

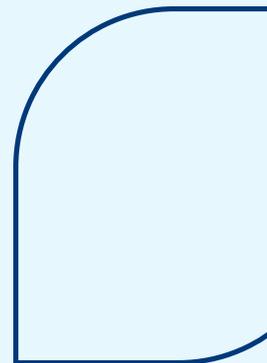
# Rapport annuel 2022-2023

---



**CENTRE FEMMES  
AUX 3 A DE QUÉBEC**





# Table des matières

---

Mot de la présidence	4
Mot de la direction	5
Mot de l'équipe	6
Équipe	8
Présentation du Centre femmes aux 3 A de Québec	9
• Approche du Centre femmes aux 3 A	10
• Services offerts et participation	11
Portrait de la clientèle	16
Partenaires financiers	18
Partenaires et collaborateurs	19
Adhésions et accréditations	20
Implications sociales et concertations	20
Donateurs et donatrices	20
Vie démocratique et associative	21

# Mot de la présidence

---

**Au nom des membres du conseil d'administration, de la direction et de l'ensemble des employées du Centre Femmes aux 3 A de Québec, nous avons le plaisir de vous souhaiter la bienvenue à l'Assemblée générale annuelle qui se tient de nouveau de manière présentielle cette année, à notre plus grand bonheur.**

Cette année marque la reprise de nos activités régulières et ce, en formule renouvelée après une période pandémique exigeante pour tous et beaucoup de travail de l'équipe en place pour adapter les services selon l'évolution des besoins des participantes. Nous sommes fières des efforts concertés, des réalisations de toute l'équipe et de leur volonté de faire les choses autrement. Toutes les membres du CF3A ont su relever avec brio les défis qui se sont posés devant elles et c'est grâce à l'esprit de collaboration et à la passion qui les habitent que nous avons su en tirer le meilleur.

Nous avons également accueilli en début d'année 2023 une directrice générale intérimaire, Mme Geneviève Hamelin. Nous sommes très contentes qu'elle se soit jointe à nous. En plus de permettre une pause bien méritée à France Beauchamp, elle amène une vision nouvelle très porteuse pour l'amélioration continue de nos pratiques.

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

Au cours de l'année 2022-2023, le conseil d'administration a tenu six réunions régulières et de nombreuses réunions en lien avec les différents comités et exercices stratégiques. Le conseil était composé cette année de Camille Roy, administratrice, Vanessa Breton-Beaulieu, trésorière, Janie Morency, secrétaire et Céline Lemay-Thibault et Annie Bélanger, co-présidentes. Nous avons également accueilli à l'automne 2022 Nadia Kohler à titre d'administratrice. Nous tenons à souligner leur engagement et contribution. Nous désirons également remercier chaleureusement Mégan Gauthier de s'être jointe au CA comme représentante des employées, ainsi que Catherine, représentante des participantes, pour son apport important.

## LES PROJETS EN COURS ET À VENIR

Dans le cadre de la réalisation de nos projets en cours, nous avons eu l'occasion de nous adjoindre diverses ressources externes visant la réalisation d'un exercice de planification stratégique et d'élaboration d'un plan de communication. Les deux mandats ont été complétés en cours d'année et nous travaillerons maintenant sur l'opérationnalisation de ces plans. Nous avons également complété cette année une première partie du processus d'évaluation de l'impact de nos programmes en collaboration avec l'Université Laval. De plus, nous poursuivons les démarches visant à analyser la faisabilité d'un projet d'ajout de logements sociaux au CF3A. Enfin, nous travaillons toujours à assurer la pérennité et la diversification de nos sources de financement, entre autres par la participation à de nombreux appels d'offres de bailleurs de fonds.

## EN TERMINANT

Nous tenons à remercier les membres du conseil d'administration pour la confiance qu'ils nous ont témoigné pour ce nouveau mandat de même que pour leur apport exceptionnel au fonctionnement du CF3A. Cette année a été une année de reprise de nos activités dans notre nouvelle normalité et les enjeux de ressources continuent de nous apporter des défis. Notre capacité à nous adapter et nous renouveler nous permet de poursuivre notre mission avec confiance.

Évidemment, nous tenons à remercier tout spécialement les employées et directrices du CF3A pour leur engagement dans la mission du centre, pour leur dévouement continu et leur créativité. Enfin, un grand merci aux précieux bénévoles, aux donateurs et aux membres du CF3A pour votre appui à la cause des femmes en difficultés dans notre région.

**Céline Lemay-Thibault et Annie Bélanger,**  
co-présidentes

# Mot de la direction

---

**Le 28 janvier dernier, j'ai pris le relais à la direction générale du CF3A et c'est avec fierté que je vous présente le bilan des activités réalisées en 2022 et 2023.**

D'abord, je veux remercier l'équipe pour son accueil chaleureux et je profite de cette tribune pour témoigner du dévouement de ces femmes qui, jour après jour, rendent tangible et vivante notre mission. Elles en sont le cœur et l'âme et leur travail dédié fait de ce bâtiment un endroit accueillant et aidant pour celles qui le fréquentent.

C'est un honneur et un plaisir de les côtoyer et mon devoir est de parvenir à leur offrir les meilleures conditions pour la mise en œuvre de notre mission. Et pour ce faire, je peux compter sur le soutien constant et indéfectible des membres de notre Conseil d'administration qui ont à cœur leur bien-être et celui de celles qu'elles accompagnent.

Un organisme comme le nôtre gravite autour d'une multitude de partenaires. Ensemble nous réussissons à offrir ce qui donne sens à notre société soit de l'humanité. Merci à tous ceux qui, par différentes actions, soutiennent notre mission. À l'heure de ce bilan annuel, un total de 850 femmes ont bénéficié de nos différents services et elles ont généré 7961 interactions.

L'année 2023 a été marquée par l'arrivée, en février, de nos deux nouvelles collaboratrices Hélène et Sylvie qui se partagent la tâche de la réception. Le poste était vacant depuis plusieurs mois et ce travail était alors divisé entre nos intervenantes. Non seulement leur arrivée a permis de maximiser le temps direct d'intervention auprès de nos participantes, mais elles apportent chaleur et bonne humeur par leur présence régulière et familière.

Aussi, après 3 ans de pandémie, il était important de raviver notre vie communautaire. Le CF3A devait redevenir un milieu de vie attractif et susciter le réflexe de participation à sa vie associative.

Une présence constante et soutenue sur nos réseaux sociaux aide à diffuser les activités désormais journalièrement offertes à nos participantes. Ces activités et ateliers variés cherchent à répondre aux différents besoins des participantes et sont tantôt éducatifs, tantôt ludiques, mais toujours avec un même objectif : briser l'isolement social et favoriser le développement de la confiance ainsi que les habiletés nécessaires au processus de réinsertion et de réintégration sociale.

Par ailleurs, il est apparu essentiel de revisiter la mission, car depuis sa rédaction, en 1985, un volet s'est ajouté et il s'adresse aux femmes vivant de l'itinérance situationnelle, épisodique, ou chronique. En effet, depuis 20 ans, le CF3A offre 40 espaces d'entrepôts à toutes femmes en situation d'insécurité résidentielle par le biais de son programme Entre deux toits. Aussi, depuis 2015, le CF3A est l'un des 8 organismes de la Ville de Québec prenant part au projet Porte-clés et qui vise le soutien et l'accompagnement de femme itinérante par une approche axée sur l'intégration en logement. Il est donc important d'avoir une mission qui reflète l'ensemble des enjeux de société pour lesquels nous déployons soutien et accompagnement et cette modification clarifiera l'étendue de nos actions auprès des bailleurs de fonds.

En terminant, je remercie ces centaines de femmes qui accordent leur confiance au Centre femmes aux **3A** afin que nous puissions les **A**ccueillir et les **A**ider à retrouver leur **A**utonomie afin de reprendre le contrôle et l'organisation de leur vie.

**Geneviève Hamelin,**  
Directrice générale

# Mot de l'équipe

**L'année 2022-2023 a été marquée par beaucoup de changement. La fin de la pandémie et la reprise de nos activités, sans toutes les contraintes sanitaires, ont eu un effet de fraîcheur sur le centre.**

Nous avons pu constater que les participantes se déplacent beaucoup plus au centre que dans les trois dernières années de pandémie; une présence et une énergie qui nous avait manqué. De nouveaux services ont vu le jour. En effet, une nouvelle activité de distributions alimentaires sous forme de café-discussion répond davantage aux besoins des femmes de sortir de l'isolement. De plus, Inès s'est jointe à notre équipe afin de raviver la vie communautaire en mettant en place des activités diverses pour sensibiliser les femmes sur divers sujets, mais aussi pour le plaisir de se retrouver ensemble.

En parlant de nouvelles personnes à notre équipe, nous avons vu plusieurs employées quitter le centre vers de nouveaux défis professionnels, et d'autres intervenantes se joindre à nous. C'est avec une force d'adaptation remarquable, une créativité sans fin et l'optimisation des compétences de chaque intervenante que nous formons une équipe polyvalente et dévouée à aider les participantes dans leurs différents défis. Grâce au professionnalisme et à la complémentarité des membres de l'équipe, le centre est en mesure d'offrir des services en continu et de qualité à nos participantes.

Hélène et Sylvie se sont aussi ajoutées à notre équipe en se partageant le poste à la réception. Avec leur bonne humeur et leur sourire contagieux, elles offrent un accueil chaleureux aux femmes qui fréquentent l'organisme.

Nous avons également eu un gros changement au niveau de la direction. En effet, France Beauchamps, qui était en poste depuis 2012, nous a quittés en janvier dernier pour une année sabbatique et a laissé la direction entre les mains de Geneviève Hamelin. D'abord ébranlée, l'équipe a intégré rapidement la nouvelle directrice avec qui nous formons une équipe vive et motivée.

Nous tenons à souligner notre gratitude à la direction pour sa présence, son efficacité et son écoute dans nos différents défis personnels et professionnels. Également, un gros merci à Suzanne, notre adjointe administrative, pour la précision de son travail et sa grande compétence, ainsi qu'au Conseil d'administration pour son soutien et son ouverture, de rendre plus facile notre travail de tous les jours. De plus, nous tenons à exprimer notre reconnaissance aux stagiaires qui ont également fait un bout de chemin avec nous, avec leur énergie pétillante et leur travail rigoureux. Merci également aux personnes qui ont offert leur temps bénévolement. Finalement, un merci bien spécial à toutes les participantes qui fréquentent le centre femmes aux 3A de Québec, et particulièrement pour votre confiance, c'est grâce à vous que notre travail prend tout son sens.

**L'équipe du Centre femmes aux 3A de Québec**

# ÉQUIPE 2022-2023



**Geneviève**  
*Directrice générale*



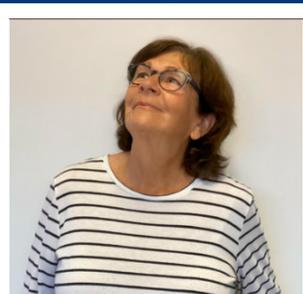
**Johanne**  
*Psychologue*



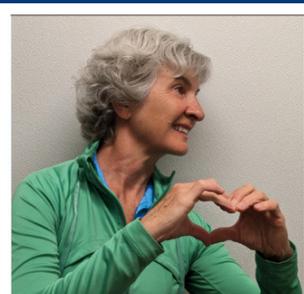
**Suzanne**  
*Adjointe administrative*



**Sylvie**  
*Réceptionniste*



**Hélène**  
*Réceptionniste*



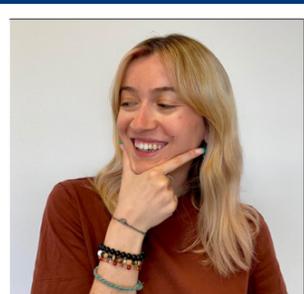
**Brigitte**  
*Intervenante psychosociale*



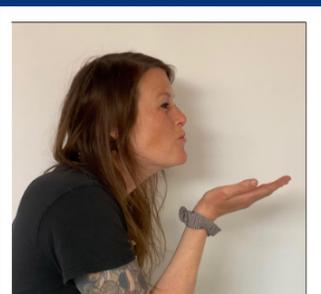
**Emmanuelle**  
*Intervenante psychosociale*



**Josée**  
*Intervenante psychosociale*



**Inès**  
*Intervenante psychosociale*



**Patricia**  
*Intervenante psychosociale*



**Mégan**  
*Intervenante psychosociale*



**France**  
*Directrice générale sortante*

# Équipe

---

L'esprit de collaboration, la force d'adaptation et l'optimisation des compétences de chacune font du Centre femmes aux 3 A un organisme doté de l'expertise professionnelle nécessaire pour offrir des services de qualité et en continu aux femmes qui bénéficient de nos opérations.

## Les personnes qui composent l'équipe actuelle et leur responsabilité sont :

- **Josée Briand**, intervenante psychosociale et responsable du programme *S'Enrichir ensemble* et du programme *Vivre en Paix*
- **Johanne Drouin**, psychologue, responsable des suivis thérapeutiques ordonnés par la Cour, du programme *Tourne la Page* et du programme *Perce-Neige*
- **Mélanie Gauthier**, intervenante psychosociale et responsable du programme *Joue pas avec ma Vie*
- **Geneviève Hamelin**, directrice générale
- **Patricia Morin**, intervenante psychosociale et responsables du programme en itinérance chronique *Juste pour Toit* et des distributions alimentaires
- **Brigitte Paré**, intervenante psychosociale
- **Ines Rodriguez**, intervenante psychosociale et responsable de la vie communautaire
- **Emmanuelle Tremblay**, intervenante psychosociale et responsable du programme en itinérance situationnelle *Entre 2 Toits*
- **Suzanne Veilleux**, adjointe administrative
- **Hélène Verreault et Sylvie Leblanc**, responsable de l'accueil et de la réception

**Même si elles nous ont quittés durant l'année pour différentes raisons, les personnes suivantes ont été très importantes pour le CF3A et nous les remercions.**

- France Beauchamp
- Joannie Gauthier-Galarneau
- Catherine Ménard
- Mélanie Picher
- Catherine Therrien

**Pour 2022-2023, trois étudiantes ont effectué leur stage au CF3A. Nous les remercions pour leur apport précieux à la clientèle et à l'organisme.**

- Mélanie Picher, étudiante en technique d'éducation spécialisée, Collège Mérici été 2022.
- Gabrielle Rheault, étudiante en techniques de travail social, Cégep de Ste-Foy automne 2022.
- Marie-Pier Dallaire, finissante au Baccalauréat en criminologie, Université Laval hiver 2023.



# Présentation du Centre femmes aux 3A de Québec

---

## MISSION

Fondé en 1985, le *Centre femmes aux 3A de Québec* est un milieu de vie offrant du soutien aux femmes judiciairisées. Dans un objectif de prévention de la judiciarisation, nos services sont offerts aux femmes ayant un profil à multiples défis. Aussi, des programmes spécifiques s'adressent aux femmes en situation d'insécurité résidentielle.

Le *Centre femmes aux 3A de Québec* **Accueille** et **Aide** les femmes à retrouver leur **Autonomie** pour reprendre le contrôle et l'organisation de leur vie.

## SERVICES

Le *Centre femmes aux 3A* est le seul centre de services externes au Québec qui offre des services sur une base volontaire aux femmes judiciairisées. Nos services s'adressent aussi à celles qui présentent un profil multiproblématique, et ce, dans une visée de prévention de la judiciarisation par l'intervention en amont. L'expérience acquise au fil des ans par le *Centre femmes aux 3A* nous permet de comprendre et de déterminer les facteurs de risque qui peuvent mener aux délits.

## VALEURS ET PHILOSOPHIE

L'approche privilégiée par le *Centre femmes aux 3A* est l'empowerment (le pouvoir d'agir) comme cadre d'intervention auprès des participantes. Cette approche vise à outiller les femmes pour qu'elles augmentent leur autonomie et leur potentiel. L'appellation « aux 3A » est représentative de cheminement proposé et qui se fait en 3 étapes soit l'accueil, l'aide et l'autonomie.

# L'approche globale du Centre Femmes aux 3 A offre trois niveaux de services correspondant à l'appellation des trois lettres A.

## ACCUEIL

1

### VÊTEMENTS, HABITATION et NOURRITURE

*Ce premier niveau d'intervention encourage les femmes à se doter d'outils qui favoriseront leur autonomie dans les trois domaines reliés à leurs besoins de base.*

- Rencontre d'évaluation de besoins
- Comptoir vestimentaire
- Dépannage alimentaire
- Service d'entreposage de biens et meubles
- Accès à des postes informatiques
- Cuisine créative
- Jardin communautaire
- Informations et références

## AIDE

2

### AIDE PSYCHOLOGIQUE INDIVIDUELLE ET EN GROUPE

*Ce deuxième niveau d'intervention aide les femmes à reprendre du pouvoir sur leur vie, soit par des suivis individuels avec une psychologue ou intervenante psychosociale, ou encore par des ateliers de groupe.*

#### SERVICES INDIVIDUELS

- Suivis psychologiques
- Suivis psychosociaux
- Démarches de réorganisation
- Rencontres de soutien
- Écoutes téléphoniques
- Soutien en itinérance chronique ou épisodique avec le programme « *Juste pour Toit* »
- Service d'entrepôts pour les femmes en insécurité résidentielle avec le programme « *Entre 2 Toits* »
- Visites pendant l'incarcération
- Accompagnements à la Cour
- Références à des organismes partenaires

#### SERVICES DE GROUPE

- Soutien pour les femmes ayant vécu des abus sexuels dans le passé avec le programme *Tourne la page*
- Prévention et de sensibilisation en matière d'infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS) avec le programme *Joue pas avec ma vie*
- Programme de sensibilisation et d'échanges dans les relations interpersonnelles constructives avec le groupe *Perce-Neige*
- Programme de sensibilisation et d'échanges sur le phénomène de la gestion de la colère avec le groupe *Vivre en paix*

## AUTONOMIE

3

*Cette dernière étape d'intervention vise l'émergence des compétences, des forces et de l'autonomie.*

- Activités communautaires
- Ateliers variés
- Travaux communautaires et travaux compensatoires

Depuis sa fondation et jusqu'à aujourd'hui, le CF3A ne cesse d'évoluer et de s'adapter aux besoins des femmes en mettant sur pied ou en améliorant ses activités et ses services afin de favoriser leur réinsertion et réhabilitation sociale. En voici une description.

# Accueil

Par ce service, nous favorisons l'autonomie des femmes dans les trois domaines reliés à leurs besoins de base, soit la nourriture, l'habitation et les vêtements. Plus loin dans ce rapport, vous verrez que 72% de nos participantes vivent sous le seuil de la pauvreté. Ce volet est pour bien des femmes la porte d'entrée des activités et services du CF3A.

## VOICI LES CHIFFRES DÉTAILLANT L'UTILISATION ET LA PARTICIPATION À NOS SERVICES.

### Activités associées au service d'accueil

• Accès aux postes informatiques	139
• Accès au service de lavoir	88
• Accès service de douche	6

## S'ENRICHIR ENSEMBLE

Programme pour aider les femmes à augmenter leur autonomie en matière de la lutte à la pauvreté

### AIDE INDIVIDUELLE

• Dépannages alimentaires	311
• Dépannages vestimentaires	970
• Dons pour le vestiaire	223

### AIDE DE GROUPE

• Cuisine créative du vendredi	127
• Femmes différentes	16
• Dépannages alimentaires	76

### AUTRES ACTIVITÉS ASSOCIÉES À LA CUISINE CRÉATIVE

• Rencontres d'admission cuisine	23
• Rencontres Jardin sur le toit	8

### DISTRIBUTION JASETTE

distribution alimentaire

*La distribution jasette vise à offrir un lieu d'échange positif pour les femmes et leur permettre de créer des liens entre elles.*

• Distribution Jasette	361
• Femmes différentes	44
• Dépannages alimentaires	116

**Un grand merci à Moisson Québec qui, pour l'année 2022-2023, nous a remis une valeur marchande de 326 965 \$ en nourriture.**

**Un tout aussi grand merci à Vide ta sacoche qui nous a fait don de produits d'hygiène et de cosmétiques totalisant plus de 21 000 \$ en valeur marchande.**

# Aide

Cet axe est couvert par nos programmes de groupe, mais surtout par les suivis individuels que nous offrons aux femmes. Ces interventions sont dispensées par nos intervenantes psychosociales et notre psychologue. Cette aide permet aux femmes d'accroître leur autonomie, de comprendre les problématiques de leur situation et de cerner leurs motivations à aller plus loin. Au terme de ces rencontres, les femmes sont en mesure d'acquérir une meilleure connaissance d'elles-mêmes ainsi qu'une meilleure préparation à leur maintien dans la vie en communauté. Ces services sont donnés à court et moyen terme. Il arrive parfois que certaines femmes bénéficient de ces services à différentes étapes de leur vie.

## AIDE INDIVIDUELLE

**En 2022-2023, 850 femmes différentes ont reçu des services pour un total de 7 961 interventions dont les suivantes :**

• Évaluation des besoins	166	• Interventions téléphoniques	56
• Évaluation des besoins en itinérance	133	• Écoutes téléphoniques	165
• Suivis psychosociaux	361	• Références à des organismes	159
• Suivis psychologique sur ordonnance	59	• Plan d'intervention	12
• Suivis pré-post groupes	25	• Rencontres de soutien et d'aide ponctuelle	165
• Suivis dossier en itinérance	135	• Visites pendant l'incarcération	11
• Suivis CRDQ	2	• Informations sur le CF3A	486
• Émission de rapport	19		

## PROGRAMME ENTRE 2 TOITS

Ce programme est un service d'entreposage de biens pour les femmes en situation d'insécurité résidentielle. Nos entrepôts permettent la prévention de l'itinérance en offrant aux femmes le temps nécessaire aux démarches de réorganisation ainsi que la possibilité de conserver leurs acquis.

• Évaluation des besoins	133
• Offres d'entreposage	82
• Entrées en entreposage	41
• Extension du temps d'entreposage	11
• Demandes d'info sur le service d'entreposage	310
• Démarche d'aide au logement	4
• Concertations avec un tiers	14
• Accès aux entreposage	70
• Suivis de dossier	170
• Références	51

## PROGRAMME JUSTE POUR TOIT

Le CF3A est l'un des 8 organismes partenaires du projet Porte-Clés qui s'inspire de l'approche « Logement d'abord ». Ce projet consiste à offrir l'accès à un logement aux personnes qui vivent de l'itinérance chronique ou épisodique. Au CF3A, notre programme lié à ce projet se nomme *Juste pour toit*.

• Repérage pour l'intégration au programme	2
• Suivis psychosociaux et de dossiers	62
• Entrée en logement	1
• Visite à domicile	54
• Accès aux entrepôts	5
• Accompagnement soins de santé	12
• Accompagnement finances	18
• Accompagnement judiciaire	4
• Rencontres comité clinique	6
• Concertations avec partenaires	132
• Concertations avec un tiers	76

## AIDE DE GROUPE

### PROGRAMME TOURNE LA PAGE

*Pour les femmes ayant vécu des abus sexuels*

*Tourne la page* offre aux femmes un groupe de soutien leur procurant des outils nécessaires afin de briser le silence entourant le phénomène des abus sexuels. Ce programme a pour objectif de se départir de certains blocages face à cette expérience, de dédramatiser leur sentiment de responsabilité et de culpabilité, tout en leur redonnant le sentiment qu'elles ont le pouvoir de changer des choses dans leur vie, et finalement, de développer des alternatives face à certains comportements qui s'avèrent destructeurs pour elle ou autrui. Il comprend huit rencontres de trois heures avec huit à dix participantes.

- Nombre de participantes différentes 17
- Suivis pré et post groupe 14
- Nombre de participations 37

### PROGRAMME PERCE-NEIGE

*Pour se connaître, s'accepter et ainsi se respecter au sein de nos relations interpersonnelles et affectives*

*Perce-Neige* vise à faire cheminer les femmes vers une meilleure connaissance et acceptation de soi pour se respecter au sein de leurs relations interpersonnelles et affectives en identifiant et en se sensibilisant sur les types de relations entretenues et les formes de pouvoir exercées et subies. Il comprend huit rencontres de trois heures avec huit à dix participantes.

- Nombre de participantes différentes 23
- Suivis pré/post groupe 6
- Nombre de participations 60

### VIVRE EN PAIX

*Programme de sensibilisation et d'échange sur le phénomène de la colère et sur la gestion de la colère.*

*Vivre en paix* est un programme qui vise à sensibiliser et à amener les femmes à reconnaître ce qu'est la colère et les facteurs favorisant l'utilisation de cette colère afin de prendre du pouvoir personnel sur elle et parvenir à mieux la gérer. Il comprend huit rencontres de trois heures avec huit à dix participantes.

- Nombre de femmes différentes 19
- Suivis pré et post groupes 17
- Nombre de participations 85

### JOUE PAS AVEC MA VIE

*Joue pas avec ma vie* est un programme de prévention, d'information et de sensibilisation en matière d'infections transmissibles sexuellement et par le sang, de vie amoureuse et de sexualité saine.

Il est composé de 18 ateliers éducatifs qui ont pour but de développer le pouvoir d'agir en offrant des alternatives sécuritaires en vue d'une saine santé physique, sexuelle, sociale et psychologique. Ce programme est offert sous forme d'atelier de groupe aux organismes partenaires ainsi qu'à l'Établissement de détention de Québec – secteur féminin.

#### Activités à l'établissement de détention de Québec, secteur féminin

- Nombre d'atelier de groupe 8
- Nombre de participantes 55

#### Activités dans divers organismes associés

- Nombre d'ateliers 104
- Nombre de participantes 692
- Dons de condoms et de digues 1 155
- Rencontres individuelles après les animations 25

# ACTIVITÉS DU 27 AU 31 MARS 2023

## LUNDI 27 MARS

9H - 10H30  
**CAFÉ-TOASTS**  
Sans inscription

13H30 - 15H30  
**ATELIER SEXUALITÉ  
& CONSOMMATION**  
Sans inscription

## MARDI 28 MARS

14H - 14H30  
**RELAXATION CORPORELLE**  
Sans inscription

14H30 - 16H  
**CAFÉ CAUSETTE  
& JEUX DE SOCIÉTÉ**  
Sans inscription

## MERCREDI 29 MARS

13H - 15H45  
**GROUPE ÉDUCATIF SUR L'ESTIME DE SOI  
& LES RELATIONS SAINES**  
Sur inscription

13H30 - 15H30  
**CINÉ DISCUSSION**  
Sans inscription

## JEUDI 30 MARS

13H - 16H  
**SORTIE À QUÉBEC : MONASTÈRE DES  
AUGUSTINES & GARE DU PALAIS**  
Sur inscription

13H - 15H45  
**DISTRIBUTION JASETTE**  
Sur inscription

## VENREDI 31 MARS

9H - 10H30  
**CAFÉ-TOASTS**  
Sans inscription

13H30 - 16H30  
**CUISINE CRÉATIVE**  
Sur inscription

POUR INSCRIPTION OU INFORMATION : 418 529 2066

## Autonomie

Les participantes du CF3A jouent, à leur façon, un rôle déterminant dans leur implication pour répondre davantage à leur besoin d'estime, de confiance et de créativité.

Cette implication est partagée entre leur capacité :

- de choisir et de décider en fonction de leurs choix à partir des connaissances qu'elles ont
- de contribuer à l'autonomie, la liberté et l'engagement d'être en relation avec les autres participantes
- de profiter d'une reconnaissance de leurs compétences et de s'attribuer une place centrale et un plus grand rôle
- d'encourager les autres participantes à développer, elles aussi, de nouvelles habiletés et à s'impliquer

## TRAVAUX COMMUNAUTAIRES ET COMPENSATOIRES

- Travaux communautaires 180 heures
- Travaux compensatoires 6,5 heures

## VIE COMMUNAUTAIRE

Les activités communautaires visent à augmenter l'autonomie et les compétences des participantes. Elles permettent de créer de nouveaux liens, de briser l'isolement, et de renouveler leur réseau social tout en développant un sentiment d'appartenance au CF3A.

Voici un échantillon des activités et ateliers qui ont eu lieu cette année.

### ATELIER "AFFIRMATION DE SOI"

Avec Megan, Intervenante psychosociale



**THÈMES ABORDÉS**

- Communication en lien avec le "sécurisexe"
- Informations & discussion sur l'utilisation du condom
- Exploration & techniques d'affirmation de soi
- Éléments qui favorisent l'affirmation

**OUVERT À TOUTES NOS PARTICIPANTES**

### Café-toasts

LUNDI ET VENDREDI  
DÈS 9H JUSQUE 10H30  
**OUVERT À TOUTES !**



ARRIVEZ QUAND VOUS VOULEZ  
& VENEZ DÉJEUNER AVEC NOUS AU CENTRE  
ON VOUS OFFRE LE CAFÉ ET LES TOASTS !

### Ciné discussion



Thématique abordée :

**LA GLORIFICATION  
DES RELATIONS TOXIQUES  
AU CINÉMA**

### Atelier Sexualité et consommation

Avec Mégan, Intervenante psychosociale

**LUNDI 27 MARS À 13H30**

Thèmes abordés :

- Effets possibles de la consommation sur la sexualité
- Consentement sexuel en lien avec la consommation
- Prévention des conséquences négatives sur la sexualité

**OUVERT À TOUTES NOS PARTICIPANTES**  
**PAS BESOIN DE T'INSCRIRE !** 😊

### ATELIER RELAXATION CORPORELLE

**LE MARDI APRÈS-MIDI  
14H - 14H45**

Un temps pour ...

- faire une pause
- vivre pleinement l'instant présent
- prendre conscience de son corps
- trouver du calme
- respirer

**VIENS ESSAYER...** 😊

### TOURISTE DANS SA PROPRE VILLE

**JEUDI 16 MARS  
13H À 16H  
SUR INSCRIPTION**

POUR INSCRIPTION OU INFORMATION  
418 529 2086 POSTE 205 DU 206



- BALADE DANS LE VIEUX QUÉBEC ET AU VIEUX PORT
- CAFÉ ET COLLATIONS

# Portrait de la clientèle

## ÂGE

• 18-25 ans	5 %
• 26-35 ans	16 %
• 36-45 ans	22 %
• 46-55 ans	23 %
• 56 ans et plus	17 %

## SCOLARITÉ COMPLÉTÉE

• Primaire	2 %
• Secondaire I à IV	26 %
• Secondaire V	22 %
• Diplôme d'études professionnelles	14 %
• Attestation d'études professionnelles	5 %
• Certificat universitaire	5 %
• Baccalauréat	8 %
• Maîtrise	1 %
• Doctorat	1 %

## STATUT CIVIL

• Célibataires	62 %
• Conjoints de fait	7 %
• Mariées	3 %
• Séparées	11 %
• Veuves	2 %

## PARENTALITÉ :

50,5 % des femmes sont des mères avec enfants à charge ou non

• Enfants de 0-12 ans	45 %
• Enfants de 13-17 ans	55 %
• Enfants 18 ans et plus	72 %

## SITUATION RÉSIDENTIELLE

• Locataires	55 %
• Propriétaires	6 %
• Vivent en chambre	5 %
• Sans Abris	2 %
• Hébergement communautaire	17 %
• Chez parents	3 %
• En détention	2 %
• En transition	0 %
• Autres	11 %

## CONDITIONS RÉSIDENTIELLES

• Vit seule	52 %
• Vit avec conjoint	7 %
• Vit avec enfants	13 %
• Vit en colocation	6 %





## SOURCE DE REVENUS

• Vivent de l'aide sociale	50 %
• Sont en emploi	17 %
• Sont au chômage	2 %
• Reçoivent de Prêts et bourses	1 %
• N'ont aucun revenu	7 %
• Reçoivent la Régie de rentes du Québec	4 %
• Autres	19 %

## REVENU PERSONNEL

• Aucun revenu	8 %
• 6000\$ et moins	4 %
• 6000\$ à \$12 000	32 %
• 12 000 à 20 000	28 %
• 20 000\$ à \$25 000	9 %
• 26 000 à 28 000	1 %
• 29000 à 35 0000	3 %
• 36 000 à 45 000	1 %
• 46 000 \$ et plus	8 %
• Sous le seuil de faible revenu	72 %

## SYSTÈME DE JUSTICE

- 32 % ont ou ont déjà eu des démêlés avec la justice
- 29 % ont un lien actuel avec le système judiciaire (probation, attente sentence, prévenue, etc)
- 61 % femmes ont des antécédents judiciaires

## ANTÉCÉDANT JUDICIAIRE

• Aucun	2 %
• Voie de fait	17 %
• Recel- Vol	14 %
• Conduite avec facultés affaiblies	10 %
• Bris de probation	5 %
• Possession de stupéfiant	5 %
• Méfait	4 %
• Trafic de stupéfiant	4 %
• Fraude	4 %
• Menace de mort	4 %
• Prostitution	2 %
• Contraventions non-payées	2 %
• Autres	12 %

## PROBLÉMATIQUES PRÉSENTES MENTIONNÉES PAR LES FEMMES EN PREMIÈRE ÉVALUATION

• Santé mentale	67 %
• Pauvreté	58 %
• Comportements violents	50 %
• Toxicomanie	36 %
• Victimes de violence	34 %

# Partenaires financiers

---

## GOVERNEMENT PROVINCIAL



## GOVERNEMENT FÉDÉRAL



Infrastructure  
Canada

Service  
Canada

## ORGANISATIONS PHILANTHROPIQUES



# Partenaires et collaborateurs

---

- Accroche-toit
- Aide juridique Québec
- Alter Justice
- Association des cuisines collectives et créatives de la région de Québec
- Atelier de préparation à l'emploi - APE
- La Baratte
- La Bouchée généreuse
- La Brigade d'entraide
- Bureau de probation de Québec et Sainte-Foy
- Carrefour jeunesse emploi
- Centre d'amitié autochtone de Québec
- Centre d'action bénévole de Québec - CABQ
- Centre des Femmes de la Basse-Ville
- CEGEP de Sainte-Foy
- CLSC Capitale-Nationale
- Centre de crise de Québec
- Centre de prévention du suicide
- Centre de réadaptation en dépendance de Québec – CRDQ
- Centre de réadaptation Ubald-Villeneuve
- Centre Jacques Cartier
- Centres locaux d'emploi
- Collège Mérici
- Comité des intervenants du réseau correctionnel du Québec- CIRCCQ
- La Cour du Québec
- CRC le Pavillon
- CRI-VIFF - Centre de recherche interdisciplinaire sur la violence familiale et la violence faite aux femmes
- Directeur de la protection de la jeunesse
- Émiss'Ère
- Entraide jeunesse
- Établissement de détention de Québec - EDQ
- Elisabeth Fry de Québec
- Faubourg St-Jean
- Journal La Quête
- Maison Dauphine
- Maison de la famille de Québec
- Maison Hélène-Lacroix
- Maison Marie-Rollet
- Maison le Rucher
- Maison Marie-Frédéric
- Maison Richelieu
- Miels-Québec
- Patro Roc-Amadour
- PECH - Programme d'encadrement clinique et d'hébergement
- PIPQ - Projet Intervention Prostitution Québec-
- Service de police de la Ville de Québec
- Point de Repères
- Portage Québec
- Tribunal administratif du logement
- Rendez-vous Centre-ville
- Résidence La Colombière
- SARCA, service d'accueil, références, conseil et accompagnement
- Sources Vives
- Tables de concertation en violence de la région 03 – TCVC03
- Université Laval
- YWCA

# Adhésions et accréditations

---

- **Alter Justice**
- **ASRSQ** - Association des services de réhabilitation sociale du Québec
- **CAB Québec** - Centre d'action bénévole de Québec
- **Centraide Québec et Chaudière** - Appalaches
- **Centre de Référence 211**
- **Chambre de commerce de Québec**
- **CIRCQ** - Comité des intervenants du réseau correctionnel de Québec
- **CRISA** - Comité régional intersectoriel en sécurité alimentaire
- **FROHQ** - Fédération régionale des OBNL en habitation de Québec—Chaudière—Appalaches
- **Moisson Québec**
- **GDDDDQ** - Groupe de Défense des Droits des Détenus du Québec
- **RAIIQ** - Regroupement pour l'aide aux itinérants et itinérantes de Québec
- **RGF-CN 03** - Regroupement des groupes de femmes de la région 03
- **ROC 03** - Regroupement des organismes communautaires de la région 03
- **Société de criminologie du Québec**
- **SPOT** - clinique médicale

## Implications sociales et concertations

---

- Membre du Comité régional intersectoriel en sécurité alimentaire (CRISA)
- Membre de la Table de concertation Carrefour Violence conjugale Québec-Métro
- Membre du Comité de concertation ITSS en milieu carcéral
- Membre du Comité directeur du programme en itinérance chronique Porte-Clés
- Participation à l'assemblée générale annuelle de Centraide Québec et Chaudière-Appalaches
- Participation à l'assemblée générale annuelle RAIQ
- Participation aux activités d'information du PSOC du CIUSSCN

## Donateurs et donatrices

---

- Caisse Desjardins Limoilou
- Caisse Desjardins Limoilou - Fond d'aide au développement du milieu
- Chlorophyle
- Les Capucins de Québec
- Député provincial de la circonscription de Jean Lesage, Monsieur Sol Zanetti
- Édition de la Roupille
- Église catholique de Québec
- Maison provinciale des Ursulines
- Soeurs de Saint-François d'Assise
- Soeurs de la Charité de Québec
- Soeurs Province St-Joseph des Servantes du St-Coeur-de-Marie
- Soeurs St-Joseph-de-St-Vallier

# Vie démocratique et associative

---

## MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

### MEMBRES VOTANTS

- Co-Présidente : Céline Lemay-Thibault – issue du secteur public
- Co-Présidente : Annie Bélanger – issue du secteur public
- Trésorière : Vanessa Breton Beaulieu – issue du milieu communautaire
- Secrétaire : Janie Morency – issue du milieu communautaire
- Administratrice : Nadia Kohler - issue du secteur public
- Administratrice : Camille Roy - issue du secteur public

### MEMBRES SANS DROIT DE VOTE

- Megan Gauthier : représentante de employées
- Catherine B. : représentante des participantes
- France Beauchamp : directrice générale 2022
- Geneviève Hamelin : directrice générale 2023

## INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Nous comptons actuellement 19 membres de la corporation et ces 19 membres étaient présents lors de l'assemblée générale annuelle du 22 juin 2022.

Pour l'année 2022-2023, 850 femmes ont fréquenté le Centre femmes aux 3 A de Québec et celles-ci ont généré 7961 interactions à travers nos différents services.

Le Centre Femmes aux 3 A de Québec est ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30. Sauf exception du mercredi matin qui est réservé à notre réunion d'équipe hebdomadaire. Nos services sont accessibles 12 mois par année et s'adressent à toute la population de la grande région de Québec.







**Centre Femmes aux 3 A de Québec**  
270, 5<sup>e</sup> Rue, Québec (Québec) G1L 2R6  
Téléphone : 418-529-2066  
Numéro sans frais : 1-888-529-2066  
reception@cf3a.ca  
**[www.cf3a.ca](http://www.cf3a.ca)**