

## Éditorial: La Bouée... en action(s)!

Chaque année, à cette période, l'équipe de la Bouée fait le point sur les douze derniers mois et réfléchit aux projets à venir. Présenter à nos membres et partenaires notre bilan et leur dévoiler nos actions futures demeure un moment privilégié, que nous avons vécu le 16 juin 2011, dans le cadre de notre Assemblée Générale Annuelle.

En quelques mots, rappelons la forte implication des travailleuses pour l'organisation et la réalisation de notre premier Colloque "Parce que la Violence n'a pas d'âge" et l'implication grandissante de notre organisme dans le milieu par le biais d'un important travail de sensibilisation. Ce travail de terrain a eu pour résultat une plus grande visibilité de notre organisme et un nombre accru de références de la part des professionnels de notre région.

Notre plan d'action 2011-2012 maintient le cap! Un deuxième Colloque sera proposé en mai 2012, accompagnée d'une conférence "grand public" réalisée par une personnalité bien connue des parents, des enfants et des adolescents (nous n'en dirons pas plus sur son identité...).

Nous poursuivrons notre mission de prévention, notamment en matière de violence à l'école, grâce à un programme pour contrer l'intimidation, intitulé "Branchons-nous sur les rapports de force!".

Nous continuerons de proposer nos autres conférences et ateliers, en y ajoutant de nouveaux thèmes toujours en rapport avec notre problématique.

Bien sûr, nous restons à l'écoute des besoins des femmes et enfants victimes de violence conjugale. Grâce à notre équipe spécialisée, soudée et motivée, ils seront toujours assurés de bénéficier des meilleurs services tant en hébergement qu'en externe, dans un climat chaleureux, respectueux et sécuritaire.



## La sensibilisation, un atout majeur pour contrer la violence

La véritable solution à la violence conjugale réside non seulement dans l'intervention auprès des personnes touchées, mais aussi dans la prévention et la promotion, en s'attaquant aux causes du problème et aux facteurs qui en favorise l'émergence.

L'information livrée à la population constitue un facteur clé dans l'identification précoce des cas de violence conjugale. Elle aide les victimes et les agresseurs à se reconnaître et les encourage à faire appel aux ressources d'aide. Elle suscite la mobilisation des personnes témoins de violence



conjugale et accroît la non tolérance de la population à l'égard de ce type de violence. Pour ces raisons, la Bouée a développé de nombreux ateliers interactifs et conférences

sur cette problématique, destinés à toute la population quel que soit l'âge (enfants, adolescents, adultes) ainsi qu'aux professionnels de la santé, de l'éducation et de la justice. Nous avons ainsi approché plusieurs organismes, associations et établissements scolaires désireux de participer à ces actions de prévention. L'intimidation à l'école, la violence dans les relations amoureuses, la violence conjugale, les effets de la séparation dans un contexte de violence, la maltraitance envers les aînés, sont quelques uns des thèmes que nous traitons. Ces ateliers-conférences sont gratuits et s'adaptent en durée et en contenu en fonction de la demande.

Chaque année, nous poursuivons cette mission d'information, car nous sommes persuadées qu'elle favorise la prise de conscience individuelle et collective et permet de lutter contre la violence faite aux femmes et aux enfants.

E  
N  
S  
E  
M  
B  
L  
E



## Votre relation amoureuse est-elle saine ?

Il arrive parfois que l'on se questionne sur notre relation amoureuse. Qu'est-ce qu'une relation saine?

En fait, c'est une relation qui vous permet de vous sentir bien par rapport à vous-même et à votre partenaire. Non seulement vous vous amusez ensemble, mais vous pouvez exprimer votre moi véritable et permettre à votre amoureux d'en faire autant. C'est une relation basée sur le respect. Il est certain que les relations diffèrent l'une de l'autre mais les relations saines partagent au moins cinq qualités importantes. L'acronyme **S.H.A.R.A.** peut vous aider à vous souvenir de ces qualités.

**Sécurité** : Vous êtes en sécurité, donc pas inquiète que votre partenaire vous blesse au plan physique ou affectif. Vous n'êtes pas en réaction face à lui. Vous êtes libre d'essayer de nouvelles choses (ex. des cours du soir) ou de changer d'idées sans avoir peur de la réaction de l'autre.

**Honnêteté** : Vous ne cachez rien d'important et vous pouvez exprimer vos pensées sans craindre d'être critiquée ou ridiculisée. Vous pouvez admettre que vous vous êtes trompée. Vous réglez les conflits par des discussions honnêtes.

**Acceptation** : Vous vous acceptez tels que vous êtes. Vous appréciez les qualités uniques de votre partenaire (par exemple gêné ou sensible) et vous ne tentez pas de le changer.

**Respect** : Vous avez une haute opinion l'un de l'autre. Vous ne vous sentez ni inférieure, ni supérieure à votre compagnon de façon marquée. Chacun a droit à ses idées et opinions. Cela ne signifie pas que vous tolérez tout ce que votre conjoint fait ou pas. Mais vous savez que vous avez le droit d'établir des limites.

**Agrément** : Une bonne relation ne se limite pas à la façon dont deux personnes se traitent : elle doit aussi comporter de l'agrément. Dans une relation saine, vous vous sentez pleine d'énergie et de vie en présence de votre partenaire. Vous pouvez jouer et rire ensemble. Vous vous amusez.

Ces 5 éléments résument bien les règles d'art à respecter dans une relation saine.

Si ces éléments importants sont bien présents, il est certain que la relation va bon train.

(source [masexualite.ca](http://masexualite.ca))

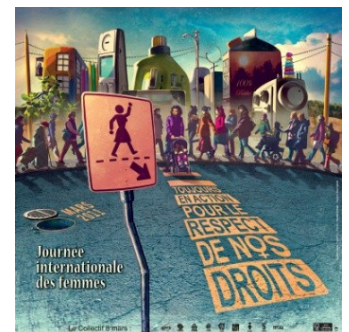
## Solrée du 8 mars 2011 Journée internationale des femmes

Cette année encore, La Bouée s'est impliquée dans l'organisation de la soirée tenue aux Chevaliers de Colomb à Lac-Mégantic qui a réuni plus de 200 femmes. Le thème suggéré cette année était : « Toujours en action pour le respect de nos droits ». Comme le sujet était vaste, le comité organisateur a choisi d'axer l'activité sur le système de santé actuel au Québec.

Afin de rendre la soirée plus dynamique, il y a eu différentes animations telles que : un extrait du monologue de la jaquette en papier, texte de Mme Clémence Desrochers, joué par Mme Yvette Cellard (membre du comité), l'interprétation par toutes les membres du comité de la chanson « Une p'tite pilule, une p'tite granule » avec des paroles modifiées pour la circonstance et finalement, un montage vidéo sur l'événement marquant, qu'a été la Marche Mondiale des femmes (tenue à Rimouski le 17 octobre 2010) projeté à l'arrivée et pendant l'heure du repas.

Après le délicieux repas, les femmes étaient invitées à écrire une « prescription » au gouvernement provincial. Celle-ci permettait aux femmes d'exprimer leur appréhension face aux différents projets de loi et/ou de formuler un souhait pour le système de santé. Ces prescriptions ont été déposées chacune dans un petit pot de pilule et par la suite, le tout a été remis à la députée provinciale Mme Johanne Gonthier.

Ainsi, encore une fois ce moment fut une belle occasion de souligner la journée internationale des femmes.



## UNE FEMME DE NOTRE TEMPS!

**Janette Bertrand**, née le [25 mars 1925](#) à [Montréal](#), est une [journaliste](#), [comédienne](#), [écrivaine](#) et [féministe](#) québécoise.

Elle a étudié en lettres à l'Université de Montréal, ce qui l'amène à devenir journaliste en 1950. Au *Petit Journal*, elle se voit confier une chronique qui la sensibilise aux revendications des féministes. Par la suite, elle devient animatrice de radio pour l'émission quotidienne *Mon mari et nous*, diffusée par CKAC pendant plusieurs années.



À la télévision, elle crée, à la fin des années 50, *Toi et moi*, un téléroman mettant en scène les péripéties d'un couple où les rôles principaux sont joués par elle et son mari, Jean Lajeunesse. Toujours avec Jean Lajeunesse, elle anime ensuite le jeu questionnaire *Adam ou Ève* où les participants sont des couples mariés.

Seule cette fois, elle devient la confidente des adolescents à ''Comment pourquoi?'', une émission où elle s'efforce de rassurer les jeunes et de répondre à leurs questions autant que le permet le contexte du début des années 60, c'est-à-dire en faisant totalement l'impasse sur les relations sexuelles. Puis, dans ''L'école du bonheur'', elle invite des couples mariés à venir discuter chastement de leurs problèmes à l'écran, toujours dans le même contexte québécois d'une époque où le divorce est encore fort mal vu.

Vient ensuite *Quelle famille!* (SRC, 1969-1974), une émission familiale qui faisait appel à plusieurs membres de sa propre famille, dont Jean Lajeunesse et leur chien Macaire. Cette comédie sera suivie d'une autre: ''Grand-Papa'', où son mari Jean Lajeunesse joue cette fois un rôle de composition, celui du grand-père d'une famille aux prises avec les problèmes des années 70.

Ensuite, elle anime un rendez-vous télévisé où des personnes sont invitées à s'exprimer sur différents sujets qui touchent les gens de près : la famille, le couple, la sexualité, etc. Pour cette émission, intitulée ''Parler pour parler'', elle s'occupe tant de la recherche que du scénario.

Elle proposera des téléromans dramatiques, faisant partie de la série intitulée *L'amour avec un grand A*, qui abordent des sujets controversés, comme l'homosexualité et le SIDA.

Son travail a permis de démystifier des thèmes modernes et délicats, certains tabous, faisant d'elle une exceptionnelle éducatrice populaire. Sa relation, avec un homme d'une vingtaine d'années plus jeune qu'elle, a aussi fait la manchette au Québec pendant quelques années.

Elle a reçu de nombreux honneurs dont en particulier sa nomination en tant que Femme du Siècle en 1990 par le Salon de la Femme de Montréal et en 2006, un doctorat es lettres honoris causa pour « souligner l'engagement social exemplaire et le rayonnement de cette grande Québécoise » décerné par l'Université Laval de Québec.

Un grand merci à Mme Janette Bertrand qui a su mettre sa notoriété et son professionnalisme au service des femmes québécoises, dans un esprit d'ouverture et de progrès.

Source : [http://fr.wikipedia.org/wiki/Janette\\_Bertrand#Bibliographie\\_incompl.C3.A8te](http://fr.wikipedia.org/wiki/Janette_Bertrand#Bibliographie_incompl.C3.A8te)

## Vive la cabane à sucre !



C'est le samedi 2 avril 2011 que nous nous sommes sucrées le bec, pour une deuxième année consécutive à la cabane à sucre Mégantic. Nous étions une quarantaine de femmes, enfants et adolescents réunis afin de partager ensemble ce petit plaisir du printemps.

La tire sur la neige était offerte dès 10h00, car nous dînions à 11h00. Ce choix d'heure s'est révélé une très bonne option, car nous étions presque seuls dans la salle à manger, ce qui nous a procuré une certaine intimité lors du repas, où nous avons pu échanger librement avec les femmes et enfants. Le repas s'est avéré très bon et fidèle aux traditions.

Ce type d'activité est toujours un excellent moyen pour les femmes de se revoir, de discuter et de partager leur vécu entre elles. Toute l'équipe des travailleuses est également enchantée de maintenir ce lien si précieux avec les femmes.

## Pas de vacances pour la violence! Pas de vacances pour la violence!



L'été approche et nous aimerions toutes qu'il soit synonyme de détente, de joie et de plaisirs. Malheureusement, la réalité est bien différente et l'actualité nous le rappelle sans cesse.

Aussi, que vous soyez directement concernées ou simplement témoins d'actes de violence, n'oubliez pas que la Bouée est ouverte 24h/24h et 7j/7j, toute l'année, pour vous écouter, vous conseiller, vous soutenir dans vos démarches, vous héberger de façon sécuritaire et toujours dans la plus grande confidentialité.

**Notre numéro de téléphone, disponible en tout temps, le 819 583-1233  
Nous sommes là pour vous!**

⇒ **Ce journal a été réalisé par l'équipe de**

**la Bouée**