



Halte-Femmes Montréal-Nord est et sera
toujours un lieu d'accueil sécuritaire et inclusif.

RAPPORT D'ACTIVITÉS

2022-2023



TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES MATIÈRES.....	2
MOT DE LA DIRECTION.....	3
MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION	5
LE CENTRE.....	6
RESSOURCES HUMAINES	12
BILAN DES PRIORITÉS	21
PRIORITÉS 2023-2024.....	27
SERVICES ET ACTIVITÉS.....	28
SERVICES AUX FEMMES IMMIGRANTES	53
ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION.....	56
ACTIONS COLLECTIVES ET MOBILISATIONS	57
HOMMAGE À MARIE THÉARD	59
FORMATIONS.....	59
CONCERTATIONS ET ADHÉSIONS	60
AUDITOIRE DE NOTRE PAGE FACEBOOK.....	61
RESSOURCES FINANCIÈRES ET REMERCIEMENTS	62

MOT DE LA DIRECTION

C'est en rédigeant le rapport d'activités que je prends conscience de tout ce que nous avons réalisé. Je dois vous avouer que c'est une période chargée pour les organismes communautaires. Fin d'année financière, vérification comptable, reddition de comptes des projets, rédaction du rapport d'activités s'ajoutent à la gestion du quotidien. Cependant, prendre le temps de le faire, c'est une priorité. Écrire ce mot de la direction est toujours ma partie préférée, car j'ai l'impression de connecter avec vous toutes de façon plus personnelle.

L'année 2022-2023 est importante pour Halte-Femmes. Vous aurez le privilège de découvrir nos réalisations. L'équipe, en compagnie du conseil d'administration, a mis les bouchées doubles pour reprendre un rythme postpandémie afin de répondre aux nombreux besoins des femmes venant chez nous. Je tiens à souligner le magnifique travail de mes collègues (Sophie M, Funmilayo, Souad, Marie-Andrée, Medgine, Melva, Julie, Mathania et Margarete), ainsi que les membres du CA (Joanne, Marie-Christine, Viridiana, Linda, Samia, Carolina et Funmilayo). Merci à vous toutes pour votre professionnalisme, votre dévouement et votre engagement envers la mission du centre. Nous avons fait de grandes choses cette année ; nous pouvons être fières de nous.

Merci à nos nombreuses bénévoles qui se sont impliquées. Vos forces uniques, vos talents, votre créativité sont des atouts qui complètent l'équipe en place. Vous êtes des femmes de cœur. Merci pour votre soutien malgré les défis que vous vivez au quotidien. Vous êtes des exemples à suivre.

Merci à nos bailleurs de fonds qui nous donnent la possibilité de réaliser nos objectifs. Vous nous aidez à aider les plus vulnérables du quartier qui en ont le plus besoin. Un centre comme le nôtre est une porte d'entrée pour toutes. Notre expertise en violence conjugale permet à de nombreuses victimes de recevoir des services de façon confidentielle, même si elles ne veulent pas aller en maison d'hébergement, même si elles ne sont pas prêtes à quitter la relation, même si elles ne comprennent pas qu'elles sont prises dans un cycle de violence... Halte-Femmes est un service essentiel à la population. Il est dommage qu'à ce jour, en

mai 2023, nous ayons perdu 2 intervenantes et une autre à venir en septembre 2023, faute de non-renouvellement des projets. Notre financement à la mission n'est pas suffisant pour conserver leurs emplois. Nous avons besoin de vous, mais aussi de la reconnaissance de notre expertise en matière de violence conjugale.

Merci à vous, les membres, les merveilleuses personnes qui viennent au centre chaque semaine. Je me fais un devoir d'aller vous saluer quand je peux pour prendre de vos nouvelles pendant vos pauses. C'est toujours énergisant pour moi de vous côtoyer. Je ne pourrais pas poursuivre mon travail avec autant de motivation si je ne vous rencontrais pas. Main dans la main, on peut faire une différence pour que les conditions de vie s'améliorent, et pour revendiquer nos droits. Ensemble, nous pouvons mettre un peu de soleil dans les journées plus nuageuses. Merci d'être là !

Sophie Lemay, directrice générale

MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Bienvenue à toutes nos membres et merci de prendre le temps d'assister à notre assemblée annuelle. Votre participation à cet événement principal de notre centre est très importante. Cela nous permet de convenir des décisions qui nous soutiendront pour l'an prochain. J'aimerais parler du rôle qu'Halte-Femmes Montréal-Nord joue dans notre communauté. Il offre aux femmes de toutes les cultures de faire partie d'un groupe exceptionnel. Des différents services que nous proposons au simple fait que nous accordons à l'esprit social et d'équipe d'aller de l'avant dans nos missions et objectifs.

En tant qu'administratrices, nous représentons les intérêts de toutes (membres et travailleuses), tout en assurant la bonne gestion des ressources humaines et financières, en appui à la direction.

Au cours de la dernière année, nous avons :

-  Consolidé nos ressources humaines ;
-  Rouvert pour vous accueillir, de nouveau, avec des programmations et événements réguliers ;
-  Lancé notre site Web en février 2023. J'espère que vous avez eu l'occasion de visiter ce site magnifique ; et
-  Réalisé un merveilleux projet — *Au-delà du Sommet* — afin que l'équipe prenne du temps pour se retrouver et que chacune prenne soin d'elle.

Des obstacles considérables ont été surmontés ces dernières années, mais maintenant il semble que le pire soit passé. À ce jour, je suis fière de constater tout le travail accompli. Ensemble, nous réalisons de belles choses. J'aimerais dire un gros merci à l'équipe. Vous avez su maintenir l'offre de services et vous êtes demeurées au cœur de notre mission.

Et à vous toutes, chères membres, je suis très honorée d'être à vos côtés pour vous représenter et œuvrer en votre compagnie pour cette grande organisation. Je vous souhaite un bel été. Bonne continuité !

Joanne Sauro, présidente

Au fil des ans



1984 - Création de HFMN

1987 - Mise sur pied du volet femmes immigrantes



1990 - Ouverture d'une maison d'hébergement de 2e étape

Avril 2022 - Course, levée de fonds



Mars 2023 - Défi Au-delà du sommet

Vision et Mission



VISION

Halte-Femmes, en contribuant à des changements positifs, se positionne comme un maillon fort d'une grande chaîne de solidarité, de communication et d'actions entre les femmes et les acteurs du milieu. Elle élargit son expertise fine en violence conjugale à une approche plus globale de la condition féminine. Halte-Femmes est un lieu lumineux, inspirant et à l'image des femmes qui la fréquentent.



MISSION

Halte-Femmes est un lieu d'appartenance par, pour et avec toutes les femmes en quête d'autonomie et de reprise de pouvoir dans les différentes sphères de leur vie. Tout en se distinguant par son intervention en violence conjugale, elle répond aux besoins de l'ensemble des femmes.

Valeurs

Solidarité



- La recherche de la justice sociale, d'un climat de paix et de sécurité pour l'ensemble des femmes.
- C'est par la promotion des gestions d'entraide et de coopération qu'ensemble, nous sommes un NOUS tisé serré.

Inclusion



- Halte-Femmes se démarque grâce à sa qualité d'accueil, son ouverture et sa bienveillance.
- Les membres, aussi diversifiées soient-elles, y trouvent chacune leur place.

Respect



- Halte-Femmes traite les autres avec considération. Elles font également la promotion du respect de soi.
- Halte-Femmes s'assure par ses actions et ses propos de ne pas porter atteinte aux droits, à la dignité et à la liberté des personnes.

Reconnaissance du potentiel



- Par cette valeur, Halte-Femmes voit au-delà des défis et invite au développement du plein potentiel.
- Halte-Femmes vise l'émancipation et l'affranchissement

Vivacité



- Halte-Femmes souhaite faire émaner de ses espaces et de ses manières d'être : de l'entrain, des passions et du plaisir.

Centre de femmes et approche féministe intersectionnelle



Halte-Femmes Montréal-Nord est membre de l'R des centres de femmes du Québec : le plus grand regroupement féministe d'action communautaire autonome au Québec.

« Ce Regroupement a été nommé L'R parce qu'il consiste en une aire (R) pour les centres de femmes, c'est-à-dire un espace qui appartient aux centres. C'est aussi un Réseau dans lequel les centres de femmes se concertent, de sorte qu'arrive l'ère (R) pendant laquelle les femmes auront enfin tout l'air (R) dont elles ont besoin. Réunis en 15 tables régionales de centres de femmes, les membres de L'R délèguent une représentante par région pour former le comité de coordination provincial, le coco. L'R, c'est aussi un comité exécutif élu et plusieurs comités de travail où s'impliquent des représentantes de centres d'un peu partout au Québec. L'R, c'est également une équipe de travail comptant quatre travailleuses permanentes et plusieurs travailleuses contractuelles. »¹

En quoi consiste l'intervention féministe à l'ère de l'intersectionnalité ? Il s'agit d'accueillir et de soutenir toutes les femmes avec leur histoire de vie et leurs expertises, plus précisément :

- Offrir une écoute empathique et attentive
- Croire en leur parole
- Prendre en compte leur parcours de vie et sa singularité
- Respecter leur rythme et leurs choix
- Leur permettre de définir leurs propres objectifs
- Reconnaître la pluralité des besoins, des identités et des cultures
- Prendre acte des ressources dont elles bénéficient ou pas
- Reconnaître leurs expertises et leurs savoirs²

¹ Texte issu du site web de l'R : <https://rcentres.qc.ca/>

² Texte issu du site web : <https://interventionfeministe.com/>

Vie associative

Démocratie et féminisme

Organisme à but non lucratif, Halte-Femmes Montréal-Nord fonctionne selon une structure démocratique composée de membres, d'un conseil d'administration et d'une équipe de travailleuses. Être représentative de la communauté que nous soutenons est une priorité et un atout pour chacune de nous. Ce type de gestion, basé sur une approche féministe intersectionnelle, permet un sentiment d'inclusion tout en favorisant une responsabilisation au niveau du bien commun qu'est HFMN. C'est pourquoi nous privilégions la diversité dans toutes nos instances : membres, travailleuses et bénévoles, afin que chaque femme se sente impliquée et réalise que sa voix est importante.

Assemblée générale annuelle– 23 juin 2022

Tout comme les dernières années, en raison des mesures sanitaires, l'assemblée générale annuelle (AGA) s'est tenue en mode hybride. **29 membres étaient présentes** et ont, ainsi, exercé les pouvoirs qui leur sont dévolus en tant que membres. À savoir :

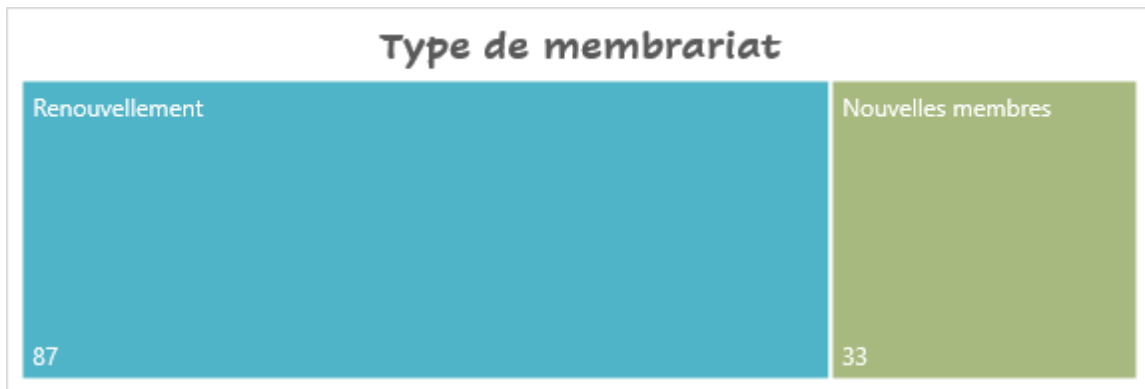
- ➔ Adopter les procès-verbaux des assemblées générales (annuelle ou extraordinaire) ;
- ➔ Recevoir les rapports : annuel des activités et financier vérifié et adopter leurs dépôts ;
- ➔ Recevoir le budget annuel (prévisions budgétaires) déposé par la CA ;
- ➔ Élire les membres du conseil d'administration.



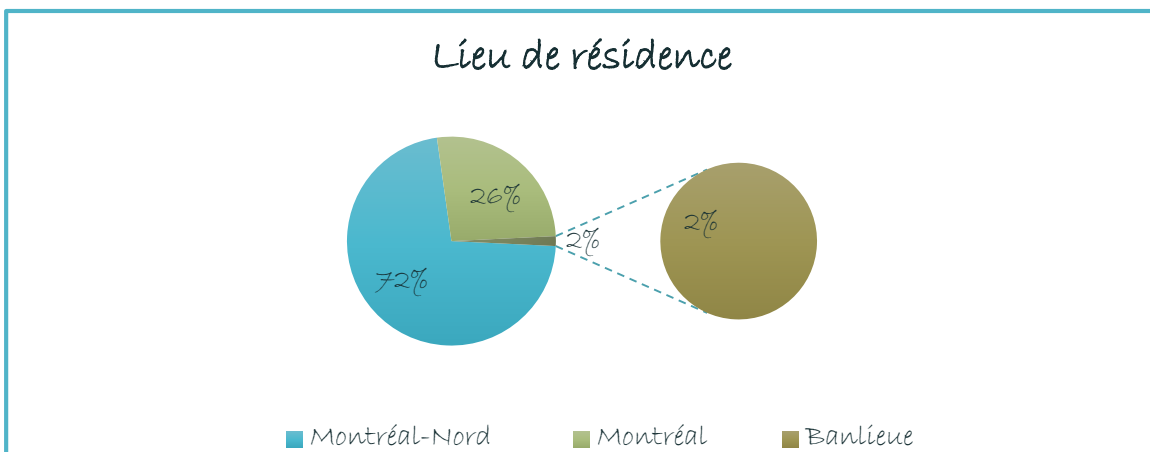
Membrariat

Les femmes qui fréquentent le centre sont des participantes à part entière, et non pas des clientes, ni des consommatrices de services. À ce titre, elles sont encouragées à participer activement à la vie démocratique du centre. Certaines font face à des problématiques reliées à leur âge ou à leur statut d'immigrante. D'autres vivent de l'isolement, de la pauvreté ou peuvent avoir besoin d'aide dans l'exercice de leur rôle de parent. Enfin, plusieurs sont aux prises avec la violence conjugale.

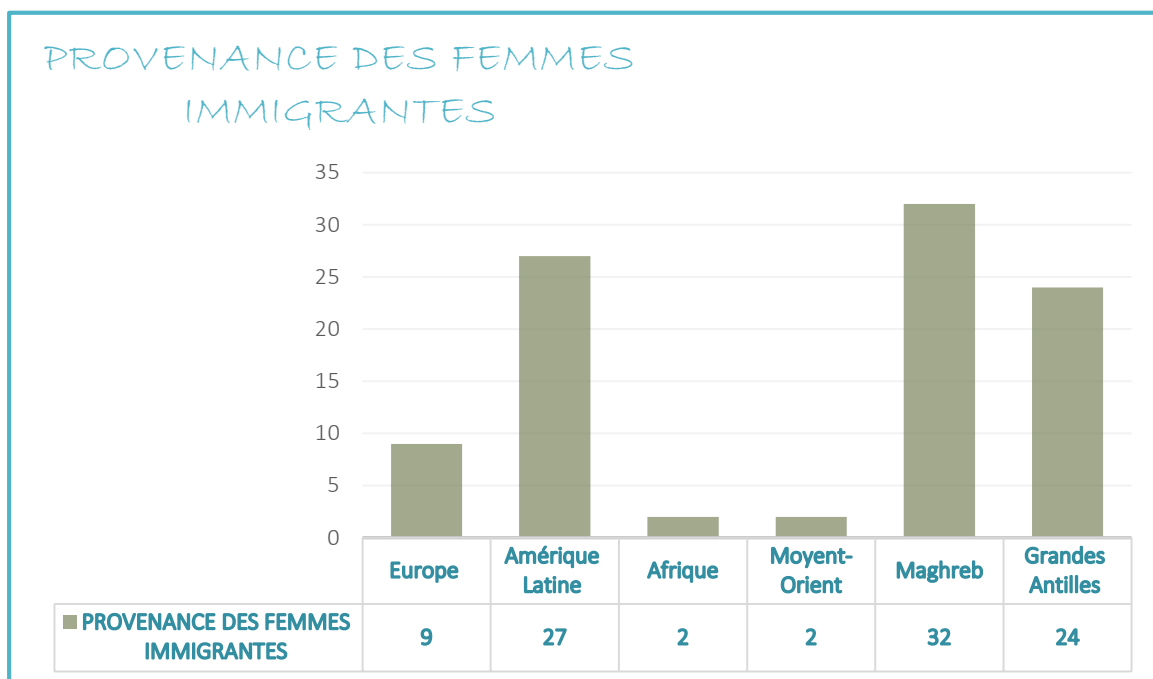
Le graphique ci-contre indique le type de membrariat ; pour un total de **120 membres**, dont **33 nouvelles** adhérentes.



Halte-Femmes accueille des femmes âgées de 23 à 84 ans, représentant ainsi toutes les générations. Elles habitent, pour la majorité, dans l'arrondissement de Montréal-Nord comme le démontre la figure ci-dessous.



37 % d'entre elles sont natives du Canada tandis que **63 %** sont nées dans un autre pays (tableau *Provenance des femmes immigrantes*).



Concernant les langues parlées par nos membres, **38,9 % des femmes sont francophones et 61,1 % allophones** (espagnol, anglais, créole, arabe, italien, portugais, yoruba, kabyle).

RESSOURCES HUMAINES

Équipe de travail

L'administration quotidienne du centre est assurée par la directrice en collaboration avec les travailleuses. L'approche féministe favorise une gestion de type collective. On se réunit de façon hebdomadaire. Ces moments permettent d'échanger sur différents dossiers et de veiller à l'atteinte des résultats attendus de notre plan d'action.

Grâce aux divers projets créés dans le cadre de subventions, Medgine Passe, Melva Aguilar, Julie Estimable et Margarette Guillaume se sont jointes aux travailleuses permanentes. Elles ont fourni des services spécifiques individuels et de groupe. Vous pouvez lire dans le rapport, leurs nombreuses contributions.

Merci à vous 4 d'être les femmes et les professionnelles que vous êtes. Vous avez été une valeur ajoutée et une présence précieuse pour toute l'équipe de même que pour les membres qui fréquentent le centre. Nous vous souhaitons de très belles réussites pour la poursuite de vos carrières.

Le milieu communautaire a été sous pression depuis quelques années, alors, intégrer de nouvelles collègues nous a permis d'offrir plus de services diversifiés répondant aux besoins exprimés par toute une communauté. Il est malheureux de constater que ces beaux projets ne sont pas reconduits.

Merci à cette formidable équipe qui continue d'améliorer sa cohésion et sa communication. On s'est solidarisée en relevant les défis ensemble.

Sophie Lemay	Directrice générale
Sophie Marcil	Adjointe à la direction
Funmilayo Sonnus	Intervenante
Marie-Andrée Turcotte	Intervenante
Souade Zizi	Intervenante
Medgine Passe	Intervenante
Melva Aguilar	Intervenante
Julie Estimable	Intervenante sociojudiciaire
Margarette Guillaume	Intervenante-été



Conseil d'administration

Le rôle du conseil d'administration est de veiller à la mise en œuvre des orientations accordées par l'assemblée générale. Au-delà des décisions à prendre en lien avec les priorités, les administratrices travaillent sur tous les dossiers relatifs à la gestion du centre, qu'il s'agisse des ressources humaines, matérielles et financières. De nouvelles personnes se sont jointes au CA cette année. Bienvenue à Samia Ferhat et Marie-Christine Richer. En plus d'assister à 11 réunions, les administratrices se sont impliquées sur les comités Femmes d'action et jardin. À cela s'ajoutent les nombreux échanges courriel et la lecture de divers documents. **Nouveauté** : Dans l'objectif d'améliorer nos pratiques avec la gouvernance, un code de conduite a été adopté et signé par toutes.

Merci aux sept membres qui ont fait preuve d'engagement, de disponibilité et de confiance envers les défis à relever par l'équipe de travail. Bravo, vous représentez bien notre mission dans le par, pour et avec toutes les femmes.

Dirigeantes

Joanne Sauro, présidente
Marie-Christine Richer, vice-présidente
Viridiana Ortéga-Rodriguez, trésorière
Linda Amnotte, secrétaire

Administratrices

Carolina Domenack
Samia Ferhat
Funmilayo Sonnus, représentante des travailleuses

Un grand merci à Carolina et Viridiana qui ont effectué leurs 3 mandats de 2 ans, pour un total de 6 ans au sein de la gouvernance. Nous espérons vous revoir très bientôt.



Bénévolat

Nos bénévoles contribuent à notre mission et à l'atteinte de nos objectifs. Elles préparent l'envoi de la programmation saisonnière, aident une femme non francisée à pratiquer son français, participent au conseil d'administration, nettoient la cour, font du rangement et le tri à la boutique *Eurêka*. Ou encore, mettent à profit leurs expertises pour réaliser un dévoilement de photo (atelier sur l'estime de soi). Certaines s'impliquent à la garderie ou à l'accueil de l'organisme. Chacune s'engage librement et contribue à l'amélioration de vie de nos membres.



En nous donnant de leur temps et de leurs énergies, les femmes brisent leur isolement social et renforcent leur confiance en elles. Parmi les immigrantes, il y a celles qui peuvent aussi apprendre à connaître leur nouvelle société d'accueil. Pour d'autres, le bénévolat devient un tremplin qui les prépare au marché du travail. **Elles sont 49 femmes** à avoir choisi notre organisme cette année pour s'impliquer dans la communauté, pour un **total de 795,5 heures**.

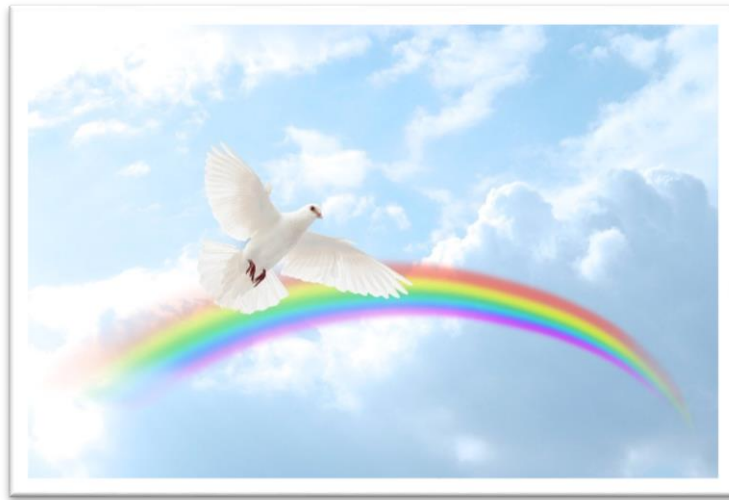
Témoignage 1 : « Le bénévolat à Halte-Femmes me donne l'opportunité de redonner, car j'ai reçu énormément de cet organisme. M'impliquer auprès d'Halte-Femmes me donne aussi la chance de passer de très beaux moments avec les autres bénévoles. Merci à vous ! » Sylvie

Témoignage 2 : « J'ai eu l'opportunité d'être bénévole auprès d'Halte-Femmes durant quelques mois cette année. Dès le départ, je me suis sentie bien soutenue par Marie-Andrée. Elle m'a clairement expliqué la mission de l'organisme ainsi que leurs différents projets. J'ai pu offrir du soutien à des femmes qui étaient en apprentissage du français. La reconnaissance est incroyable et les échanges sont enrichissants. J'aimerais pouvoir m'impliquer plus dans le futur, en participant à des groupes de discussion ou à des ateliers de création, par exemple. Merci pour la belle expérience. » Amélie

Cercle de parole et hommage à deux de nos bénévoles décédées

Le 30 mars 2023 s'est tenu un cercle de partage pour nous remémorer de mesdames Julie Sigouin et Huguette Morneau. Nous avons eu la chance de les compter parmi nos précieuses bénévoles. Elles sont malheureusement décédées cette année. Le cercle a permis aux femmes d'échanger sur leur peine et de se sentir soutenues. Ce fut également un moment pour partager ensemble sur les beaux souvenirs de Julie et Huguette ; lesquels resteront gravés à notre mémoire.

Nous tenons à remercier le Comité-Logement de Montréal-Nord pour sa présence.



Comité Femmes d'action

Grâce à un soutien financier de Centraide, le comité *Femmes d'action* est de retour auprès de nos membres afin de les encourager à s'impliquer et ainsi favoriser leur mobilisation citoyenne.

Le groupe est formé de huit participantes d'origines ethniques diverses, dont : Sylvie L, Alejandra, Loubna, Céline, Joanne, Josée, Éliette et Sylvie McS. Ensemble, elles ont cheminé pour reprendre le comité postpandémie.

Nos objectifs accomplis : le ménage de la cour, l'organisation du bazar, la coordination de la fête de Noël et la préparation du 8 mars. Elles ont trouvé des commanditaires, animé des ateliers, décoré la salle, effectué des recherches sur des thématiques, etc. **Cette planification a nécessité plus de 15 rencontres en plus des tâches qu'elles ont réalisées individuellement pour un total de 180 heures.**

Le travail collaboratif du comité a permis de former une équipe solidaire et productive. Chacune des femmes a apporté sa force et elles se sont complétées l'une à l'autre. Elles ont développé le partage de connaissances, la communication efficace, la valorisation de l'expertise des anciennes et la gestion des conflits. La récompense ultime des accomplissements fut l'appréciation des moments festifs après trois années de crise sanitaire.

« Tout d'abord, la première fois que j'ai entendu parler du comité Femmes d'action je voulais aussitôt en faire partie. Donnez au suivant et faire partie d'une équipe dynamique avec des femmes magnifiques qui ont le souci du bien-être de la communauté de Haltes Femmes me tient beaucoup à cœur et de pouvoir aussi m'impliquer dans des tâches lors de l'activité. Halte-Femmes m'a beaucoup donné et maintenant j'ai envie de redonner à mon tour. De plus, ça m'apporte un bon sentiment d'appartenance de travailler avec une bonne équipe, tisser des liens encore plus solides avec certaines femmes du comité. Pour moi, c'est une très grande fierté de me sentir utile au sein de cette belle équipe. Merci infiniment au comité de Halte-Femmes de me donner cette opportunité. Toute seule on avance, mais avec une équipe on avance encore plus vite. » - Sylvie McS

8 mars — Journée internationale des droits des femmes

Le comité Femmes d'action s'est mis à la planification pour assurer le bon déroulement de cet évènement. C'est sous le thème « *Résistance féministe* » que la journée s'est déployée. Ce sujet est principalement important puisqu'il explique les différents effritements des acquis des femmes, l'augmentation des violences, du racisme et du sexisme. Il est en réponse à la montée de la droite et des extrémistes qui ne sont pas en faveur des droits de la femme. Donc, le choix d'un slogan aussi frappant était une évidence et amène une solidarité.



Afin de commencer en force, deux bénévoles du comité ont préparé une animation en lien avec l'historique du 8 mars. D'abord, une activité jeu-questionnaire a suscité des discussions autour d'enjeux féministes. Ensuite, elles ont pu partager des plats de leur pays natal, et ce, dans une ambiance conviviale. Après le brunch interculturel, une représentante du bureau du député Emmanuel Dubourg, est venue offrir des fleurs à chaque femme pour commémorer cette journée. À la suite de cette distribution, les membres ont présenté une danse de leurs patelins d'origine en expliquant la signification des mouvements et en faisant une démonstration. Ce qui a favorisé la curiosité et l'ouverture sur l'autre.

« Halte-Femmes c'est la journée de partages, d'échanges et de rires. J'aime bien le côté humain et le non-jugement de tous. Et que ça continue ! » Denise

Bazar 2022

Le 6 juillet avait eu lieu cet évènement. L'activité a été organisée par le comité Femmes d'action dont le but est de faire une levée de fonds pour offrir des cadeaux de Noël à nos membres.

Le bazar a été un succès sur plusieurs niveaux. Sur le plan financier, il a permis de collecter des fonds pour un montant de 453 \$. Un merci spécial à Maxi pour son soutien. Un BBQ était également prévu, où hot-dogs, hamburgers et collations ont pu être vendus à petit coût.

De plus, ce marché encourage la création de liens au sein de la collectivité,



renforçant le sentiment d'appartenance et d'engagement. Les visiteurs ont exprimé leur satisfaction quant à la diversité et à la qualité des articles proposés.

Offrant toujours une belle visibilité, il sert enfin à fortifier le rôle du Centre en tant qu'acteur clé de la société, favorisant l'inclusion et le rapprochement de la communauté.



Fête de Noël

Le comité *Femmes d'action* a organisé cette célébration. Après plus de 2 ans de festivités avec groupe restreint, le retour s'est fait en force.

Cette soirée est l'occasion de briser l'isolement et de partager un moment inoubliable avec beaucoup de réjouissance entre amies. **Réunissant 48 membres**, elles ont été conviées à un souper suivi d'une réception dansante, animée et chaleureuse. Agrémenté d'un sketch et d'échange de cadeaux, ce moment a apporté une dose d'amour en cette période souvent difficile pour de nombreuses personnes.

Plusieurs nouveaux liens ont été créés. Les bénévoles du comité ont joué un rôle essentiel. Elles ont assuré la coordination, le repas, les cadeaux, l'animation et la logistique.

Nous tenons à remercier chaleureusement *Femmes d'action* pour leur présence, leur implication et leur contribution à l'énergie festive de la soirée.



Témoignages

« Tout était magnifique, merci beaucoup aux organisatrices pour cette initiative et ce beau partage multiculturel » - **participante au souper de Noël**

« Une agréable soirée avec une belle ambiance et de la bonne nourriture, merci, Halte-Femmes, pour cette belle soirée. » - **participante au souper de Noël**

« Je tiens à remercier toute l'équipe d'Halte-Femmes pour cette belle organisation et leur accueil chaleureux et dynamique. » - **participante au souper de Noël**

BILAN DES PRIORITÉS

Priorité 1

Augmenter la visibilité de Halte-Femmes et faire rayonner sa mission ainsi que son expertise auprès des partenaires et de la communauté nord-montréalaise.

Voici nos résultats :

- ✓ Lancement du site web.
- ✓ Offre de service du projet *Faire équipe pour mes droits juridiques*.
- ✓ Ateliers de sensibilisation chez des alliés.
- ✓ Réalisation de la journée de formation *Démystifier la violence conjugale*.
- ✓ Participation locale à des activités de l'arrondissement.
- ✓ Implication dans le comité de direction d'un groupe de réseautage d'entrepreneurs.

Nous pouvons dire : mission accomplie pour cette priorité. Nous nous sommes associées à des activités spécifiques, telles que : l'accueil des nouveaux résidents, un kiosque en collaboration avec Info-Crime, une tournée d'organismes dans le nord-est en compagnie de nos membres, sur demande, nous avons collaboré à des ateliers de sensibilisation auprès de nos partenaires. Grâce à notre programme *Faire équipe pour mes droits juridiques*, le service REBÂTIR nous a reconnu comme un allié offrant aux femmes d'accéder à des consultations juridiques.

Chaque semaine, la directrice s'est impliquée dans le comité de direction de BNI Prestige (Business Network International). L'objectif était de faire de la sensibilisation à la violence conjugale à ce groupe de réseautage réunissant 26 entreprises. Ce cercle d'entrepreneurs de force a permis à Halte-Femmes de réaliser différents projets, de compter sur leur soutien de même que sur leur compétence, tout en ajoutant de la valeur au travail que nous accomplissons. Un gros merci à tous et à BNI LLL d'admettre notre participation en tant qu'OBNL. Pouvoir faire une différence est stimulant et motivant.

L'année a été fort occupée en ce qui concerne la concertation dans le quartier. Notre implication constante au sein de la table femmes Osez au féminin fut un

apport à faire rayonner notre expertise. Rappelons que le *Plan d'action en matière de violence conjugale et de violences dans les relations intimes chez les jeunes à Montréal-Nord, 2022-2027* a été lancé en février 2022. Nous avons donc travaillé de nombreuses heures à réaliser des actions de ce plan, dont la recherche de financement puisque cette concertation ne dispose pas encore de subventions pour engager une coordonnatrice.

À cela s'ajoute la modification en profondeur (aspect visuel, technique et structurel) de notre site web. Lancée le 21 février en compagnie de nos membres.

Finalement, le 24 novembre s'est déroulée la formation *Démystifier la violence conjugale* créée spécifiquement pour les intervenants du milieu.

Priorité 2

Repenser et réorganiser les espaces milieu de vie ainsi que favoriser une approche d'intervention globale qui encourage la transformation sociale.

Voici nos résultats :

- ✓ Création d'une murale à l'occasion de l'AGA 2022.
- ✓ Achat de nouvelles boîtes de jardinage, plus accessibles.
- ✓ Programmation saisonnière répondant aux besoins des membres.
- ✓ Réflexion sur le milieu de vie et l'importance de l'accueil qui est au cœur de notre mission.
- ✓ Utilisation de la boutique Eurêka.
- ✓ Distribution de l'aide alimentaire ponctuelle.

Un des objectifs de cette priorité est d'offrir la possibilité à nos membres de reprendre du pouvoir sur leur vie, de vivre des réussites et de développer une responsabilisation et une meilleure autonomie. Elles sont mobilisées et impliquées en fonction de leurs forces, pas seulement au centre, mais aussi dans leur quartier.

À leur demande, nous avons poursuivi la réalisation du jardin communautaire en achetant des récipients plus hauts, plus grands et plus nombreux afin de mieux répondre à leurs besoins.

Il est prioritaire pour nous d'être un milieu inclusif d'où l'importance de rejoindre les femmes des diverses communautés culturelles. C'est pourquoi notre programmation saisonnière est à leur écoute en offrant des activités les informant sur des sujets qui les concernent. Tel que l'atelier de discussions pour femmes immigrantes. Cet espace sécuritaire leur permet d'échanger sur différents enjeux liés à leurs vécus en tant qu'immigrantes. Plusieurs reviennent en sachant qu'elles peuvent parler sans jugement et qu'elles sont accueillies sans condition. Elles brisent l'isolement tout en pratiquant le français. Certaines ont repris un emploi ou sont retournées aux études. De très belles réussites !

Nous disposons maintenant de la boutique Eurêka (friperie) créée spécialement pour répondre aux besoins des femmes et leur famille. Grâce au réseautage, nos partenaires d'affaires ont contribué à donner de l'amour à un local vacant et inutilisé. Nous avons travaillé fort pour enfin ouvrir ce coffre aux trésors. Tout est gratuit pour celles dans le besoin : vêtements chauds pour l'hiver, habit « *propre* » et convenable pour se présenter à la cour, accessoires de cuisine, etc. Merci au Secrétariat à la condition féminine de nous avoir offert la possibilité de réaliser ce projet en temps de COVID afin de donner un peu de répit aux femmes plus vulnérables. Celles-ci ont été particulièrement impactées par les effets de cette pandémie et c'est ensemble que nous soutenons ces familles par une aide vestimentaire et alimentaire au besoin.

Pour terminer, que dire de la mosaïque créée par les intervenantes à l'occasion de l'AGA de 2022 ? En entrant, nous voyons et découvrons différentes photos des



membres lors des activités tenues au cours de l'année. C'est un coup de cœur pour toutes nos invitées. C'est coloré, vivant et lumineux. Cela reflète bien la vie qu'il y a au centre. Cette murale sera refaite pour notre AGA 2023.

Priorité 3

Consolider l'équipe et optimiser les méthodes de travail.

Voici nos résultats :

- ✓ Réalisation du défi « Au-delà du sommet ».
- ✓ Mise en place de procédures augmentant la cohérence et l'efficacité.
- ✓ Adoption et signature d'un code de conduite et de divulgation de conflit d'intérêts pour les administratrices.
- ✓ Évaluation de 75 % du groupe
- ✓ Formation continue et ajout du point « comment puis-je vous aider » dans notre réunion hebdomadaire.
- ✓ 100 % des travailleuses améliorent ses compétences en utilisant les outils technologiques et le réseau informatique favorisant la collaboration.

L'année a été très productive avec la mise en place de procédures encadrant la participation de la gouvernance et de l'équipe. Le travail n'étant pas terminé, il faudra le poursuivre pour 2023-2024.



En tant qu'employeur, Halte-Femmes a à cœur la santé et le bien-être de son équipe. Nous avons envie d'innover, d'offrir des moments et des opportunités aux travailleuses. C'est ainsi que ce projet *Au-delà du sommet* a vu le jour,

soit un 9 km en hiver sur le mont Mégantic.

En collaboration avec 3 entrepreneurs du groupe de réseautage BNI Prestige, ce challenge consistait à solidifier nos liens tout en s'inspirant du vécu des femmes. Chacune à son sommet à atteindre. En tant qu'équipe, nous avons aussi nos défis. Durant 16 semaines, nous nous sommes entraînées pour réaliser ce dépassement de soi physiquement et psychologiquement.

Tous les lundis, une kinésiologue de *Forme active* venait nous faire bouger et renforcer notre endurance. Chacune des travailleuses avait des rencontres individuelles pour accomplir un objectif personnel en lien avec sa santé ou la

consolidation de bonnes habitudes de vie. Merci, Élonie, pour ton énergie et ton ouverture sur l'autre. Tu as su t'adapter à nos limitations et tu nous as encouragés jusqu'au sommet.

Sonia Tremblay a pris soin de notre santé mentale individuelle et collective. Tout a commencé avec le profil NOVA pour établir nos forces, nos talents, nos valeurs et nos défis personnels et d'équipe. Des coachings de groupe ainsi que des séances privées ont permis à chacune de se réaliser. Lors de notre dernier rendez-vous d'équipe, nous avons refait le lien avec l'outil NOVA et chacune a été capable d'identifier en quoi elle serait la plus solide et où elle aurait besoin de la puissance des autres. Nous avons un mantra pour les parties de la montée qui serait difficile. Les prises de conscience ont été nombreuses tout au long du parcours. Nous avons des ressources et des forces qui seront de précieuses alliées. Merci Sonia, pour cet accompagnement où tu as su t'adapter à notre énergie, nos imprévus et nos émotions. Tu as pu nous apaiser et nous accueillir dans le moment présent tel qu'il était.



Étienne Voyer s'est aussi associé pour s'imprégner de notre synergie et diffuser notre histoire sur les réseaux sociaux. Un montage vidéo a été fait pour raconter cette magnifique aventure. Il sera bientôt disponible sur notre site web. Son mandat était de faire des prises de vue de ce que

nous vivions pendant la durée du projet et lors de la randonnée.

Merci, Étienne, pour ta créativité et tes idées. Tu as été complémentaire et surtout, *One of the girls* !

Nous pouvons dire que c'est mission réussie et même plus. Il est important de savoir que personne de l'équipe n'eût fait de l'excursion en hiver. Partir à l'ascension d'un mont était une sortie de zone de confort tout en ne connaissant pas d'avance les conditions météorologiques. Se retrouver au sommet toutes ensemble, solidaires, et vivre cet instant de gratitude a été un moment marquant et un souvenir qui restera à jamais dans chacun de nos cœurs.

Nous avons atteint ce fameux sommet pour lequel nous nous préparions !

Mention spéciale : Un gros merci au groupe BNI (Business Network International) pour leur soutien et leurs dons nous permettant d'être bien équipés. Seule on va plus vite, ensemble on va plus loin !

Témoignages de Sonia Tremblay : « À titre de thérapeute et de coach professionnelle, j'ai le privilège d'y offrir mon expertise et mon approche depuis plus de 5 ans. La compréhension que j'ai développée envers la situation fragile de certaines femmes ayant des parcours atypiques marqués de défis, voir cette souffrance, m'a véritablement permis d'être plus à l'écoute de leurs besoins. J'ai pu réaliser combien elles méritaient toute mon admiration et mon respect.

Quant à la direction et aux intervenantes de HFMN, je ne peux que leur lever mon chapeau. Elles créent du beau et de l'espoir en demeurant efficaces, orientées vers les solutions et engagées à ce que la vie de ces femmes soit bonifiée. Elles sont la définition même de ce mantra de Mère Teresa : « Ne laissez personne venir à vous et repartir sans être plus heureux. »

Sonia Tremblay
Coach professionnelle
Animatrice d'ateliers d'estime de soi
Accompagnatrice de l'équipe





Déployer les ressources humaines et mettre à profit les forces vives

Depuis la planification stratégique et la pandémie, nous n'avons jamais œuvré à 5 travailleuses. La fin des 3 contrats en 2023 contribue aux défis de l'équipe. C'est maintenant notre réalité et nous devons revoir certaines choses et assurer la suite. La création d'un comité de réflexion permettra de réviser notre fonctionnement dans sa globalité pour garantir une meilleure transition.



Enrichir le volet femmes immigrantes

La consolidation de nos procédés et moyens visant à les aider à pratiquer le français, sortir de l'isolement, partager leurs expériences et cultures ainsi que de développer un réseau social favorisera leur inclusion à la société québécoise. Ce volet a toujours été primordial et nous voulons nous donner la chance d'innover pour mieux les rejoindre.



Assurer une santé pécuniaire

Les subventions par projet étant de plus en plus courantes, et au détriment de la mission, le milieu communautaire en est impacté. Des enjeux découlent de ce moyen de financement dont la stabilité des ressources humaines de même que de la déception et de l'anxiété chez les femmes qui perdent un service spécifique non reconduit. D'autre part, beaucoup de temps est consacré à la gestion administrative plutôt qu'à être sur le terrain. C'est pourquoi une réflexion doit se faire.

SERVICES ET ACTIVITÉS

L'accueil

Les portes de l'accueil sont toujours ouvertes pour aider les membres ou toute autre personne en recherche d'informations sur nos services et activités. Il s'agit du service de première ligne pour informer ou recommander les femmes vers les ressources et les instances adéquates répondant à leurs besoins. Point central du centre, et de départ, pour celles désirant reprendre du pouvoir sur leur vie ; elles y sont les bienvenues pour discuter, se renseigner ou encore proposer des idées d'activités.

L'équipe de travailleuses s'est relayée pour assurer le bon fonctionnement de l'accueil et répondre aux besoins des femmes : demande d'écoute et de soutien, questionnement sur une situation vécue, demande d'aide et d'informations multiples (aide alimentaire, aide au logement, aide juridique).

Le travail de première ligne a ainsi permis de répondre aux :



1728 demandes de renseignements sur nos services et activités, ainsi que les inscriptions.



254 visites pour des rencontres de suivis ou pour assister aux activités.

Ce sont 179 visites de plus que l'an dernier pour des demandes d'informations sur nos services et activités, et des rencontres.

Écoute téléphonique et rencontre d'une intervenante sur place

Les femmes ayant besoin de soutien ont la possibilité de bénéficier d'une écoute téléphonique ou d'une rencontre avec une intervenante sur place **sans rendez-vous**. Toutefois, en période de pandémie et en raison des mesures sanitaires, elles devaient prendre rendez-vous. Elles sont écoutées, informées de leurs droits

et recours, orientées ou enfin référées selon les besoins exprimés. **Ce service, gratuit,** est disponible pour les **femmes de 18 ans et plus**, de toutes origines, religions ou revenus confondus. Les intervenantes l'offrent en français, anglais, espagnol, kabyle, arabe et créole haïtien afin de mieux les accompagner dans leur démarche d'aide.

Provenance des références	2022-2023	2021-2022	2020-2021
<i>CLSC de Montréal-Nord</i>	196	74	33
<i>Autres organismes</i>	13	32	18
<i>Amies</i>	35	46	6
<i>Publicité</i>	16	52	s.o.
<i>Autre</i>	41	11	s.o.
Total	301	215	57

301 femmes dirigées vers Halte-Femmes ont bénéficié de nos services, dont 194 références pour des immigrantes et 107 pour des Canadiennes.

Relativement à l'an dernier, on constate une augmentation de 140 %. Les survivantes font preuve de courage pour aller chercher de l'aide et parler de leurs situations. Ainsi, **196** références provenaient du CLSC de Montréal-Nord et **13** d'autres organismes dont des CLSC et des maisons de famille. Sous les recommandations de leurs amies, **35** sont venues s'inscrire pour participer aux activités ou obtenir des services.

Constat

L'ouverture du milieu de vie a grandement aidé au retour de plusieurs membres en retrait depuis la pandémie. Le centre reprend vie et les activités sont plus fréquentées. Cela a aussi eu un impact positif sur nos services offerts. En effet, les interventions informelles du milieu de vie ont permis aux membres et visiteuses d'établir des liens de confiance, et de prendre connaissance des différents services disponibles pour les aider en plus des activités proposées. Cela s'illustre principalement avec les suivis qui ont pu s'enrichir avec le nouveau service d'accompagnement juridique. En effet, l'embauche de l'intervenante sociojudiciaire a facilité le travail des intervenantes lors des suivis.

L'équipe d'intervention a répondu aux demandes d'aides principalement portées sur les problématiques suivantes par ordre de consultations : violence conjugale, informations juridiques, séparations et divorce, santé mentale, démarche

d'autonomie, immigration et deuil. Ces rencontres ont pu se faire en français, espagnol, anglais, créole haïtien et en arabe.

Thèmes abordés lors des visites et appels	Fréquence 2022-2023	Fréquence 2021-2022	Fréquence 2020-2021
Violence conjugale	181	119	92
Informations juridiques	171	19	12
Divorce séparation et autre	129	62	22
Santé mentale	88	31	15
Démarche d'autonomie	81	152	38
Immigration	64	160	10
Deuil	6	11	11
TOTAL	728	554	200

Les principales problématiques traitées sont en hausse comparativement à l'an dernier. Toutefois, les informations juridiques occupent une place importante dans les demandes. Cela est notamment dû au fait que les femmes ont grand besoin de se renseigner sur les démarches appropriées qui pourront les aider dans leurs situations. Les cas de violences conjugale ou familiale nécessitent souvent un procédé légal afin d'assurer la protection de la femme et des enfants. La démarche d'autonomie, l'immigration et la violence conjugale restent des majeures pour lesquelles les femmes font appel aux services du centre.

Intervention et soutien pour femmes victimes de violence conjugale ou en démarche d'autonomie

Rencontres de suivis individuels

De façon confidentielle, les femmes peuvent profiter **d'une à cinq** rencontres avec une intervenante, selon leurs rythmes et besoins. **Ce service gratuit**, et **uniquement sur rendez-vous**, est offert à toutes, qu'elles soient membres ou non-membres.

Cette année, les intervenantes ont accueilli **63 femmes** en suivis individuels. **Cela représente 33 % de plus que l'an dernier.** Elles ont principalement été accompagnées sur des demandes liées à la violence conjugale et familiale avec l'appui du service d'accompagnement juridique en place cette année ; pour un total de **252 rencontres**. Nous notons également une hausse de demande concernant la santé mentale et l'isolement. Nous avons poursuivi notre travail en étroite collaboration avec les instances et partenaires pour nous assurer d'offrir à ces survivantes un soutien complet. D'ailleurs, notre nouveau service d'accompagnement juridique a parallèlement été d'une grande aide pour les femmes. Le tableau ci-dessous présente la nature et le nombre des rencontres individuelles effectuées au cours de l'année.

Nature des rencontres	Nombres de rencontres
Violence conjugale et familiale	47
Violence post-séparation	38
Démarches juridiques	59
Immigration	28
Démarche d'autonomie	36
Santé mentale/Isolement	44
TOTAL	252

Chaque vécu est différent, et requiert une attention particulière qui peut parfois nécessiter plus de 5 rencontres. La sécurité de la femme et des enfants reste notre priorité dans tous les cas, avec la hausse des féminicides, de nouveaux dispositifs de sécurité mis en place (bracelet anti-rapprochement) ou encore de changements majeurs de certains textes de loi. Nous constatons que les craintes

liées au logement ou au statut d'immigration sont encore présentes et génèrent beaucoup d'anxiété et de peur chez les femmes. La crise du logement et la hausse du coût de la vie viennent s'ajouter au quotidien des survivantes qui doivent déjà tout recommencer en quittant un conjoint violent. Dans ce sens, les demandes d'accompagnements à la Cour ou lors de diverses rencontres institutionnelles ont également été sollicitées.

De plus, certaines femmes ont eu l'occasion de suivre les groupes d'entraide en parallèle avec leurs suivis individuels, ce qui a pu les aider dans leur processus de démarche d'autonomie.

Groupe d'entraide en violence conjugale et en agressions sexuelles

L'intervention de groupe est l'outil privilégié en intervention féministe. Halte-Femmes offre un espace sécuritaire pour les femmes qui ont vécu de violence conjugale ou sexuelle ou qui en vivent, et qui veulent amorcer un cheminement personnel. Celui-ci permet de prendre un recul sur la violence vécue et de s'outiller pour diminuer les conséquences de cette dernière.

Par l'échange et l'entraide, les femmes reprennent du pouvoir sur leurs vies et y voient plus clair. Ainsi, les participantes explorent et partagent autour de thèmes tels que la culpabilité, le deuil, la colère et le lâcher-prise.

Donné à trois reprises durant l'année, pour un total de 21 rencontres ; **12 femmes ont participé au groupe.**

Témoignage 1

« Grâce au groupe d'entraide, j'ai compris l'importance de faire face à une relation de 30 ans avec mon mari. L'une des options était celle de le laisser et m'ouvrir à d'autres réalités. L'autre solution était de rester avec lui et de mettre des limites de respect. Ma vie a beaucoup changé et par conséquent, mon mari est devenu conscient de ses habitudes vers moi. Il a beaucoup changé, nous vivons de façon à nourrir nos vies chaque jour en étant sincères et en alignement avec nos sentiments et nos émotions. Les sessions dans le groupe d'entraide m'ont aidé à savoir dire "non". J'ai appris à m'aimer, à me respecter et à être consciente de mon importance en premier lieu. À ne pas plaire à mon mari dans mon rôle de femme obéissante et résignée. »

Témoignage 2

« J'ai beaucoup apprécié participer au groupe. Ce que j'ai mieux compris, que j'étais complètement responsable de ma vie et de mon bonheur. Que je devais continuer à mettre mes limites à tous les niveaux. De me prioriser avant tout pour avoir une belle vie intéressante. Et surtout de garder ma vie paisible et agréable seulement avec les gens qui m'élèvent vers le haut. Que la vie peut être formidable et géniale. »

Service d'accompagnement juridique



Grâce à un financement obtenu du **ministère de la Justice**, Halte-Femmes a engagé une intervenante sociojudiciaire afin de mener le projet « *Faire équipe pour mes droits juridiques* ». Conçu spécifiquement pour combler les lacunes d'informations en matière sociojudiciaire, de soutien et d'accompagnement personnalisé des femmes en situation de vulnérabilité, victimes de violence conjugale ou ayant un statut d'immigration précaire, ce projet s'est déroulé sur une période de 11 mois. Son principal objectif consistait à favoriser l'accès à la justice.

Tout comme pour les rencontres de suivis individuels, les requérantes disposaient d'un à cinq entretiens avec l'intervenante spécialisée. Ce service, gratuit et uniquement sur rendez-vous, était offert à toutes, qu'elles soient membres ou non-membres. L'intervenante le prodiguait en français, en anglais ou en créole afin de mieux les accompagner dans leur démarche d'aide.

En tout, 23 femmes ont eu recours à un suivi personnalisé ce qui totalise 42 visites en présentiel ainsi que 66 suivis téléphoniques ou en visioconférence.

L'intervenante a régulièrement collaboré avec des intervenants externes provenant par exemple du CLSC de Montréal-Nord, de la DPJ ou encore du centre de dépendance de Montréal. L'expertise juridique des avocats était évidemment essentielle à la survie du projet. C'est pourquoi 26 rencontres ont été réalisées auprès d'eux pour divers domaines du droit.

L'accompagnement au tribunal de même que ceux pour différents rendez-vous importants tels qu'avec la Direction de la protection de la jeunesse ou des entretiens de suivi avec un avocat, font également partie de l'offre de services. Par conséquent, 6 accompagnements ont été effectués au palais de justice, 2 dans les bureaux de la protection de la jeunesse, 6 dans les cabinets d'avocats et 1 au poste de police pour un dépôt de plainte.

Les thèmes abordés concernaient les demandes de divorce, le parrainage, les lois qui protègent afin de quitter le logement ou couper un bail en situation de violence conjugale, la recherche d'avocats, les suivis avec la DPJ, les griefs, les plaintes croisées et les recours d'indemnisation auprès de l'IVAC. En somme, chaque vécu est différent et requiert une attention particulière. L'intervenante a travaillé en étroite collaboration avec des partenaires comme REBÂTIR, une ressource de consultation juridique gratuite, afin d'assurer à ces femmes un accompagnement complet et efficace.

Par ailleurs, nous sommes heureuses de constater que l'ajout de ce nouveau service a circulé dans la communauté nord-montréalaise et nous a donné de la visibilité. Beaucoup de références provenaient du CLSC de Montréal-Nord. Les femmes ayant profité de ce service en ont parlé autour d'elles. De sorte que certaines ont été dirigées sous la recommandation de leurs amies ou familles.

Témoignages de personnes à qui ce projet a bénéficié :

« Je me sentais seule et perdue. Je ne sais pas comment vous dire merci pour votre temps et votre gentillesse, je n'ai personne ici à part mes enfants. Vous m'avez beaucoup aidé. » – De la part d'une battante

« Je suis dans mon nouvel appartement avec mes enfants et la police va l'arrêter à son arrivée à l'aéroport. Vraiment un grand merci pour votre soutien. »

– De la part d'une survivante

« Je tenais à vous dire que votre travail est essentiel, votre présence auprès d'elle au tribunal a fait toute la différence. » – De la part d'une interprète judiciaire

Activités

Halte-Femmes propose diverses activités qui permettent de briser l'isolement, d'augmenter l'autonomie sociale, économique et émotive et de prendre soin de soi. Les moments d'échanges donnent lieu à des partages d'expériences et l'opportunité de se rendre compte des forces de chacune. De plus, ce sont des rencontres intergénérationnelles.

Cette année, nos animations ont réuni **212 femmes** autour de thèmes différents. Elles ont pris part à des ateliers de développement personnel ou à des déjeuners-conférences, dans une perspective de reprise de contrôle sur leur vie et d'une démarche d'amélioration de leur quotidien.

Briser l'isolement

Ces activités permettent aux femmes d'interagir et d'étendre leur réseau, tout en favorisant le développement des habiletés sociales. Au total, **141 femmes** ont pu créer des liens, sortir de la maison, et s'adonner à de nouvelles activités.

Déjeuner du mercredi

L'activité gratuite du déjeuner offre un lieu d'accueil aux participantes dans le but de briser leur isolement. C'est un moment chaleureux qui les aide à trouver leur place au sein d'un groupe où la bienveillance, l'écoute, le partage et l'affirmation de soi jouent un rôle primordial, dans une perspective de reprise de contrôle sur leur vie et d'une démarche d'amélioration de leur quotidien. Il est possible d'assister à un premier déjeuner sans être membre, ce qui permet aux nouvelles venues de se familiariser avec l'environnement du centre et de découvrir nos divers services et activités. La participation active et les échanges sont au cœur de cette rencontre hebdomadaire.

Nous avons enregistré la présence de **92 femmes pour un total de 41 rencontres**. Parmi les sujets abordés figurent l'estime de soi, la loi de la protection des consommateurs, la femme et l'image de soi, la visite d'une agente sociocommunautaire du PDQ 39, la découverte de mon quartier, la commémoration du 6 décembre, le



droit du logement, comment créer un budget équilibré ainsi que la préparation d'un testament. En plus de ces sujets, nous avons eu la chance d'assister à un



cours de yoga durant l'une de nos séances. Dans un cadre d'éducation populaire, nous avons également organisé un atelier participatif avant les élections avec la présence des candidats afin que les électrices puissent poser leurs questions.

Soupe du mois et crème glacée

Chaque mois, l'équipe se prépare pour accueillir les femmes à diner. Au printemps, à l'automne et à l'hiver, c'est pour la soupe du mois préparée par une travailleuse ou une bénévole. C'est totalement gratuit et toutes les membres de l'organisme sont les bienvenues. Durant l'été on se rencontre pour diner, mais la soupe est remplacée par la crème glacée pour le dessert! C'est toujours agréable de voir les femmes et l'équipe autour de la table, et les échanges sont très intéressants. Ces rencontres apportent des moments de partage et créent des liens. **D'ailleurs, 87 participantes sont venues pour la soupe et la crème glacée du mois, pour un total de 7 rencontres.**

Témoignages

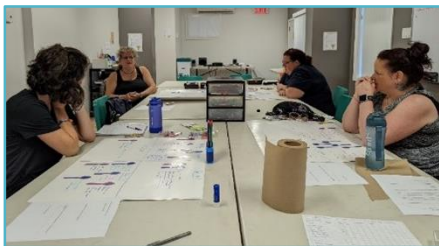
« Ce que m'apporte de venir à Halte-Femmes c'est les déjeuners du mercredi, en plus d'être avec toutes ces belles personnes, que l'on peut côtoyer tous les mercredis, les discussions qui apportent sur beaucoup de sujets. On a toujours hâte au mercredi un grand merci. »

« Venir à Halte-Femmes, ça me permet de : briser l'isolement, de voir mes amies, d'avoir des activités, de m'affirmer, donc de prendre la parole, de prendre ma place, d'agir avec bienveillance, de faire du bénévolat, de prendre soin de moi, etc. »

Développement personnel

Les ateliers de développement personnel offrent aux femmes une perspective différente sur le plan émotionnel et les dirigent vers une démarche d'autonomie. Ainsi, **49 participantes** ont bénéficié d'ateliers sur le bonheur, la confiance en soi de même que sur l'exploration de soi, à travers l'écriture pour un total de **15 rencontres**.

Un nouvel atelier alliant méditation et créativité a permis à **12 femmes** d'expérimenter une autre façon de se connecter à leurs émotions. Durant, les **6 rencontres** de **Médiation-crédation** les courtes médiations effectuées au début de chaque rencontre avaient pour but d'amorcer la visualisation et l'imaginaire essentiels à la créativité. Parmi leurs réalisations on retrouve un tableau de



visualisation, une boîte d'abondance ou encore des papillons en papier. Une véritable pause créative !



L'atelier **Mon énergie en cuillères** a été proposé pour la première fois cet été. Ainsi, **7 participantes** ont eu l'occasion d'identifier la source de leur charge mentale et son impact sur leur énergie au quotidien. Lors de ces **2 rencontres**, elles ont décortiqué leur routine pour établir des liens entre leur état de fatigue, leurs pics d'énergie et leurs tâches dans la journée. **Le constat : le travail invisible, la culpabilité à ralentir pour prendre du temps pour soi, et la difficulté à déléguer alourdissent le quotidien.** Elles ont ensuite réajusté leur routine afin qu'elle s'adapte à leur réserve d'énergie réelle. Ce fut un bel exercice qui a amené d'importantes prises de conscience.

Quelques pensées partagées par les participantes : « Prendre plus de temps pour moi », « Apprendre à dire non et me choisir », « Structurer ma vie », « Mieux gérer mon temps et me respecter », « Lâcher prise ».

Témoignages :

« Je recommande fortement l'assistance de cet atelier. J'ai pris conscience de tout ce que je fais dans une journée en épuisant mon énergie. Dorénavant, je vais lâcher-prise » (Eliette)

« Cet atelier nous a donné l'occasion de se mettre d'accord avec nous-même et ce qu'on a besoin. Ce que l'on peut effacer ou réduire pour avoir la paix intérieure » (khadija)

« Trouver des trucs pour me distancer, me poser et profiter avec et sans ma fille » (Catherine)

« Certaines choses sont innées en soi, mais de le réaliser sur papier est une activité rare, mais combien forte et enrichissante ! » (Céline)

L'atelier dépannage maison a réuni **9 apprenties bricoleuses** qui ont découvert les rudiments de l'isolation. Avec la hausse du coût de l'électricité, cette rencontre s'avérait nécessaire pour aider à réduire le budget alloué au chauffage durant l'hiver. Cet atelier populaire facilite l'autonomie dans la réalisation de tâches d'entretien ou de rénovations mineures.

Santé et bien-être

Au centre, il est possible de prendre soin de soi de différentes façons.

L'épanouissement passe aussi par l'amélioration de la santé physique et mentale.

Lors des ateliers **Exercices santé (Qi-Gong)**, **32 femmes** ont pris soin d'elles

durant **24 rencontres**. Pour limiter les contacts et faciliter le nettoyage du matériel, les exercices ont été réalisés sur chaises à la place de tapis au sol. Détente et respiration au programme pour le plus grand bonheur des participantes régulières qui ont pu accueillir des nouvelles dans le groupe.



Club de marche

Afin de répondre à la demande des femmes qui ont fait part de leur désir de se côtoyer, tout en respectant les règles de distanciation, le club de marche c'est poursuivi durant l'été 2022. Bien que les mesures sanitaires mises en place aient été amoindries, les cibles n'en étaient pas pour autant différentes de l'année dernière. D'autant plus que les besoins formulés jadis sont encore bien présents.

Voici les objectifs maintenus :

-  Briser l'isolement des femmes en rejoignant de nouvelles personnes.
-  Découvrir le quartier de Montréal-Nord.
-  Bouger et se remettre en forme graduellement.
-  Créer un lieu d'échanges pour s'exprimer, interagir et socialiser.
-  Se motiver mutuellement à reprendre de saines habitudes de vie.



Dans l'optique de commencer la semaine en prônant de saines habitudes, les rencontres se déroulaient le lundi matin afin de partir du bon pied. Durant ces escapades, on comptait **4 participantes** pour un total de **5 rencontres**. Cette activité a permis à ces femmes de profiter de ce moment de socialisation pour discuter entre elles de leurs situations personnelles et s'encourager réciproquement. Ce fut aussi une occasion pour elles de découvrir le service d'accompagnement juridique offert par l'intervenante sociojudiciaire nouvellement intégrée à l'équipe.

Il est juste de dire que l'intervention informelle est un atout qu'il faut exploiter lors des activités inscrites à la programmation. À cet égard, le club de marche est tout à fait propice pour favoriser un lien de confiance entre les intervenantes et les participantes. Il s'agit d'un espace sécuritaire où les femmes se sentent assez à l'aise pour s'ouvrir sur les diverses situations qu'elles vivent au quotidien. Par ailleurs, cela a donné l'occasion à l'intervenante sociojudiciaire de parler de façon plus légère de leurs droits et des différents recours auxquels elles peuvent accéder en cas de besoin.

Enfin, l'inclusion est un concept qui est prisé chez Halte-Femmes. Il était donc



primordial d'opter pour des trajets accessibles à toutes afin de favoriser la participation de celles éprouvant des difficultés particulières. De plus, le temps alloué pour les promenades était d'approximativement 2 heures, mais encore une fois, nous y allions avec le rythme des femmes présentes et nous nous adaptions à elles. Lors de ces sorties, certaines ont mentionné que ça leur faisait du bien de se dégourdir les jambes et de profiter un peu du bon air frais en charmante compagnie.

Cette année, nous avons mis en place une série de **3 ateliers-discussions consacrés à la santé des femmes**. En collaboration avec le Réseau québécois



d'action pour la santé des femmes (RQASF) et Action cancer du sein du Québec (ACSQ), **13 membres** ont échangé sur les menstruations de manière positive et déconstruit les tabous les entourant. Elles ont également partagé sur leurs vécus lors d'une rencontre visant à démystifier le cancer du sein et les injonctions liées aux poitrines, en passant par les liens entre l'environnement et la santé. Beaucoup d'informations pertinentes qui ont donné suite à de

beaux échanges et d'intéressantes réflexions de groupe.



Ateliers sensibilisation en violences et agressions :

Deux ateliers ont permis de sensibiliser les femmes aux agressions. Au cours de l'atelier d'autodéfense, animé par le Centre de prévention des agressions de Montréal (CPAMAPC), **6 membres** se sont initiés aux bases pour se protéger face à un assaillant. Pour celui tenu par le CALACS Trêve pour Elles, **3 autres** ont reçu de l'information sur les agressions sexuelles et les démarches pour aller chercher de l'aide et dénoncer.

Activités spéciales

Le mois de l'Histoire des Noirs :

Le mois de février est dédié à la contribution des Noirs dans l'Histoire et la société. Pour ce faire, l'atelier **Célébrons l'histoire des Noirs** mettait à l'honneur des inventeurs-trices de la communauté noire peu ou mal connus du public. Ainsi,

4 participantes ont découvert et associé des objets du quotidien essentiels inventés ou améliorés par des savant.e.s de la communauté noire, lors d'un jeu-questionnaire. En passant du système électrique, à la boîte aux lettres ou encore au concept du réfrigérateur, le jeu et les discussions autour des inventions ont été instructifs. De plus, cet atelier avait également pour objectif d'informer et de sensibiliser sur les difficultés rencontrées par les inventeurs-trices de l'époque pour obtenir leurs brevets. C'est pourquoi certaines inventions ne sont pas reconnues comme ayant été créées par des savant.e.s noir.e.s. encore aujourd'hui.



« Le 23 février dernier dans le cadre du Mois de l'Histoire des Noirs nous avons assisté en après-midi à un intéressant atelier animé par Funmi, qui nous a fait connaître l'apport des personnes de la communauté noire dans divers domaines tant dans l'ingénierie, l'électricité, la menuiserie, etc.... etc.... partant des années 1900 et plus haut. Ce fut une belle découverte pour nous, nous avons parlé des poètes et poétesses tels que Maya Angelou, des chanteuses comme Marian Anderson et Joséphine Baker ont laissé un héritage qui nous ont touchés au cœur.

D'après le proverbe : (Il n'est jamais trop tard pour apprendre). Nous avons eu de belles surprises durant cet atelier. Bravo, Funmi, et à la prochaine. » (Marie)

Journées de la Culture

En collaboration avec la Médiation culturelle de Montréal-Nord, les membres ont participé à un projet de murale éphémère en cocréation citoyenne en octobre. Aux côtés de l'artiste invitée Adela Gomez, elles ont réalisé une peinture de femmes unies dans la lutte contre les violences. Celle-ci a été exposée à l'angle de Langelier et Léger à Montréal-Nord, près du centre.



Œuvre finale — Crédit photo Amarande Rivière
(Médiation culturelle de Montréal-Nord)

Pique-niques

Encore une fois, nous avons préparé notre fameux pique-nique au parc Gouin pour partager un bon moment avec nos membres. Nous souhaitons accorder aux femmes l'opportunité de faire de nouvelles rencontres et également, c'était



une façon pour les nouvelles de connaître l'organisme. On voulait vraiment favoriser l'inclusion dans un environnement familier, où toutes les participantes sont respectées et qu'elles puissent avoir accès à un endroit sécuritaire et accessible malgré certains handicaps. De plus, l'objectif principal de cet événement consiste à briser leur isolement.

Beaucoup d'entre elles profitent de ce moment festif pour socialiser en partageant un bon repas et découvrir les activités et surprises offertes.

Cette année, nous avons eu le bonheur d'accueillir plus d'une trentaine de participantes. Les femmes ont mentionné qu'elles avaient hâte de renouveler l'expérience l'été prochain. Dans le but de choyer les femmes, des rafraîchissements, croustilles et desserts étaient au rendez-vous. Elles n'apportaient que leur lunch puisqu'on s'occupait du reste. Quant aux enfants accompagnant leur mère, ils ont eu droit à des petites collations sucrées et salées.



Maman comme enfant ont profité des jeux mis en place. Cela leur a permis de décrocher et partager de beaux souvenirs avec amies et familles. Aussi, nous



avons constaté qu'un des coups de cœur de l'événement a été le sac-cadeau contenant des produits de beauté, gracieuseté de L'Oréal. On voulait souligner à quel point elles méritent de prendre soin d'elles. Cette attention a été appréciée par les femmes et elles se sont senties comblées.

Témoignage

« Bonjour, Mesdames,

J'ai eu le plaisir d'assister au pique-nique d'hier midi. Melva et Medgine ont été de parfaites hôtesse. J'ai bien apprécié les collations « sucrées/salées », et la température a participé pleinement. Mais, la pièce de résistance, bien sûr, le sac de produits de beauté ... la cerise sur le sundae. Merci. »

Sortie au zoo de Granby

Grandement attendue par nos membres, cette escapade est l'opportunité rêvée pour les familles de faire une excursion à l'extérieur de Montréal-Nord. Plusieurs ont profité du parc aquatique pour se rafraîchir et explorer les jeux d'eau. Quelques participantes ont souligné le caractère exceptionnel de ce moment inoubliable. Tandis que pour d'autres, il s'agissait de la 1^{re} sortie de leur vie, hors de la ville ; faute de moyens financiers pour se le permettre.

Au total, ce sont **45 femmes et enfants** qui ont créé des liens et socialisé.



Déjeuner spécial des 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes

Cette année, la thématique était « *Guérir pour transformer, transformer pour guérir, déracinons la violence.* » **Pour l'occasion, nous avons organisé un déjeuner le 30 novembre réunissant 13 personnes.** L'objectif principal de cette rencontre était d'informer et de partager des récits tout en faisant de la sensibilisation.

Chaque membre présente a allumé une bougie pour commémorer la tuerie du 6 décembre. En lien avec le thème, nous avons ensuite regardé le film *Une femme d'exception* qui présente des discriminations basées sur le genre. Tiré d'une histoire vraie, le synopsis raconte la vie de Ruth Bader Ginsburg, jeune avocate idéaliste qui vient d'avoir une enfant et ne trouve aucun cabinet prêt à engager une femme. Elle fait face à l'adversité et aux nombreux obstacles dans sa lutte pour l'égalité des droits.



Puis, des échanges enrichissants entre les membres se sont créés pour discuter des enjeux en référence à la projection. Nous pouvons donc conclure que l'activité fut un succès auprès de toutes les participantes.

« Ce n'est qu'à Halte-Femmes que j'ai compris la vie, pouvoir me tenir le dos droit. Bravo et merci à toutes. »

Cabane à sucre 2023

Le 29 mars, **25 femmes se sont réunies à la cabane à sucre** Lalande autour d'un



repas traditionnel. La tire sur la neige, la qualité de la nourriture ainsi que la bonne humeur ont été au rendez-vous. Plusieurs ont visité la mini ferme et marché dans la forêt. Certaines participantes en étaient à leur première expérience. Ce fut un moment rassembleur où elles ont appris à se connaître un peu plus.

Cette activité permet de briser l'isolement, de prendre une pause du quotidien et de découvrir une nouvelle région. Pour celles ayant un budget limité, cela leur accorde une réduction des coûts engendrés par cette sortie (repas et déplacement).



Comité Jardin

Grâce à la subvention du **Secrétariat à la condition féminine**, Halte-Femmes a eu la chance de mettre en place, pour la deuxième année consécutive, le comité jardin. Son but est de permettre aux femmes de profiter d'un jardin collectif cultivé par et pour elles. Depuis quelques années, le coût de la vie ne cesse d'augmenter. Nous ayant fait part de leurs besoins alimentaires, il était primordial pour nous de leur fournir un espace extérieur accueillant dans lequel elles pouvaient cultiver et consommer des aliments frais et gratuitement. **On voulait qu'elles puissent se retrouver dans un lieu de confiance où elles pouvaient acquérir de l'assurance, améliorer leur bien-être et leur aptitude personnelle.**

Ce n'est pas tout le monde dans le quartier qui dispose d'un endroit pour jardiner, alors c'était important de poursuivre les objectifs mis en place, c'est-à-dire :



Créer un lieu d'échange ;



Développer de nouvelles habiletés ;



Être en contact avec la nature ;



Embellir notre environnement ;



Favoriser l'accès à des aliments frais.

Cette année, le comité était composé de **six membres** accompagnés de deux intervenantes. Ce qui démontre une forte demande et des besoins grandissants comparativement à l'année dernière. Nous avons réussi à planifier des rencontres toutes les semaines dans le but de regarder comment on pourrait innover nos pratiques tout en optimisant notre aménagement.

Nouveauté cette année

Grâce à un partenariat avec Eco-quartier de Montréal-Nord, nous avons eu la chance d'obtenir de nouveaux matériels tels que des bacs adaptés, des outils, de la terre ainsi que de l'engrais. Plus accessibles en ce qui concerne la hauteur, ceux-ci ont permis de réduire des tensions dans certaines parties du corps. Cela a facilité le travail de plusieurs femmes qui éprouvaient déjà des douleurs au dos ou certaines blessures.



Volet sensibilisation

Les femmes ont pu bénéficier de plusieurs ateliers de sensibilisation et des astuces afin d'essayer d'adopter des façons plus écologiques. Elles ont pu être conscientisées par rapport à la gestion de l'arrosage, la plantation, les différents types de terres, etc. Cela a permis au débutant et même à celles plus expérimentées de prendre confiance, lorsqu'il fallait participer à l'entretien du jardin. Grâce à leur expertise, ils ont su répondre à leurs questions, ainsi que de leur donnée un accompagnement personnalisé.



Avantages observés du jardin collectif

Les femmes ont mentionné que leur participation au comité jardin leur a permis de créer des liens et de briser leur isolement. Étant donné que la plupart d'entre elles habitent le même quartier, cela a facilité les nouvelles rencontres et le partage de moments de complicité. En raison de la mixité sociale (âges variés et diverses origines), elles ont pu discuter sur leur façon de faire. Ce qui a conduit à des échanges de dialogues enrichissants. Celles ayant plus d'expériences ont su guider les débutantes et, de ce fait, transmettre leur aptitude, leurs astuces et leurs connaissances personnelles.



Les défis

Nous avons fait face à plusieurs défis en ce qui a trait à l'horaire, aux récoltes de même qu'à la collaboration. Puisque plusieurs membres prenaient des vacances, il fallait combler les absences en vue de ne pas laisser le jardin sans entretien. Malheureusement, ce n'était pas facile de trouver des remplaçantes étant donné que certaines n'avaient pas beaucoup de disponibilités à donner. Donc, nous avons dû nous ajuster pour ne pas gaspiller toutes nos récoltes et le fruit de notre travail.

Puis, les femmes ont éprouvé de la difficulté à coopérer entre elles, car elles possédaient des styles différents. Cela pouvait créer des conflits simplement parce que les attentes divergeaient d'une personne à l'autre. Pour remédier à la situation, nous avons regardé l'objectif du jardin afin de ne pas perdre de vue le but et ce qu'on voulait accomplir en tant que groupe. Par la suite, les femmes ont compris que le fait de collaborer c'est ce qui amenait une meilleure cohésion d'équipe. Cela les a responsabilisées étant donné qu'elles savaient qu'elles devaient compter l'une sur l'autre, de façon que le jardin grandisse et qu'elles soient fières du travail effectué.

Par ailleurs, il y avait beaucoup plus d'écureuils que l'année passée. Ils mangeaient nos récoltes et enlevaient les plantes que nous avions déjà semées. Donc, on devait constamment transplanter tout en essayant de trouver un moyen de les éloigner le plus possible. Il y a des journées qu'il ne fallait pas se laisser décourager en raison des gros trous creusés dans la terre ; où l'on constatait que nos légumes étaient dévorés.



Malgré tout, les femmes ont pu profiter des récoltes.



Boutique Eurêka



Halte-Femmes Montréal-Nord a décidé de mettre en place une boutique. Ce projet a pu voir le jour grâce à la subvention qui nous a été octroyée par le **Secrétariat à la condition féminine**.

Le but de celle-ci, c'est de dépanner les membres gratuitement en cas d'urgence vestimentaire et alimentaire, afin qu'elles puissent retrouver leur dignité et reprendre du pouvoir dans leur vie. De ce fait, cela nous permet d'offrir du dépannage ponctuel à des personnes vulnérables. De plus, celle-ci a été mise sur pied pour répondre à un besoin criant auprès de nos membres. Surtout que l'on voit de plus en plus de femmes qui vivent de la violence économique. On voulait que la boutique devienne un espace d'accueil en vue de soutenir les femmes dans des situations de précarité.

Pour ce faire, nous avons ciblé des objectifs très distincts :



Offrir un soutien social à nos membres dans le besoin ;



Améliorer la qualité de vie des membres en rendant accessibles des biens utiles ;



Offrir un espace sécuritaire qui permet aux membres de ne pas se sentir jugée ;



Développer l'« empowerment »/l'estime de soi des membres ;



Reconnaissance leur propre valeur ;



Donner une deuxième vie à des vêtements et articles usagers.

Avant que la boutique voie le jour, nous sommes parties de zéro. C'est-à-dire que nous devons produire un plan de tout ce qu'il y avait à faire en vue de procéder



Avant

aux rénovations. Ce ne fut pas simple, parce qu'il fallait sabler, peindre, et au cours des travaux, il y a eu des imprévus auxquels on devait s'ajuster. Nous avons rencontré des problèmes en lien avec les structures qui étaient mal installées, ce qui a retardé les échéances fixées. On a dû faire preuve

de patience, d'ouverture ainsi que d'adaptation afin que le projet puisse voir le jour. Cependant, nous avons réussi à donner une deuxième vie à ce local de sorte que les femmes puissent disposer d'un lieu paisible leur procurant une tranquillité d'esprit.

Par ailleurs, nous avons eu la chance de travailler avec Antonietta, designer d'intérieur, qui nous a aidés à optimiser l'espace. Elle a organisé les différentes sections de manière que cela soit plus accessible et visible.



Après

Les avantages



Beaucoup de femmes ont pu bénéficier de cet endroit. Pour certaines, c'est un moyen de s'enlever un « fardeau » financier, car la boutique est gratuite et cela leur permet de magasiner sans avoir à se soucier de dépasser leur budget. Elles peuvent se gâter et prendre le temps de choisir ce dont elles ont vraiment envie sans ressentir du jugement ni de pression. C'est leur moment de penser à elle et de combler leur besoin dans un environnement sécuritaire. De plus, on s'assure qu'elles trouvent des articles en bon état et de bonnes qualités.

Puis, c'est un endroit qui favorise le contact de première ligne. C'est-à-dire que certaines d'entre elles nous sollicitent parce qu'elles ont été référées par une amie et de cette manière, on en profite pour faire de l'intervention informelle. On parvient à dépister certaines problématiques tels que l'isolement, la pauvreté, la violence, etc. Cela leur permet de repartir avec les ressources nécessaires, de l'information, mais aussi avec la sensation d'avoir réussi à demander de l'aide. Nous avons soutenu des femmes qui n'avaient pas d'habits d'hiver, certaines arrivaient en soulier de course dans la neige. C'est pour cette raison que cette boutique existe, parce que cela accorde à plusieurs de trouver ce dont elles ont besoin.

Pour d'autres, c'est un moyen de sortir de chez elle, et de venir à la rencontre de nos intervenantes afin de discuter de divers sujets. Cela leur donne un sentiment d'appartenance et elles savent qu'elles ont un service personnalisé et privilégié.

La boutique a offert la chance à notre intervenante sociojudiciaire de faire de la sensibilisation auprès de certaines. Elle s'est rendu compte que plusieurs ne savaient pas comment s'habiller lorsqu'elles devaient se présenter à la cour. Pour cette raison, elle en a profité pour leur donner des exemples concrets de ce qui est acceptable en ce qui a trait au code vestimentaire. Elle a donc agi à titre de guide et cela a permis aux femmes de se procurer les vêtements appropriés. Il lui arrivait aussi d'apporter des vestes dans sa voiture en cas d'imprévu.

Journée de formation en VC et Refonte du site web

Ces deux projets ont été réalisés grâce à la contribution financière du ministère Femmes et Égalité des genres.



Femmes et Égalité
des genres Canada

Women and Gender
Equality Canada

Journée de formation – 24 novembre 2022

La formation *Démystifier la violence conjugale* a spécialement été créée pour les intervenants du milieu. **Une trentaine de personnes** y ont participé. À notre demande, le poste de quartier no.39 et le CAVAC ont également contribué à son succès. Notre invitée d'honneur, madame Ingrid Falaise, a livré un témoignage percutant sur son vécu et sur l'importance des ressources d'aide pour les victimes. Ce fut une journée très appréciée où nous avons suscité des discussions entourant ces notions :

- ✓ le cycle et les formes,
- ✓ le contrôle coercitif,
- ✓ la violence post-séparation,
- ✓ les impacts sur les enfants,
- ✓ l'intervention en contexte interculturel,
- ✓ mieux comprendre les concepts juridiques et le parcours judiciaire si une plainte est portée,
- ✓ les droits des femmes.

Cet atelier a fait l'unanimité auprès des participants comme en font foi ces deux témoignages puisés dans les formulaires d'évaluation.

« Très bien organisée. Informations utiles et pertinentes, axées sur la vraie intervention. On devrait faire plus qu'un jour pour encourager le réseautage. »

« La maîtrise de leur sujet, leur dynamisme ainsi que le désir de nous transmettre leurs savoirs et expériences de vie afin qu'on puisse à notre tour aider ces femmes. »

Refonte et lancement du site web

Lancée le 21 février en compagnie de nos membres, cette refonte est dotée de plusieurs fonctionnalités. Cela permet à l'organisme d'offrir des outils et de la documentation à tous les utilisateurs et utilisatrices. C'est aussi une référence spécialisée supplémentaire pour la communauté qui enregistre, de nouveau, le pire taux de violence conjugale de toute l'île de Montréal, selon le dernier rapport sur les profils de criminalité du SPVM paru en 2020. Celui-ci relevait que ce sont 468 personnes qui ont vécu de la violence conjugale et 203 de la violence intrafamiliale pour 2019 seulement. Ces données sont uniquement reliées à l'arrondissement de Montréal-Nord.

Voici quelques exemples de changements :

- L'ajout d'un onglet « Sortie rapide » : cette nouvelle fonction permet aux utilisatrices d'être redirigées vers un autre site web sans la possibilité de revenir en arrière ;
- L'ajout d'un « menu d'accessibilité » pour faciliter la navigation aux individus ayant des limitations visuelles ;
- La possibilité de faire des dons en ligne pour soutenir la mission d'Halte-Femmes Montréal-Nord ;
- (En développement) L'option de consulter notre page « Services » traduite en 5 langues (français, anglais, créole haïtien, arabe et espagnol).

Nous avons reçu de beaux commentaires à la suite de cette mise à jour complète. Une séance photo a eu lieu à l'automne 2022 pour les travailleuses. Placer un

visage sur un nom favorise le référencement plus personnalisé auprès de nos partenaires et un sentiment de sécurité pour les femmes qui font appel à notre équipe.

SERVICES AUX FEMMES IMMIGRANTES

Atelier-discussion pour les femmes immigrantes

Selon le recensement de 2016, à Montréal-Nord, plus de deux résidants sur trois sont nés à l'étranger ou ont au moins un de leurs deux parents est né à l'extérieur du pays (Ville de Montréal, 2018).

Mis en place en 1987, le service offert pour les femmes immigrantes est en constante évolution. Il est prioritaire pour nous d'être un milieu inclusif pour mieux les soutenir. D'où l'importance de les rejoindre. C'est pour cela que nous avons créé un groupe spécialement conçu par et pour elles.

Faisant face à plusieurs défis et enjeux liés à l'apprentissage de la langue, à la reconnaissance des diplômes ainsi qu'à l'emploi ; elles subissent de surcroît des préjugés qui se véhiculent sur leurs communautés et vivent des violences en raison de la couleur de leur peau. Dans cette optique, les interventions axées sur l'approche féministe intersectionnelle permettent d'aborder ces oppressions et d'obtenir une aide plus spécialisée.



Le groupe accorde aux femmes d'accéder à un endroit sécuritaire et bienveillant où nommer leurs vécus et faire l'apprentissage de leurs droits. En recevant du soutien, elles développent une vision plus globale de leur situation, améliorent leurs qualités de vie et tissent des liens de solidarité avec

d'autres femmes. De même, qu'elles prennent conscience des forces personnelles qui les caractérisent.

Ces ateliers-discussions leur fournissent l'occasion d'entrevoir ce qui a de la valeur pour elles, tout en découvrant la société d'accueil.

Le groupe s'est réuni à 24 reprises. En tout, ce sont **35 femmes** qui ont participé à ces rencontres hebdomadaires.

Témoignage d'une femme :

« Bonjour à toute l'équipe de Halte-Femmes, j'espère que vous allez toutes bien. De mon côté, ça va. Je veux dire un grand merci à l'organisme pour ses travaux que vous êtes en train de faire. C'est un travail exceptionnel. Malgré que maintenant je ne puisse pas participer dans les activités à cause de mon travail, mais vous êtes toujours dans mon cœur. Je voulais dire un grand merci à l'intervenante MARIE-ANDRÉE TURCOTTE. Merci pour votre soutien psychologique, émotionnel et même économique (carte cadeau, vêtements, etc.) Merci pour les ateliers qui me servent dans ma vie quotidienne. Merci pour vos luttes contre la violence conjugale, vos luttes pour faire respecter les droits et le respect des femmes. J'ai eu vraiment de beaux moments avec vous. Un grand merci à chaque intervenante et chaque bénévole de l'organisme. Je vous aime beaucoup les filles. »



JUMELAGE

Créé en pleine pandémie pour aider les femmes immigrantes à développer ou maintenir des acquis en français, le programme de jumelage a revu le jour durant l'été 2022 avec les mêmes objectifs. Puisque la plupart des cours de francisation étaient fermés, les femmes non francisées ont pu ainsi agrandir leur réseau social francophone puis parfaire leurs connaissances du quartier et de la ville.

En outre, cela leur permet de prendre confiance en elles lorsqu'elles utilisent le français, de devenir plus autonomes face aux situations de la vie courante, telles que l'intégration au marché du travail, etc.

Par ailleurs, les bénévoles qui participent ont l'occasion d'accroître leurs apprentissages sur la culture et la langue d'une autre personne en plus d'augmenter leur estime de soi.

Ces duos représentent néanmoins beaucoup plus pour certaines jumelles. Elles ont pu créer des liens de confiance avec l'intervenante responsable du volet bénévolat. Plusieurs ont formulé des demandes que ce soit pour de l'aide alimentaire ou vestimentaire, pour trouver des garderies, en employabilité ou encore, pour leur statut d'immigration. Des relations d'amitié se sont aussi nouées entre certaines femmes faisant équipe ensemble.

Toutes ont fait un bilan positif de leur expérience et plusieurs ont décidé de renouveler l'exercice pour une nouvelle saison. En tout, **34 femmes** ont participé à ce programme au cours de l'année.



Témoignage 1 :

« Un grand merci à l'équipe Halte-Femmes. Durant les derniers mois, j'ai fait une expérience magnifique avec le jumelage. Grâce à celui-ci, je parle mieux le français. J'ai trouvé une jumelle très sage et gentille qui comprend les autres. Je n'ai jamais regretté de faire partie de ce groupe, j'ai fait de nouvelles rencontres, mangé ensemble et pris la parole en public. Encore, un grand merci à l'équipe Halte-Femmes pour ce grand travail spécialement à Marie-Andrée qui est toujours là pour moi, merci. » Guilande

Témoignage 2 :

« Je voudrais remercier pour tout le soutien apporté par les gens de Halte-Femmes où elles m'ont accueilli et aidé depuis le début. Je suis arrivé ici au Canada et comme je ne parlais aucune langue de ce pays, j'ai commencé à me sentir très déprimée depuis que j'ai laissé ma famille et toute ma vie dans mon pays. Avec les programmes d'aide offerts par cette association, j'ai pu rencontrer d'autres femmes très bonnes et gentilles. J'aime la coexistence et petit à petit j'ai appris à comprendre un peu leur langage. J'aime la façon dont on peut se sentir libre de s'exprimer. Marie Andrée est une très belle femme qui connaît chacun de nous et répond à nos besoins. » Bérénice

ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION

Nous avons été sollicités par Entre-Parents de Montréal-Nord et par Centre de la Petite Enfance de Montréal-Nord pour leur offrir une sensibilisation-formation sur la violence conjugale auprès de leurs membres et travailleuses. Le but de celle-ci était de permettre à des femmes de connaître notre organisme, de même que les services que nous offrons. Afin de favoriser le partage, les objectifs ciblés étaient :

- 1) Sensibiliser les femmes à ce qu'est la violence conjugale ;
- 2) Découvrir les différents aspects (formes) de la violence conjugale ;
- 3) Promouvoir des relations amoureuses saines et égalitaires ;
- 4) Différencier une chicane de couple de la violence conjugale ;
- 5) Faire émerger des prises de conscience.

Entre-Parents de Montréal-Nord

À l'évidence, cette sensibilisation a suscité des questionnements auprès des participantes. En effet, il y a des femmes qui ont réalisé qu'elles vivaient de la violence conjugale grâce à des mises en situation. Tandis que d'autres ont compris le cycle de la violence conjugale. Lors des exercices, elles ont pu



reconnaître des signaux d'alerte dans leur relation ou celles de leur proche. Cela les a amenées à verbaliser certaines émotions puis à échanger sur des difficultés et préoccupations en lien avec cette problématique. Elles ont apprécié le fait que nous ayons validé ce qu'elles ressentaient et ont constaté qu'elles n'étaient pas seules. Si

bien qu'elles se sont unies avec d'autres femmes et tissé des liens.

Centre de la petite enfance Montréal-Nord

Halte-Femmes a eu la chance de collaborer avec le Centre de la Petite Enfance de Montréal-Nord pour une formation. Celle-ci était adressée aux éducatrices des services de garde du quartier. **30 travailleuses** ont assisté à cette séance et ont démystifié ce qu'est la violence conjugale et ses impacts. Elles ont vu les meilleures interventions à mener auprès des femmes et des enfants en besoin.

ACTIONS COLLECTIVES ET MOBILISATIONS

Un de nos objectifs est de contribuer à une société plus juste en favorisant, entre autres, des rapports égaux. Pour cette raison, il est important de nous impliquer dans certaines actions collectives. L'équipe accompagnée de membres a participé à des mobilisations importantes et diversifiées durant l'année.

17 septembre 2022 - Unissons-nous contre la violence

L'organisme a participé à la marche organisée par le Centre des femmes de Montréal-Est/Pointe-aux-Trembles. Celle-ci avait pour but de conscientiser la population aux violences conjugales et sexuelles. Une intervenante y a pris le porte-voix pour rallier et encourager les marcheuses.

29 septembre 2022 - Engagez-vous pour le filet social

Nous avons pris part à la plus grande manifestation du communautaire rassemblant des centaines d'organismes. Le but de ce mouvement consistait à demander un meilleur financement à la mission et s'adressait aux différents partis politiques. Notre revendication : 460 millions de dollars supplémentaires, annuellement, avec indexation salariale, tout en respectant notre autonomie. Cela pour contrer les effets des années d'austérité que nous avons connues.

Halte-Femmes a ensuite envoyé un décret communautaire, action proposée de cette campagne pour rappeler nos demandes aux ministres et aux député(e)s. À la suite de la réception de cette lettre, la députée provinciale, Mme Madwa-Nika Cadet, nous a invité à son bureau, en décembre, pour en discuter.



4 octobre 2022 - Plus jamais de sœurs volées

Le centre a participé à cette vigile nommée dans le cadre de la *Journée nationale de commémoration pour les femmes et filles autochtones disparues et assassinées*. Les manifestants ont déploré la lenteur avec laquelle le gouvernement agit dans le dossier pour protéger ces femmes. Ce fut un moment pour honorer la vie de ces disparues, qui étaient des mères, des amies, etc.

Note : Les robes rouges largement utilisés dans femmes autochtones



font partie des symboles les vigiles pour souligner les disparues.

1^{er} décembre 2022 — Discussion sur le féminicide

Lors de la *Campagne des 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes*, Halte-Femmes a pris part à une discussion sur le sujet des féminicides. Initié par Hoodstock, l'événement a réuni plusieurs citoyen(ne)s de Montréal-Nord et organismes inquiets de ce phénomène. De belles réflexions sur la prévention de la violence conjugale ont eu lieu ainsi que des partages sur les défis rencontrés par les femmes qui essaient de se sortir de cet enjeu sociétal.

24 février 2023 - Inégalités et climat dérégulé, c'est assez !

Nous avons participé à la journée régionale de grève et de manifestation. Il s'agissait d'un mouvement provincial d'actions rotatives par les organismes communautaires pour lequel était demandé un investissement dans le filet social et une sortie des énergies fossiles.



HOMMAGE À MARIE THÉARD



Dimanche dernier, le 12 mars, notre chère Marie Théard a été honorée dans le cadre de la célébration des *Femmes d'exception*, dans la circonscription de Bourassa, à Montréal-Nord. Monsieur Emmanuel Dubourg animait cette présentation.

Les femmes, d'âges et de diverses cultures ont reçu ce beau témoignage de reconnaissance. Ce fut une belle cérémonie, au terme de laquelle Marie a pris soin de souligner l'apport considérable de Halte-Femmes pour la communauté.

Merci Marie, pour ton implication et pour cet honneur bien mérité qui rejaillit sur nous toutes !
Lili Ringuet

Extrait du communiqué de presse

En fonction de l'impact qu'elles ont eu dans l'amélioration de la qualité de vie des résidentes et des résidents dans la collectivité, ces femmes reçoivent la *Médaille du député fédéral de Bourassa*, lors d'une cérémonie organisée en marge de la *Journée internationale des droits des femmes*.

FORMATIONS

Voici les 3 volets des formations suivies par les travailleuses ; pour un total de 124 heures d'apprentissages réalisés.



CONCERTATIONS ET ADHÉSIONS

364 heures uniquement en réunion réparties majoritairement auprès de la TFOF (117 heures) et du groupe de réseautage BNI (96 heures). Ceci n'inclut pas la préparation, la lecture, ni les tâches à effectuer entre les réunions.

Locale

- TFOF et sous-comités
- TQMN et sous-comités
- TPSU

Régionale

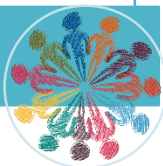
- BNI - Business Network International (section Laurentides)
- TRCFMML
- TCVC - secteur nord de Montréal

Nationale

- L'R des centres de femmes

- L'R des centres de femmes
- RAFSSS
- TQFM
- RIOCM
- AQPV
- ACCÉSSS
- CFP -centre de formation populaire

Adhésions



- TQMN
- TROVEP
- TFOF
- TCVCM
- RQASF
- TRCFMML
- GJGM - Centre juridique du Grand Montréal

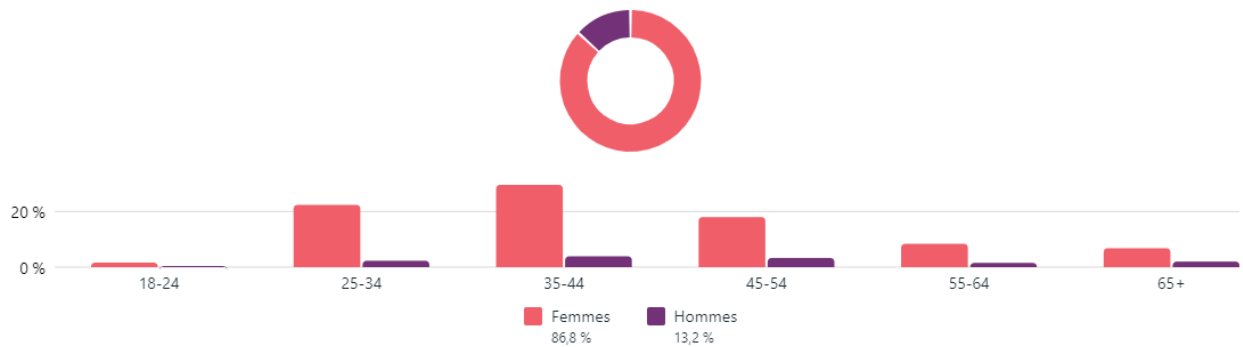
Adhésions



AUDITOIRE DE NOTRE PAGE FACEBOOK

1797 « followers » dont 86,7 % de femmes et 13,3 % d'hommes, réparties selon les groupes d'âges.

Âge et genre ①



Principales villes



Principaux pays



RESSOURCES FINANCIÈRES ET REMERCIEMENTS

De belles expériences !

Avec le partenariat de BNI Prestige, il y a eu deux événements de levée de fonds. Une course s'est déroulée à Montréal ainsi que le défi *Au-delà du sommet*. Merci aux précieux donateurs qui nous permettent de poursuivre notre mission. Ces 26 entrepreneurs font une différence dans la vie des femmes, mais aussi pour le centre (vêtements, nourriture, hébergement du site web, soutien dans les projets et financier). C'est de la visibilité pour nous et une façon de sensibiliser un groupe de réseautage à la violence conjugale. Ils savent qu'ils peuvent faire appel à nous quand ils sont témoins ou qu'ils se questionnent.

INVITATION À BNI LLL

Samedi 23 avril à 11h
Parc Jean-Drapeau

Levée de fonds au profit de *Halte Femmes*
Montréal-Nord

Vous pouvez...
... marcher, courir, alterner marche et course !

Vous pouvez le faire...
... sur le site, la journée de la course,
en virtuel ou dans les rues près de chez vous !

On compte sur vous !!!

21K de MONTRÉAL

BNI PRESTIGE

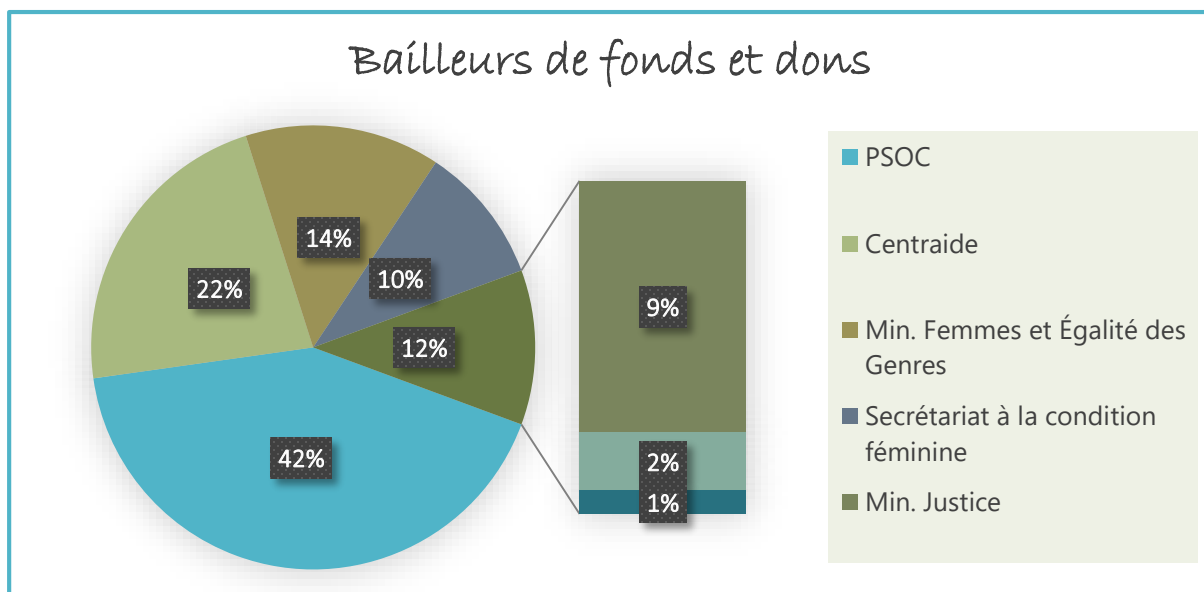


Avant la course



Après la course !

Bailleurs de fonds et dons



Chaque don est un éternel cadeau!

Nous tenons à remercier nos bailleurs de fonds ainsi que nos donateurs et donatrices. Le travail que nous effectuons quotidiennement ne serait pas possible sans votre aide ni votre soutien.



Grâce à vos subventions et vos dons, nous pouvons continuer à faire progresser notre mission.

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal
Québec



Centraide
du Grand Montréal

Secrétariat
à la condition
féminine
Québec



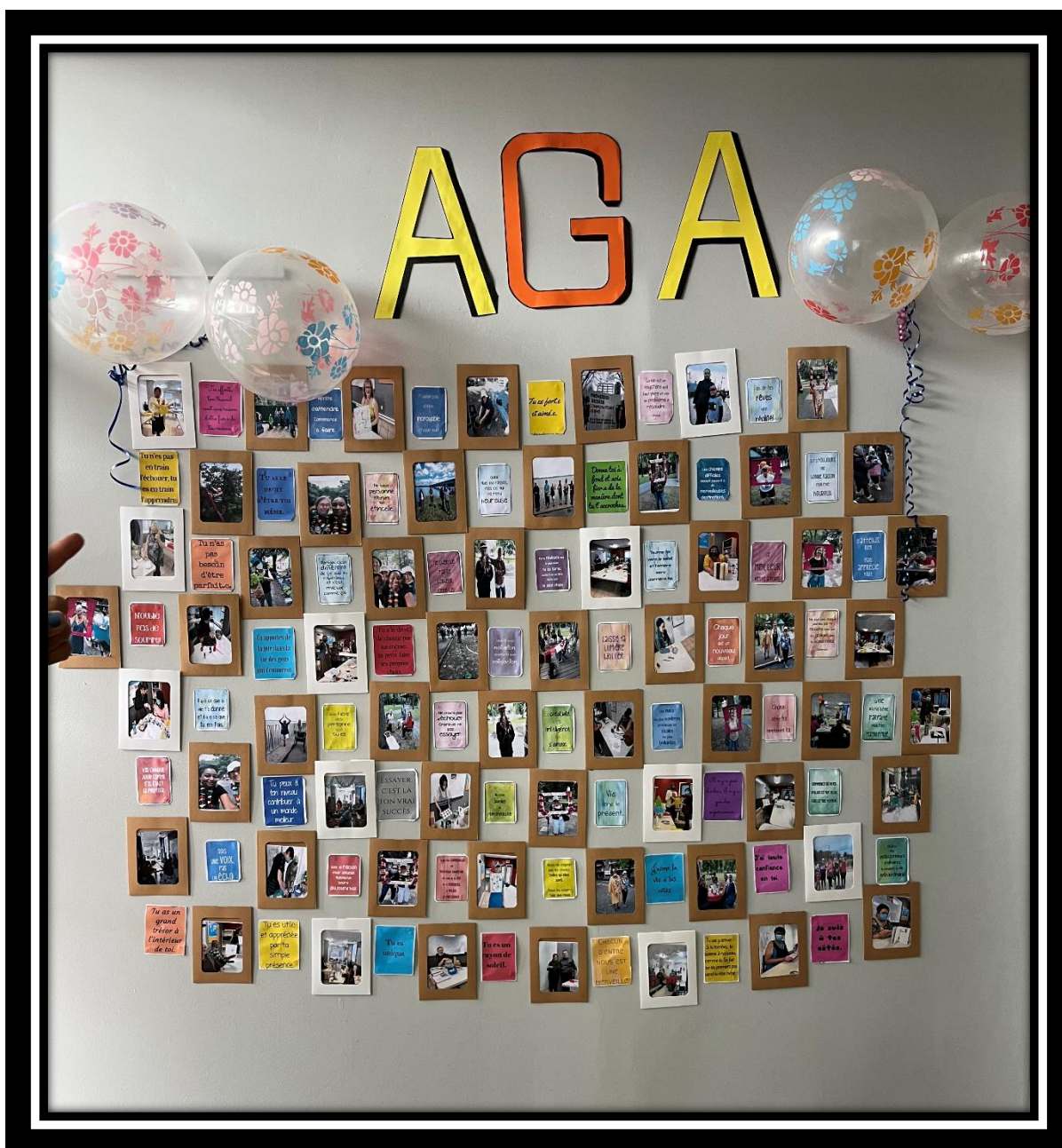
Femmes et Égalité
des genres Canada

Women and Gender
Equality Canada

Justice
Québec



Emploi et
Développement social Canada



Rendez-vous l'an prochain !