

**Toute l'équipe du  
Centre de femmes  
l'Essentielle  
vous remercie de  
votre solidarité et de  
votre contribution!**



**L'Essentielle a  
besoin de vous!**



**Centre de femmes  
l'Essentielle**

### **AmiEs de L'ESSENTIELLE**

**Il est possible de faire une différence. Soyez solidaires de l'Essentielle et des femmes de votre communauté. Aidez-nous à créer la vague!**

Nous vivons dans un contexte socio-économique d'appauvrissement de la population. En raison des coupures dans les services publics et les programmes sociaux, de la tarification et la privatisation grandissantes en santé et services sociaux, cette conjoncture a des impacts différenciés sur les sexes et touche doublement les femmes. De plus, comme organisme, nous nous retrouvons en situation de sous-financement. En effet, le financement que nous recevons pour notre budget d'opération est nettement insuffisant pour répondre adéquatement à notre mission et aux besoins croissants des femmes.

### **CONTRIBUER À LA VAGUE DE SOLIDARITÉ: FAITES UN DON!**

L'Essentielle a besoin de vous. Votre **soutien financier** nous permet de poursuivre nos actions et d'aller encore plus loin. Posez un geste pour gonfler la vague de solidarité dans votre communauté: **FAITES UN DON!**

En vous associant à l'Essentielle, vous agissez avec nous sur les conditions de vie des femmes du territoire. Et s'il s'agissait de votre sœur, de votre mère, de votre amie ou de votre voisine qui avait besoin de notre support? Pour l'Essentielle, chaque contribution est importante car derrière chaque don, il y a votre appui à la vie du Centre.

### **SEULE, C'EST DIFFICILE... ENSEMBLE, TOUT EST POSSIBLE!**

Lorsque survient un épisode difficile, la présence de ressources telles que l'Essentielle s'avère une porte de sortie à l'isolement. Au Centre, il est possible de trouver un espace d'éducation, d'écoute, de solidarité et d'entraide qui peut faire une différence. Il est aussi possible de s'informer et de poser des gestes pour contrer la pauvreté et les inégalités sociales. C'est aussi un lieu pour faire entendre sa voix et être en action. La **gratuité** de nos services et activités permet à toutes les femmes de pouvoir en bénéficier.

Ancrée dans son milieu, l'Essentielle contribue à tisser des liens de solidarité et à créer la vague pour améliorer les conditions de vie des femmes de notre communauté. En voici des exemples :

- nous avons reçu 1472 demandes d'aide et de service en 2017-2018;
- nous avons recensé 1332 participations des femmes aux diverses activités du Centre, soit une moyenne de 55 participations par semaine;
- nous sommes impliquées sur différents comités pour améliorer les conditions de vie des femmes et de la communauté, tels que le Comité de lutte à la pauvreté (CLAP), la Table de concertation en solidarité alimentaire et le Regroupement pour le développement social de la Vallée (RDSV).

*Merci de votre solidarité! Et merci de nous aider à garder notre mission vivante!*

L'équipe du conseil d'administration

*Joanie Cloutier, JC Chayer, Julia Jauregui, Mary Pennefather, Kimberley Plante, Marie-Josée Tétreault, Maryse Durand et Marie-France Lamarche*

## NOTRE MISSION

Le Centre de femmes l'Essentielle est un organisme sans but lucratif créé en 1986 sur l'initiative de quatre femmes de Beloeil et de Mont-Saint-Hilaire. La **mission de l'Essentielle** est d'offrir aux femmes un lieu d'appartenance, un réseau d'éducation et d'action afin de promouvoir l'accès à l'autonomie et aux rapports égaux par la prise en charge individuelle et collective. **Nous travaillons avec et pour les femmes à briser leur isolement, à accroître leur propre pouvoir et à diminuer les effets nocifs de l'appauvrissement et de la violence faite aux femmes.**

L'Essentielle est ouvert aux femmes, quel que soit leurs besoins, leur âge, leur état civil, leur nationalité ou leur orientation sexuelle. Les activités du Centre sont gratuites.

Les principaux défis rencontrés par les femmes qui font appel à nous sont essentiellement l'isolement, la violence, la pauvreté et la détresse psychologique. **De plus, près d'une femme sur trois fréquentant l'Essentielle a un revenu se situant au niveau du seuil de faible revenu ou en deçà (15 000\$ et moins).** De plus, le nombre de situations où les femmes vivent une multitude de problèmes de façon simultanée reste préoccupant.

## NOS MANDATS

### Services :

Écoute et référence sur place ou au téléphone, information, centre de documentation, salle informatique.

*« Un environnement chaleureux, accueillant, respectueux où on peut être sans jugement. »*  
Une participante

### Activités éducatives :

Cafés-rencontres, ateliers d'auto-défense, groupes d'entraide, divers ateliers permettant d'accroître l'estime et la confiance en soi afin de prendre du pouvoir sur sa vie.

*« Ça me donne des outils pour passer à l'action. »*  
Une participante

### Actions collectives:

Comités de travail et organisation de diverses actions spécifiques telles que la Journée internationale des femmes, le 6 décembre, etc. Ces actions visent à favoriser la participation des femmes à la vie du Centre et dans leur milieu dans une perspective de justice sociale et d'égalité.

*« On ne vient pas juste ici pour apprendre mais aussi pour se mettre en action et partager notre savoir. »*  
Une participante

## NOS OBJECTIFS

- ◆ **Accueillir, soutenir et aider** des femmes seules ou isolées, confrontées à des situations difficiles;
- ◆ **Favoriser** le développement de l'autonomie des femmes tant au plan individuel que collectif;
- ◆ **Sensibiliser** les participantes et la population locale aux enjeux sociaux et de condition féminine;
- ◆ **Soutenir et défendre** les intérêts et droits des femmes, particulièrement celles en situation de pauvreté.

## HORAIRE

L'Essentielle est ouvert du lundi au jeudi de 8h30 à 16h30. Il est fermé les lundis après-midis pour la réunion d'équipe et entre 12h00 et 13h15 à l'exception des mercredis où il est possible de dîner sur place en apportant votre lunch.

**C e n t r e d e f e m m e s**  
**l ' E s s e n t i e l l e**

**231, rue Brillon  
Beloeil, QC  
J3G 2T5**

**Téléphone : 450-467-3418  
Télécopie : 450-467-1749  
Site web: [www.cfessentielle.org](http://www.cfessentielle.org)  
Courriel : [essentielle@videotron.ca](mailto:essentielle@videotron.ca)**



## DON POUR LE CENTRE DE FEMMES L'ESSENTIELLE

231, rue Brillon, Beloeil J3G 2T5 Numéro de charité : 391451

Un don de : 15 \$  30 \$  60 \$  Autre don : \_\_\_\_\_

Je désire recevoir un reçu pour fin d'impôt :   
Je désire recevoir les faits saillants annuels :

Nom : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_



*Le Centre de femmes l'Essentielle vous remercie chaleureusement de votre appui.*