



RAPPORT D'ACTIVITÉS

2024-2025



6415, rue des Écores, 1^{er} étage
Montréal, Québec, H2G 2J6
514-877-3189
rqasf.qc.ca



Réseau québécois d'action
pour la santé des femmes

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

- Élise Brunot
- Isabelle Mimeault
- avec la collaboration de Carole Lavallée

Mise en page :
Marion Ehly

Le RQASF remercie le ministère de la santé et des services sociaux (M.S.S.S.) qui a soutenu ses activités en 2024-2025.

Financement de base : Programmes de soutien aux organismes communautaires (PSOC), M.S.S.S., Québec

**Santé
et Services sociaux**

Québec



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 BILAN DE L'AN 1 DES « PERSPECTIVES D'ACTION 2024-2027 »

13 VIE ASSOCIATIVE

- 14 Nouveau comité de travail
- 14 Assemblée générale annuelle (AGA) 2023-2024
- 14 Assemblée extraordinaire - 18 mars 2025
- 15 Lac-à-l'épaule équipe-CA du RQASF
- 16 Membres
- 17 Conseil d'administration (CA)
- 18 Équipe de travail
- 18 Accessibilité
- 18 Bénévoles

19 ACTIVITÉS D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION

- 20 Ateliers et conférences
- 21 Balados
- 21 Communications
- 23 Sites Web
- 25 Réseaux sociaux
- 25 Entrevues dans les médias traditionnels
- 26 Nouvelles publications
- 26 Diffusion d'imprimés

27 ENGAGEMENT DU RQASF DANS LES MILIEUX

- 28 Le RQASF est membre de...
- 28 Partenariats
- 29 Concertation avec différents milieux de la société civile au sujet de grands enjeux politiques et sociaux actuels
- 29 Concertation avec les ressources du milieu en faveur de la justice sociale et du droit à la santé
- 30 Groupe ressource
- 30 Conférences et colloques

- 31 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 dans 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

AXES DE TRAVAIL

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

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

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Michèle Vincent Félix

Nous sommes ravies de vous présenter notre rapport d'activités pour l'année 2024-2025. Cette année a été marquée par un vent de renouveau et de mobilisation pour le RQASF avec l'arrivée d'une nouvelle directrice générale, Mme Élise Brunot. Elle a su insuffler un nouvel élan. Je tiens à souligner son dynamisme et son leadership qui ont permis d'amorcer des changements porteurs.

Dans un contexte de transition, l'ensemble de l'équipe a fait preuve d'un engagement et d'un dévouement remarquables.

Le Conseil d'administration a collaboré avec la direction générale en offrant un appui constant et stratégique. Je remercie chaleureusement mes collègues du Conseil d'administration pour leur engagement et leur précieuse contribution.

En gardant notre mission au cœur de nos actions, l'équipe a été mobilisée pour réviser nos processus. Un travail rigoureux a été effectué pour la régularisation administrative auprès des instances légales et financières, pour la révision de nos politiques internes. Nous avons renforcé nos capacités en gouvernance. Ces actions viennent solidifier les fondations pour assurer la pérennité de notre organisme.

Au nom du Conseil d'administration, je félicite et remercie la directrice générale et toute l'équipe pour le travail accompli.

La mission du RQASF se réalise grâce à plusieurs acteurs.

Au nom du Conseil d'administration, je remercie les bailleurs de fonds, les partenaires, les membres, les bénévoles, les collaborateurs. Votre soutien est essentiel.

Je tiens à remercier les administratrices de m'avoir élue à la présidence pour un deuxième mandat, je suis reconnaissante pour la confiance que vous m'avez accordée.

Une année sous le signe du changement, de la transition, de la collaboration, de la consolidation. Nous avons cultivé un nouvel élan. Nous avons renforcé nos liens. Ensemble, avec passion et conviction, nous restons solidaires et engagées envers la mission pour améliorer la santé et le bien-être des femmes.

Fortes de notre engagement, nous continuons avec une énergie renouvelée.

Que les moyens soient au rendez-vous pour la pérennité du RQASF !

MOT DE LA DIRECTRICE

Élise Brunot

Ces neuf derniers mois sont passés à la vitesse de la lumière, et participer à la rédaction de ce premier rapport d'activités en tant que directrice permet de prendre un temps d'arrêt pour apprécier le travail accompli, mais aussi de reprendre son souffle avant de se lancer dans une nouvelle année qui sera faite de défis et de projets.

Avoir eu la chance d'évoluer au sein du RQASF depuis sept ans a profondément transformé ma vision du droit à la santé, de la puissance du mouvement féministe, ainsi que de la force du milieu communautaire autonome.

C'est un honneur pour moi, aujourd'hui, de veiller à sauvegarder et pérenniser l'approche et la mission si uniques et précieuses du RQASF. De grandes choses restent à faire en cette période de transition, guidées par les Perspectives d'action 2024-2027. Si je ne devais en retenir qu'une, ce serait celle de continuer à resserrer les liens avec nos membres, qui sont la raison d'être de notre organisme. Plus qu'une perspective, c'est une promesse.

Tous mes remerciements les plus sincères vont à l'équipe et aux administratrices du RQASF pour leur engagement, leur confiance, leur soutien et leurs grandes qualités professionnelles et humaines. Vous m'avez portée (et supportée !) en cette prise de poste, et grâce à vous toutes, nous faisons de petits miracles chaque jour.

Enfin, je tiens à remercier de tout cœur celles qui se reconnaîtront, membres du RQASF ou personnes croisées au hasard des circonstances et des événements, qui m'ont apporté de précieux conseils ou tout simplement un geste d'amitié ces derniers mois : du vent dans les voiles puissance mille !

C'est un privilège et une grande chance de travailler avec et pour vous.

Solidairement, toujours, et à l'année prochaine.



Grand rassemblement Le privé, tout sauf santé - 22 février 2025

INTRODUCTION

Ce rapport annuel 2024-2025 du Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF), marque une année aussi intense que brève : 9 mois de transition vers une organisation remise à neuf, avec la poursuite des activités régulières de promotion de la santé des femmes et de diffusion de la vision globale et féministe de la santé.

La nouvelle directrice, Élise Brunot, a su insuffler un vent de renouveau et d'enthousiasme, en réalisant en un temps record la quasi-totalité de l'axe 2 des Perspectives d'action 2024-2027 : organisation d'un lac-à-l'épaule en octobre, nouvelles politiques internes, mise à jour des listes et du suivi du membrariat. En vue de poursuivre cette réorganisation interne, une Assemblée extraordinaire s'est tenue le 18 mars, pour modifier les dates de l'année financière. Les Règlements généraux seront entièrement révisés au cours du prochain exercice, afin de poursuivre ce renouveau démocratique.

Cette année s'illustre également au chapitre du dynamisme et de l'engagement que démontre le RQASF pour répondre aux besoins du milieu : nombreuses furent les collaborations et les activités de concertation avec différents partenaires, afin d'œuvrer en faveur de la justice sociale et du droit à la santé. Le RQASF a su répondre aux demandes de conférences et les adapter aux besoins des organisations et des milieux, rédiger des articles sur des sujets d'intérêt pour la communauté, de même que collaborer avec les médias qui l'ont interpellé sur différents sujets de l'heure.

Le RQASF remercie les membres et militantes qui ont participé à l'effervescence de ces neuf mois, contribuant, par exemple, à la mise sur pied de son tout nouveau comité de travail sur les maladies féminines invisibles et collaborant à la rédaction d'articles publiés sur le site Web principal. Sans la contribution de la communauté, la réalisation de toutes ces activités aurait été impossible.

Ce rapport annuel **se structure à partir de la mission du RQASF** autour desquels s'articulent ses axes de travail tels que précisés plus haut : la vie associative, l'information et la sensibilisation, de même que l'engagement dans le milieu. Les gouvernements n'ont pas sollicité le RQASF au cours des derniers mois, si bien qu'il n'y eut pas de représentations formelles auprès de ses instances.

BILAN DE L'AN 1 DES « PERSPECTIVES D'ACTION 2024-2027 »



Lors de la précédente AGA ont été adoptées les « Perspectives d'action 2024-2027 », structurées en 6 axes:

- 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 CONSOLIDER 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 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

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



Au cours des 9 derniers mois, en raison de l'arrivée de la nouvelle directrice et de la nécessité d'amorcer une régularisation, optimisation et pérennisation des structures internes, une grande partie des efforts s'est concentrée sur la réalisation de :

AXE 2

CONSOLIDER LES STRUCTURES INTERNES

- La **Politique de conditions de travail** a été actualisée, ainsi que la **Politique de remboursement de frais**
- L'organisme s'est doté de plusieurs politiques :
 - **Politique de confidentialité (en conformité avec la Loi 25)**
 - **Politique concernant le harcèlement sexuel et psychologique**
 - **Politique de télétravail**
- Une réflexion concernant une **Politique salariale** a été amorcée
- La proposition de **changement de l'exercice financier** de l'organisme a été adoptée lors d'une Assemblée extraordinaire
- Un **lac-à-l'épaule concernant les enjeux en santé des femmes** a été organisé, pour le conseil d'administration et les travailleuses du RQASF
- Les **informations du site Web principal** ont été mises à jour (liste de membres, publications, ateliers-conférences, équipe, conseil d'administration, etc.)

Au delà de tout ce travail de régularisation, qui doit se poursuivre jusqu'en 2027, et malgré une équipe réduite et un manque de ressources, les travailleuses ont également oeuvré à la réalisation des

AXES 3, 4 et 5 :

- Toutes les **demandes de conférences et autres ateliers** ont pu être honorées
- De nombreuses rencontres ont été faites afin de **poursuivre des collaborations et créer de nouveaux liens avec les membres et partenaires**
- L'organisation de la **deuxième édition du Colloque** va bon train, sur le thème : **“Le travail, au cœur de la santé des femmes”** (le 19 mars 2026 à Shawinigan)

Toutes ces perspectives ambitieuses et enthousiasmantes créent des attentes et des enjeux qui peuvent être stressants et intimidants, comme tout processus de changement. C'est pourquoi il a été décidé que **la formation devait s'inscrire au cœur de notre travail**, afin de nous soutenir dans notre volonté d'apprentissage constant et d'évolution nécessaire au service de la pérennité de la mission du RQASF. Voici donc les formations qui ont été suivies ces 9 derniers mois :

- Formation en ligne (MOOC) « **Le management responsable** » par l'Université Laval (3h/semaine pendant 7 semaines) - pour la direction
- Formations en **animation** au Centre St-Pierre de Montréal - *pour la responsable de la recherche et formatrice*
- Formation en littératie en santé « **Rendre nos communications accessibles** » par La Jarnigoine et organisée par notre membre Mouvement pour l'autonomie dans l'enfantement - *pour la responsable de la recherche et formatrice*
- Formation « **Fonctionnement, rôles et responsabilités du CA** » par Espace OBNL - *pour la direction et la présidente du conseil d'administration*
- Formation en **transfert des connaissances** par le Comité sectoriel de main-d'oeuvre de l'économie sociale et de l'action communautaire (CSMO-ÉSAC) - *pour la direction et l'adjointe administrative*

VIE ASSOCIATIVE



Nouveau comité de travail

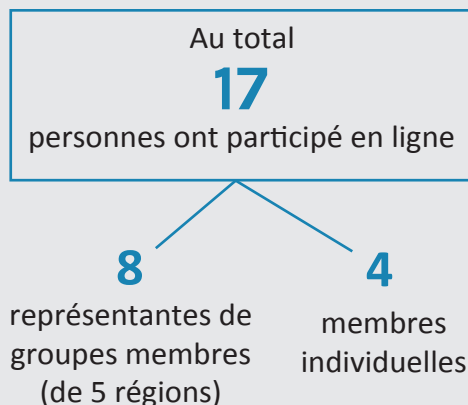
Ce nouveau comité de travail du RQASF est issu d'une belle synchronicité d'événements : le souhait, manifesté par les membres lors de l'AGA en septembre 2024, de voir le RQASF se pencher sur les problèmes de santé féminins négligés par la médecine d'une part, et la demande d'appui d'un nouveau groupe membre, l'**Association de fibromyalgie de Québec**, d'autre part. Les échanges ont abouti à la création du « **Comité sur les maladies féminines invisibles** », composé de membres et bénévoles, d'une travailleuse et d'une membre du CA.

RÉALISATIONS DU COMITÉ MFI

- 3 réunions
 - Objectifs : circulation de l'information, sensibilisation du milieu médical
 - Discussion des critères/ définition de MFI : les femmes
 - a) Voient leurs difficultés banalisées et leur expérience discréditée
 - b) Vivent de l'errance médicale
 - c) Ont de la difficulté à obtenir un diagnostic
- Rédaction de 2 articles publiés sur le site principal
- Diffusion d'un outil pratique destiné aux femmes pour les aider à communiquer avec leur médecins (échelle de la douleur de l'Association de fibromyalgie de Québec)

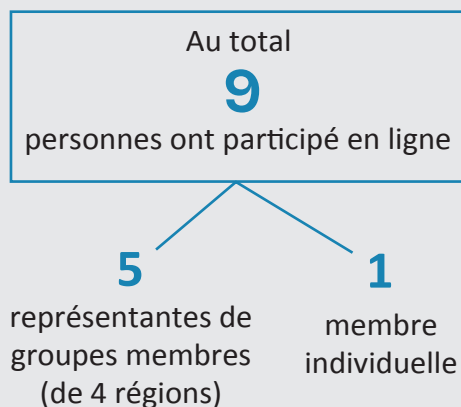
Assemblée générale annuelle (AGA) 2023-2024

Date : **19 septembre 2024**



Assemblée extraordinaire

Date : **18 mars 2025**



L'objectif de cette rencontre était de **proposer et voter le changement de dates de l'exercice financier (du 1er avril au 31 mars, plutôt que du 1er juillet au 30 juin)** afin de s'arrimer à l'agenda du financement de base ainsi que qu'à celui des adhésions annuelles des membres.

Lac-à-l'épaule équipe-CA du RQASF

Un lac-à-l'épaule équipe-CA a été organisé les 22 et 23 octobre 2024 afin de resserrer les liens entre ces deux entités essentielles à la réalisation de la mission du RQASF. Les objectifs spécifiques étaient de:



1. Partager une connaissance commune de l'historique et de la mission du RQASF ainsi que de l'approche globale et féministe de la santé
2. Se familiariser au Cadre de référence et à certains enjeux de la recherche 2024
3. Discuter des enjeux entourant le mot « femme » en vue d'un positionnement officiel du RQASF
4. Prendre connaissance des enjeux actuels en santé des femmes et réfléchir aux thèmes à prioriser, aux publics à rejoindre ainsi qu'aux stratégies pour ce faire

Cette rencontre, animée par Marie-France Robitaille, facilitatrice, s'est déroulée à la Maisonnnette des parents à Montréal. Ce fut l'occasion parfaite de discuter du rapport préliminaire de recherche *Approche globale et féministe de la santé au Québec : un état des lieux*, réalisé en collaboration avec l'Institut Simone-De Beauvoir de l'Université Concordia. Victoria Doudenkova, chercheure post-doctorale, avait présenté les principaux résultats de cette recherche sur le terrain lors du premier colloque en santé des femmes le 14 mars 2024.

Il fut par la suite décidé de conserver ce rapport comme l'un des jalons de la mise à jour du cadre de référence *Changeons de lunettes! Pour une approche globale et féministe de la santé (2008)*. Ce travail, qui n'a pu être terminé en raison des autres priorités d'action et du manque de ressources, se poursuivra donc au cours des deux prochaines années du plan triennal 2024-2027.

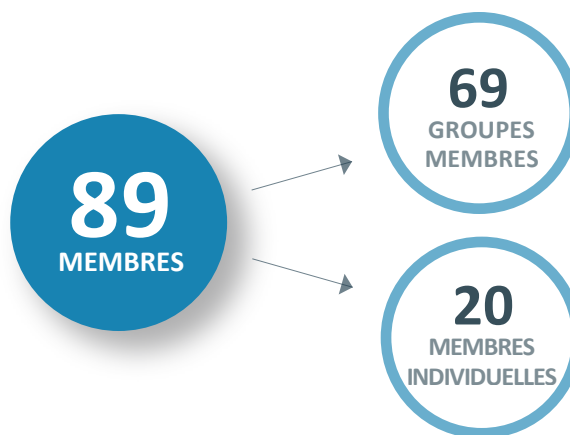
« Les participantes ont mentionné être très satisfaites de l'événement. Une des réussites de celui-ci nous semble être le développement du sentiment d'appartenance. Un objectif qui n'était pourtant pas nommé clairement dès le départ, mais qui semble le socle de plusieurs des objectifs nommés. Les mots "amitié" et "complices" furent employés par des participantes pour exprimer leur sentiment général résumant leur expérience. » (Lac-à-l'épaule, Résumé post-mortem)

Membres

Après avoir vécu un creux historique avec les années de la Covid-19, le nombre de membres a recommencé à croître ces deux dernières années. Un envoi postal de promotion des formations du RQASF, incluant trois nouvelles conférences au sujet des implants mammaires, a été destiné aux membres.

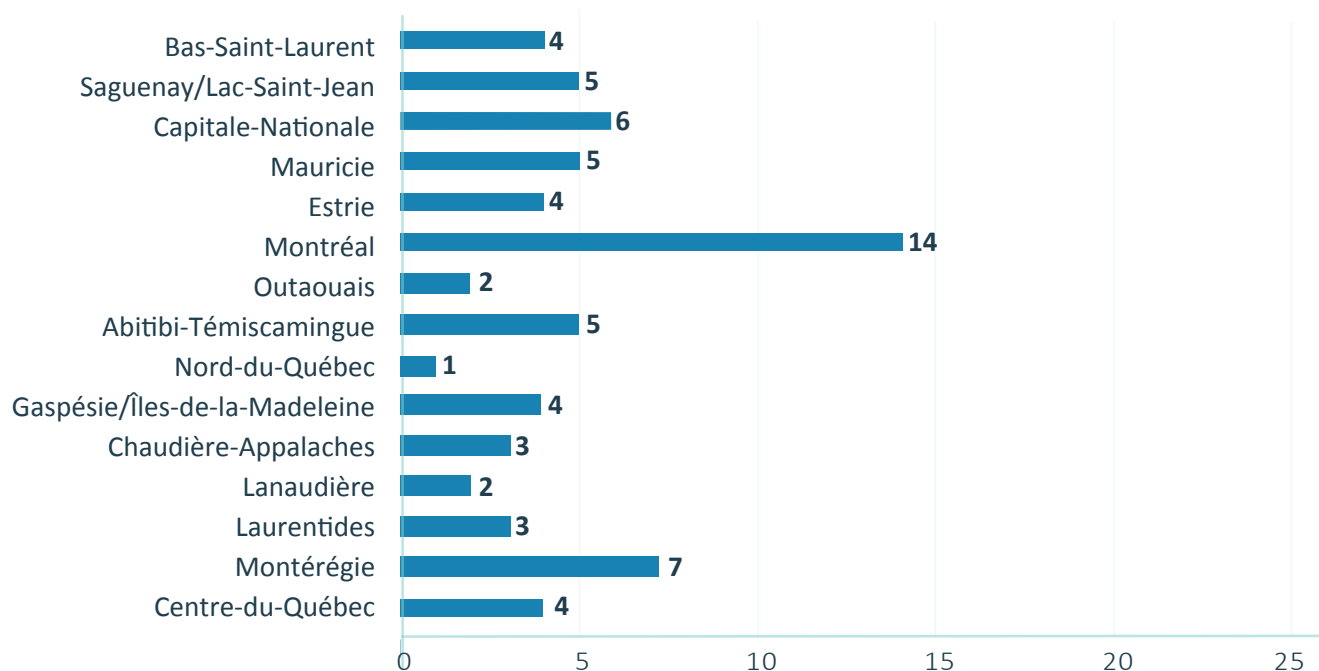
NOMBRE DE MEMBRES

Au 31 mars 2025, le RQASF comptait un total **89 membres**, dont **69 groupes membres** et **20 membres individuelles**, contre respectivement **57** et **20** lors de l'exercice précédent. **Augmentation de 12 membres** (77 l'année dernière).



RÉPARTITION DES MEMBRES

Nos groupes membres se retrouvent dans 15 régions du Québec.



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 et un poste est réservé à une travailleuse élue par l'équipe de travail, s'il y a plusieurs employées. Entre le 1er juillet 2024 et le 31 mars 2025, 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 relayée par Élise Brunot en septembre 2024
- **Isabelle Mimeault** (poste réservé aux travailleuses du RQASF) à partir de septembre 2024
- **Nathalie Babin** (administratrice), coordonnatrice de Centr'Elles, région de la Gaspésie-les-Îles-de-la-Madeleine
- **Gisèle Dallaire** (trésorière), coordonnatrice au RÉCIF-02, Table de concertation des groupes de femmes Saguenay-Lac-Saint-Jean, région du Saguenay-Lac-St-Jean
- **Stéphanie Gagnon** (secrétaire), coordinatrice clinique au Centre de Femmes du Pays Maria-Chapdelaine, région du Saguenay-Lac-St-Jean
- **Michèle Vincent Félix** (présidente), conférencière, formatrice et consultante en promotion de la santé, Présidente et Fondatrice d'Attitude Santé, membre individuelle, région de Montréal



Lydia Assayag



Élise Brunot



Isabelle Mimeault



Nathalie Babin



Gisèle Dallaire



Stéphanie Gagnon



Michèle Vincent Félix

Équipe de travail

L'équipe de travail se compose de 3 personnes :

De gauche à droite :

- **Isabelle Mimeault**, *Responsable de la recherche et formatrice*
- **Élise Brunot**, *Directrice*
- **Carole Lavallée**, *Adjointe administrative*



RESSOURCES CONTRACTUELLES

- **Robert Fournier**, *Soutien informatique*
- **Anny Marleau**, *Comptabilité*
- **Sylvie Taillefer**, *Soutien à l'organisation du colloque*

en+

Nous avons fait appel à l'entreprise ctrlweb pour la mise en conformité des témoins de confidentialité sur nos sites Web.

Accessibilité

Du lundi au vendredi, selon un horaire partagé entre le télétravail et la présence au bureau.

Bénévoles

Merci à nos rédactrices bénévoles (site Web principal) : **Julie Christie**, membre et partenaire du RQASF, Conférencière, Patiente-experte des implants mammaires, Fondatrice et directrice de *Santé mieux-être, ça commence par soi* ; **Marie-Ève Gagnon**, travailleuse à l'Association de Fibromyalgie de Québec (groupe membre) ; et **Julie Godin**, étudiante au doctorat à l'École de travail social, Université d'Ottawa

Merci à **Julie Christie**, partenaire du RQASF pour l'organisation de conférences à venir sur les implants mammaires et pour la réalisation d'entrevues sur cette thématique en 2024-2025.

Merci à nos bénévoles du « Comité de travail sur les maladies féminines invisibles » :

- **Nathalie Babin**, coordonnatrice, Centr'Elles (groupe membre région de la Gaspésie et membre du CA du RQASF)
- **Marie-Ève Gagnon**, travailleuse sociale, de l'Association de Fibromyalgie de Québec (groupe membre, région de la Capitale-Nationale)
- **Julie Godin**, étudiante au doctorat à l'École de travail social, Université d'Ottawa

Merci à **Simon Loury**, développeur Web, pour la maintenance et la mise à jour technique des sites Web.

ACTIVITÉS D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION

ACTIVITÉS D'INFORMATION ET DE SENSIBILISATION

Ateliers et conférences

Entre le 1er juillet 2024 et le 31 mars 2025, différentes organisations ont invité le RQASF à se déplacer, à 9 reprises, pour présenter des conférences et ateliers en personne sur différents thèmes. Une seule était en hybride. Un total de 930 personnes y ont participé, ce qui représente une augmentation par rapport à l'an passé bien que cette année financière soit écourtée de trois mois. Voici en détails comment se chiffre la participation (presque exclusivement des femmes) selon les thèmes et organisations bénéficiaires :



Balados



Il s'agit d'une nouveauté en 2024-2025 : différents médias ont sollicité le RQASF pour enregistrer des épisodes de balados dans ses champs d'expertise.

THÈMES ABORDÉS

- **Médicalisation**
« À la rencontre de la maternité » sur la médicalisation de la santé des femmes (grossesse, périnatalité), un balado de Claudine Pierre
- **Médicalisation du cycle menstruel, santé et équité menstruelles**
« Pour mieux vivre les menstruations » sur la médicalisation du cycle, la santé et de l'équité menstruelles, un balado de Marielle La Rue
- **Outils numériques et santé des femmes**
« Interfaces: l'expérience numérique des femmes », sur les enjeux de santé des femmes en lien avec le numérique, avec Mylène de Repentigny-Corbeil (directrice générale de Les 3 sex*) et Aïssatou Sidibé (présidente du CA de Vivre 100 Fibromes), un balado de Mélanie Millette (chercheuse UQAM, spécialiste des usages politiques des plateformes numériques, avec un regard féministe intersectionnel)
- **Santé sexuelle, menstruelle et reproductive**
Participation au balado "Balades féministes" de l'Institut de recherches et d'études féministes (UQAM) à l'occasion de la Foire féministe : féministes dans la cité.

Communications

820
Abonné·es

5
Numéros publiés
et envoyés
par courriel

LES RÉSEAUTÉES

Les Réseautées est notre bulletin d'information mensuel envoyé par courriel aux membres de l'organisation ainsi qu'aux personnes du grand public 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.



COMMUNICATION SPÉCIALE AUX MEMBRES & COMMUNIQUÉ DE PRESSE



Afin d'apporter notre soutien aux militantes qui demandent depuis des années que le 13 février devienne officiellement la *Journée de sensibilisation aux implants mammaires (Breast Implant Awareness Day)*, nous avons choisi cette date pour annoncer à nos membres (par le biais d'une communication spéciale) et au grand public (sur nos réseaux sociaux) **notre nouveau partenariat avec Julie Christie, membre individuelle du RQASF et patiente-experte des implants mammaires.**

Cette annonce était accompagnée d'un nouveau billet sur notre site principal (en français et en anglais) et de l'ajout de 3 trois conférences à notre catalogue.

À cette occasion, un communiqué de presse a été envoyé à 529 journalistes et a donné lieu à 2 entrevues avec les médias.

envoyé à
529
journalistes

2
Entrevues
avec les médias

ENVOI POSTAL AUX MEMBRES

Un envoi postal comprenant une carte de vœux personnalisée pour la nouvelle année, un dépliant de promotion des formations du RQASF et une brochure présentant les 3 nouvelles conférences au sujet des implants mammaires, a été destiné aux membres.



Sensibilisation sur les choix de chirurgies mammaires et leurs risques

Le 13 février est une journée pour éduquer et réfléchir !



Chères toutes, chers tous,

Le Réseau québécois d'action pour la santé des femmes (RQASF) est fier de s'associer à Julie Christie, patiente-experte des implants mammaires, pour soutenir les militantes qui demandent depuis des années que le 13 février devienne officiellement la *Journée de sensibilisation aux implants mammaires (Breast Implant Awareness Day)*.

Sites Web

Nous partageons habituellement les statistiques d'audience de chacun des sites, mais dans le contexte d'une période d'exercice raccourcie à 9 mois, cela n'est pas pertinent à titre de comparaison avec les années précédentes. Nous en faisons donc l'impasse pour cette année particulière.

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. Nous avons enregistré, en 9 mois, un total de 35 125 pages vues sur l'ensemble de nos sites Web.



TOP 10 DES ARTICLES CONSULTÉS

1. *Préménopause et ménopause : où s'arrête l'une, où commence l'autre*
2. *Physiologie de la ménopause: ce qui se passe dans le corps des femmes*
3. *Chirurgie génitale*
4. *Périménopause : gare à l'insulinorésistance. Les bénéfices d'une alimentation à indice glycémique bas*
5. *Ménopause : votre trousse santé*
6. *Bouffées de chaleur: saviez-vous que...*
7. *Vos fibromes vous incommode-t-ils ?*
8. *Outils - Campagne Rouge*
9. *L'invisibilité des douleurs féminines : le défi d'être crue dans le système médical*
10. *Diète cétogène et jeûne intermittent: une médecine*

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. Au cours de la (courte) année écoulée, **4 articles sont venus enrichir le site, dont 3 en collaboration avec nos membres.**



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

Le site "**Ménosecours**" vise à fournir de l'information et des ressources aux personnes 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. **Certains des articles qui y sont publiés font invariablement partie du Top 10 des articles les plus consultés chaque année.**



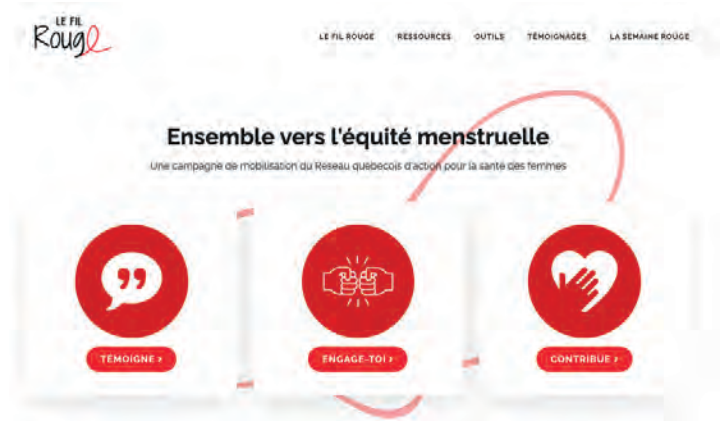
rqasf.qc.ca/campagnerouge/
Campagne Rouge

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. **En témoigne sa page "Outils", qui est la 8ème page la plus consultée sur l'ensemble de nos sites ces 9 derniers mois. sur ce site Web a enregistré une importante hausse.**

SITE

hors ligne
par manque
de mise à jour

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



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.



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. **La page consacrée à la chirurgie génitale est la 3ème plus consultée de l'ensemble de nos sites ces 9 derniers mois.**

**MISE À
JOUR**
amorcée

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

Un plan du nouveau site a été élaboré.

Réseaux sociaux

Nous avons annoncé officiellement à notre réseau, en début d'année, notre décision de supprimer notre compte X (sur lequel nous ne publions plus depuis un long moment déjà) et la création de nos comptes sur LinkedIn, Bluesky et Mastodon, au cas où nous décidions, à l'avenir, de quitter Meta.

Faute de ressources suffisantes en communication depuis le mois de juillet, il nous est impossible, pour l'instant, de développer nos réseaux sociaux autant que nous le souhaiterions, notamment en y partageant plus régulièrement les actualités de nos membres.



4 410
abonnements
+ 2,6 %



1 221
abonnements
+ 4 %

Entrevues dans les médias traditionnels

En cette brève année, le RQASF a été présent dans les médias traditionnels à **11 reprises**, en particulier au sujet de la santé et de l'équité menstruelles, de la charge mentale et des implants mammaires.

Présence dans
les médias à
11
reprises

- **Santé et équité menstruelle (4) :**
 - o « Douleurs à l'ovulation : un phénomène anodin ou pas ? », L'actualité (**370 vues sur leur site**)
 - o « Du poison dans les produits menstruels ? », Québec Science (**20 000 exemplaires vendus**)
 - o « Précarité menstruelle à Montréal : des aides méconnues, un besoin urgent », La Converse
- **Charge mentale :** 3 entrevues lors d'un événement soulignant le 8 mars à Baie-St-Paul, soit à la Télévision communautaire (Youtube) ; Le Charlevoisien (journal local) ; Média Photos Charlevoix
- **Implants mammaires :** 2 entrevues CTV News (Montréal); Radio CJAD 800 AM
- **Approches féministes en santé mentale :** « Le féminisme pour repenser la santé mentale », *La Gazette des femmes* (**795 vues sur leur site**)
- **Santé sexuelle et reproductive :** « Santé sexuelle et reproductive : où en sont les québécoises ? », *La Gazette des femmes* (**321 vues sur leur site**)

Nouvelles publications

SITE PRINCIPAL

En collaboration avec Marie-Ève Gagnon, de l'Association de fibromyalgie de Québec, membre du RQASF, et Julie Godin, étudiante au doctorat à l'École de travail social, Université d'Ottawa :

- « L'invisibilité des douleurs féminines : les défis d'être crues dans le système médical »
- « L'importance de maintenir les femmes fibromyalgiques en emploi »

En collaboration avec Julie Christie, membre et partenaire du RQASF, patiente-experte des implants mammaires :

- « Sensibilisation sur les choix de chirurgies mammaires et leurs risques : le 13 février est une journée pour éduquer et réfléchir »

Version anglaise: « Raising awareness about breast surgery choices and their risks: February 13 is a day to educate and reflect »

Par Isabelle Mimeault, responsable de la recherche et formatrice au RQASF, à l'occasion de la Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive :

- « Et vous, souffrez-vous d'une santé mentale positive ou négative ? »

Diffusion d'imprimés

699

publications
imprimées

offertes à l'occasion
des conférences en présentiel

Publication sur les réseaux sociaux, à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes :
« Le droit à la santé, c'est quoi ? L'approche féministe de la santé, c'est quoi ? »



ENGAGEMENT DU RQASF DANS LES MILIEUX



Au cours des 9 mois, le RQASF a entretenu plusieurs partenariats et collaborations, a participé à des activités de concertation et apporté son appui à diverses initiatives, a agi à titre de groupe ressource pour ses membres ou d'autres groupes ou associations, et enfin a assisté à plusieurs présentations et colloques.

Le RQASF est membre de...

- Coalition ÉduSex
- Coalition féministe contre la violence envers les femmes (CFVF)
- Coalition pour la pratique sage-femme (CPPSF)
- Co-Savoir
- G-13 (Groupe des 13)
- Ligue des droits et libertés
- Table des regroupements provinciaux des organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB)

Partenariat

- **Collectif Genre, santé et environnement** (Institut santé et société de l'UQAM & organismes communautaires) : participation à la création d'un balado sur la charge mentale
- **Institut santé et société (ISS) de l'UQAM** : participation à des réunions de travail sur la santé et la toxicité de l'environnement
- **Mouvement santé mentale Québec** : participation à une rencontre de concertation sur les enjeux des 5 prochaines années en promotion de la santé mentale pour le Mouvement santé mentale Québec 2026-2030 et collaboration au sondage préalable à cet événement
- **Secrétariat à la condition féminine (SCF)** : participation au forum des partenaires (incluant la tenue d'un kiosque), et en répondant à leur enquête visant à définir sa vision stratégique pour les prochaines années, et en répondant à leur enquête visant à définir sa vision stratégique
- **Seréna Québec et Geneviève Normandin** (membres du RQASF), sous la bannière de la Coalition ADO : élaboration de la troisième édition de La Semaine Rouge (apprivoiser les menstruations dans écoles secondaires)
- **Petit tiroir (Geneviève Normandin, membre du RQASF)** : soutien à la campagne de sociofinancement sur La Ruche et membre du Comité de révision scientifique du contenu des ateliers et des capsules vidéos sur la précarité menstruelle (à destination des jeunes)

LA
SEMAINE
ROUGE

Apprivoiser
les premières
menstruations

LA
COALITION
ADO

Concertation avec différents milieux de la société civile au sujet de grands enjeux politiques et sociaux actuels

- Avec divers organismes et syndicats : participation au webinaire « **La riposte au Plan de santé se poursuit** » (état des lieux de la situation et annonce du « **Grand rassemblement** » des 21 et 22 février)
- Avec 300 personnes de différents milieux (syndical, communautaire, médical, etc.) : participation au « **Grand rassemblement: Le privé, tout sauf santé** » réunissant une quinzaine de conférencier-ière-s du Québec, du Canada et de l'international
- Avec les membres du G-13 (regroupement informel d'organismes provinciaux féministes) : rencontres de concertation
- Avec des organisations communautaires féministes : participation au forum « **Transformations et dynamiques internes dans les organisations féministes** », organisé par l'UQAM, Action cancer du sein du Québec et Relais-Femmes

Concertation avec les ressources du milieu en faveur de la justice sociale et du droit à la santé

- Signature d'une lettre collective à l'initiative du groupe membre **Action cancer du sein du Québec** (ACSQ) concernant les négociations du traité de l'ONU sur les plastiques, pour des mesures visant à interdire la production des plastiques ainsi que l'exportation des déchets plastiques qui affectent de manière disproportionnée les communautés autochtones, racisées et les pays du Sud global
- Soutien à la mobilisation initiée par l'**Association nationale Femmes et Droit** (ANFD) contre le recours aux accusations d'"aliénation parentale" devant les tribunaux de la famille
- Signature de la Déclaration citoyenne commune : Le privé, tout sauf santé, suite au « Grand rassemblement » des 21 et 22 février 2025
- Signature d'une pétition destinée à l'Assemblée nationale initiée par la **Fédération québécoise pour le planning des naissances** (FQPN) pour l'accès gratuit à la contraception
- Soutien à la campagne en ligne, dans le cadre des 12 jours d'action contre la violence faite aux femmes, concernant les différentes formes de harcèlement subies par les femmes en milieu de travail, par le **Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement au travail de la province de Québec**
- Signature d'un communiqué de presse émis par la **Ligue des droits et des libertés** concernant le projet de loi 84, Loi sur l'intégration nationale, considéré comme une menace pour les droits humains de tous les Québécois-e-s, et en particulier pour les membres des minorités ethnoculturelles et les personnes issues de l'immigration
- Signature d'une pétition destinée à l'Assemblée nationale initiée par **Médecins du Monde** en faveur d'une couverture publique des soins de santé durant la période périnatale pour toutes les femmes enceintes vivant au Québec, indépendamment de leur statut migratoire
- Signature d'une lettre ouverte/solidaire à l'intention du collectif "Les Courageuses", initiative du **Regroupement québécois des centres d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel** (RQCALACS)
- Signature d'une lettre ouverte publiée dans Le Devoir, rédigée par le **RQCALACS** et le **CALACS BSL**, portant sur les violences sexuelles dans les écoles primaires et secondaires et sur l'importance de mettre en place une loi-cadre, solidairement aux arguments portés par le Collectif "La Voix des jeunes compte"

Groupe ressource

- Pour des femmes du grand public pour répondre à des questions sur des sujets divers tels **la ménopause (2), la chirurgie esthétique (2), les droits en santé mentale (1)** et pour référer des personnes du grand public à d'autres organisations dont des membres du RQASF
- Avec un organisme d'innovation sociale, non membre, Projet Exeko, à **la recherche de conseils pour la mise en place d'un congé menstruel au sein de l'organisme**
- Avec un organisme communautaire et un autre du milieu de l'éducation à la **recherche de documentation en promotion de la santé**
- Avec deux étudiantes en sciences humaines au Cégep au sujet de **l'hypersexualisation des jeunes filles** (entrevue)
Entrevue avec une étudiante en journalisme à l'UQAM pour un **dossier de recherche concernant la précarité menstruelle dans les écoles secondaires**

En 2024-2025, le RQASF a également suivi ou collaboré avec les organisations suivantes :

- Association pour la Santé Publique du Québec
- Coalition Solidarité Santé (CSS)
- Fédération Québécoise pour le planning des naissances (FQPN)
- Ligue des droits et libertés (LDL)
- Mouvement santé mentale Québec
- Observatoire des inégalités sociales
- Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ)

Conférences et colloques

- « **Briser les barrières : Faire progresser l'accessibilité et les droits de la personne pour les personnes atteintes de sensibilité chimique multiple (SCM)** », colloque, Association pour la santé environnementale du Québec
- « **Le sommeil dans tous ses états** », conférence, Faculté des arts et des sciences Université de Montréal
- « **Stress, régulation et adaptation : approche axée sur le trauma à propos de la dérégulation et de l'agression** », Katerine Maurer, Université McGill
- « **Pratiques en violence conjugale. S'unir pour gérer la complexité et favoriser la sécurité** », colloque Forensia: Centre de formation en santé mentale, justice et sécurité (Institut Philippe Pinel et autres)
- « **Vieillesse, santé mentale et respect des droits** », conférence, Jean-François Plouffe, Action autonomie, offerte par ACCÉSSS (Alliance des communautés culturelles pour l'égalité dans la santé et les services sociaux)
- « **Pourquoi les hommes ont-ils un faible taux d'utilisation des services en santé mentale formels?** », conférence, Regroupement des organismes pour hommes de Montréal (ROHIM)
Colloque régional montréalais en en santé et bien-être des hommes, ROHIM

LISTE DES GROUPES MEMBRES

The background of the page is a photograph showing several hands reaching upwards towards the top of the frame. The hands are positioned at various heights and angles, creating a sense of reaching or striving. The background is a clear, light blue sky.

LISTE DES GROUPES MEMBRES

A

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

C

- CALACS L'Espoir des Îles
- CALACS L'étoile du Nord
- CALACS Entraid'Action
- Centrale des syndicats du Québec (CSQ)
- Centre d'action Sida Montréal-Femmes
- Centre d'éducation et d'action des femmes de Montréal (CÉAF)
- (Le) Centre d'Entraide La Destinée
- Centre de femmes Au Quatre-Temps
- Centre de femmes de Shawinigan
- Centre de femmes du Pays de Maria-Chapdelaine
- Centre de Femmes l'Érige
- Centre de femmes La Marg'Elle
- Centre de Femmes La Source
- Centre de femmes l'Autonomie en soiE
- Centre de Femmes Les Elles du Nord
- Centre de femmes L'Essentielle
- Centre de femmes Liber' Elles
- Centre de femmes Marie-Dupuis
- Centre de santé de femmes de la Mauricie
- Centre de santé des femmes de Montréal (CSFM)
- Centre des femmes de Charlevoix
- Centre des Femmes de la Basse-Ville (CFBV)
- Centre des Femmes du Ô Pays

C

- Centre des femmes du Témiscouata
- Centre des femmes l'Héritage
- Centre Entre-Femmes Rouyn-Noranda
- Centre Femmes d'aujourd'hui
- Centre-Femmes de Bellechasse
- Centre femmes de La Mitis
- Centre-Femmes de Lotbinière
- Centre-Femmes de Rimouski
- Le Centre Femmes des Cantons (La Collective Par et Pour Elle inc.)
- Centre Femmes Entre-Elles
- Centre Louise-Amélie
- Centre Rayons de femmes Thérèse de Blainville
- Centre Ressources pour femmes de Beauport (CRFB)
- Centr'Elles, Comité d'action des femmes d'Avignon

E

- Écho des femmes de la Petite Patrie
- Élixir ou l'Assuétude d'Ève
- Endométriose Québec

F

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

H

- Halte-Femmes de Montréal-Nord

L

- La Collective des femmes de Nicolet et région
- La Maison d'Ariane
- La Marie Debout – Centre d'éducation des Femmes

M

- Maison d'aide et d'hébergement l'Accalmie
- Maison des femmes de Drummondville
- Maison des femmes des Bois-Francs
- Mouvement pour l'autonomie dans l'enfantement

P

- Point d'Appui CALACS

R

- Récif 02 Table de concertation des groupes de femmes Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Regroupement des femmes de l'Abitibi-Témiscamingue
- Regroupement des groupes de femmes de la région de la Capitale-Nationale (Portneuf – Québec – Charlevoix)
- Ressources-Femmes de la région d'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, 1er étage
Montréal, Québec, H2G 2J6
514-877-3189

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