



# LA VOIX DES FEMMES

Journal de l'organisme Femmes-Relais Saint-Michel

MARS /2020

MONTRÉAL, QUÉBEC ,CANADA

ÉDITION 2

## 8 mars Journée Internationale des Droits des Femmes



Crédits: Le Collectif 8 mars, Molotov communications, Illustration: Guadalupe Pérez Pita



En partenariat avec :

Montréal 

Québec 



Réseau réussite  
Montréal



## ÉDITORIAL

# Choisir de travailler avec et pour les femmes

La journée internationale des droits des Femmes revêt pour moi une occasion de se souvenir de celles qui ont mené les luttes afin que mes filles et moi puissions vivre dans un monde, soit très imparfait, mais où nous avons le choix.

Le choix d'avoir ou non des enfants, le choix de vivre avec la femme ou l'homme que nous avons choisi, le choix d'aller voter, d'accéder aux études supérieures, le choix de vivre notre vie comme nous l'entendons. Il est difficile de s'imaginer qu'il n'y a pas si longtemps ces choix nous étaient refusés.

Avoir le choix c'est aussi synonyme de liberté. Pouvoir agir en toute connaissance de cause, selon notre conscience. Choisir notre route, prendre nos décisions, aller de l'avant.

Il y a sept ans j'ai choisi de travailler avec et pour les femmes immigrantes du quartier Saint-Michel, des femmes qui n'ont pas toujours eu le choix.

Des femmes pour qui j'ai tellement de respect, des femmes qui m'ont fait grandir, qui m'ont fait découvrir un monde rempli d'espoir et de courage. Des femmes qui portent un fardeau immense sur leurs épaules mais qui trouvent la force de lutter et de se relever au quotidien.

En sept ans, j'ai rencontré des centaines de ces femmes, je prends ce moment pour les remercier. Elles sont la force tranquille de notre organisation, elles sont belles et fortes. Elles m'ont permis d'être une meilleure femme, mère et citoyenne.

**Dominique Perrault**

**Directrice**



### CRÉDITS

#### **Coordination**

Anne-Sophie Côté et  
Jacqueline Escobar

#### **Rédaction**

Somia Benachour

Sanae Abicha

Samira Peyrano

Gloire Sangu

Marie-Pier Lemieux

Jacqueline Escobar

#### **Révision et correction**

Anne-Sophie Côté et  
Dominique Perrault

#### **Design**

Jacqueline Escobar

#### **Adresse**

8640, 25 Avenue App. 7

Montréal, Québec

H1Z 4B2

Tel: 514-759-0663

[coordofemmesrelais@gmail.com](mailto:coordofemmesrelais@gmail.com)

#### **Site web**

[Femmesrelais.com](http://Femmesrelais.com)



# Les droits des femmes dans le monde

économiques, politiques et sociales.

## Le 8 Mars

Tout au long de l'histoire, il y a eu des événements de protestations et de luttes révolutionnaires portées par des femmes, ayant mené à ce que le 8 mars soit commémoré Journée Internationale des Droits des Femmes.

Selon les données publiées par l'encyclopédie collaborative cubaine, EcuRed, plusieurs événements historiques ont aiguisé les luttes des femmes pour les droits; la première. Un de ceux-ci est une marche des ouvriers du textile en 1857 à New York, où des milliers de travailleuses défilèrent dans les quartiers des riches, pour protester contre les conditions de travail misérables. Un autre est en 1908, alors que plus de 40 000 femmes se sont mises en grève pour réclamer le droit à la syndicalisation, à l'amélioration des salaires, à des meilleures heures de travail, à la formation professionnelle, au droit de vote et au refus du travail des



Crédit: Marie Rouge/Liberation.france

*«Nous pouvons affirmer que les droits dont jouissent les femmes aujourd'hui sont le résultat des luttes des travailleuses et des femmes qui croient en une société plus juste»*

### **Par: Jacqueline Escobar**

Pendant des siècles, les femmes du monde entier ont été victimes de graves violations des droits et d'exploitation dans les pays développés et sous-développés, quelle que soit leur classe sociale, bien qu'historiquement les plus vulnérables aient été les femmes plus défavorisées.

Nous jouissons actuellement de certains droits gagnés sur la base de luttes, cependant,

les violences basées sur le genre sont toujours présentes et qui se traduisent notamment par des meurtres de femmes (féminicide) un enjeu dont on parle beaucoup au Québec actuellement.

De même, des millions de femmes souffrent toujours d'inégalités salariales, d'exploitation et de discrimination au travail, de violences physiques, psychologiques,



enfants.

Pendant cette grève, 145 femmes sont décédées dans un incendie d'usine, les propriétaires les ayant enfermées pour les forcer à travailler et les empêcher de participer à la grève.

Nous devons briser les chaînes qui oppriment et dominent encore trop de femmes. L'UNICEF estime que plus de 200 millions de femmes dans 30 pays ont été victimes des violences par exemple la mutilation génitale féminine.

Malgré les difficultés, les luttes des mouvements féministes sont fortes dans des revendications telles que la lutte pour l'égalité salariale, le droit à l'avortement, la lutte contre la exploitation sexuelle, contre le mariage forcé des

jeunes filles, contre la violence conjugale et contre le militarisme, entre autres.

Nous pouvons alors affirmer que les droits dont jouissent les femmes aujourd'hui sont le résultat des luttes des travailleurs et des femmes qui croient en une société plus juste et plus égale; beaucoup d'entre elles sont des héroïnes qui ont offert leur vie pour changer un système oppressif et sexiste.

C'est pourquoi il est juste et nécessaire que nous comprenions comment la

société fonctionne et que nous nous éduquions, et informions sur différents sujets et surtout sur que nous connaissons notre histoire afin de ne pas être victimes de la manipulation médiatiques ou des politiques descriptives envers les femmes.

La lutte organisée des femmes, avec l'aide des hommes conscients de la situation des femmes pour l'égalité est fondamentale pour réaliser un véritable changement dans notre société.



«Toutes les femmes, quelle que soit leur position, devraient exiger l'égalité politique comme moyen de mener une vie plus libre»

**Clara Zetkin (1857-1933)**



# Charge mentale et partage des tâches: comment arriver à une égalité?

**Par Marie-Pier Lemieux**

C'est prouvé statistiquement que les femmes consacrent plus de temps aux travaux ménagers que les hommes.

Bien que la charge mentale ne soit pas l'exclusivité des femmes, c'est souvent à elles que l'on associe cette réalité.

**Qu'est-ce que la charge mentale exactement?** C'est de devoir réaliser la majorité des tâches domestiques mais aussi de devoir planifier et organiser l'ensemble de ces tâches afin de maintenir la structure familiale.

Cette charge est plus souvent visible lorsque des enfants s'ajoutent à la maisonnée. En d'autres mots, c'est devoir penser à tout.

Par exemple, c'est de toujours avoir en tête les rendez-vous médicaux de la famille, les activités scolaires des enfants, la liste des courses, les repas de la semaine, les activités parascolaires en plus du travail et des autres activités



relées à celui-ci et à celui du conjoint.

En plus d'être épuisant physiquement, c'est une charge qui est très lourde psychologiquement car c'est un travail qui est essentiel mais surtout invisible.

C'est comme avoir un petit moteur qui roule toujours dans notre tête, car il y a constamment quelque chose à quoi penser.

Il n'y a pas de raison biologique qui fait en sorte que cette charge devrait reposer uniquement sur les épaules des femmes, en fait il s'agit plutôt d'une idée véhiculée par la société que

le travail ménager et la charge des enfants revient aux femmes.

Le partage équitable des tâches et de la charge parentale n'est pas toujours facile à réaliser. C'est pourquoi il est essentiel d'en parler.

Une discussion entre les conjoints permettra ainsi de prendre conscience du travail invisible et ainsi de redistribuer la charge mentale le plus également possible:

La force réside dans le nombre, on peut toujours faire mieux avec l'aide de quelqu'un qu'en tentant de tout réaliser seule.



# L'intimidation à l'école, ça nous regarde tous !



*L'intimidation peut être physique (frapper, pousser, briser, des attouchements, etc) ou verbale (insulter, menacer, humilier, etc.).*

**Par Samira Peyrano**

**L'intimidation à l'école, ça nous regarde tous !**

Vous avez entendu parler de l'intimidation à l'école? Peut-être que oui, peut-être que non. Nous sommes vraiment conscients des conséquences que cela provoque chez les enfants et il est important d'en parler pour pouvoir combattre ce problème.

Je vais vous raconter l'histoire d'une famille dans laquelle la fille et le fils ont vécu de l'intimidation.

Les noms des membres de la famille ont été modifiés à la demande de la mère et du père.

La famille Perez habite à Longueuil et leur fille n'avait que quelques connaissances dans son école.

Maria, qui était une petite fille gentille et joyeuse, a commencé à changer et elle est devenue très triste. Elle n'a rien dit à sa mère Rita. Rita a pris un rendez-vous avec le professeur car elle soupçonnait que quelque chose se passait à l'école.

Le professeur n'avait pas plus d'information sur la situation. Rita a parlé à sa fille et celle-ci a avoué : « les filles disent qu'elles ne me parlent pas car je suis moche, elles disent des choses blessantes sur mes

origines».

L'école n'a pas pris de mesures pour résoudre le problème, les parents étaient désespérés jusqu'à ce que Maria aille au secondaire dans une école à Montréal. C'est à ce moment que Maria a recommencé à bien aller et qu'elle a dit : « j'ai changé car je suis acceptée dans le groupe ». Pedro, le petit garçon de Rita, a également souffert d'intimidation. Dans son cas c'était un plus grand qui l'intimidait physiquement quand Pedro était en 4 année du primaire.

La famille Perez est un exemple de famille qui a vécu des situations très difficiles et qui a malheureusement manqué de soutien et d'information afin de faire face à l'intimidation. Voici quelques informations qui pourront, nous l'espérons, vous aider.

**Quelles sont les principales formes d'intimidation ?**

L'intimidation peut être physique (frapper, pousser, briser ses objets personnels, des attouchements non



désirés, etc.) ou verbale (insulter, menacer, humilier, rabaisser, comparer, se moquer, ignorer, etc.).

### **Quelques signes possibles que votre enfant vit de l'intimidation**

Il y a beaucoup de signes différents mais des exemples sont : il dort mal, revient à la maison avec des blessures, dit perdre (ou se fait voler) des objets personnels, ne veut pas aller à l'école, a mal au ventre, est anxieux, a de moins bonnes notes et évite les autres enfants. (Source : Site Web du Gouvernement du Canada)

### **Trois choses à savoir sur l'intimidation :**

- 1) Des recherches démontrent que la violence est en pleine hausse chez les filles depuis 10 ans.
- 2) La violence chez les filles est plus souvent verbale et donc plus difficile à identifier que la violence physique qu'on retrouve majoritairement chez les garçons.
- 3) En Ontario, en 2013, 84% des cas d'intimidations étaient de la violence verbale et non physique.

Source : Radio-Canada, 2016

### **Quoi faire si mon enfant vit de l'intimidation ?**

Consultez ce site web du Ministère de l'Éducation pour avoir plein de pistes sur comment soutenir votre enfant comme parent et quelles démarches suivre auprès de son école : <http://www.education.gouv.qc.ca/dossiers-thematiques/intimidation-et-violence-a-lecole/agir-contre-la-violence-et-lintimidation/parents/mon-enfant-est-victime/>

Soyez bien informés de vos droits et partagez l'information autour de vous ! L'intimidation, ça nous concerne tous.

## **POUR RÉFLÉCHIR...**

**“Pour un monde où nous soyons socialement égaux, humainement différents et totalement libres”**

**Rosa Luxemburgo**





# L'ABC de la francisation au Québec



**Par: Somia Benachour**

## **Petite histoire du français au Québec**

Les immigrants venus de France pendant le régime de la Nouvelle-France (1534-1759) ont fondé la première population au Québec parlant le français à travers la province. La langue française s'établit de façon permanente en sol nord-américain en 1608 et elle est devenue langue officielle au Québec en 1974.

L'anglais et le français sont reconnus comme langues officielles au Canada depuis la loi sur les langues officielles du Canada de 1969 (Encyclopédie Canadienne).

Le Québec est la seule province du Canada avec le

français comme seule langue officielle. Pour préserver cela, le Québec travaille activement à la francisation sur son territoire.

## **Que signifie le français ?**

Le français est une langue Indo-Européenne de la famille des langues romaines.

Pour faciliter la communication entre tous et préserver le français, le Québec encourage tous les immigrants à apprendre le français grâce à des programmes de francisation.

## **C'est quoi la francisation ?**

Selon Wikipédia, « la francisation désigne l'extension de la langue française par son adoption en tant que langue maternelle ou

non, adoption pouvant être subie ou voulue par les populations concernées ».

Simplement, cela signifie apprendre le français comme nouvelle langue ou pour améliorer ses connaissances, se perfectionner, pour ceux ayant déjà une connaissance du français.

## **Pourquoi apprendre le français ?**

Le français est la langue maternelle de la majorité de la population québécoise, donc il est nécessaire de parler le français pour se faire un réseau social au Québec, découvrir le Québec, sa culture et ses valeurs.

Ça permet aussi d'augmenter nos chances d'avoir un emploi et de réussir au Québec, ça facilite la communication et l'intégration, le travail d'équipe et la compréhension des consignes.

Finalement, ça permet d'avoir un meilleur accès aux services et faire nos tâches du quotidien.

Mais, comme toute nouvelle



langue à apprendre, il y a des défis. Parfois c'est une source de frustration.

L'apprentissage d'une nouvelle langue n'est pas une mince affaire et tous les élèves n'ont pas le même rythme d'apprentissage. Certains élèves rencontrent des difficultés liées aux nombreuses expressions québécoises.

Finalement, je souligne qu'apprendre le français en tant qu'immigrant, c'est une question de génération ! Le français est plus facile à apprendre pour nos enfants qui grandissent ici mais il ne faut pas se décourager car avec des efforts il est possible pour nous aussi comme parents d'apprendre le français !

### Comment apprendre le français pour les immigrants ?

Les cours de français sont gratuits pour la plupart des immigrants, peu importe la durée de leur séjour au Québec, depuis le 1<sup>er</sup> juillet 2019. Il est aussi possible d'obtenir de l'aide financière offerte par le gouvernement

## « Les cours de français sont gratuits pour la plupart des immigrants »

du Québec.

Il y a quatre façons principales d'apprendre le français :

Temps complet, pour accélérer votre intégration (cours en classe de 25 ou 30 heures par semaine, niveau débutant et intermédiaire)

Temps partiel, pour combiner avec autre chose (cours en classe de 12, 9, 6 ou 4 heures par semaine, niveau débutant et intermédiaire)

Spécialisé par domaine d'emploi, afin d'améliorer votre français au travail (choix de domaines : santé; soins infirmiers; génie et

sciences appliquées; administration, droit et affaires, entre 4 et 6 heures par semaine, niveau intermédiaire et avancé)

Francisation en ligne, pour y aller à votre rythme (formules avec tuteur et en autoformation, modules spécialisés par domaine professionnel, niveaux intermédiaire et avancé)

Ces informations sont tirées du Site Web d'immigration Québec, pour en savoir plus sur les critères et les allocations consultez le : <https://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/index.html>

**APPRENDRE  
LE FRANÇAIS**  
C'EST GRATUIT ET C'EST GAGNANT !

**COURS de FRANÇAIS pour les  
PERSONNES IMMIGRANTES**

Québec



# Une histoire de parcours migratoire

**Par: Sanae Abicha**

Vivre l'immigration n'est pas de tout repos. « Il ne s'agit pas de changer de ville ou de région, mais de mettre un océan entre soi et sa famille, ses amis, ses habitudes, son mode de vie et ses repères » (Destination Québec).

Immigrer demande beaucoup de courage et d'audace. Il ne s'agit pas seulement de préparer ses bagages, mais d'être bien préparé psychologiquement pour s'adapter et s'intégrer dans le pays d'accueil.

Avant d'apprendre, de comprendre et d'accepter la culture québécoise et de déchiffrer son code de vie ou bien refaire les valises pour retourner dans son pays d'origine, l'individu passe généralement par quatre étapes dans son parcours migratoire.

La première étape se nomme la lune de miel, c'est une période où tout semble beau et parfait (par exemple, on peut remarquer que tout le monde fait la queue pour



embarquer dans l'autobus, il y a un sentiment de sécurité, etc.) et où nous avons une soif de découvrir le pays (culture, normes, valeurs, coutumes, etc.).

La deuxième étape que nous vivons comme immigrants est le choc culturel et c'est la plus dure.

Le choc, selon le dictionnaire, c'est la rencontre brutale de deux choses, ici c'est le choc entre deux cultures. Dans cette étape, le nouvel arrivant se sent perdu et désorienté car il a changé son milieu familial et entre

dans un milieu inconnu dans lequel il perd ses repères et perd du même coup, son sentiment d'appartenance.

La troisième étape est l'adaptation ou l'ajustement : l'individu essaie de trouver des solutions pour s'adapter comme apprendre la langue, construire un réseau social, demander de l'aide et peu à peu accepter des choses pour certains et trouver le juste milieu pour d'autres.

La quatrième étape est le résultat et la naissance d'un nouveau citoyen avec double nationalités, bilingue et



capable de vivre en trouvant l'équilibre entre la culture de son pays d'origine et celle de son nouveau pays. C'est ce qu'on appelle l'intégration.

Chaque personne a des raisons différentes pour

immigrer, certains l'ont choisi, d'autres n'auront pas eu le choix de quitter leur pays.

Les phases menant à l'intégration ne sont pas

vécues pareillement pour tout le monde mais il est possible, avec beaucoup de patience, de temps et d'efforts et avec de l'aide, de rebâtir sa vie pour soi et ses enfants.

## Soins de santé au public et au privé, quelles sont les différences ?

### Par: Gloire Sangu

Pour comprendre la différence entre les soins dans le système de santé public et privé, il faut d'abord savoir que les deux secteurs sont gérés et financés différemment.

Les établissements publics sont subventionnés par l'état et leur objectif est de fournir des soins de qualité à tout le monde. Les établissements privés sont, eux, indépendants et fonctionnent comme une entreprise, ils font donc du profit sur les soins. Ils sont libres de choisir leur mode de fonctionnement, de choisir leurs tarifs et ce sont les patients qui devront payer de leur propre poche.



### **Quels sont les avantages dans le privé et le public ?**

L'avantage premier des soins privés, c'est la rapidité de l'accessibilité aux médecins et aux résultats. Le patient peut obtenir un rendez-vous souvent dans les vingt-quatre

à quarante-huit heures suivantes.

Par contre, puisque c'est une entreprise privée, l'hôpital privé a le droit de refuser de traiter quelqu'un.

Dans le système de soins publics, toute personne qui a



une carte d'assurance-maladie a droit à des soins médicaux et à l'hospitalisation gratuitement car le régime de santé est gratuit et universel.

Quels sont les désavantages des soins au privé et au public ? Le temps d'attente dans le public est souvent plus long.

Le privé en santé coûte beaucoup plus cher, en partie à cause des assureurs privés qui recherchent le profit et aussi la présence d'hôpitaux privés cotés à la bourse qui, aussi, recherchent le profit.

Les États-Unis sont un exemple intéressant à ce niveau. Dans ce pays, la santé est plus considérée

comme une marchandise et est livrée au privé.

Le système de santé aux États-Unis coûte deux fois plus cher que dans les autres pays occidentaux (La Presse, 2013). En conséquence, les Américains sont plus que tous les autres à risque de ne pas se soigner en raison des coûts de la santé ou de payer eux-mêmes car des millions d'entre eux n'ont pas d'assurances.

En 2013, c'est un adulte américain sur trois qui n'est pas allé se soigner en raison des coûts trop élevés (La Presse), ce qui fait que les soins ne sont pas accessibles à tous.

En conclusion, l'égalité et l'accessibilité de manière équitable sont très importantes dans la santé.

Donner aux gens la possibilité d'avoir une bonne santé, recevoir des soins de grande qualité qui répondent à leurs besoins, réduire le prix pour donner à tout le monde la chance de se faire soigner équitablement, peu importe ce qu'ils ont comme moyens, sont des éléments d'une importance fondamentale dans la qualité des services de santé.

(Sources : La Presse, Plan d'Équité en Matière de Santé, April-International.com, Journal de Montréal)

