



RAPPORT D'ACTIVITÉS

2023-2024



rqasf.qc.ca

6415, rue des Écores, 1^{er} étage
Montréal, Québec, H2W 2G6
514-877-3189



Réseau québécois d'action
pour la santé des femmes

**Compilation des données et
rédaction par l'équipe du RQASF :**

- Josiane Achi
- Victoria Doudenkova
- Isabelle Mimeault
- Mila Zielinski
- avec la collaboration de Lydya Assayag, Carole Lavallée.

Mise en page :
Marion Ehly (AHGCQ)

Le RQASF remercie les instances
gouvernementales qui ont
soutenu ses activités en
2023-2024 :

Financement de base : Programme
de soutien aux organismes
communautaires (PSOC), MSSS,
Québec

**Santé
et Services sociaux**
Québec 

Financement de la campagne Le
Fil Rouge : Femmes et Égalité des
genres Canada

 Femmes et Égalité
des genres Canada Women and Gender
Equality Canada



TABLE DES MATIÈRES

- 4 Présentation de l'organisme
- 5 Le RQASF, c'est aussi...
- 6 Mot de la présidente
- 7 Mot de la directrice
- 8 Introduction

9 VIE ASSOCIATIVE

- 10 Premier colloque du RQASF en santé des femmes
- 11 Assemblée générale annuelle (AGA) 2022-2023
- 11 Membres
- 12 Conseil d'administration (CA)
- 12 Équipe de travail
- 12 Bénévoles

13 ACTIVITÉS D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION

- 13 Clôture de la campagne Le Fil Rouge
- 14 Mise à jour du cadre de référence sur l'approche globale et féministe de la santé (AGFS)
- 15 Ateliers et conférences
- 16 Infolettres et communications
- 17 Sites Web
- 19 Réseaux sociaux
- 19 Entrevues dans les médias traditionnels
- 20 Nouvelles publications
- 20 Diffusion d'imprimés

- 21 Engagement du RQASF dans les milieux
- 23 Représentations auprès des instances

24 PERSPECTIVES D'ACTION 2024-2027

- 24 Axe 1 : consolider le financement
- 24 Axe 2 : consolider les structures internes
- 24 Axe 3 : élargir le membership et resserrer les liens avec les membres
- 25 Axe 4 : bonifier, promouvoir et diffuser l'information en santé des femmes
- 25 Axe 5 : consolider et développer les partenariats
- 25 Axe 6 : faire rayonner le RQASF au-delà de ses membres et donner des services à la population

- 26 Liste des associations membres



PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

Le **Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF)** est un organisme à but non lucratif issu du Regroupement des centres de santé des femmes du Québec (1985-1997). Né de l'intention d'élargir la mission du Regroupement **afin de promouvoir l'approche globale et féministe de la santé le plus largement possible et dans tous les secteurs de la société québécoise**, il regroupe des membres répartis toutes les 17 régions administratives du Québec : groupes et centres de femmes, cliniques en santé des femmes, organisations syndicales et professionnelles, regroupements régionaux et nationaux, individus, etc.

Par son analyse critique des enjeux de santé, le **RQASF est devenu au fil des ans un carrefour névralgique de renseignements sur les principaux aspects de la santé des femmes**. Sa **vision globale, féministe et intersectionnelle** en fait un interlocuteur incontournable en matière de santé des femmes. Il jouit aujourd'hui d'une grande crédibilité auprès de ses partenaires, du public, des médias et de plusieurs instances.



LE RQASF C'EST AUSSI ...

MISSION

Travailler solidairement dans une perspective féministe à l'amélioration de la santé et du bien-être des femmes.

OBJECTIFS

- Adopter et faire valoir une approche globale de la santé des femmes
- Promouvoir et défendre les droits et les intérêts des femmes en matière de santé
- Regrouper et mobiliser les femmes et les organisations préoccupées par la santé des femmes
- Agir pour et avec les femmes, dans la reconnaissance de leurs savoirs et la prise en charge de leur santé

La mission fondamentale du RQASF se concrétise à travers les cinq champs d'activité suivants :

- L'information et sensibilisation de ses membres et du public en prévention, promotion et globalité de la santé
- L'engagement dans le milieu sur les thématiques d'actualité en santé
- Les représentations auprès des instances gouvernementales
- Les contributions de la communauté / encadrement de bénévoles
- La vie associative

AXES DE TRAVAIL

- Recherche-action
- Sensibilisation, formation
- Réseautage
- Concertation

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Michèle Vincent Félix

Administratrice au Conseil d'administration (CA) du RQASF depuis sept ans, 2023 - 2024 est ma deuxième année à titre de présidente. Je suis fière de l'engagement des membres du CA et du dévouement de l'équipe.

Après vingt ans de services, notre directrice, M^{me} Lydya Assayag, part à la retraite. Au nom du CA et de toute l'équipe, je la remercie chaleureusement pour son engagement, sa grande contribution, son dévouement pour actualiser la mission. Je la remercie personnellement pour son accueil chaleureux et ses qualités humaines.

Je profite pour saluer l'arrivée de M^{me} Élise Brunot, déjà engagée au RQASF, qui assumera la fonction de directrice générale. Elle pourra compter sur l'engagement et l'appui du CA et sur le dévouement de l'équipe pour accomplir la mission, maintenir les acquis, travailler au développement et assurer la pérennité du RQASF.

Malgré les changements et les défis, le RQASF a réussi à présenter un bilan impressionnant des activités pour 2023-2024. Au nom du CA, je félicite et remercie la directrice générale et son équipe pour tout le travail accompli.

L'année 2024 a été marquée par la réalisation de la première édition du colloque sur la santé des femmes : Remise en lien, remise en santé. C'était une occasion pour la chercheuse, M^{me} Victoria Doudenkova, de présenter la mise à jour du cadre de référence. Au nom du CA, je la remercie pour son travail de recherche. Le colloque a enregistré une belle participation des organismes. Je veux souligner les résultats remarquables. Une deuxième édition du colloque est prévue au printemps 2026.

Plusieurs acteurs sont impliqués pour permettre au RQASF de réaliser sa mission. Nous remercions les partenaires financiers pour leur soutien inestimable, les membres, les bénévoles pour leur disponibilité et leur généreuse collaboration.

Au nom du RQASF, je remercie les membres du CA. Par votre engagement, votre implication, vous avez contribué à la mission du RQASF, votre contribution est précieuse. Je vous remercie de m'avoir accordé votre confiance pour assumer la présidence.

Le RQASF est fier d'avoir présenté un bilan remarquable pour 2023- 2024. La prochaine année s'annonce sous le signe d'un changement à la direction, ensemble, continuons de collaborer pour la santé et le bien-être des femmes.

Que la prochaine année soit porteuse de belles réalisations pour le RQASF !

Bonne retraite à Lydya, bon succès à Élise

Et à nous toutes : une bonne SANTÉ !

Cordialement

MOT DE LA DIRECTRICE

Lydya Assayag

Dix-neuf ans.

Dix-neuf ans de défis, de combats, de rencontres, d'évolutions, de partage et de solidarité.

Toute bonne chose à une fin. Je vais tirer ma révérence comme directrice du RQASF en octobre 2024 et je ne saurais partir sans vous remercier chaleureusement, toutes et chacune d'entre vous, travailleuses, membres du CA, membres et partenaires. J'ai beaucoup appris, beaucoup partagé et je reste avec une paix profonde d'avoir côtoyé tant d'années la résilience et la force tranquille des femmes, qui subsiste, contre vents et marées.

À la revoyure !



INTRODUCTION

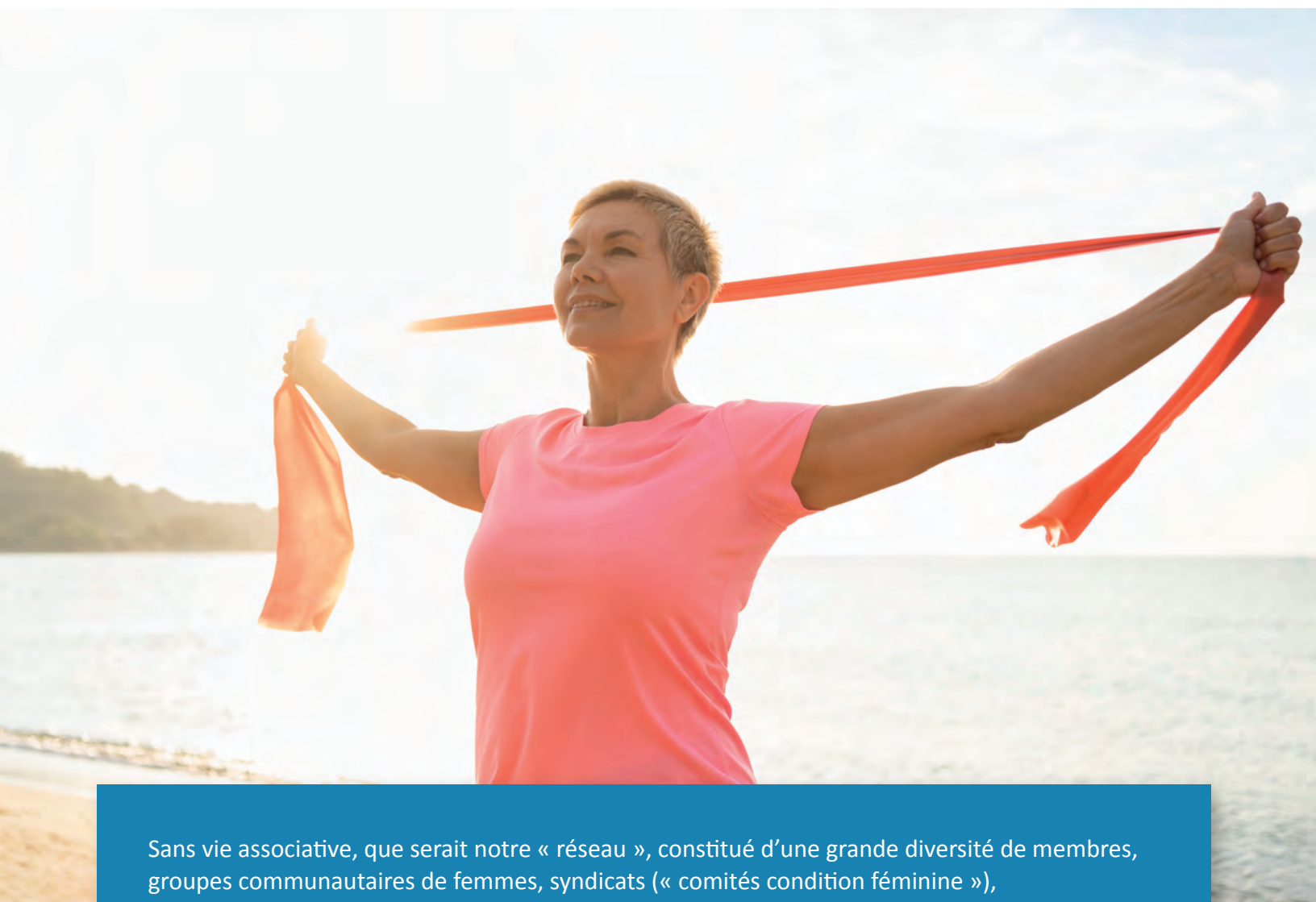
Voici le rapport annuel 2023-2024 du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF), reflet de ses nombreuses activités de promotion de la santé des femmes et de diffusion de la vision globale et féministe de la santé.

Cette année financière a été marquée par la nouveauté, avec l'organisation d'un premier colloque en santé des femmes, autant que par la continuité, avec la poursuite de la mise à jour de nos sites Web qui a connu de belles avancées et devra se poursuivre. Cette année 2023-2024 signale également la fin d'un cycle au RQASF, avec la fin du mandat de la directrice Lydya Assayag, l'aboutissement de la campagne Le Fil Rouge et la fin du projet Mitacs amorcé au cours des dernières années pour mettre à jour le cadre de référence en santé des femmes. Pour la suite de cette importante recherche sur le terrain, se profile l'élaboration d'un plan de travail 2024-2027, en vue d'en organiser l'analyse stratégique et la diffusion sous différentes formes et à destination de différents publics. De nouveaux projets pourront ainsi fleurir au cours des prochains mois. Des efforts de réorganisation à l'interne, notamment en ce qui concerne le suivi administratif du membrariat, seront également sur notre planche de travail.

Nous remercions toutes les femmes qui ont collaboré de près ou de loin au succès de cette année bien remplie, un chaleureux merci en particulier à celles qui nous quittent, Mila, Élise-Dalissia et Josiane. Merci par avance à Lydya Assayag qui, après 18 passionnantes années, riches et effervescentes, passera bientôt le relais à une nouvelle directrice.

Ce rapport annuel se structure à partir de la mission du RQASF autour desquels s'articulent cinq grands axes de travail tels que précisés plus haut : la vie associative, l'information et la sensibilisation, l'engagement dans le milieu et, les représentations auprès des instances gouvernementales.

VIE ASSOCIATIVE



Sans vie associative, que serait notre « réseau », constitué d'une grande diversité de membres, groupes communautaires de femmes, syndicats (« comités condition féminine »), regroupements provinciaux en santé des femmes, membres individuelles de divers horizons, thérapeutes des MAC ou professeures d'université... tous et toutes unies par cette vision globale et féministe de la santé? Cette question posée, il nous a semblé important d'amorcer notre rapport annuel par cette « section » qui par le passé en constituait plutôt la conclusion.

Aussi, l'année 2023-2024 a-t-elle été révélatrice d'une prise de conscience : la Covid-19 a vu fondre le nombre des adhésions au RQASF. C'est devant ce constat navrant que nous avons amorcé l'organisation d'un colloque bi-annuel en santé des femmes et retroussé nos manches, en quête d'un renouveau et d'une synergie fructueuse avec nos membres.

1.1 Premier colloque du RQASF en santé des femmes : Remise en lien, remise en santé

Au lendemain de la 1^{ère} édition du Colloque du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF) qui s'est déroulé les 13 et 14 mars 2024, l'équipe est fière de déclarer « mission accomplie ».

L'objectif principal était de rassembler les membres autour de la promotion de l'approche globale de la santé, de ce lien indéniable entre la santé des femmes et leur bien-être général. Le colloque visait aussi à informer, inspirer et promouvoir des solutions innovantes pour améliorer la santé des femmes. Ainsi, une équipe de passionné.e.s fut invitée à partager leurs connaissances et expériences dans le domaine.

Plus de 35 personnes ont participé aux présentations sur différents sujets de santé tels la ménopause, les menstruations, le stress vicariant (fatigue ou usure « de compassion »), le transhumanisme, l'ayurveda ou encore la thérapie par le mouvement. Cet événement d'une journée et demie a permis une participation active, l'acquisition de connaissances et le réseautage, tout cela afin de favoriser l'échange de pratiques exemplaires et de leçons apprises. Un consensus s'est cristallisé autour de l'importance d'évaluer nos objectifs, de promouvoir nos efforts collectifs et d'examiner d'un œil critique les répercussions que peut avoir le travail du RQASF et de ses membres.

Sans le soutien financier des partenaires, le RQASF n'aurait pu réaliser un événement d'une telle ampleur. Nous sommes des plus reconnaissantes de cet appui. Ainsi, au cours des prochaines éditions, nous souhaitons poursuivre l'objectif visé : « Promouvoir et défendre les droits et intérêts des femmes et agir avec elles dans la reconnaissance de leurs savoirs et la prise en charge de leur santé. Dans une approche globale et féministe ».



Remise en **lien**,
Remise en **santé**

rqasf

SONDAGE DE SATISFACTION

Taux de réponse : **20** personnes/35

96 %
très satisfaites
du colloque

90 %
ont acquis de
nouvelles
connaissances

Ateliers ont répondu aux attentes
selon **92 %**

Personnes-ressources et exposés de qualité
selon **94 %**

SOUHAITS (15 % de réponses)

- Ateliers + longs
- + de contenu
- + de temps d'échanges entre participants.es

1.2 Assemblée générale annuelle (AGA) 2022-2023

Date : 28 septembre 2023

Au total
18
personnes ont participé
en ligne

9 représentantes de
groupes membres
(de 5 régions)

3 membres individuelles

6 observatrices

1.3 Membres

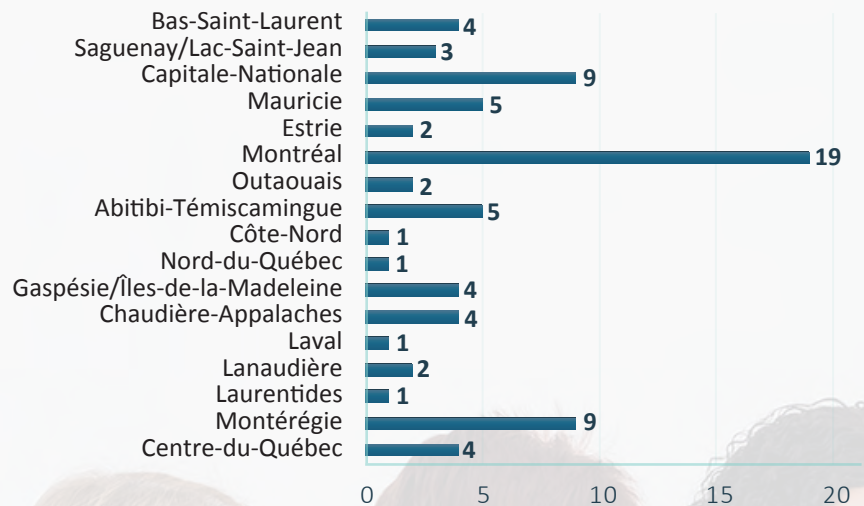
NOMBRE DE MEMBRES

Au 30 juin 2024, le RQASF comptait 77 membres, une augmentation de 20 membres par rapport à l'année dernière.



RÉPARTITION DES MEMBRES

Nos membres se retrouvent dans les 17 régions du Québec.



CAMPAGNE DE RECRUTEMENT

Un envoi postal de promotion du RQASF, de ses formations et de son colloque auprès de 450 organismes locaux et provinciaux a été réalisé.

1.4 Conseil d'administration (CA)

Le conseil d'administration se compose de :

6
personnes

4 sont élues démocratiquement lors de l'assemblée annuelle
la directrice y siège d'office
un poste est réservé à une travailleuse élue par l'équipe de travail, s'il y a plusieurs employées.

Entre le 1er juillet 2023 et le 30 juin 2024, le conseil d'administration a tenu 4 réunions par Zoom et 1 réunion électronique.

LISTE DES MEMBRES DU CA

- **Lydia Assayag** (administratrice et membre de l'exécutif), *directrice du RQASF*
- **Élise Brunot**, relayée par **Isabelle Mimeault** (poste réservé aux travailleuses du RQASF)
- **Annie Caron** (administratrice), *membre individuelle, région de Montréal*
- **Gisèle Dallaire** (secrétaire), *Table de concertation des groupes de femmes Saguenay-Lac-Saint-Jean, région du SLSJ*
- **Sabrina Sahed** (trésorière), *Mouvement autonomie maternité et accouchement naturel (GROUPE MAMAN), région de Montréal*
- **Michèle Vincent Félix** (présidente), *membre individuelle, région de Montréal*

1.5 Équipe de travail 2023-2024

L'Équipe de travail compte **6** personnes.

- **Lydia Assayag**, *Directrice*
- **Isabelle Mimeault**, *Responsable de la recherche*
- **Carole Lavallée**, *Adjointe administrative*
- **Josiane Achi**, *Responsable des communications*
- **Mila Zielinski**, *Chargée des partenariats de la campagne Le Fil Rouge*
- **Victoria Doudenkova**, *Responsable du projet Révision du Cadre de référence MITACS*

1.6 Bénévoles

Merci à nos rédactrices bénévoles (site Web principal) :

- **Stéphanie-May Ruchat**, professeure au Département des sciences de l'activité physique de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR), titulaire de la Chaire de recherche de l'UQTR en activité physique et santé maternelle et néonatale et cotitulaire de la chaire en Périnatalité et Parentalité du Regroupement intersectoriel de recherche en santé de l'Université du Québec (RISUQ)
- **Maude Vézina**, Ph.D. en Santé des populations

ACTIVITÉS D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION

2.1 Clôture de la campagne *Le Fil Rouge*

LE FIL
Rouge



Le projet *Fil Rouge* : 1^{er} juillet 2023 - 31 mars 2024

Depuis 2019, le RQASF travaille plus particulièrement à sensibiliser et mobiliser la population autour de la santé menstruelle. La **Campagne Rouge** (2019-2021) a permis de faire entrer le sujet des menstruations dans le débat public, en démocratisant des enjeux comme la précarité menstruelle, la médicalisation des menstruations ou encore la lutte contre les stéréotypes sexuels et sexistes qui les entourent.

A travers le Fil Rouge (2021-2024), le RQASF a continué son action en s'intéressant plus particulièrement aux différents enjeux d'égalité, de dignité et de santé entourant la **précarité menstruelle**. Cette campagne, financée par **Femmes et Égalité des genres Canada (FEGC)**, s'est achevée le 31 mars 2024. Elle a été construite en collaboration avec différents **partenaires**.

Des ateliers, présentations et formations ont été offertes gratuitement dans différents milieux, aussi bien scolaire (du primaire à l'université) que communautaire, et lors d'événements spéciaux telle la Semaine Rouge. De nombreuses démarches ont également été réalisées afin de sensibiliser à ces enjeux tant le public par la voie des médias que les instances politiques municipales et provinciales par des lettres et lors de rencontres. Le RQASF a poursuivi la distribution de produits menstruels en collaborant notamment avec les banques alimentaires du Québec et Oko.

Bilan plus exhaustif
de cette campagne

2.2 Mise à jour du cadre de référence sur l'approche globale et féministe de la santé (AGFS)



Depuis près de 30 ans, le Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF) adopte une approche globale et féministe de la santé et agit pour les femmes, dans la reconnaissance de leurs savoirs et la valorisation de leur autonomie en santé. Dès la création de l'organisme, le RQASF et ses groupes membres définissent les premiers éléments d'une vision commune de la santé sur laquelle ils pourront s'appuyer pour revendiquer des changements. L'approche sera décrite puis adoptée collectivement en 1998.

En 2006, le RQASF fait un second effort de consultation auprès des groupes de femmes, la plupart membres du RQASF. En résulte la publication d'un document dont les orientations sont davantage précisées et étoffées, qui s'intitule *Changeons de lunettes ! Pour une approche globale et féministe de la santé*. Ce texte a permis de structurer et de délimiter différents axes d'une conception globale et féministe de la santé au Québec. Depuis, il a servi de référence pour soutenir le mouvement pour la santé des femmes et il a également permis de guider les actions de sensibilisation menées par le RQASF, ses partenaires ainsi que ses groupes membres.

En s'inspirant des démarches effectuées en 1998 et en 2006, ce projet réalisé en partenariat avec l'Institut Simone-De-Beauvoir de l'Université Concordia vise à élaborer un cadre de référence rassembleur dans une approche globale et féministe de la santé, en :

- Prenant en compte les enjeux sociétaux actuels relatifs aux inégalités sociales de santé affectant particulièrement les femmes
- Prenant en compte les savoirs issus du milieu communautaire ou autres (ex. savoirs issus des conceptions traditionnelles et holistiques de la santé)
- S'appuyant sur les connaissances récentes issues de la recherche

Ce cadre soutient, entre autres, la reconnaissance des besoins particuliers des femmes dans une société où les inégalités à leur égard se sont exacerbées avec la crise sanitaire. L'apport des savoirs féministes s'avère également précieux dans sa capacité à renouveler notre regard sur la santé.

2.3 Ateliers et conférences (hors colloque et hors campagne Le Fil Rouge)



- **Alimentation**
Carrefour des femmes de Saint-Léonard (membre) à Montréal
- **Charge mentale**
Table de concertation du mouvement des femmes Centre-du-Québec (membre), à Victoriaville (Centre-du-Québec)
- **Ménopause et périménopause, vieillir en santé**
4 groupes membres : Centre de femmes l'Érige de La Sarre (Abitibi) ; Centre-femmes de Bellechasse de Sainte-Claire (Chaudière-Appalaches) ; Seréna Québec de Montréal ; Vers Vous, à Montréal
2 syndicats membres : Centrale des Syndicats du Québec (CSQ) de Québec ; Syndicat de la fonction publique du Québec (SFPQ), à Rouyn (Abitibi)
2 composantes de la fonction publique du Québec : Conseil du Trésor, ministère de la Justice
2 bibliothèques municipales : Bibliothèque de Saint-Luc, à Saint-Jean-sur-Richelieu (Monterégie) ; Bibliothèque Lachenaie à Terrebonne (Lanaudière)
1 cabinet d'avocats : Dentons à Montréal
- **Menstruations**
Co-Work, à Montréal ; Chambre de Commerce de Saint-Félicien, à Alma (Saguenay-Lac-St-Jean)
- **Stress vicariant /fatigue de compassion**
Étudiant.e.s de travail social, à l'UQAM (cours « Femmes, santé mentale et intervention féministe »)
- **Technologies, santé et transhumanisme**
Récif-02 (membre), à Alma (Saguenay-Lac-St-Jean)

2.4 Communications

823

Abonnements

9

Numéros publiés
et envoyés

LES RÉSEAUTÉES

Les Réseautées est notre bulletin d'information mensuel envoyé par courriel aux membres de l'organisation ainsi qu'aux personnes abonnées via notre site Web. Il demeure un pilier de nos communications avec nos membres et le grand public, fournissant un moyen de partager les dernières nouvelles, d'annoncer les événements à venir et de fournir des ressources utiles.

293

Abonnements

Infolettre de la campagne Le Fil Rouge

Le Fil Rouge est une série trimestrielle d'infolettres dédiées à la campagne du même nom. Ces infolettres ont été envoyées par courriel régulièrement pour sensibiliser sur la précarité menstruelle et l'équité menstruelle, ainsi que pour fournir des ressources et de l'information pertinente sur le sujet.

30

Bulletins
envoyés

Communications exclusives aux membres

Au cours de la dernière année, notre engagement envers nos membres s'est manifesté à travers l'envoi de 30 bulletins électroniques. Ces communications exclusives ont été soigneusement conçues pour informer, inspirer et engager notre communauté, offrant des mises à jour sur nos activités, des analyses approfondies, des réflexions sur des enjeux d'actualité, ainsi que des invitations à participer à nos événements et initiatives.

2.5 Sites Web

7

Sites Web

jouent un rôle crucial dans la diffusion de nos recherches, analyses et ressources, et ce, sans aucun intérêt commercial, répondant ainsi aux besoins du public en matière de connaissances indépendantes.

218 774 interactions
66 598 pages vues



26 418
vues

Top 10 des articles consultés

1. *Préménopause et ménopause : où s'arrête l'une, où commence l'autre*
2. *Diète cétogène et jeûne intermittent: une médecine*
3. *Physiologie de la ménopause: ce qui se passe dans le corps des femmes*
4. *Chirurgie génitale*
5. *La préménopause... déjà ?*
6. *Vos fibromes vous incommode-t-ils ?*
7. *Ménopause : votre trousse santé*
8. *Périménopause : gare à l'insulinorésistance. Les bénéfices d'une alimentation à indice glycémique bas*
9. *Oui aux hormones bio-identiques... Mais...*
10. *Risques généraux*

rqasf

ACTION
SANTÉ
FEMMES

Rejoignez-nous!

Faire un don



rqasf.qc.ca
Site principal

Le site principal de l'organisme demeure la vitrine centrale de nos activités.

Il offre une plateforme complète pour partager de l'information sur nos programmes, événements, publications et ressources. On y trouve des renseignements détaillés sur notre mission, nos objectifs, ainsi que sur les services que nous proposons.

MENOSECOURS
BIEN PRÉPARER, BIEN VIVRE
SA MÉNOPAUSE

rqasf
ACTION SANTÉ FEMMES

23 351
Pages vues

+29,33%

rqasf.qc.ca/menopause/
Ménosecours, bien préparer, bien vivre sa ménopause

Le site **Ménosecours** vise à fournir de l'information et des ressources aux femmes faisant face aux défis de la ménopause. Il propose des conseils pratiques pour bien vivre cette étape de la vie, ainsi que des articles et des témoignages sur les différents aspects de la ménopause. Sa mise à jour va bon train, ce qui explique sans doute que le taux de variation des consultations (pages vues) sur ce site Web a enregistré une importante hausse.

LE FIL ROUGE RESSOURCES OUTILS TÉMOIGNAGES LA SEMAINE ROUGE

Ensemble vers l'équité menstruelle
Une campagne de mobilisation du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes

23 351
Pages vues

+97,42%

rqasf.qc.ca/lefilrouge/
Campagne Le Fil Rouge

Le site de la campagne Le Fil Rouge est dédié à la précarité menstruelle et à la promotion de l'équité menstruelle.

3 840
Pages vues

+20,04%

Campagne Rouge #LaVieEnRouge
UNE CAMPAGNE DE SENSIBILISATION DU RQASF

rqasf.qc.ca/campagnerouge/
Campagne Rouge

Le site de la Campagne Rouge était dédié à lever les tabous autour des menstruations. Bien que la campagne ait pris fin en novembre 2021, ce site représente encore une ressource précieuse pour explorer ces questions et pour accéder à de l'information et à des ressources pertinentes.

Interventions esthétiques
PROCÉDURES, RISQUES ET RECOURS

rqasf ACTION SANTÉ FEMMES

5 495
Pages vues

+41,26%

rqasf.qc.ca/esthetique/
Une intervention esthétique, c'est pas banal

Ce site fournit de l'information non commerciale et vulgarisée sur la chirurgie esthétique. Son objectif est d'aider les personnes à prendre des décisions éclairées sur ces interventions en fournissant des renseignements sur les risques associés et en offrant des outils d'aide à la décision.

SITES
en
reconfiguration

rqasf.qc.ca/blogue/
Les Dessous de la beauté

rqasf.qc.ca/sante-mentale/
Santé mentale

2.6 Réseaux sociaux



4 295

abonnements

+ 0,42%



1 172

abonnements

+ 10,56%



2.7 Entrevues dans les médias traditionnels

Le RQASF a été présent dans les médias traditionnels cette année en particulier sur la précarité et l'équité menstruelles ainsi que sur les questions soulevées à la sortie d'un rapport alarmant de la Fondation ménopause Canada sur les femmes au travail en période de ménopause.

Bilan de la campagne
Le Fil Rouge

- **Ménopause :**
Entrevue d'information générale avec une journaliste de la radio de Radio-Canada (RC) Mauricie-Centre-du-Québec
- **Ménopause au travail** (rapport de la Fondation Ménopause Canada) :
5 entrevues, soit Radio de RC Moncton (N.B) ; Radio de RC Saguenay (Qc) ; Radio de RC Sudbury (Ont.) ; Radio de RC Toronto (Ont.) ; Radio de RC Winnipeg (Man.)
- **Ménopause & périménopause :**
Le Devoir
- **Menstruations et idées suicidaires :**
Résultats d'une étude : *Journal 24 heures*, entrevue d'information
- **Pratique sage-femme et projet de Loi 15 :**
Radio de Radio-Canada Mauricie-Centre-du-Québec, entrevue d'information
- **Santé menstruelle :**
Le Devoir



2.8 Nouvelles publications (hors campagne *Le Fil Rouge*)

SITE PRINCIPAL

- *Pourquoi aussi peu de parents sont-ils accompagnés par une sage-femme au Québec?*
- *Bouger pendant sa grossesse : pourquoi, combien, quoi et comment?*
- *Vaccin anti-COVID et menstruations*
- *La préménopause... déjà?*
- *Ménosecours : un site Web unique sur la ménopause*
- *Ménopause : l'impact des déterminants de la santé*
- *Les multiples visages de la ménopause*
- *Avec ou sans hormones, « bio-identiques » ou classiques? L'angle mort de l'éternel débat*

SITE MÉNopause

- *Ménopause et dépression: attention au diagnostic passe-partout*
- *Ostéoporose : Du lait pour de bons os... vraiment?*
- *Périménopause : gare à l'insulinorésistance. Les bénéfices d'une alimentation à indice glycémique bas*

2.9 Diffusion d'imprimés

1 518
publications
imprimées

offertes à l'occasion
des conférences en présentiel

ENGAGEMENT DU RQASF DANS LES MILIEUX



Le RQASF suit les organisations suivantes et collabore régulièrement avec plusieurs d'entre elles :

- Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)
- Barreau du Québec
- Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la condition féminine (CDEACF, maintenant CoSavoir)
- Coalition Solidarité Santé (CSS)
- Conseil des Montréalaises
- Fédération des Femmes du Québec (FFQ)
- Fédération interprofessionnelle de la santé (FIQ)
- Fédération du Québec pour le planning des naissances (FQPN)
- G-13
- Institut Santé et société (ISS-UQAM)
- Ligue des droits et libertés (LDL)
- Observatoire des inégalités sociales
- Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ)
- Réseau québécois des associations communautaires autonomes (RQACA)
- Seréna Québec
- Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrantes (TCRI)
- Table des regroupements provinciaux des organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB)

Au cours de l'année 2023-2024, le RQASF a entretenu plusieurs collaborations, a participé à des activités et a agi à titre de groupe ressource pour ses membres ou d'autres groupes ou associations. Par exemple, il a...

...participé à des recherches menées par des partenaires ou par des étudiant.e.s en répondant à des questionnaires sur :

- Les actions féministes en image corporelle (étudiantes suisses en stage de travail social)
- Les changements climatiques et les inégalités sociales (INSPQ et Université de Montréal)
- La communication dans l'organisation (étudiantes en psychosociologie des relations humaines à l'UQAR)
- La consommation d'alcool chez les femmes (ASPQ)
- La désinformation sur les substituts de lait

...assisté à des conférences, à des colloques ou à des lancements sur des sujets variés tels que :

- Les concepts de base en santé mentale (Association canadienne pour la santé mentale - ACSQ)
- Le plan sur les priorités de recherche 2024-2029 (Institut de la santé des femmes et des hommes - ISFH des Instituts de recherche en santé du Canada - IRSC)
- La santé durable (ASPQ)
- La santé globale du personnel de la santé (Institut de recherches cliniques de Montréal - IRCM)
- La santé gynécologique et obstétrique des femmes noires (Relais-Femmes)
- La souffrance et la différence (RRASMQ)
- Les traumatismes sexuels sur la période périnatale (ASPQ)

...agi à titre de partenaire avec :

- L'artiste Cathy Lambert, en diffusant son initiative sur le vaginisme, ses tabous et les violences sous-jacentes
- L'Association de fibromyalgie - région de Québec (membre) dans le but de travailler sur les maladies invisibles des femmes
- Le Collectif OXO de Belgique en engageant des échanges d'information et de ressources et diffusant leurs activités sur le stress vicariant
- L'Institut santé et société (ISS) de l'UQAM en participant à des réunions de travail sur la santé et la toxicité de l'environnement

...agi à titre de groupe ressource avec :

- Des femmes du grand public pour répondre à des questions sur la ménopause (4), sur la chirurgie esthétique (3) et pour référer des personnes du grand public à d'autres organisations dont des membres du RQASF
- Seréna Québec (membre) pour engager une discussion en profondeur sur l'approche globale et féministe de la santé

REPRÉSENTATIONS AUPRÈS DES INSTANCES

(hors campagne Le Fil Rouge)

PASBEF : le Plan d'action en santé et bien-être des femmes (Québec)

En collaboration avec le G-13 (regroupement des groupes nationaux féministes), participation aux travaux de mise à jour du Plan d'action pour la santé et le bien-être des femmes (PASBEF) : rencontres avec la sous-ministre Madame Catherine Ferembach, discussion des enjeux les plus cruciaux (août 2023)

Consultation visant l'identification des enjeux émergents et prioritaires en santé des femmes (mai 2024) et consultation avec plusieurs autres groupes via Zoom autour des enjeux communs identifiés (juin 2024)

Consultations sur les notions de genre et de sexe

Participation à la Série de consultations de l'Institut de la santé des femmes et des hommes (ISFH) des Instituts de recherche en santé du Canada (IRSC), 22 novembre 2023

Participation au Comité de sages sur l'identité de genre, 22 mai 2024

Autres actions et appuis

- **Accessibilité des femmes handicapées aux services de dépistage**

Communiqué de presse « Mes seins et mon utérus comptent aussi! Assez d'être invisible! » avec Moëlle épinière et motricité Québec (MEMQ) et notre membre Action cancer du sein du Québec (ACSQ)

- **Environnement**

« Mobilisation non-partisane pour une ville verte et socialement juste », lettre collective adressée à la mairesse Valérie Plante (avr. 2024)

- **Pratique sage-femme**

Lettre d'appui avec la Coalition pour la pratique sage-femme (dont le RQASF est membre) « Non à la mise sous tutelle médicale de la pratique sage-femme » concernant le projet de loi PL-15 (sept. 2023)

Appui à une lettre d'opinion « Réforme Dubé : une absence évidente de consensus! » (oct. 2023)

- **Violence conjugale**

Appui à la campagne d'actions de l'Association nationale Femmes et Droit (ANFD) concernant l'utilisation d'accusations d'aliénation parentale contre les mères (pour une réforme par le Gouvernement du Canada)

PERSPECTIVES D'ACTION 2024 - 2027

Un vent de renouveau souffle sur le Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF).

Pour consolider ses acquis et le développer, nous vous proposons des mesures autour des six axes suivants :

- 1- Consolider le financement
- 2- Consolider les structures internes
- 3- Élargir le membrariat et consolider les liens avec les membres
- 4- Bonifier, promouvoir et diffuser l'information en santé des femmes
- 5- Consolider et développer les partenariats
- 6- Faire rayonner le RQASF au-delà de ses membres et donner des services à la population

AXE 1

CONSOLIDER LE FINANCEMENT

- Faire augmenter l'enveloppe de financement actuel, y compris pour le financement de base
- Rechercher des nouvelles sources de financement : projets et autofinancement

AXE 2

CONSOLIDER LES STRUCTURES INTERNES

- Intégrer la nouvelle directrice
- Organiser un lac-à-l'épaule sur les nouveaux enjeux en santé des femmes
- Créer un comité de gestion des ressources humaines (GRH)
- Réviser certains outils ou politiques de gouvernance
- Mettre à jour les listes du RQASF (site Web, membres)

AXE 3

ÉLARGIR LE MEMBERSHIP ET RESSERRER LES LIENS AVEC LES MEMBRES

- Lancer une campagne de recrutement de nouveaux membres
- Mieux diffuser l'information auprès des membres
- Soutenir les membres et effectuer des sondages auprès d'elles pour répondre à leurs besoins
- Créer un ou des groupes de discussion pour les intervenantes et les gestionnaires
- Organiser une tournée des membres
- Participer aux différents événements des membres

AXE 4

BONIFIER, PROMOUVOIR ET DIFFUSER L'INFORMATION EN SANTÉ DES FEMMES

- Bonifier l'offre de formation et de conférences et offrir des formations en ligne
- Produire des balados sur des thèmes reliés à la santé des femmes
- Organiser un colloque d'échanges et de formations (2026)
- Bonifier l'infolettre *Les Réseautées*
- Promouvoir les différentes publications du RQASF dans différents réseaux
- Développer des outils en lien avec le cadre de référence
- Mettre en place des actions en lien avec le cadre de référence

AXE 6

FAIRE RAYONNER LE RQASF AU-DELÀ DE SES MEMBRES ET DONNER DES SERVICES À LA POPULATION

- Poursuivre la campagne de communications pour accroître la notoriété du RQASF
- Organiser une tournée dans 6 régions du Québec pour faire connaître le RQASF
- Répondre aux questions provenant du grand public ou autres milieux

AXE 5

CONSOLIDER ET DÉVELOPPER LES PARTENARIATS

- Consolider les partenariats et collaborer davantage avec les regroupements de femmes
- Se tenir au courant des différents dossiers des partenaires et les soutenir au besoin
- Collaborer avec différents partenaires pour diffuser des outils, des formations et/ou des services particuliers
- Orienter les partenaires dans leur recherche d'information en lien avec la santé des femmes
- Développer de nouveaux partenariats
- Informer les membres des actions importantes des partenaires du RQASF
- Participer aux rencontres ou comités avec les partenaires
- Siéger sur les instances de certains regroupements

LISTE DES ASSOCIATIONS MEMBRES

A

- Action Cancer du sein du Québec - Breast Cancer Action Quebec
- AGIR (Assemblée des groupes de femmes d'interventions régionales)
- APTS -Alliance du personnel professionnel et technique de la santé et des services sociaux
- Arrimage Estrie
- Association de Fibromyalgie Région de Québec
- Avec des Elles Inc.

C

- CALACS Entraid'Action
- CALACS L'Espoir des Îles
- CALACS L'étoile du Nord
- Centr'Elles, Comité d'action des femmes d'Avignon
- Centre d'action Sida Montréal-Femmes
- Centre de femmes Au Quatre-Temps
- Centre de femmes de Shawinigan
- Centre de Femmes du Pays de Maria-Chapdelaine
- Centre de femmes l'Autonomie en soiE
- Centre de Femmes l'Érige
- Centre de femmes L'Essentielle
- Centre de femmes La Marg'Elle
- Centre de Femmes Les Elles du Nord
- Centre de femmes Liber'Elles
- Centre de femmes Marie-Dupuis
- Centre de santé des femmes de la Mauricie
- Centre de santé des femmes de Montréal
- Centre des Femmes de Charlevoix
- Centre des Femmes de la Basse-Ville (CFBV)
- Centre des Femmes du Ô Pays
- Centre des femmes du Témiscouata
- Centre des femmes l'Héritage
- Centre Entre-Femmes Rouyn-Noranda
- Centre Femmes d'aujourd'hui
- Centre femmes de La Mitis
- Centre Femmes des Cantons (La Collective Par et Pour Elle inc.)
- Centre Louise-Amélie inc.
- Centre ressources pour femmes de Beauport (CRFB)
- Centre-Femmes de Bellechasse
- Centre-Femmes de Lotbinière
- Centre-femmes de Rimouski

E

- Endométriose Québec

F

- Femmes du monde à Côte-des-Neiges
- Femmes en Mouvement

H

- Halte-Femmes Montréal-Nord

L

- L'Écho des femmes de la Petite Patrie
- La Maison d'Ariane
- La Marie Debout- Centre d'éducation des Femmes
- Le Centre d'Entraide La Destinée

M

- Maison des femmes de Drummondville
- Maison des femmes des Bois-Francis

P

- Point d'Appui CALACS

R

- Récif 02 Table de concertation des groupes de femmes Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Regroupement de femmes de l'Abitibi-Témiscamingue
- Regroupement de femmes de la région de la Capitale-Nationale
- Regroupement des groupes de femmes de la région de la Capitale-Nationale (Portneuf, Québec, Charlevoix)
- Ressources=-Femmes Acton

S

- Seréna Québec
- SOS Grossesse Estrie
- Syndicat de professionnelles et professionnels du gouvernement du Québec (SPGQ)

T

- Table de concertation des groupes de femmes de la Montérégie (TCGFM)
- Table de concertation du mouvement des femmes Centre-du-Québec (TCMFCQ)
- Table de concertation du mouvement des femmes de la Mauricie (TCMFM)
- Table des groupes de femmes de Montréal

V

- Vers Vous





RQASF

6415, rue des Écores, 1^{er} étage
Montréal, Québec, H2W 2G6
514-877-3189

rqasf@rqasf.qc.ca
rqasf.qc.ca