: Une trousse d'animation avec 8 cassettes thématiques pour la série complète, un guide d'animation et un répertoire est également disponible pour 100\$.

Description

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

Maison des femmes des Bois-Francis
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Vidéos

Productions des centres de femmes et de l'R - vidéos -

Action-bar

Description: Ce vidéo explique les différents types de permis de bar que la Régie d'Alcool du Québec émet et précise ceux qui ouvrent la porte aux spectacles et films pornographiques. Les étapes à suivre pour déposer une opposition sont également présentées.

Produit par: Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
G0A 1W9
(418) 435-5752

Coût:

Ces femmes et le retour au travail

Description: Ce vidéo, réalisé en décembre 1988, traite de la question des femmes qui retournent sur le marché de travail.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Je ne suis que ça

Description: Ce vidéo de sensibilisation consiste en un montage de photos extraites de revues pornographiques qui montrent et expliquent les différentes formes de la pornographie, son histoire et ses conséquences. Il est disponible également en forme de diaporama.

Produit par: Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
G0A 1W9
(418) 435-5752

Coût: Location du vidéo: 15\$, Achat du vidéo: 60\$, location du

La violence 1994-1995

Description: Cette série de 3 vidéos a été réalisée afin de dénoncer et prévenir:

- la violence faite aux enfants
- la violence faite aux femmes
- la violence faite aux femmes handicapées

Produit par: Centre de femmes l'Étincelle
772, boul. Blanche
Baie-Comeau (Québec)
G5C 2B5
(418) 589-9366

durée: 20 minutes chacun

Coût: 25\$ + frais de poste (chacun)

Productions des centres de femmes et de l'R - vidéos -

"Les Belles Insoumises"

Description: Ce vidéo reflète à la fois l'engagement de femmes dans un centre, leur rêve d'une société plus juste, le parcours qu'elles effectuent au sein d'un centre de femmes.
"Les belles Insoumises" a été réalisé par Johanne Fournier de Vidéo-Femmes.
Durée: 27 minutes

Produit par: Centre-Femmes d'Aujourd'hui
1305 chemin Ste-Foy
Québec (Québec)
G1S 4N5
(418) 683-2548

Coût:

Naître rose ou bleu

Description: Cette série de vidéo-cassettes a comme but de réfléchir sur le sexisme.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Partition pour accords simples (1984)

Description: Ce vidéo de 33 minutes explique ce qu'est un Centre de femmes: le pourquoi de son existence, son fonctionnement, le travail qui y est effectué et les problèmes rencontrés. Trois femmes qui le fréquentent soulignent l'importance et la nécessité de tels centres.

Produit par: Centre d'éducation et d'action des femmes
Distribué par: Groupe intervention vidéo
3575 St-Laurent, suite 421
Montréal, Québec H2X 2T7
(514) 499-9840

Coût: location: 65\$ pour un groupe commun.

Répertoire - Vidéos de la série format femme 2ième édition

Description: Ce répertoire présente des vidéos (de 30 minutes) sur les aspects suivants de santé des femmes: Condition physique: la respiration et l'alimentation, Problématique générale de la santé, Périnatalité, Thérapie féministe, Ménopause (I et II), Contraception et sexualité (I et II), Santé mentale, Stress et psychotropes, Santé des femmes au travail, Andropause et Auto-santé.

Produit par: C.I.D. des femmes du Haut-Richelieu
C.P. 488, - 125, Jacques Cartier nord, Bur. 05
St-Jean-sur-Richelieu, Québec
J3B 6Z8

Coût: location: 15\$ (jusqu'à 15 jours), disp. en VHS, BETA et 3/4" (frais supp.)

Productions des centres de femmes et de l'R *- vidéos -*

Répertoire - Vidéos de la série format femme 3ième édition

Description: Ce répertoire présente des vidéos (de 30 minutes) sur les aspects suivants du thème "Détentes et médecines douces": Phytothérapie, Massothérapie, *Yoga, *Acupuncture (I et II), *Anti-gymnastique, *Tai-Chi et *Technique Nadeau. (* indique la présence de témoignages et démonstrations à l'intérieur du vidéo)

Produit par: C.I.D. des femmes du Haut-Richelieu
C.P. 488, - 125, Jacques Cartier nord, Bur. 05
St-Jean-sur-Richelieu, Québec J3B 6Z8

Coût: location: 15\$ (jusqu'à 15 jours), disponible en VHS, BETA et cassette

Se donner le droit (1993)

Description: Cinq femmes parlent d'argent. Elles se sont données le droit d'avoir de l'argent bien à elles, de l'argent dont elles peuvent disposer à leur gré. Cela fait partie de leur identité. Elles témoignent de leurs expériences d'autonomie financière. (Vidéo de 36 minutes)

Produit par: Collective des femmes de Nicolet et Vidéo femmes
700, rue du Roi
Québec, Québec G1K 2X7
(418) 529-9188

Coût:

Trois émissions de télévision communautaire

Description: Ces émissions de télévision communautaire portent sur les thèmes de la violence conjugale, la ménopause et le sexisme.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Un centre de femmes, pour qui??

Description: Ce vidéo est composé de témoignages de femmes qui aident à faire l'historique du Centre de femmes de Shawinigan.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R
- vidéos -

Un centre de quoi...?

Description: Sous le mode fantaisiste et vivant, ce vidéo d'une vingtaine de minutes décrit le quotidien d'un centre de femmes, (services, activités, action collective) et la philosophie qui le soutend.

Produit par: La collective par et pour elles
a/s Centre des femmes des
Cantons
213, rue Oxford
Cowansville, Québec
J2K 2M5
(514) 263-1028

Coût: prêt plus frais de poste

Documents

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

À propos de... la violence conjugale (avril 1991)

Description: Journal de 15 pages sur la violence conjugale. Les articles portent sur: un problème de société, un jeu-questionnaire (prévenir la violence), les maisons d'hébergement, comment aider une femme victime de violence, les mythes et les réalités.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

À propos de... la violence conjugale (décembre 1991)

Description: Journal de 15 pages sur la violence conjugale. Les articles portent sur: témoignages, faire un bilan de sa situation, les conséquences sur les enfants et les adolescents, scénario de protection, les droits de la victime, une ressource: le Centre des femmes.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

À propos de... la violence conjugale (février 1991)

Description: Journal de 15 pages qui explique la violence conjugale. Les articles portent sur: la violence dans l'histoire, les formes de violence, le cycle, l'escalade, le pourquoi de la tolérance de la femme, qui est l'homme violent.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

À propos de... la violence conjugale (mars 1992)

Description: Journal de 15 pages sur la violence conjugale. Les articles portent sur: les droits juridiques, les émotions vécues, le choix de quitter ou non, les ruptures qui se suivent et des témoignages.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Accès des femmes au pouvoir décisionnel (L')

Description: Cette brochure (3 pages) décrit les principaux pré-requis et les principales satisfactions et difficultés impliquées dans le travail comme membre d'un conseil d'administration.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Actes du colloque: Femmes différentes et semblables, (janvier 1994)

Description: Ce document fait état des discussions et présentations du colloque sur les thèmes suivants: problèmes entre femmes différentes; données sur l'immigration; l'immigration des néo-québécoises; convergences entre femmes différentes et semblables; moyens de favoriser le rapprochement interculturel, etc.

Produit par: L'R des centres de femmes du Québec
4230 St-Denis
Montréal (Québec)
H2J 2K8
(514) 843-8156

Coût: 5\$

Agir ensemble contre la violence conjugale

Description: Actes du colloque régional (document de 38 pages) qui rend compte des conférences et des discussions qui ont eu lieu lors d'un colloque sur la violence conjugale dans le Haut pays en avril 1990.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 5\$ (frais de poste inclus)

Ateliers sur les pratiques

Description: Ce texte de 14 pages est un compte-rendu d'une présentation lors du colloque sur l'action communautaire en CLSC (1988).

Produit par: Centre des femmes du Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec
G0L 1E0
(418) 854-2399

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Au retour de Beijing (Bulletin de liaison de l'R, janv.1996)

Description: Ce bulletin de 46 pages présente un dossier sur la 4e Conférence mondiale pour la femme qui a eu lieu à Beijing. Le dossier a été réalisé à partir des témoignages de 5 participantes au Forum des ONG qui se tenait parallèlement à la Conférence. Ce numéro comprend également une boîte à outil.

Produit par: L'R des centres de femmes
4230 St-Denis
Montréal (Québec)
H2J 2K8
(514) 843-8156

Coût: 2\$ + frais de postes

Autosanté (L^f)

Description: Ce rapport des activités (56 pages) du C.I.D pour la période 1986-87 présente le projet sur l'autosanté des femmes, comprenant une recherche-action, une conférence et une journée d'autosanté.

Produit par: Centre d'information et de documentation des femmes du Haut-Richelieu
C.P. 488
125, Jacques Cartier nord, Bur. 05
St-Jean-sur-Richelieu, Québec
J3B 6Z8 (514)

Coût:

Bénévolat: cent professions

Description:

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

Ça s'vit ! Ça s'dit ! (photoroman)

Description: Ce photoroman est fait par et pour des adolescents-es. Il illustre 5 situations que peuvent vivre fréquemment les ados. Chaque histoire apporte une façon de résoudre le problème en se basant sur l'importance d'entretenir des rapports égalitaires et d'établir une bonne communication. Les thèmes abordés sont: Les relations amoureuses, le harcèlement sexuel, les agressions sexuelles, la jalousie entre amies, le phénomène de gang.

Produit par: Centre de Femmes de Ville-Marie
C.P 1349
Ville-Marie (Québec)
J0Z 3W0
(819) 622-0111

Coût: 6\$

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Carnet d'assurance santé

Description: Ce document de 10 pages est un outil qui sert à aider les femmes à intervenir au niveau de leur santé. Il donne des pistes pour faire leur portrait personnel, les ressources disponibles, leur diagnostic et leur prescription.

Produit par: Centre des femmes du Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec
G0L 1E0
(418) 854-2399

Coût:

Centre - Femmes d'Aujourd'hui, un portrait descriptif

Description: Réalisé en 1994 en collaboration avec une équipe de chercheuses, ce document rend compte de la mission, la philosophie, les services, la structure décisionnelle et le volet interorganisationnel du centre.
(44 pages)

Produit par: Centre-femmes d'Aujourd'hui et Centre de recherche sur les services communautaires.
Pavillon Charles de Koninck
Bureau 2446, Université Laval
Québec (Québec)
G1K 7P4 Tél: (418) 656-2674

Coût: Environ 11\$

Chronique d'une décennie 1981-1991

Description: Ce document de 157 pages présente un historique du centre ainsi qu'un recueil de chroniques publiées dans les hebdomadaires régionaux depuis dix ans.

Produit par: Maison des femmes des Bois-Francs
19, rue de Courval
Victoriaville, Québec
G6P 4W2
(819) 758-3384

Coût:

Connaissez-vous le Centre-Femmes d'Aujourd'hui ?

Description: Ce document de 90 pages réalisé en février 1988, traite principalement de l'organisation et de la gestion du Centre-Femmes d'Aujourd'hui à ce moment. C'est un bon outil de mise en place d'un centre de femmes

Produit par: Centre-Femmes d'Aujourd'hui
1305 Chemin Ste-Foy # 202
Québec (Québec)
G1S 4N5
Tél: (418) 683-2548

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Dépendance, ça coûte cher... (La)

Description: Ce document de 40 pages présente les résultats d'un sondage mené auprès de la population féminine du comté d'Argenteuil. Il s'agit d'un regard sur le lien entre la dépendance économique des femmes et la violence.

Produit Carrefour des femmes du Grand
par: Lachute
310, rue de l'Eglise
Lachute, Québec
J8H 4A8
(514) 562-5861 ou (514) 562-7122

Coût:

Document de réflexion sur la réforme de l'aide sociale

Description: 1e partie: un rappel des principaux éléments de la loi actuelle de la sécurité du revenu.
2e partie: les orientations possibles de la réforme ainsi que les enjeux et perspectives.
3e partie: le point sur les prises de position et les actions des centres de femmes et de l'R.

Produit L'R des centres de femmes du
par: Québec
4230 St-Denis
Montréal (Québec)
H2J 2K8
(514) 843-8156

Coût: Frais de photocopies et de postes

Femmes en affaires ça compte... (Les)

Description: Ces actes du colloque régional (126 pages) tenu en 1987 soulignent l'essentiel des discussions tenues sur les femmes en affaires. Les ateliers portaient sur les thèmes suivants: le financement, affaires-famille-loisirs, les partenaires socio-économiques et son idée d'entreprise.

Produit Centre de femmes "La Source"
par: Case postale 5167
St-Félicien, Québec
G8K 2R2
(418) 679-5403

Coût:

Femmes sans abri

Description:

Produit Centre-femmes d'aujourd'hui
par: 1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Gagner sa vie, mais à quel prix?

Description: Ce rapport (59 pages) trace le portrait des conditions de travail et de vie de la plupart des femmes dans Charlevoix par le biais d'une analyse des résultats d'un sondage (de 60 questions) effectué auprès d'une centaine de femmes de la région.

Produit par: Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
G0A 1W9
(418) 435-5752

Coût:

Histoires d'amour

Description: Ce livre (150 pages) est un recueil de témoignages, de récits et de poèmes de femmes sur le sujet de l'amour et découlant d'expériences amoureuses.

Produit par: Centre de femmes La Moisson
Case postale 183
Dorion, Québec
J7V 5W1
(514) 455-8720

Coût:

L'espace et le temps -Images de femmes cheffes de famille (mars 1996)

Description: Recherche action sur les conditions de vie des femmes cheffes de famille avec et sans conjoint. Cette publication propose une définition élargie de la femme cheffe de famille qui ne se limite pas à la signification habituelle de la femme cheffe de famille monoparentale. Elle propose une définition qui inclut les femmes avec conjoint qui assument la charge entière de la famille.

Produit par: Entr'elles Granby
Centre de femmes
Case postale 454
279, rue Principale # 312
Granby (Québec)
J2G 8E7

Coût: 15\$ par copie incluant les frais d'expédition.

Le pouvoir des femmes: où en sommes-nous dans le Haut-Pays (1er trimestre 1989)

Description: Document de 52 pages qui présente en première partie les résultats d'un questionnaire envoyé à des femmes impliquées, des témoignages en 2e partie, et enfin un outil de formation pour aider les femmes à fonctionner plus adéquatement dans les organismes.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 10\$ (frais de poste inclus)

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Les centres de femmes: des sentiers et des chantiers économiques.

Description: Cahier du séminaire de formation sur le développement économique régional organisé en février 1995. Le cahier rend compte des conférences et discussions du séminaire. Il comprend également le cadre d'animation du séminaire de formation.

Produit par: L'R des centres de femmes du Québec
4230 St-Denis
Montréal (Québec)
H2J 2K8
(514) 843-815

Coût: 5\$

Miroir joli miroir

Description:

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

Obsession de la minceur

Description: Il s'agit d'une recherche marketing qui vise à vérifier la perception que les femmes ont de leurs corps et les inciter à suivre les ateliers de l'obsession de la minceur.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Oser; quand les femmes passent à l'action

Description: Ce livre (121 pages) présente le cheminement d'un groupe qui à partir d'une lutte contre la pornographie se construit, se développe et s'affirme en tant que centre de référence pour femmes.

Produit par: La collective par et pour elles a/s Centre des femmes des Cantons
213 rue Oxford
Cowansville, Québec
J2K 2M5
(514) 263-1028

Coût: 10.95\$ plus frais postaux

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Pareille, pas pareils (Bulletin d'Information sur le sexisme, déc. 1994)

Description: Bulletin de 11 pages sur le sexisme. Les articles portent sur l'apprentissage du sexisme: élever des enfants de façon non sexiste; jouets non sexistes; la publicité; Barbie et J.I.Go

Produit par: Centre des Femmes Ô Pays
69, rue principale
Case postale 159
Lac des-Aigles (Québec)
GOK 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ incluant les frais de poste

Pareille, pas pareils (Bulletin d'information sur le sexisme, fév.1995)

Description: Bulletin de 11 pages sur le sexisme. Les articles portent sur le sexisme dans les vidéoclips, le corps des femmes et la pornographie.

Produit par: Centre des Femmes du Ô Pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac -des-Aigles (Québec)
GOK 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ incluant les frais de poste

Parole de Rosalie: les femmes se racontent

Description: Ce document de 28 pages traite les diverses formes de violence faite aux femmes et dans lequel des femmes victimes de violence se racontent.

Produit par: Centre des femmes du
Témiscouata
Case postale 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec
G0L 1E0
(418) 854-2399

Coût:

Passer à l'action

Description: Ce document (27 pages) présente une analyse de l'omni-présence de la pornographie et suggère des actions possible de lutter contre ce phénomène.

Produit par: Groupe d'intervention femmes
et pornographie
a/s Centre des femmes de
Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
G0A 1W9

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R
- documents -

Pauvre retraite

Description:

Produit Centre-femmes d'aujourd'hui
par: 1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

*Philosophie de l'intervention féministe et son application
pratico-pratique*

Description: Ce document (38 pages) traite la philosophie, l'origine et les fondements de l'intervention féministe ainsi que ses objectifs, ses stratégies et ses techniques.

Produit Centre des femmes du
par: Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec
G0L 1E0
(418) 854-2399

Coût: 5\$

Pignons sur rue

Description: Ce document explique les démarches à entreprendre lors d'une conférence socio-économique. Ce document se veut un outil pour tous les groupes de femmes qui désirent concrétiser leurs rêves: posséder sa maison.

Produit Centre des femmes l'Étincelle
par: 772 boul. Blanche
Baie-Comeau, Québec
G5C 2B5
(418) 589-9366

Coût:

Plate forme du Centre des femmes du Témiscouata

Description: Ce document présente la philosophie d'intervention, le fonctionnement et les activités du centre.

Produit Centre des femmes du
par: Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec
G0L 1E0
(418) 854-2399

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Pornographie, cause importante de la violence envers les femmes

Description: Ce rapport synthèse (65 pages) présente les résultats d'une enquête menée sur les liens entre la consommation de la pornographie et la violence faite aux femmes.

Produit par: La collective par et pour elles a/s Centre des femmes des Cantons
213 rue Oxford
Cowansville, Québec
J2K 2M5
(514) 263-1028

Coût: 5\$ plus frais de poste

Pour en finir avec la pauvreté (Bulletin de liaison de l'R, sept.1993)

Description: Un numéro double du bulletin (près de 60 pages) qui "déborde" d'information sur les dossiers ayant trait à l'autonomie économique, la pauvreté et l'appauvrissement des femmes.

Produit par: L'R des centres de femmes du Québec
4230 St-Denis
Montréal (Québec)
H2J 2K8
(514) 843-8156

Coût: 2\$ + frais de postes

Profession ménagère

Description:

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

Rapport final sur la violence conjugale

Description: Ce document (28 pages) présente les démarches entreprises par le centre pour mettre en oeuvre une session de sensibilisation sur la violence conjugale ainsi que le déroulement et les principaux points abordés lors de cette rencontre.

Produit par: L'E.R.I.G.E.
35, 3e avenue ouest
Lasarre, Québec
J9Z 1G8
(819) 333-9706

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Recherche sur les facteurs d'isolement chez les femmes

Description: Ce compte-rendu d'un projet de recherche (78 pages) identifie les facteurs de l'isolement vécu par les femmes, analyse les résultats de l'enquête et propose des recommandations concrètes pour le centre.

Produit par: Centre des femmes l'Essentielle
199, rue St-Jean-Baptiste
Beloeil, Québec
J3G 2V6
(514) 467-3418

Coût:

Récit de vie, le silence éclaté

Description: Ce document est une collection de récits de vie (118 pages) des femmes fréquentant le centre. Ces récits décrivent le vécu intime, conjugal et familial de ces femmes.

Produit par: Collective des femmes de Nicolet et région
Case postale 1679
160, rue Frère Dominique
Nicolet, Québec J0G 1E0
(819) 293-5958

Coût:

Recueil de textes sur la pornographie

Description: Ce document (20 pages) présente les documents d'analyse (articles de journaux, de revues, etc.) utilisés lors d'une journée de formation sur la pornographie dans Charlevoix.

Produit par: Groupe d'intervention femmes et pornographie
a/s Centre des femmes de Charlevoix
Case postale 548
Baie-St-Paul, Québec
G0A 1W9

Coût:

Reflet, je ne veux plus...

Description: Cette brochure de 56 pages traite la question de la violence conjugale. Elle a comme objectifs de briser l'isolement psycho-social des femmes et d'informer des ressources en violence conjugale.

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Santé mentale et les femmes

Description: Ce document (33 pages) présente les résumés des allocutions des personnes ressources lors d'un colloque sur la santé mentale et les femmes (le 29 avril 1993).

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût:

Santé mentale et stéréotypes: l'impossible réconciliation

Description: Ce rapport d'enquête est une recherche qui vise à connaître la santé mentale des femmes de la région de Shawinigan.

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Santé mentale, fragile

Description:

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

Solitude au féminin pluriel

Description:

Produit par: Centre-femmes d'aujourd'hui
1474, boul. René-Lévesque ouest
Québec, Québec
G1S 1X2
(418) 683-2548

Coût: 2\$ plus frais postaux

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Survivre à l'inceste, mieux comprendre pour mieux intervenir

Description: Recherche exploratoire effectuée en collectif (198 pages); données et recherches disponibles relatives à l'inceste, ses effets à long terme ainsi que divers traitements préconisés; informations requises auprès d'intervenant-e-s relatives à leur approche théorique et pratique auprès des survivantes d'inceste.

Produit par: La collective par et pour elles a/s Centre des femmes des Cantons
213, rue Oxford
Cowansville, Québec
J2K 2M5
(514) 263-1028

Coût: 20\$ plus frais de poste

Témiscouataine vers l'auto-santé

Description: Ce document de recherche de 240 pages présente différentes méthodes ou alternatives au niveau de la santé.

Produit par: Centre des femmes du Témiscouata
C.P. 427
30C, rue Bérubé
Cabano, Québec
G0L 1E0
(418) 854-2399

Coût:

Un mal invisible. L'isolement social des femmes

Description: Ce livre scrute à la loupe les témoignages de 32 femmes qui ont souffert d'isolement et qui ont tenté par divers moyens de s'en sortir: en faisant appel à la famille et aux proches, aux thérapeutes, aux CLSC. C'est dans les centres de femmes qu'elles ont trouvé des solutions simples et innovatrices: l'aide qui leur a permis de reconstruire leur confiance en elles et de reprendre leur vie en main.

Produit par: L'R des centres de femmes du Québec, publié par Les éditions du remue-ménage
4428, boul. St-Laurent,
bureau 404
Montréal (Québec)
H2W 1Z5

Coût:

Un stéréotype sexiste vaut mille maux

Description: Cet outil de conscientisation (20 pages) permet de prendre connaissance des stéréotypes sexistes féminins et de leurs conséquences sur la santé physique et mentale des femmes. Il contient des pistes pour décoder les messages véhiculés ainsi que des moyens d'action.

Produit par: L'Echo des femmes de la Petite Patrie
6531 de Lanaudière
Montréal, Québec
H2G 3B1
(514) 277-7445

Coût:

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Vers l'égalité économique des femmes (janvier 1993)

Description: Journal de 11 pages qui porte sur l'attitude des femmes face à l'argent, l'autonomie financière, le langage de l'argent et la pauvreté des femmes.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

Vers l'égalité économique des femmes (mars 1993)

Description: Journal de 11 pages sur l'égalité économique des femmes. Les articles portent sur: le retour aux études, le marché du travail, l'équité salariale, les métiers non-traditionnels, le travail à temps partiel.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

Vers l'égalité économique des femmes (novembre 1992)

Description: Ce journal de 11 pages porte sur les femmes et l'économie. Les articles de ce numéro portent surtout sur la valorisation de la production domestique.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

Vers l'égalité économique des femmes (novembre 1993)

Description: Journal de 15 pages dont les articles portent sur: les femmes entrepreneures, les collaboratrices, les normes du travail, l'autonomie des jeunes filles, les emplois d'avenir, les pensions alimentaires, les clubs Epargne-Femmes, et le développement régional au féminin.

Produit par: Centre des femmes du ô pays
69, rue Principale
Case postale 159
Lac-des-Aigles, Québec
G0K 1V0
(418) 779-2316

Coût: 3\$ (frais de poste inclus)

Productions des centres de femmes et de l'R - documents -

Vie économique des femmes (La)

Description: Cette brochure de 53 pages donne des renseignements légaux et autres sur plusieurs facettes de la vie économique de notre société (l'habitation, les régimes matrimoniaux, les contrats de crédit, la solvabilité, le budget, les solutions à l'endettement, les dépôts d'argent et le testament).

Produit par: Centre de femmes de Shawinigan
453, 5e rue, suite 203
Shawinigan, Québec
G9N 1E4
(819) 537-4277

Coût:

Vie et histoire des femmes au Témiscamingue

Description: Issu d'une démarche collective échelonnée sur plus d'un an, ce livre fait le bilan de 100 ans d'implication des femmes dans la société témiscamiennne. Une centaine de femmes racontent leur vécu, celui de leur mère, grand-mère, tante, voisine...

Produit par: Maison des femmes de Ville-Marie
Case postale 1349
28, rue Notre-Dame de Lourdes
Ville-Marie, Québec
J0Z 3W0
(819) 622-0111

Coût: 24\$

Vivre de peur!

Description: Ce document de réflexion sur la violence faite aux femmes se concentre sur trois formes de violence: la pornographie, l'harcèlement sexuel et la violence conjugale. L'information est présentée sous forme de photoromans, de jeux-questionnaires et d'articles.

Produit par: Centre de femmes Parmi elles
135, rue Lapérade
St-Pierre-les Becquets, Québec
G0X 2Z0
(819) 263-2586

Coût:

Personnes ressources

Personnes ressources

Nom _____ **Téléphone** _____

Adresse _____

Activité _____ **Coût** _____

D'autres informations pertinentes

Nom _____ **Téléphone** _____

Adresse _____

Activité _____ **Coût** _____

D'autres informations pertinentes

Personnes ressources

Nom _____ **Téléphone** _____

Adresse _____

Activité _____ **Coût** _____

D'autres informations pertinentes

Nom _____ **Téléphone** _____

Adresse _____

Activité _____ **Coût** _____

D'autres informations pertinentes

Fiches vierges

[Empty rectangular box]

Type d'Outil: [Empty rectangular box]

Catégorie: [Empty rectangular box]

Produit par: [Empty rectangular box]

Objectif(s): [Empty rectangular box]

Aspects pratiques

Nombre de participantes: [Empty rectangular box]

Coût: [Empty rectangular box]

Durée de l'activité: [Empty rectangular box]

Variante(s): [Empty rectangular box]

Description

[Large empty rectangular box for description]

Pour information ou pour obtenir une copie du document:

[Empty rectangular box for contact information]

Productions des centres de femmes et de l'R
- documents -

--

Description:		Produit par:	
		Coût:	

--

Description:		Produit par:	
		Coût:	

--

Description:		Produit par:	
		Coût:	

--

Description:		Produit par:	
		Coût:	

**Productions des centres de femmes et de l'R
- vidéos -**

--

Description:		Produit par:	

--

Description:		Produit par:	

--

Description:		Produit par:	

--

Description:		Produit par:	