Volume 15 numéro 4 Janvier

le fil orange

Bonne Année 2021

CENTRE FEMMES l'ancrage

Sommaire

Mot du CA	2
L'hiver arrive	2
La p'tite chronique	3
Le Covid et le Centre	4
Ciné-Ancrage	4
Dîner-jasette	5
Ateliers	4, 5, 7, 8, 9
Origine de la St-Valentin	6-7
JIF	9
Rencontre ARC	10
Décès au CF	10-11
Anniversaires	11
Mission du Centre	12

Mot du Conseil d'administration

Chères amies,

L'année 2020 a été particulièrement difficile pour tous et toutes. Nous avons l'impression de vivre notre vie entre parenthèses. Mais il y a de l'espoir. Un vaccin se profile déjà à l'horizon pour le début 2021. Tout un exploit paraît-il.

Malgré ce temps suspendu dans la brume du Covid, je vous souhaite pour 2021 Douceur de vivre, Amour, Tendresse partagée et surtout la Santé à vous toutes membres du Centre Femmes l'Ancrage.

L'équipe de travail nous a préparé un magnifique programme. À nous d'en profiter pleinement dans le respect des consignes. Profitons du plaisir de se rencontrer et de partager.

BONNE ANNÉE 2021

Louise Bourbonnais, présidente

****Ne pas oublier****

Pour toutes les activités proposées vous devez vous inscrire à l'avance.

L'HIVER ARRIVE

Le stationnement

Du 1er décembre au 15 mars, il est interdit de stationner sur le côté ouest de la rue Martineau. C'est donc permis du côté du Centre mais pas du côté du garage. Il est toujours possible de stationner à la pharmacie André Dumas, 2e voisin (ancienne clinique médicale). Merci de votre compréhension.

Fermeture

En période hivernale, le Centre Femmes l'Ancrage est fermé lorsque les écoles primaires de la Commission scolaire des Navigateurs sont fermées.

Les personnes qui ont participé à ce bulletin sont:

Lise Aubin, Claudette Bouffard, Louise Bourbonnais, Juliette Goudreau, Patricia Icart et Monique Nadeau.

LA P'TITE CHRONIQUE DU JOURNAL

LA MAGIE DU TEMPS PRÉSENT

De la magie au temps de la pandémie? Certainement! Il suffit de la voir et c'est tellement réconfortant!

Croyez-le ou non, chères membres, en ce 1er décembre, j'écris ce billet dans ma cour arrière, celle-ci gorgée de soleil. Le thermomètre indique 17° (en Estrie). C'est féérique et je me dis que ce sont tous ces instants qui méritent d'être capturés et immortalisés à tout jamais en ces moments si difficiles.

Il y a encore tant de beauté sous nos yeux chaque jour et pour l'apprécier, ça demande juste d'être là et d'habiter le moment présent. S'il y a une chose qui a changé chez moi pendant cette maudite pandémie, c'est mon rapport au temps. Il me semble que j'ai tout mon temps ou plutôt, tout ce temps est à moi, il est moins partagé entre des « il faut » ou « je dois ». Peut-être aussi parce que je sens moins le besoin d'astiquer la maison, les visiteurs se faisant rares ces temps-ci. Malgré tout, je réussis à faire pas mal de choses. Mon chum est content lui; il dit qu'il a son traiteur à la maison. Ça ne me vexe pas parce que j'aime faire la cuisine et qu'il est reconnaissant. Et… je ne fais pas que ça.

Tiens par exemple, cette marche quotidienne du matin où je croise des gens de tous âges et où on se salue. Il me semble que le bonjour échangé n'est pas pareil; il veut dire beaucoup plus; j'y vois le sourire de l'espoir, la promesse de jours meilleurs et je me fais plus galopante en continuant ma route. Je m'émerveille!

Voilà qu'au tournant d'une rue peu passante, sur un grand parterre encore tout vert, j'aperçois une chose qui me dérange, un amas de couleur brunâtre, bombé avec un long cou qui s'étire. Quand cette chose sent un prédateur, elle devient immobile; elle ne bouge plus. Nul doute, c'est une tortue qui est venue s'échouer de l'autre côté du terrain marécageux. J'avais oublié que les tortues ont un long cou. Après tout, on n'en voit pas tous les jours. Et je continue à m'émerveiller!

Les écureuils eux, s'en donnent à coeur joie; ils vont certainement avoir une bonne provision de glands pour l'hiver, le temps facilitant la récolte. Ainsi, ils seront moins tentés de venir gruger les fils de lumières de Noël.

Et puis, Adèle ma voisine qui avait rentré ses chats en prévision de la saison froide, a décidé de les sortir à nouveau. Ils viennent nous saluer et même dormir juste en face de la porte patio sur le tapis d'entrée. Ils doivent savoir qu'ils ne courent aucun danger là où ils sont.

La magie du temps présent, c'est toute cette beauté du monde qui vient renverser l'incertitude. Et moi, je me dis que ça vaut la peine d'investir dans l'épaisseur du temps!

***Monique Nadeau** avec l'équipe du Fil Orange*

Le Covid et le Centre Femmes

Bravo à nous toutes, nous avons vécu un automne bien rempli et vivant grâce à toutes les précautions que nous avons mises en place et surtout que nous avons toutes respectées. Merci mesdames!

Nous pouvons prévoir un hiver avec une programmation diversifiée qui saura répondre, nous l'espérons, à vos attentes et qui vous fera du bien.

Nous tenons à vous assurer que nous continuons à suivre et à respecter les mesures sanitaires et les directives émises par le gouvernement.

On a bien hâte de vous retrouver.

CINÉ-ANCRAGE

Présentation du film: **Les filles du roy**

Documentaire explorant les métiers féminins au Québec. Le film situe des personnages tels que l'Indienne, la fille du Roy, la religieuse, la Corriveau, la femme de colon et de soldat, tandis qu'il montre chez la femme actuelle, travailleuse et mère de famille, l'exploitation de ses qualités traditionnelles et sa dégradation jusqu'à la femme-objet.

Un bon moment, agréable pour se retrouver, une discussion entre nous, une bonne façon de repartir l'année.

Bienvenue! **Le mardi 19 janvier de 13h30 à 15h30**

** Inscription obligatoire

Atelier MIEUX GÉRER SES DÉCHETS

Comment mieux gérer ses déchets ou tendre vers le zéro déchet?

Le gaspillage alimentaire, la récupération, le compostage, la gestion des déchets: est-ce à notre portée ? Que pouvons-nous faire et comment?

Ce n'est pas si sorcier, parfois il suffit de s'en parler. Ça peut même être amusant. Ensemble, nous irons plus loin!

N'oubliez pas de vous inscrire.

7 rencontres, les mercredis du 20 janvier au 3 mars de 13h à 16h

DÎNER-JASETTE

Le jeudi 21 janvier de 11h à 14h

Invitation à un dîner-jasette où nous aurons l'occasion de connaître et d'échanger sur le phénomène des TROLLS. Ce phénomène, bien que récent, nous touche toutes. Nous l'entendons et souvent nous ne savons pas comment réagir.

Lors de ce dîner, nous pourrons discuter davantage du phénomène, comment il nous touche, mais aussi partager un guide d'autodéfense contre les TROLLS.

Vous apportez votre dîner (svp rien à faire chauffer) et nous passerons un bon moment ensemble. Il faut s'inscrire à l'avance.

Atelier ANTIDOTE I

Antidote I « Une quête d'identité »

L'objectif de cet atelier est de mieux se connaître, de découvrir l'impact des rôles sociaux sur la vie de chaque femme, d'identifier des pistes d'action menant à un mieux-être et d'accroître l'estime de soi.

10 rencontres,
les lundis du 25 janvier au 29 mars de 13 h à 16 h

Atelier TAI-CHI

Le tai-chi est un ancien art martial chinois qui combine des mouvements lents et ciblés, la méditation et une respiration profonde. Le tai-chi repose sur un ensemble d'étirements et d'exercices physiques doux. Les mouvements s'enchaînent de manière fluide, chaque mouvement découlant du précédent, comme une bobine de fil qui se déroule.

10 rencontres, les lundis du 1 février au 5 avril de 14h à 16h

LES ORIGINES DE LA ST-VALENTIN

Tout comme le saint qui lui a donné son nom, l'origine de la Saint-Valentin demeure encore aujourd'hui un grand mystère.

Pourquoi le 14 février?

La plupart des historiens croient que le choix de cette date est associé aux Lupercales romaines, fêtes annuelles célébrées le 15 février en l'honneur de Lupercus, dieu protecteur des troupeaux et des bergers.

Pendant ces festivités, où l'on chantait et dansait pour attirer la grâce du divin, on organisait une sorte de loterie d'amour. Plus précisément, il s'agissait de tirer au hasard le nom de filles et de garçons dans le but de former des couples qui sortiraient ensemble tout le reste de l'année. L'histoire ne dit pas cependant si le nouveau couple était, du coup, charmé! En 496, le pape décida d'abolir les Lupercales et d'honorer la mémoire de Valentin, en le déclarant patron des amoureux. Il décréta que le 14 février serait le jour de l'année pour le fêter.

Au Moyen-Âge

Les oiseaux le 14 février

Une autre légende veut que les oiseaux s'accouplent à compter du 14 février. Cette légende a donné naissance à une croyance. Si une jeune fille voyait un rouge-gorge à cette date, elle épouserait un marin. Si elle observait un moineau, elle vivrait un mariage heureux avec un homme pauvre. En contrepartie, un chardonneret « assurait » l'union avec un homme riche.

Les coutumes

La première carte de St-Valentin

Il semble que le prince Charles d'Orléans fut le premier homme à adresser une carte de St-Valentin, officiellement du moins. Emprisonné dans la Tour de Londres, il fit parvenir un poème à sa dulcinée, Marie de Clèves, en 1440. Il épousa cette dernière, qui avait 14 ans, vingt et un jours après sa libération.

Beaucoup trop obscènes!

C'est au 19e siècle que les cartes de voeux anonymes à la St-Valentin deviennent vraiment populaires. Mais quelques envois étaient tellement obscènes que certains gouvernements ont même dû les interdire.

Le mystère des X

Les « X » symbolisent les baisers, c'est connu. Et nous en retrouvons à profusion sur les cartes de St-Valentin. Cette coutume remonte aux origines du catholicisme alors que la croix, en forme de « X », symbolise la foi jurée. Plus tard, ceux qui ne savaient pas écrire devaient embrasser une croix, ce qui avait valeur de serment. C'est en souvenir de cette pratique que la croix est devenue symbole du baiser.

Et Cupidon?

Enfin, Cupidon, célèbre personnage relié à la St-Valentin et personnifié par un jeune enfant muni d'un arc et d'une flèche, représente le dieu de l'amour. Son nom vient du latin cupido, qui veut dire Désir. Il serait le fils de Mars et Vénus. Si sa flèche vous touche, vous tomberez amoureux de la première personne que vous rencontrerez. Cette légende a encore ses fidèles, plus de 2000 ans plus tard.

Source : Henri Michaud, rédacteur Canal Vie

ATELIER Ma vie, ma créativité

10 rencontres,
les mardis du 2 février au 6 avril de 9h30 à 12 h

Cet atelier propose une approche dynamique du journal intime alliant écriture, dessin et collage. Notre portfolio contiendra nos oeuvres qui seront le reflet de notre situation de vie. C'est un outil flexible qui s'utilise dans toutes sortes de contextes.

Le portfolio est un excellent stimulant pour la créativité et un très bon moyen de se découvrir. Cet atelier convient à toutes les femmes.

Atelier YOGA

Le yoga est la pratique d'un ensemble de postures et d'exercices de respiration qui vise à apporter un bien-être physique et mental. Activité prisée de tous et parfaite pour relaxer, le yoga associe des postures physiques à des exercices de respiration et de méditation. Vous êtes tentée par le yoga mais craignez de manquer de souplesse? Le yoga pour débutants vous permet de connaître cet art tout en pratiquant des postures parmi les plus faciles.

10 rencontres, les mardis du 2 février au 6 avril de 13h30 à 15h

** Apportez votre matelas ou tapis de yoga

Atelier ON VIEILLIT! OUAIS, PIS?

Les années marquent notre corps, c'est un fait mais nous sommes encore très actives, nous jouons encore un rôle auprès de notre famille, de la société, de nos amis. Dans une atmosphère de plaisir et de respect, on remet en question les préjugés sur le vieillissement et on prend le temps de réfléchir et de valoriser notre place et notre rôle dans la société.

8 rencontres, les jeudis du 4 février au 25 mars de 9h30 à 12h

Atelier DE L'ACTUALITÉ À MON HISTOIRE

Ces ateliers vous offrent un temps de retrouvailles dans un contexte convivial, une occasion d'échanger sur des enjeux actuels et de cheminer intérieurement. Animés par Brigitte Harouni, une professionnelle du domaine de l'éducation et de l'accompagnement spirituel, ces ateliers vous invitent à découvrir comment l'actualité parle toujours un peu de nous-mêmes. Chaque atelier sera composé de deux temps. Dans un premier temps, une nouvelle toute fraîche de l'actualité sera présentée et discutée librement. Il y aura partage de points de vue et de réflexions. C'est la phase "On jase!" de la rencontre. Puis vous serez invitées à observer comment cette nouvelle vous touche tout personnellement, comment elle se rattache à votre histoire de vie. Ce temps d'introspection vous permettra de poser un regard sur une facette spécifique de votre vie. C'est donc un rendez-vous avec les autres et avec vous-même!

8 rencontres, les jeudis du 4 février au 25 mars de 13h à 15h30

À partir d'aujourd'hui je confectionne mes produits

Jeudi 4 février de 10h à 15h

Ce n'est plus un secret pour personne, nous sommes entourées de produits toxiques! Toxiques pour l'environnement, toxiques pour nous. Dans la salle de bain, la cuisine, le jardin… Aucune pièce de la maison n'est épargnée. Les produits ménagers tout particulièrement sont inquiétants. Alors pourquoi ne pas les fabriquer soi-même?

** apporter votre lunch

Journée Internationale des Femmes 2021

Le 8 mars 2021, le thème pour la Journée internationale des Femmes est : ¨

Écoutons les femmes

Voici pourquoi le collectif 8 mars a choisi ce thème:
L'année 2020 aura démontré, une fois de plus, que les femmes ne sont pas suffisamment écoutées. Les inégalités que nous dénonçons depuis des années ont été exacerbées par la pandémie liée à la Covid-19. Au Québec, les femmes ont davantage été exposées au virus que les hommes parce qu'elles sont plus nombreuses à occuper un travail qui avait été jugé essentiel pendant le confinement. Elles sont, paradoxalement, plus nombreuses à avoir perdu leur emploi par leur présence également importante dans des secteurs comme la restauration et le tourisme. Lorsque les écoles et les centres à la petite enfance ont fermé, elles sont généralement celles qui ont dû conjuguer avec la présence des enfants à la maison. C'est sans parler de la violence conjugale exacerbée par le confinement. À quel point les choses auraient été différentes si on avait écouté les femmes lorsque nous dénoncions les injustices qui nous affligent depuis des années?

Avec ce slogan, nous proposons de s'engager dans une action simple, mais transformatrice: écoutons les femmes, valorisons leur parole et leur travail. Par cet engagement, nous serions dans un Québec où les iniquités entre les femmes et les hommes disparaîtraient peu à peu jusqu'à l'atteinte d'une réelle égalité de fait. Cessons de s'imaginer ce Québec égalitaire et provoquons le changement **: Écoutons les femmes**.

Le comité 8 mars de Lévis a commencé à se réunir afin de penser et préparer une Journée Internationale des Femmes vraiment nouvelle et des plus enrichissantes. Nous vous tiendrons au courant.

Rencontre avec une agente de l'Agence du Revenu du Canada

Le mercredi 10 mars de 13h30 à 15h30

Vous avez des questions? des interrogations? Vous aimeriez savoir?
Eh bien, nous vous invitons à participer à une rencontre avec Marie-Claude Gagné, agente à l'Agence du Revenu du Canada. Elle viendra éclaircir certains sujets fiscaux avec nous. Rien de compliqué, juste des réponses aux questions qu'on se pose, que ce soit sur l'impôt, le crédit de taxe, les dépenses pour accessibilité domiciliaire, les mesures liées à la Covid et aussi aux questions que vous avez, mais n'avez jamais osé demander. À vous la parole!

Décès au Centre Femmes

Au cours de cette année 2020 quatre de nos membres sont décédées

FLORENCE PAQUET LAFONTAINE

1950—2020 (70 ans). Décédée le 21 janvier à Lévis
Florence n'a pas été longtemps avec nous. Elle venait d'arriver à Lévis pour y vivre. Mais en femme engagée qu'elle était, elle s'est impliquée dès le début et a contribué à la vie du Centre.

Merci, Florence, d'avoir été présente aux cafés-rencontres, aux dîners-jasette et d'avoir participé de diverses façons à la vie du Centre.

LISE COUTURE

1948—2020 (72 ans) Lévis
Lise a été la première présidente du Conseil d'administration du Centre Femmes. Elle fait partie des pionnières, des membres fondatrices qui ont permis au Centre de naître et de vivre. Toujours présente aux Assemblées générales, aux partys de Noël, Lise disait souvent qu'elle était fière du Centre.

Merci Lise, d'être toujours restée présente au Centre.

CHARLINE BÉRUBÉ

Le 29 août 2020, décédée à l'âge de 77 ans
En plus d'être vice-présidente du Conseil d'administration, Charline, cette grande dame, a participé au comité de Noël, au comité de soutien. C'est elle qui nous a permis d'avoir une si belle bibliothèque, qui a consacré beaucoup d'heures à classer, mettre en ordre, étiqueter tous ces livres.

Merci Charline. Ton sourire reste présent au Centre et soit certaine que dès que possible les bibliothèques renaîtront.

THÉRÈSE GUAY

Le 11 septembre 2020, Thérèse est décédée à l'âge de 85 ans et 11 mois.

Plusieurs d'entre vous la reconnaîtront. La maladie a fait qu'elle était moins présente depuis environ 4 ans. Thérèse était cette force tranquille qui aimait bien rire et soudainement avait un petit mot très pertinent à nous dire, toujours en lien avec le sujet.

Merci Thérèse, d'avoir fait partie de cette grande famille qu'est le Centre Femmes.

Le Centre Femmes l'Ancrage vous dit un grand MERCI d'avoir été des nôtres et d'avoir contribué à l'essor du Centre.

Les anniversaires

Janvier

03 - Françoise Desmarais
04 - Louise Deshaies
07 - Dorthey McHugh
09 - Suzanne Noël
10 - Yolande Frenette
11 - Jacqueline Pelletier
13 - Andrée Casey
18 - Gisèle Larochelle
20 - Louiselle Beaulieu-Roulet
20 - Kathleen Lee
23 - Julie Gosselin
23 - Candide Icart
24 - Anne Bégin
24 - Naomi Icart
28 - Anne-Marie Jacques
29 - Denise Buteau
30 - Jocelyne Latulippe

Février

04 - Lise Tremblay
10 - Guylaine Lafond
11 - Monique Dallaire
11 - Claudette Hanna
14 - Claudette St-Pierre
16 - Louise Lord
17 - Pauline Bérubé
18 - Henriette Langis
22 - Hélène Chabot
22 - Ginette Nappert
24 - Pauline Legendre
25 - France Bédard
27 - Louise Foisy
28 - Lucette Bergeron
28 - Lise Couture

Mars

01 - Doris Noël
01 - Yolande Picard
03 - Françoise Côté
06 - Suzanne Bilodeau
08 - Claudette Larivière
10 - Gisèle Tremblay
11 - Lise Tremblay
11 - Céline Vachon
15 - Yvette Bernier
15 - Jessica Massé
15 - Monique Pelletier
15 - Colette Smith
17 - France Beaudet
19 - Karole Labrie
23 - Lyne Morin
23 - Janie Ruest
25 - Françoise Bergeron
26 - Monique Charest
26 - Hermance Lambert
27 - Sylvie Bélanger
31 - Francine Gilbert

Le Centre Femmes l'Ancrage,

organisme autonome, géré par et pour les femmes, travaille à :

* Créer des liens entre les femmes comme alternative à leur isolement
* Favoriser le développement de l'autonomie des femmes
* Soutenir les femmes et s'engager avec elles dans des démarches visant l'amélioration de leurs conditions de vie.
* Défendre et promouvoir les droits et intérêts des femmes

Le Centre Femmes l'Ancrage,
un lieu où l'on accueille les femmes de tout âge,
de toute condition et sans discrimination.

4535, boulevard Guillaume-Couture, Lévis (Québec) G6W 6M6
Téléphone: 418-838-3733 Courriel: centre_femmes_ancrage@bellnet.ca
Facebook.com/Centre-Femmes-lAncrage Site Web: centrefemmeslancrage.com