

L, *Le journal du Centre-Femmes de Lotbinière*
INFORM'ENTR'ELLES

- Invisible mais essentiel
- Rassemblement Antidote
- Bénévole de l'année
- Voyage



Printemps-été 2009

Sommaire

| | |
|--|-----|
| Nouvelles du Centre | 2 |
| Bénévole de l'année <i>Nancy Dubois</i> | 3 |
| Nous y étions | 4 |
| Un petit geste pour changer le monde | 5-6 |
| <i>Donner une deuxième vie...aux articles usagés</i> | |
| Mot des cuisines | 7 |
| Info Santé | 8 |
| "Craquantes" petites bouchées | 8 |
| À 10 kilos du bonheur | 9 |
| Voyage | 10 |
| Rassemblement d'antidotées | 11 |
| Rassemblement... pétition | 12 |
| Invisible mais essentiel... | 13 |
| Journée internationale sans diète | 14 |
| Merci aux bricoleuses | 15 |
| Potins | 15 |
| Journée internationale des femmes | 16 |
| Anniversaires | 17 |
| Bon d'adhésion | 18 |

Voici un petit répertoire des numéros de téléphone d'urgence auxquels vous pouvez vous référer pour différentes situations:

Centre Anti-poison du Québec

1-800-463-5060

Centre de prévention du suicide

683-4588

Direction de la protection de la jeunesse (DPJ)

1-800-461-9331

Écoute téléphonique

728-4445

Info santé et urgence détresse (CLSC) 811

La ligne parents

1-800-361-5085

S.O.S. Violence conjugale

1-800-363-9010

ACEF (endettement)

1-877-835-6633

CALACS (agressions sexuelles)

1-866-835-8342

Police/Ambulance 911



Ont participé à la réalisation de ce journal:

Audrey Gingras

Sophie Savard

Jennifer Dubois

Martine Turgeon

Marilyn Shallow

ainsi que plusieurs bénévoles

Nouvelles du Centre

Déclaration citoyenne

Nous faisons une tournée de la région pour présenter la déclaration citoyenne des femmes de Lotbinière. Nous avons présenté la déclaration dans les groupes suivants: Conseil des maires, Association des Personnes Handicapées, Maison de la Famille, Regroupement des Jeunes, nos 5 groupes de cuisines collectives et les Cercles de Fermières de Laurier-Station, de Joly, de Leclercville, de Ste-Agathe, de St-Flavien, de Val-Alain et de Lotbinière.



Présentation aux fermières de Ste-Agathe

Lors de l'assemblée des maires de mars, nous leur avons présenté brièvement la déclaration. Suite à l'accueil mitigé que nous avons reçu, une rencontre est prévue avec le préfet pour identifier les dossiers sur lesquels la MRC peut agir concrètement. Nous souhaitons aussi rencontrer les députés dans les prochaines semaines.

Blog du Centre-Femmes

Nous sommes en changement sur notre site Internet. Nous avons créé un blog que nous alimentons chaque semaine. Nous vous invitons à le visiter régulièrement à l'adresse suivante : www.cflotbiniere.qc.ca/blog/

Assemblée générale annuelle

Notre assemblée générale annuelle aura lieu au Centre-Femmes le mardi 26 mai à 17h30. Elle sera suivie d'un souper. Les 4 postes impairs seront en élection soit : Christine Blanchet et Janice Hamel (rééligibles), Nancy Dubois et Sylvie Roy (non-rééligibles). Nous vous attendons en grand nombre.

Des remerciements

Audrey Paquet qui s'occupait des cuisines collectives et Sophie Savard qui donnait les cours d'informatique ont terminé leur contrat. Les participantes et les membres ont pu apprécier leurs nombreuses qualités. Nous vous remercions pour votre contribution au Centre-Femmes et vous souhaitons du succès dans vos nouveaux projets.

Venez participer à notre assemblée générale annuelle qui aura lieu
mardi le 26 mai à 17h30 au Centre-Femmes

Nancy Dubois

notre bénévole de l'année

Cette année le conseil d'administration du Centre-Femmes a choisi d'honorer madame Nancy Dubois comme bénévole de l'année. Madame Dubois demeure à Laurier-Station. Mère de deux enfants, elle est aussi responsable de la bibliothèque de Laurier-Station.

Nancy s'implique depuis plus de 10 ans au Centre-Femmes. En plus de donner du temps pour les activités reliées aux groupes de cuisines collectives, Nancy s'est impliquée dans le conseil d'administration du Centre pendant 4 ans. Discrète, minutieuse, responsable et réfléchie, sa présence est un atout pour notre organisme.

Pour son engagement constant au Centre-Femmes, toute l'équipe veut la remercier.

Merci Nancy...



À la cuisine d'été



En pleine popote



Noël 2008



Nancy en compagnie
des membres du C.A. 2008-2009

Nancy a été honorée le 22 avril dernier, lors de l'activité reconnaissance des bénévoles à la salle des Lions de Laurier-Station. Plus de 80 bénévoles étaient aussi honorés lors de cette activité.

Nous y étions

Lancement du portrait des groupes communautaires

La Corporation de Développement Communautaire de Lotbinière a lancé le portrait des groupes communautaires de la MRC de Lotbinière, le 20 janvier.

Les monologues du vagin

Le conseil d'administration et les travailleuses ont assisté à la pièce "Les monologues du vagin" qui a eu lieu à Québec le 13 février. Nous souhaitons monter cette pièce l'an prochain avec des femmes de notre région.

Formation sur les enfants témoins de violence conjugale

Le 26 février, Martine a participé à la formation sur les enfants témoins de violence conjugale qui a eu lieu à Lévis. Cette formation était organisée par la Table de concertation en violence conjugale du Littoral.

Dépôt collectif des demandes de subvention

Le 18 mars, nous étions à la rencontre du conseil d'administration de l'Agence de la Santé et des Services Sociaux à Ste-Marie-de-Beauce pour le dépôt collectif de demandes de subvention des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches. Cette activité de mobilisation était organisée par la Table Régionale des Organismes Communautaires de Chaudière-Appalaches (TROCCA)

Au-delà des étiquettes : trajectoires de vie, pauvreté et santé

Une journée de débats et de théâtre-forum qui a eu lieu le 23 mars à Lévis. Cette activité fait partie d'une tournée provinciale organisée par les groupes de défense des droits des personnes assistées sociales, la troupe de théâtre Mise au Jeu et un centre de recherche (CREMIS)

Assemblées générales annuelles

Martine était à l'assemblée générale annuelle du Centre Local de Développement (CLD) le 17 mars et Marylin à celle du Micro-Crédit Lotbinière, le 24 mars. Elles sont administratrices de ces organismes de développement du milieu. Nous avons aussi assisté à l'assemblée générale annuelle de la coop de solidarité de services à domicile qui a eu lieu le 24 mars, c'était leur 10^{ème} anniversaire. Pour l'occasion, Monsieur Dean Bergeron, médaillé d'or aux jeux paralympiques de Pékin a présenté une conférence très stimulante ayant pour titre Osez...oser.

Bercethon OLO

Une équipe du Centre a fait la soupe pour le bercethon de la fondation OLO. Cette fondation donne du lait, des oeufs et des oranges pour les femmes enceintes à faibles revenus.



Un petit geste pour changer le monde

Donner une deuxième vie...aux articles usagés

Que ce soit pour faire des économies, ou par préoccupation écologique, acheter dans des comptoirs d'articles usagés est un petit geste, aux multiples avantages.

Faire rouler l'économie

Pour décrire notre société, on utilise souvent le terme surconsommation. En effet, nous vivons dans un système économique, le capitalisme, qui pour se maintenir a besoin que la production de biens et de services soit toujours en expansion. On parle aujourd'hui de « crise économique », parce que la production des entreprises du pays, le PIB, n'augmente pas. Pourtant, d'un point de vue écologiste, cette croissance est insoutenable pour l'environnement, qui ne cesse de se détériorer.

Bien sûr, ce ralentissement de l'économie a des conséquences néfastes pour plusieurs d'entre nous, parce que nous sommes dépendantes du système qui nous offre des emplois et des produits essentiels. Mais ce ralentissement pourrait au moins servir à une chose : nous questionner sur la viabilité de notre modèle économique à long terme. Lorsque nous achetons un article neuf, son coût d'achat est loin de représenter son réel coût social et environnemental. On peut

penser à toutes les ressources nécessaires à sa fabrication, à son transport et à son élimination après sa durée de vie; que ce soit de l'énergie, de l'eau, des produits chimiques, etc. Et aussi tenir compte des impacts sur les gens qui travaillent dans des conditions souvent misérables, à celles et ceux qui vivent avec les inconvénients d'un milieu de vie pollué par des usines, etc.

“Vert” la bonne direction



La Ressourcerie de Lotbinière, située dans le village de St-Agapit, est membre du vaste Réseau des Ressourceries du Québec. Leur mission est non seulement d'offrir à la population des articles à prix modiques, mais aussi de créer des emplois durables axés sur la réinsertion sociale, d'encourager la mise en place de politiques de réduction des déchets et de faire leur part en ce sens, en détournant du dépotoir des tonnes de ressources encore utilisables. Acheter à la Ressourcerie, c'est donc contribuer au développement économique et la qualité de vie de notre communauté.

Magasin : (418) 888-5333

1000, rue Bergeron, St-Agapit

Centre de tri: (418) 888-1600

1159, rue Principale, St-Agapit

Les comptoirs d'articles usagés :

Depuis des décennies, des communautés ont trouvé un moyen de concrétiser entraide et solidarité, en créant des comptoirs d'articles usagés. On doit leur réussite à des centaines de femmes qui y travaillent en grande majorité, bénévolement il va s'en dire. Notre région compte trois de ces lieux d'entraide, où l'on peut acheter à prix modiques des articles usagés et aussi y donner ce dont on ne se sert plus. Les fonds recueillis servent à des initiatives locales d'entraide. Y faire vos achats est un plus pour l'environnement et pour la communauté!

La Ressourcerie et les comptoirs d'entraide nous offrent l'opportunité de consommer en marge d'un système in-

juste et polluant. Vous y trouverez de tout pour la maison : vêtements, électroménagers, meubles, articles de cuisine, livres, jouets, peinture recyclée (seulement à la Ressourcerie), etc. Et si vous avez de ces articles en trop à la maison, apportez-les à ces endroits, on se fera un plaisir de leur donner une deuxième vie!

St-Vincent-de-Paul de St-Gilles

(418) 888-5603

1605 rue Principale

Entraide St-Apollinaire

(418) 881-2179

11 rue de l'église

Marché aux puces Ste-Croix

(418) 728-3884 #202

200 rue Aqueduc



Sophie Savard

Potins

-Nos plus sincères condoléances à **Noëlla L.** et à **France C.** qui ont perdu un être cher.

-Beaucoup de succès à **Johanne P.** dans son nouvel emploi.

-Bon retour au travail à **Mélissa L.** et à **Marie-Claude R.**

-Prompt rétablissement à **Yvette F.** et à **Natacha P.**

-Félicitations à **Julie L.** pour l'arrivée de la petite Daphnée.

-Beaucoup de bonheur à **Louissette H.**, grand-maman de jumeaux, à **Solange M.**, grand-mère d'un petit-fils et à **Janice H.** qui le sera dans les prochains mois.

-Bon déménagement à **Mélanie M.**

-Merci aux **Lions de St-Flavien-Laurier** et spécialement à madame **Annie B.** qui font de la cueillette de vêtements pour nous.



Mot des cuisines

Du changement aux cuisines

Suite à la fin du contrat de Audrey Paquet, j'ai repris la barre des cuisines. Mon retour auprès des groupes 1 à 4 des cuisines se passe très bien. L'accueil et la collaboration de toutes m'ont permis de bien me réintégrer dans la gang. Merci beaucoup.

En plus de changer d'animatrice, les participantes ont eu du pain sur la planche avec la préparation du brunch de la journée internationale des femmes et la participation à la Grande Collecte de Moisson Québec. Merci à toutes celles qui ont pris de leur temps pour s'impliquer dans ces deux événements très importants dans la vie du Centre.

À venir pour les groupes

Les cuisines feront relâche pour le mois de juillet et août. Il y aura une cuisine d'été le 25 et le 26 août pour celles intéressées de se revoir avant la rentrée des classes.



Audrey, France, Chantale, Lise, Marylin et Mirelle lors du service du brunch

Le groupe 5, des femmes sans enfant à charge, s'est rencontré 3 fois depuis le début de l'année 2009. Notre dernière cuisine s'est déroulée à la fin avril. En moyenne, 10 femmes participent à ce groupe.

Les cuisines collectives c'est bien plus que de la cuisine

Depuis plus de 15 ans, les femmes des groupes de cuisines collectives sont au cœur de la vie du Centre-Femmes. Lorsque vous passez au Centre, "voyez" et surtout "sentez" toute l'énergie qui s'en dégage.



La gang des groupes 1 à 5 venue célébrer la journée nationale des cuisines collectives.

Bon été!
Marylin

Info Santé...

Des idées de collations santé pour se sucrer le bec!

Pomme, poire, framboise, kiwi... poivron, carotte, brocoli, chou-fleur... les fruits et les légumes sont riches en eau et en éléments nutritifs (ex.: vitamine C, fibres) et pauvres en calories, protéines et matières grasses. Ces petits bijoux de la nature contiennent en revanche de belles quantités de glucides, nécessaires au bon fonctionnement de notre corps. Ils sont en quelque sorte, le carburant de nos cellules. Voilà pourquoi les fruits et les légumes sont si intéressants pour refaire le plein d'énergie à l'heure de la collation. De plus, une collation santé nous aide à maintenir un poids santé : moins affamés à l'heure des repas, on a donc la fourchette plus légère!

Pour un goûter qui rassasie encore plus, ajoutez y une source de protéines comme des noix, du yogourt ou du fromage.

Se sucrer le bec de façon «santé» à l'heure de la collation :

- Coupe de fruits en conserve et graines de fèves de soya grillées
- Yogourt et fruits frais ou séchés
- Clémentines et noix de Grenoble
- Fromage cottage et petits fruits
- Lait frappé aux bleuets
- Verre de lait et «craquantes» petites bouchées (voir recette)



Par Julie DesGroseilliers, Dt. P., diététiste nutritionniste et porte-parole de la campagne J'aime 5 à 10 portions par jour

“Craquantes” petites bouchées

INGRÉDIENTS:

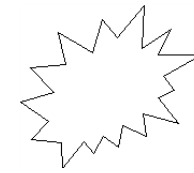
- 1 tasse de flocons d'avoine
- 2/3 tasse de noix de coco râpée sucrée
- 1/4 tasse de graines de citrouille*
- 1/2 tasse de noix mélangées
(ex: noix de Grenoble hachées, arachides)
- 3/4 tasse de canneberges séchées**
- 1/4 tasse de beurre, fondu
- 2 oeufs
- 1/4 tasse chacun de beurre d'arachide et de miel

MÉTHODE:

- Préchauffer le four à 180°C (350°F)
- Mélanger les 5 premiers ingrédients.
- Incorporer le beurre fondu, les oeufs, le beurre d'arachide et le miel; bien mélanger.
- Former 12 à 15 petites boules d'environ 1 po de diamètre. Déposer sur une plaque de cuisson, tapissée de papier parchemin.
- Cuire de 18 à 20 minutes ou jusqu'à ce que les bouchées soient dorées.

* Les graines de citrouille renferment des acides gras oméga-3, bénéfiques pour la santé du coeur. **Concentrés en glucides et en éléments nutritifs, les fruits séchés sont parfaits pour se sucrer le bec et refaire le plein d'énergie!

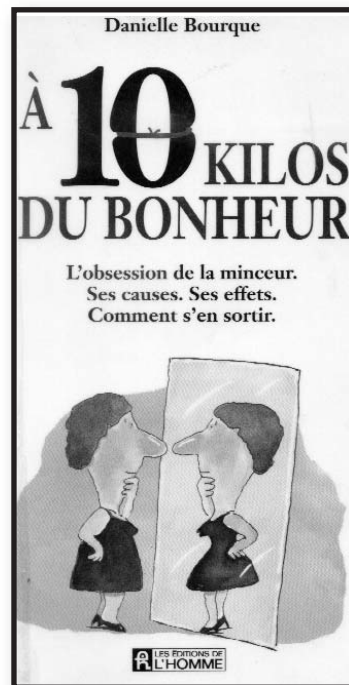
À 10 KILOS DU BONHEUR



«Si je maigrissais, je serais sûrement plus séduisante.
Je serais en meilleure forme.

J'aurais beaucoup plus confiance en moi!»

Beaucoup de femmes se reconnaîtront dans ces propos. Les régimes miracles, la honte de son corps, la culpabilité de s'abandonner au plaisir de manger font que plusieurs femmes vivent avec l'obsession de la minceur.



**POUR TROUVER DES MOYENS POUR
REVALORISER NOTRE IMAGE
CORPORELLE ET RETROUVER
NOTRE ESTIME**

**CONFÉRENCE AVEC
MADAME DANIELLE BOURQUE
AUTEURE DU LIVRE
«À 10 KILOS DU BONHEUR»**

**MERCREDI LE 6 MAI
À 19H00
AU CENTRE-FEMMES**

**BIENVENUE À TOUTES
C'EST GRATUIT!!!**



S.V.P. confirmez votre présence au 728-4402

Voyage de fin d'année

Découvrons Lotbinière

Jeudi le 28 mai

Départ 9h15 (Galeries Laurier)

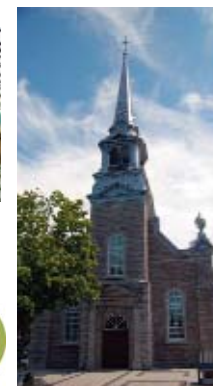
Nos visites:

-Serres Bergeron St-Apollinaire

-Église de St-Antoine de Tilly

-Manoir de Tilly (dîner sur place)

-Domaine Rivière Alpagas



Retour vers 15h45 (Galeries Laurier)

Pour une journée réussie pensez à

-Porter des chaussures de marche

-Apporter de l'eau



Coût pour la journée

25\$ membre/35\$ non membre (dîner inclus)

S.V.P. Confirmer votre présence avant le 26 mai au 728-4402

Rassemblement d'antidotées...

Vous avez participé à Antidote 1?

On vous attend!

Première édition

**Une rencontre remplie d'échanges, de plaisir
et de créativité pour s'unir**

parce qu'ensemble on va plus loin!



Le 11 mai 2009

Au Centre-Femmes
de 13h30 à 15h30

Un léger goûter sera servi.



Spish splash piscine

Pour prendre un peu de temps pour soi!

Lundi le 4 juin de 13h30 à 14h30
au complexe récréatif de Laurier



Soyez de la partie...

**Ces activités sont gratuites...
contactez-nous pour vous inscrire 728-4402!**

Rassemblement

Pour le dépôt de la pétition...

Mission collective : bâtir un Québec sans pauvreté

Il y a bientôt un an et demi que la campagne MISSION COLLECTIVE : bâtir un Québec sans pauvreté et ses trois revendications voyagent aux quatre coins du Québec.



**Vous êtes attendues
ce 14 mai, à 11h30**

sur la Colline parlementaire

(départ en autobus prévu à 10h30 du Centre-Femmes de Lotbinière)

Soyez des nôtres!



«Ensemble démontrons à l'Assemblée Nationale notre volonté commune de faire du Québec une société sans pauvreté.»

Contactez-nous au 728-4402 pour vous inscrire



Centre-Femmes
LOTBINIÈRE

Invisible mais essentiel...

Essentiel...

Le travail accompli autour de nous par les femmes bénévolement est invisible, mais essentiel à notre communauté. Que ce soit une mère au foyer, une personne qui s'occupe d'un proche ayant un handicap ou qui est malade, que ce soit une bénévole dans la municipalité, elles sont nécessaires pour faire rouler notre économie. Ce sont les femmes qui s'impliquent en grande majorité et malheureusement, ce travail n'est pas reconnu. C'est pourquoi cette participation porte le nom de « travail invisible des femmes ».

Invisible...

Oui, car même si plusieurs le considèrent comme important, sa valeur n'est pas répertoriée dans les comptes nationaux du Produit Intérieur Brut. En d'autres mots, il n'est pas compté dans les revenus de l'État. L'ONU, lui reconnaît que le travail invisible des femmes est une grande richesse pour le pays. En 1995, l'organisme a évalué à 11 000 milliards \$ américain la valeur annuelle du travail non rémunéré des femmes à travers la planète. Cette non reconnaissance du travail des femmes est un facteur d'inégalités entre les hommes et les femmes. La plupart du temps, ce sont les femmes qui s'occupent des proches, ce sont elles qui restent à la maison, qui jonglent avec leurs carrières et leurs familles.

Un facteur de pauvreté

Le travail invisible des femmes est selon l'AFEAS, le premier facteur de pauvreté chez les femmes. Souvent elles doivent accepter des emplois à temps partiel, des emplois précaires, car leurs horaires ne leur en permet pas plus. Elles ont trop de tâches à la maison. Comme un humoriste le dit si bien: *"Elles ne travaillent pas, elles ont trop d'ouvrage."*

Nouvelle chronique

Une des demandes faites par les femmes dans la déclaration citoyenne des femmes de Lotbinière est de reconnaître leur travail invisible. Dans les prochaines éditions de l'Inform'Entr'Elles, je vous présenterai trois services à la communauté, trois femmes parmi de nombreuses autres qui donnent de leur temps.



Avec cette nouvelle chronique, nous ne donnerons pas un salaire à toutes celles qui en mériteraient un, mais nous voulons apporter une reconnaissance sociale pour le travail accompli, pour le temps et les efforts donnés, pour qu'un pas de plus soit fait sur le chemin de la reconnaissance du travail des femmes.

Nous sommes fières de votre contribution. Merci à vous toutes!

Jennifer Dubois

Journée internationale sans diète

Place à la diversité corporelle!

Saviez-vous qu'au Québec :

73 % des femmes **veulent maigrir**

56 % des femmes **disent penser** à leur poids régulièrement

37 % ressentent de **l'anxiété** en pensant à leur poids

22 % affirment que la gestion de leur poids domine leur vie

Sondage Ipsos-Reid pour les Producteurs laitiers du Canada, décembre 2007



La Journée internationale sans diète (JISD) a été créée en 1992 par Mary Evans Young, une Britannique qui dénonçait entre autres l'inefficacité des régimes amaigrissants et **les dangers liés à l'obsession de la minceur**. Chaque année, le 6 mai, la JISD est soulignée dans plusieurs pays du monde, dont les États-Unis, l'Australie, la Norvège, l'Afrique du Sud et la Russie. Au Québec, l'organisme ÉquiLibre, qui a comme mission de favoriser la prévention et la diminution des problèmes reliés au poids et à l'image corporelle s'est donné comme objectif de faire connaître la JISD à la population et aux professionnels de la santé en organisant des campagnes de sensibilisation.

ÉquiLibre a lancé la campagne de sensibilisation 2009 de la JISD, avec la thématique : **Place à la diversité corporelle!** La thématique de cette année est tout à fait d'actualité, compte tenu du projet de **charte contre la maigreur des mannequins** mené par la Ministre Christine St-Pierre. La campagne vise à encourager les femmes à remettre en question le modèle unique de beauté et à adopter un style de vie sain.



Source:équilibré www.equilibre.ca

Merci aux bricoleuses

Depuis quelques années, des femmes s'impliquent à la fabrication des broches qui sont remises aux bénévoles honorés au moment de l'activité reconnaissance des bénévoles. Deux équipes se sont réunies pour le découpage, le collage et la décoration d'une centaine de broches. Cette année, elles étaient en forme de cœur avec des flèches à l'intérieur, reproduisant le thème proposé par l'action bénévole.



L'équipe de la première journée de fabrication:
Pierrette, Yvette, Amély, Pauline, Lorraine, Jackie, Audrey

Merci à Yvette B. qui a imaginé le concept idéal pour illustrer le thème le plus fidèlement possible. Merci aussi à Christine B. et Noëlla B. qui ont trouvé les matériaux nécessaires à la réalisation de ces broches. Nous remercions également les différentes bricoleuses qui ont participé à la fabrication de celles-ci!



Audrey Gingras



L'équipe de la deuxième journée de fabrication:
Pierrette, Christine, Audrey, Amély, Hilda, Yvette, Pauline, Lorraine

Journée internationale des femmes

Cette année, près de 60 participantes se sont rassemblées au Centre-Femmes pour souligner la journée internationale des femmes. Nous avons débuté par le service d'un succulent brunch concocté par nos participantes des cuisines collectives. Merci à toutes celles qui se sont impliquées dans la préparation ou le service du déjeuner!

Nous avons profité de la journée pour présenter le document final de la déclaration citoyenne des femmes de Lotbinière. Les participantes semblaient très fières du résultat!



Christine Blanchet à la lecture de la déclaration

Par la suite, Mme Michèle Asselin, présidente de la fédération des femmes du Québec, a tracé un bilan des gains réalisés par les femmes du Québec: le droit de vote, le droit d'avoir un travail rémunéré, l'arrivée de la contraception, le droit d'avoir un compte bancaire personnel, etc. Les participantes ont été surprises de constater que la plupart des gains des femmes sont récents. En moins d'un siècle, les choses ont beaucoup évolué pour les femmes.

Puis, madame Asselin nous a parlé des enjeux actuels pour les femmes tels que la banalisation de la sexualité, l'absence de mesures de protection financière lors d'une rupture pour les femmes qui vivent en union libre, l'iniquité salariale, le partage des tâches domestiques et l'accès des femmes aux postes décisionnels. Elle a terminé en soulignant l'importance de s'unir et de s'impliquer afin de changer les choses et que notre déclaration citoyenne est un bel outil pour y arriver!!!

Audrey Gingras



Janice Hamel et Julie Laroche du Conseil d'administration en compagnie de Michèle Asselin

Bonne fête à nos membres

Mai

| | |
|--------------------------|----|
| Annie Thériault | 01 |
| Suzanne Dore | 01 |
| Suzanne Croteau | 02 |
| Germaine Larochelle | 03 |
| Janine Laliberté | 04 |
| Christiane Quessy | 06 |
| Lise Parent | 08 |
| Louissette Cayer | 13 |
| Thérèse Larochelle | 13 |
| Lisette Laroche | 13 |
| Chantal Drolet | 15 |
| Juliette B. Leclerc | 15 |
| Marie-Claude Roux | 15 |
| Jacqueline Henri | 17 |
| Pauline Bilodeau | 17 |
| Claudette Olivier-Dubois | 18 |
| Diane F. Hamel | 18 |
| France Cayer | 18 |
| Angèle Charest | 23 |
| Natacha Paquet | 28 |
| Thérèse Gourde | 28 |
| Rosanne Paquet | 29 |
| Claudette Côté | 31 |
| Marie-Thérèse Turgeon | 31 |



Juillet

| | |
|---------------------|----|
| Hélène Beaudet | 01 |
| Thérèse M. Demers | 01 |
| Marie Giroux | 07 |
| Sylvie Roy | 09 |
| Jocelyne Petit | 18 |
| Jeannine Vachon | 19 |
| Lise Guay | 20 |
| Adèle Lepage | 22 |
| Doris Trachy | 22 |
| Marie-Claude Lemay | 25 |
| France Blanchet | 27 |
| Albertine Thivierge | 30 |
| Lucie Boisvert | 31 |

Juin

| | |
|---------------------------|----|
| Suzanne Larochelle-Bédard | 02 |
| Claudette Turcotte | 06 |
| Marlène Bergeron | 06 |
| Louise Leclerc | 07 |
| Reine-Blanche Faucher | 08 |
| Françoise Morin | 09 |
| Louissette Hébert | 11 |
| Claudia Croteau | 12 |
| Marjolaine Moisan | 12 |
| Yvette Bibeau | 13 |
| Audrey Gingras | 14 |
| Francine Lang | 14 |
| Jeannine Dubois | 14 |
| Denise Demers | 16 |
| Diane Martineau | 16 |
| Marie-Claire Auclair | 18 |
| Pierrette Demers | 19 |
| Solange Laflamme | 21 |
| Huguette Gingras | 23 |
| Jeanne Trépanier | 26 |
| Gisèle Lambert | 27 |
| Denise Biron | 28 |
| Lucille Côté | 30 |

Août

| | |
|--------------------------|----|
| Nancy Dubois | 01 |
| Lucille Boucher | 02 |
| Pierrette Côté | 03 |
| Nicole Laroche | 04 |
| Lucie Leblanc | 05 |
| Françoise Côté | 11 |
| Martine Turgeon | 13 |
| Johanne Martineau | 15 |
| Manon Carrier | 16 |
| Manon Perreault | 18 |
| Jocelyne Lapointe | 20 |
| Denise Poulin | 22 |
| Marie-Claude Carrier-Roy | 22 |
| Claude Gauthier | 23 |
| Jennifer Dubois | 23 |
| Marie-Rose Grégoire | 26 |
| Monique Demers | 26 |
| Laurette Moreau | 27 |
| Georgette Bernier | 29 |
| Monique Hamel | 29 |
| Caroline Martineau | 30 |
| Jeannine Dubois-Côté | 30 |
| Luce Trépanier | 30 |
| Floriane Blais | 31 |

Bon d'adhésion

Mission

Le Centre-Femmes de Lotbinière a pour mission d'**offrir aux femmes de la MRC de Lotbinière un lieu de rencontre**, d'échange, d'information, d'entraide, de formation et d'action, **en vue d'améliorer les conditions et la qualité de vie des femmes**. L'approche est globale et non-compartmentée, elle porte **un regard critique** sur les causes sociales, culturelles, économiques et politiques des **obstacles vécus par les femmes**.

Par la présente, j'adhère comme membre du Centre-Femmes de Lotbinière et à sa mission. **Je joins la somme de 5,00\$.**
L'adhésion est renouvelable en mars de chaque année.

Nom: _____

Adresse: _____
(no rue)

_____ (municipalité) _____ (code postal)

Téléphone: _____

Date d'anniversaire: _____

Date: _____

Signature: _____

Adresse de retour

139, rue Principale
St-Flavien, Qc
G0S 2M0
Téléphone: 728-4402



Membre de L'R des Centres
de Femmes du Québec

Un Centre de Femmes c'est:

Un réseau d'entraide et d'action, un lieu d'appartenance et de transition. Une ressource locale, souple, polyvalente et accessible à toutes les femmes.



Centre-Femmes de Lotbinière

Contactez-nous au (418) 728-4402

139, Principale à St-Flavien G0S 2M0

du lundi au jeudi de 8h30 à 16h30 et le vendredi sur rendez-vous.

cflotbiniere@globetrotter.net



www.cflotbiniere.qc.ca

Accessible aux personnes handicapées

*La prochaine parution de L'Inform'Entr'Elles sortira en septembre 2009.
pour recevoir votre journal par la poste, il suffit de devenir membre.*



Diffusez, partagez ou recyclez-moi