

# DES PETITES ACTIONS QUI ONT UN GRAND IMPACT



## Des Cours Qui Changent Une Vie

Le club des filles merveilleuses, un club créé en 2021 dans le cadre de notre projet auprès des jeunes, a pour but d'instaurer un sentiment de leadership chez les filles; leur donner ce sentiment d'être en contrôle, d'avoir le pouvoir sur les événements de leurs vies et non pas de les subir. Des objectifs que les cours d'auto-défense, commencés en novembre et se terminant à la fin du mois de janvier, atteignent avec brio.

Les cours d'auto-défense créent l'assurance d'être en possession de tous ses moyens, ce sentiment qui permet d'anticiper les situations négatives et de trouver des solutions pour y remédier. A première vue, ces cours peuvent sembler être axés sur le bien-être physique. Bien que non négligeable, le bien-être physique n'est pas le seul bénéfice de ce cours pour nos bénéficiaires. Ces cours ont une plus grande portée. Maîtriser ces mouvements d'auto-défense permettent aux filles de voir qu'elles peuvent avoir la maîtrise de leurs corps; cela permet de lutter contre cette mauvaise image corporelle dont souffre 50% des adolescentes au Canada.

L'assurance, la confiance en soi et la force de caractère avec lesquelles ces filles sortiront de ces cours seront le socle de leurs futurs succès.



Quand on sait que le nombre des femmes en poste d'autorité au Canada et au Québec n'est pas élevé, il est important dès aujourd'hui de préparer ces futures femmes pour qu'elles prennent leur place et qu'elles continuent à défoncer ce plafond de verre que d'autres ont commencé à défoncer avant elles.

### Faits saillants du bulletin d'information

---

DES COURS QUI  
CHANGENT UNE VIE

---

UN COURS QUI PEUT  
FAIRE TOUTE LA  
DIFFÉRENCE

---

DES ATELIERS POUR  
ÉCHANGER AFIN DE  
S'ACCEPTER  
MUTUELLEMENT

---

English Conversations FREE/  
Conversations anglaises GRATUIT

Un espace dans lequel vous avez pratiqué votre anglais durant l'été/automne 2022.

\* Required

Prénom et Nom \*

Your answer

## Un cours qui peut faire toute la différence

Selon des statistiques datant de 2016, il existait un écart de treize (13) points entre le taux d'emploi à temps plein chez les femmes immigrantes et les femmes nées au Québec; celui de ces dernières étant de 83% comparé à 69% chez les femmes immigrantes. Bien que de nombreuses raisons peuvent expliquer cette différence, l'exigence du bilinguisme ou de l'anglais dans 26% des emplois dans la province pourrait en être une. Beaucoup de femmes immigrantes qui arrivent au Québec sont francophones ou allophones. Et à cet obstacle du bilinguisme pour leur insertion sur le marché du travail, s'ajoute la non reconnaissance de leurs diplômes, la conciliation travail famille et bien entendu la discrimination.

Pour alléger le parcours d'intégration professionnelle de ces femmes immigrantes, acte d'Amour a décidé de leur offrir des cours d'anglais. Ces cours ont commencé en août 2022 et la prochaine cohorte se prépare déjà pour leur rentrée en février. Et toujours dans l'optique de faciliter cette préparation en emploi, nous leur offrons ces cours de façon virtuelle; elles n'ont donc pas à se déplacer et peuvent ainsi concilier leur vie de famille et leurs cours d'anglais. Nous souhaitons beaucoup de succès à ces femmes et nous sommes convaincus qu'elles ont un avenir brillant devant elles. Ce sont des femmes qui vont surement contribuer à l'essor économique du Québec et faire de la belle province un acteur majeur sur la scène internationale en matière d'innovation.

Nous n'hésitons pas à créer de nouveaux services pour répondre aux besoins des femmes immigrantes; ce cours d'anglais en est un bon exemple. Mais il arrive que des femmes aient des problématiques plus spécifiques. Dans de tels cas, nous les référons vers d'autres organismes qui sauront mieux les accompagner. Notre but c'est de permettre à chaque femme de s'accomplir pleinement!

# Des ateliers pour Échanger afin de S'Accepter Mutuellement



Les débats sur le racisme sont devenus monnaie courante au Québec; certains débattent pour nier son existence, d'autres pour le généraliser à l'ensemble de la population québécoise. Acte d'Amour a essayé de trouver un équilibre pour aborder ce sujet sensible, qui doit être mis sur les tables de discussion, mais avec délicatesse et intelligence. C'est pourquoi nous avons commencé en Estrie une série de tables rondes nommées espace d'échanges et de discussions pour tisser des liens. Le but étant de trouver ensemble des solutions pour lutter contre le racisme et la discrimination.

La Table des Groupes de Femmes de Montréal (TGFM), un réseau d'organismes réunissant des femmes de toute origine qui se mettent ensemble afin de lutter pour les droits des femmes, est un excellent exemple de ce que peuvent accomplir des personnes qui décident de mettre de côté leurs différences et de travailler ensemble pour le bien commun. Acte d'Amour est fier d'en faire désormais partie.

A chaque réunion, ce sont des personnes d'horizons différentes qui se réunissent pour partager leurs expériences de vie liées à la discrimination, leurs malaises, leurs incompréhensions, et tout cela dans une atmosphère de profond respect. Toutes les personnes présentes lors de ces réunions ne sont animées que d'un seul objectif: promouvoir un vivre-ensemble dans lequel chacun trouve sa place et son épanouissement. Une façon concrète d'atteindre cet épanouissement est de s'assurer que les besoins primaires de tous soient comblés. Il s'est donc créé une chaîne de solidarité dans laquelle de généreux donateurs donnent continuellement nourriture, vêtements et équipements dans le but d'alléger l'installation dans le pays des familles nouvellement arrivées. C'est aussi ça échanger afin de s'accepter mutuellement.