

PrésentEs!

Webzine de l'AFFC

À tout âge et en action :
vivre et vieillir en
francophonie



ALLIANCE DES FEMMES DE LA
FRANCOPHONIE CANADIENNE

Mot de la rédactrice en chef

Chères lectrices,

Nous sommes emballées de vous présenter cette toute dernière édition du webzine *PrésentEs!* consacrée aux femmes aînées francophones et acadiennes, ces femmes qui façonnent et qui contribuent au rayonnement de nos communautés.

Chaque article, chaque texte, chaque témoignage est le résultat d'un travail collectif de toute l'équipe de l'AFFC. Dans cette édition nous avons voulu vous offrir des contenus variés et captivants : des récits de vie émouvants, des conseils pratiques, des portraits inspirants et bien plus encore.

Un grand merci à toutes celles qui ont partagé leurs histoires avec nous et à nos partenaires qui ont contribué à la réalisation de cette édition. À vous lectrices, nous espérons que vous prendrez autant de plaisir à lire ce numéro que nous en avons eu à le créer. Alors, installez-vous confortablement et laissez-vous emporter par ces histoires qui célèbrent la force, la beauté et la vitalité des femmes aînées francophones.

Bonne lecture!

L'équipe de l'AFFC

Cette édition du webzine *PrésentEs!* est disponible, tout comme les numéros antérieurs, sur le site Web de l'Alliance des femmes de la francophonie canadienne à : affc.ca/projets/presentes/.

POUR PLUS D'INFORMATION :

Alliance des femmes de la francophonie canadienne
450 rue Rideau, bureau 302, Ottawa, ON K1N 5Z4
Tél. : 613-241-3500, Courriel : recherches@affc.ca
Site Web : affc.ca

© Alliance des femmes de la francophonie canadienne, Ottawa, ON, Canada, juillet 2024
Édité par l'Alliance des femmes de la francophonie canadienne
Numéro de l'accord de publication : ISSN 2562-4342

Les vues et les opinions exprimées dans cette publication sont celles des auteur·e·s et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Alliance des femmes de la francophonie canadienne.

COLLABORATION :

Rédaction en chef : Coralie Barrette
Conception et mise en page : Alexandra Lafontaine
Révision : Johanne Laurent, Alexandra Lafontaine
Entrevues : Mona Audet, Najat Ghannou et Isabelle McKee-Allain
Recherches : Coralie Barrette
Contribution : Josée Benoît, Lisa Boisneault, Éliane Collin, Jessica Dupuis, Dre Samira ElAtia, Komla Essiomle, Leticia Nadler Gomez, Suzanne Kennely, Myriam Romanin, Jacinthe Savard et Pamela Yengayenge
Infographie : GReFoPS
Photos : Pixabay.com, unsplash.com, pexels.com



Table des matières



05

Quoi de neuf à l'AFFC?

09

Membres en lumière

14

À découvrir

28

À vous la parole

56

PrésentEs! et Actuelles

71

Divertissement



PrésentEs!

Webzine de l'AFFC

APPELS À CONTRIBUTION

Prochaines éditions

100 ans de l'Aviation royale canadienne

Date limite : 8 novembre 2024

Ces thèmes vous inspirent? Contribuez aux prochaines éditions en nous soumettant un **texte** (850 mots), un **témoignage** (500 mots), une **œuvre visuelle** (.jpeg ou .png), un **poème** ou le nom d'une organisation en lien avec la thématique choisie. Faites-nous parvenir votre contribution via [ce formulaire](#).



Quoi de neuf à l'AFFC?

Comparution devant le Comité sénatorial permanent des langues officielles

L'AFFC a été invitée à comparaître devant le comité sénatorial permanent des langues officielles le 6 mai dernier à l'occasion de l'étude sur la santé dans la langue de la minorité. Lors de son intervention, l'AFFC a notamment mis l'accent sur l'accessibilité des services de santé pour les femmes francophones. Six recommandations ont été émises, soulignant particulièrement le manque de données et la nécessité de recherche, ainsi que l'importance de développer une stratégie nationale pour la santé des femmes francophones.

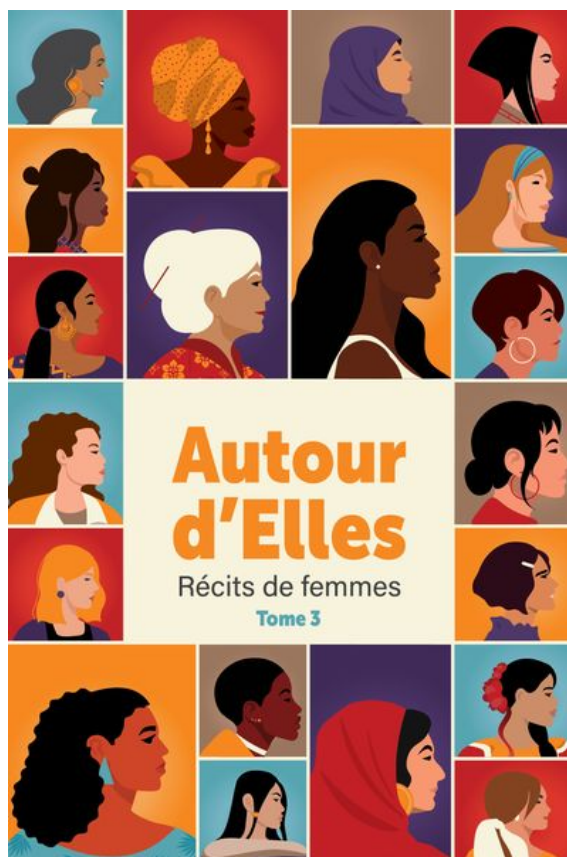


Promotion de l'étude sur les femmes francophones et acadiennes

Le 29 mai dernier, l'AFFC a été invitée à présenter son étude sur les besoins des femmes immigrantes francophones devant le ministère de la Justice lors d'une réunion du comité consultatif pour l'accès à la justice. Il y a eu un fort engouement des personnes présentes envers les recommandations et besoins mis de l'avant dans l'étude.

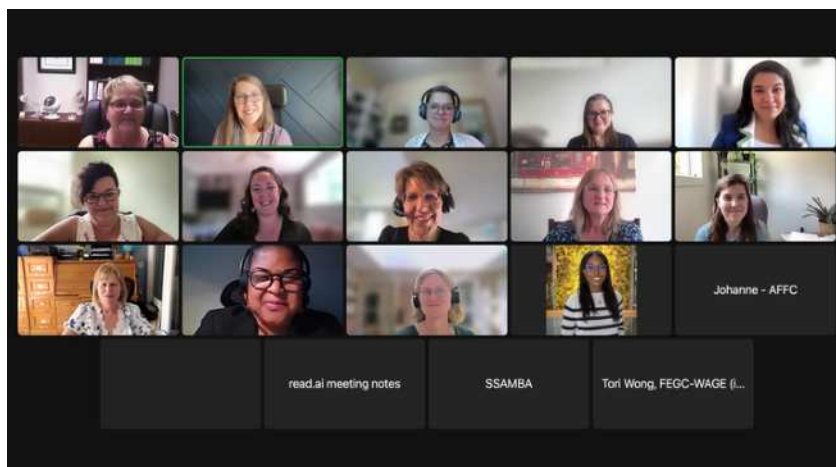
Lancement du recueil *Autour d'Elles : Récits de femmes, tome 3*

C'est le 14 juin dernier que le tome 3 du recueil de textes *Autour d'Elles : Récits de femmes* a été publié. Pour l'occasion, les autrices participantes ont assisté à l'événement de lancement et ont partagé leur expérience. Le tome 3 met de l'avant les parcours d'immigrations de 11 femmes issues des communautés francophones du Nouveau-Brunswick, de la Nouvelle-Écosse et de l'Île-du-Prince-Édouard.



Rencontre annuelle conjointe FEGC-AFFC

La rencontre annuelle conjointe entre le ministère des Femmes et de l'Égalité des genres (FEGC) et le réseau de l'AFFC a eu lieu le 18 juin dernier. Lors de cette rencontre, les membres de l'AFFC ont pu faire valoir les priorités et défis du réseau auprès de la sous-ministre et de son équipe. À leur tour, les membres de l'AFFC ont pu discuter autour des thèmes de l'ACS+ et du Plan d'action national pour mettre fin à la violence fondée sur le sexe.



Prix du Réseau des femmes parlementaires

L'AFFC a été honorée de recevoir le prix du Réseau des femmes parlementaires francophones à l'occasion de la session plénière de l'Assemblée parlementaire de la francophonie (APF). Ce prix est remis à une personne physique ou morale qui œuvre pour la promotion de l'égalité entre les genres au sein de la francophonie. La réception de la 2e édition du prix est une marque de reconnaissance de notre implication et dévouement pour la promotion de l'égalité entre les genres.





Membres en lumière

Fédération des femmes acadiennes de la Nouvelle-Écosse



Fédération des femmes acadiennes
de la Nouvelle-Écosse

Ici en Nouvelle-Écosse, nous avons eu la chance l'année dernière de célébrer le 40^e anniversaire de la fondation de la Fédération des femmes acadiennes de la Nouvelle-Écosse (FFANE). Nous avons mis en lumière pas une, mais plusieurs femmes aînées, pour les faire briller de mille feux en soulignant leur travail à sa juste valeur en tant que bâtisseuses et *leadeuses* de la FFANE depuis 1983.

En plus des activités phares inspirantes, il y avait la table des panélistes composée d'anciennes directrices générales et le partage de vidéos des anciennes présidentes. Ces moments contribuent grandement à la transmission intergénérationnelle en racontant les événements passés dont il faut se rappeler. Les femmes aînées en Nouvelle-Écosse ont partagé généreusement leurs expériences, leur bout d'histoire et la fierté de leur origine avec les jeunes invitées à cette rencontre en présentiel.

Chaque année lors de nos rassemblements, nous présentons notre patrimoine artisanal à travers de petits projets, des recettes traditionnelles ou des récits de vie. Les moments d'échanges intergénérationnels de ces rassemblements créent des ponts de collaboration et préserve un patrimoine immatériel précieux.

Nous remarquons qu'au cœur de ces rencontres se tissent des fils conducteurs : la valorisation du rôle des femmes aînées dans la préservation et la transmission de la culture acadienne et francophone en milieu minoritaire. Leurs récits offrent des leçons de vie inestimables et inspirent les nouvelles générations à embrasser leur héritage avec fierté.

En encourageant les femmes aînées à s'impliquer activement dans la vie communautaire, les jeunes femmes jouent un rôle actif dans la construction d'un avenir francophone durable et inclusif en Nouvelle-Écosse.

L'Union culturelle des Franco-Ontariennes



Les aînées, au cœur de l'UCFO

Qu'est-ce que l'UCFO?

L'Union culturelle des Franco-Ontariennes (UCFO), un organisme provincial se consacrant à améliorer les conditions de vie des femmes francophones de l'Ontario, met en place chaque année plusieurs projets pour les aînées. Les différents mandats ont tous pour objectif de favoriser la langue française pour les femmes de l'Ontario, mais ils sont souvent orientés vers les aînées. Les projets sont développés parfois dans le but de les outiller, et parfois dans le but de promouvoir leur savoir-faire si précieux et d'en assurer la pérennité auprès de la population plus jeune ou immigrante.

La vision de l'organisme

Forte, autonome, inclusive et leader dans la société, l'UCFO est la voix des femmes francophones de l'Ontario dont le but est de faciliter l'épanouissement de la femme tout en favorisant son autonomie. Que ce soit pour l'entrepreneuriat, l'artisanat ou pour l'entraide, l'UCFO assume un rôle de porte-parole dans le contexte linguistique propre à ses membres tout en assurant la liaison avec d'autres œuvres, établissements ou organismes de bienfaisance qui poursuivent des objectifs analogues aux siens.

Des projets pour les aînées

Vivre comme personne aidante

Le projet *Vivre comme personne aidante* est au cœur des activités de l'organisme depuis plusieurs années. Son but? Outiller les personnes aidantes afin de prendre soin de leur personne aidée et de leur santé également. Sur le site Internet, on retrouve notamment un [guide pour personnes aidantes](#), un [répertoire des services disponibles](#) dans les différentes régions de l'Ontario et plusieurs vidéos de support permettent de mieux comprendre certaines maladies ou comportements, par exemple. Un réseau a également été développé pour que les personnes aidantes puissent discuter et échanger sur certains sujets avec des animatrices formées. Un groupe Facebook permet à ces femmes de maintenir ce réseau et poursuivre les échanges à l'extérieur des rencontres. Ces ressources sont mises à disposition en raison de l'importance du travail effectué par ces personnes aidantes et l'intention de les soutenir pour s'assurer qu'elles prennent également soin d'elles-mêmes. Ce projet est possible grâce à l'aide financière des projets communautaires pour l'inclusion des aînés.

Améliorer ses ressources financières

L'UCFO a également développé le projet *Améliorer ses ressources financières* pour permettre aux aînées d'acquérir une meilleure compréhension de la littératie financière. Ainsi, elles peuvent développer une meilleure autonomie dans la gestion de leur finance et même apprendre quelques trucs pour détecter les fraudes potentielles, qui malheureusement, font désormais partie du quotidien et prennent souvent pour cible des personnes âgées. Le projet consiste en plusieurs capsules d'informations développées à la suite d'une présentation donnée aux membres lors du congrès annuel. Jusqu'à maintenant, cinq vidéos sont mises à la disposition des membres sur le site Internet et la page Facebook de l'UCFO. Après la présentation offerte aux membres lors du congrès 2024, le projet se poursuit avec une nouvelle série de capsules rendues disponibles au cours de l'année. Les membres sont encouragées à diffuser ces capsules auprès d'aînées vulnérables en milieu rural et éloigné. Le programme *Nouveaux horizons pour les aînés* fournit le soutien financier pour ce projet.

D'autres projets intéressants!

Notre patrimoine franco-ontarien

Outre ces deux projets principaux, l'équipe suggère chaque année de nouvelles idées pour aider les femmes francophones de l'Ontario ainsi que pour faire la promotion des arts et de la culture du patrimoine franco-ontarien. C'est l'objectif du projet *Notre patrimoine franco-ontarien* pour lequel les membres ont préparé des tutoriels pour faire rayonner la culture et démontrer comment réaliser certains projets artistiques! Ces vidéos sont en français et peuvent être consultées à partir du site Internet, des réseaux sociaux et de la [chaîne YouTube](#) afin de permettre une plus grande accessibilité. Afin d'amener encore plus loin la promotion de la culture et du savoir-faire, l'UCFO est en processus de création d'une boutique en ligne où les artistes pourront mettre en vente des articles qu'elles ont elles-mêmes créés !

Autres initiatives

D'autres initiatives ont également été mises en place dans les années passées afin de promouvoir et soutenir l'entrepreneuriat des femmes francophones de l'Ontario. Le projet *Grand-maman, es-tu encore jeune ?* avait pour but de contrer l'isolement, particulièrement dans la période de pandémie, en offrant des outils pour développer les connaissances et compétences informatiques. Les aînées pouvaient ainsi se familiariser avec les outils de communication numériques.

L'UCFO met également sur son site Internet de l'information sur des projets partenaires tout aussi intéressants et divertissants mettant en lumière d'autres organismes à connaître. Vous pourrez également retrouver un [répertoire de coordonnées](#) de femmes entrepreneures francophones de l'Ontario d'où vous pourrez accéder à leur site Internet ou leurs réseaux sociaux !

Des avantages pour les membres

La direction de l'Union culturelle des Franco-Ontariennes est toujours en quête d'avantages pour ses membres. En ce moment, une entente avec IRIS donne des rabais exclusifs sur les produits et services. L'organisme recrute toute l'année de nouvelles membres qui souhaitent faire partie d'une communauté qui a beaucoup à leur offrir et à apprendre. Jetez un coup d'œil à nos réseaux sociaux et notre [site Internet](#) qui contient un espace membre.





À découvrir

Un portrait de la Fédération des aînées et aînés francophones du Canada

Par Myriam Romanin

Directrice des communications,
Fédération des aînées et aînés francophones
du Canada

Alors que l'espérance de vie augmente rapidement dans notre société, vieillir et le « comment vieillir » devient une question prioritaire. Cette évolution démographique a des répercussions dans presque tous les secteurs de la société et nécessite des ajustements dans les politiques sociales et de santé, ainsi que dans les infrastructures urbaines et les services communautaires. De plus, le profil des personnes aînées a aussi changé. Aujourd'hui, elles aspirent à rester actives le plus longtemps possible. Elles souhaitent également avoir la possibilité de vieillir chez elles, dans leur environnement et au sein de leur communauté. D'autre part, elles insistent que l'on respecte leur droit à l'autodétermination et qu'on cesse de les remettre en question.

C'est dans cet environnement que la Fédération des aînées et aînés francophones du Canada (FAAFC) évolue. Elle s'efforce d'appuyer et de soutenir les personnes aînées francophones en milieu minoritaire. Plus précisément, la FAAFC est un organisme national créé en 1992 et qui compte 11 associations et fédérations membres provinciales et territoriales d'aînés francophones à travers le pays. Grâce à divers projets et initiatives, elle appuie ses membres dans leur développement et dans la prestation des services aux aînées et aînés francophones. De plus, elle joue un rôle crucial dans la défense des droits et intérêts des personnes aînées francophones auprès du public canadien et des différentes instances gouvernementales du pays. Elle participe à des consultations et des dialogues politiques pour influencer les politiques sur des questions importantes pour les aînées et aînés francophones vivant en milieu minoritaire afin d'améliorer leurs conditions de vie, valoriser leur contribution à la société canadienne de façon à leur permettre de s'épanouir pleinement dans leur langue et leur culture.

Projets et initiatives phares

Bien vieillir chez soi

[Site Web du projet](#)

Issue des nombreuses demandes formulées par les personnes âgées rencontrées dans les dernières années et qui souhaitent rester chez elles le plus longtemps possible, dans une collectivité qui les soutient, l'initiative « Bien vieillir chez soi » vise à assurer le déploiement de services de soutien à domicile pour les personnes âgées francophones en situation linguistique minoritaire.

« Bien vieillir chez soi » est offert aux personnes âgées francophones vulnérables, à faible revenu et leur permet d'avoir accès à des services en français dans des communautés où ces services sont souvent inexistants ou non offerts. Ces services comprennent des visites amicales, le transport bénévole, des petits travaux d'entretien, l'exécution de tâches domestiques, du jardinage, etc. Un service de navigation communautaire a aussi été mis en place afin de mettre les personnes âgées en relation avec les services existants. Actuellement, après seulement quelques mois d'opération, les 2/3 des personnes âgées qui bénéficient du projet sont des femmes. Considérant que la population âgée francophone est majoritairement féminine et que les âgées sont plus susceptibles de vivre en situation de faible revenu que les hommes du même âge, cette initiative répond aux nombreux besoins des femmes âgées francophones vivant en milieu minoritaire au Canada.

FrancSavoir

[Site Web du projet](#)

La FAAFC a mis sur pied, à l'automne 2021, une plateforme virtuelle offrant des conférences dynamiques et stimulantes aux personnes de 50 ans et plus de la francophonie canadienne.

Les personnes retraitées et les âgées francophones ont toujours été engagées dans la vitalité et la pérennité de leur communauté. Ils et elles cherchent à conserver une vie intellectuelle active et à avoir des opportunités riches et variées pour rehausser leurs connaissances.

Des conférencières et conférenciers chevronnés et enthousiastes partagent sur « FrancSavoir » leurs connaissances sur des thèmes variés allant de la culture générale à l'actualité.

Présentement en pause estivale, la programmation automnale reprendra dès septembre 2024.

Défier les stéréotypes de genre et l'âgisme chez les femmes, un atelier du Catalogue de conférences et d'ateliers de la FAAFC

[Site Web du projet](#)

« Défier les stéréotypes de genre et l'âgisme chez les femmes » fait partie d'une série de cinq ateliers sur l'âgisme. Il vise à sensibiliser, éduquer et inspirer les personnes participantes à combattre les stéréotypes de genre et l'âgisme, en particulier chez les femmes. Il offre une occasion de se prémunir de compétences précieuses afin de favoriser l'affranchissement des stéréotypes de genre et l'âgisme que vivent les femmes de la société.

Cet atelier se trouve dans le [catalogue](#) de conférences et d'ateliers de la FAAFC.

Les conférences et ateliers qui s'y trouvent sont conçus pour le milieu associatif, le réseau public et les entreprises privées desservant une clientèle francophone de 50 ans et plus afin de les soutenir dans leur participation et leur contribution à la vitalité communautaire.

Prenez connaissance de la liste des ateliers et des conférences dans le Catalogue.

Défis des femmes âgées francophones : Une résilience silencieuse dans les communautés francophones en situation minoritaire au Canada

Par Jessica Dupuis

Intervenante psychosociale spécialisée en psychogérontologie

Coordonnatrice nationale de projets,
Fédération des âgées et âgés francophones du Canada

Dans les vastes paysages du Canada, les communautés francophones en situation minoritaire font face à des défis uniques. Parmi ces défis, la réalité des femmes âgées francophones mérite une attention particulière. Ces femmes, porteuses d'une riche culture et d'une histoire profonde, se retrouvent souvent au carrefour de nombreuses difficultés, exacerbées par leur âge, leur sexe, et leur langue. Cet article explore ces défis avec audace tout en rendant hommage à leur résilience silencieuse.

Le poids de l'isolement

L'isolement social est une des principales préoccupations pour les femmes âgées francophones vivant en situation minoritaire. Les barrières linguistiques renforcent cet isolement, limitant leur accès aux services et aux réseaux de soutien. La difficulté à communiquer en anglais, langue prédominante dans de nombreuses régions du pays, peut transformer les tâches quotidiennes en véritables obstacles. Cette situation est d'autant plus délicate pour celles qui vivent dans des zones rurales où les services en français sont rares, voire inexistants.

Accès limité aux services de santé

L'accès aux soins de santé constitue un autre défi majeur. Les femmes âgées francophones peuvent rencontrer des difficultés à obtenir des services médicaux dans leur langue maternelle, ce qui peut compromettre la qualité des soins reçus. La communication avec les professionnels de la santé est cruciale pour un diagnostic précis et un traitement efficace, et l'absence de services bilingues adéquats peut entraîner des situations lourdes de conséquences.

Lutte pour la préservation de la culture

La préservation de la culture et de la langue est une bataille quotidienne pour ces femmes. Elles jouent un rôle essentiel dans la transmission des traditions et des valeurs francophones pour les générations suivantes. Cependant, l'assimilation culturelle et la domination de l'anglais menacent cette transmission. Les programmes éducatifs et les activités communautaires en français sont souvent sous-financés, réduisant les opportunités pour ces femmes âgées de partager leur héritage culturel et linguistique.

Les défis économiques

Sur le plan économique, les femmes âgées francophones font face à une précarité accrue. Beaucoup d'entre elles ont des revenus fixes limités, souvent insuffisants pour couvrir les dépenses de base, en particulier dans les régions où le coût de la vie est élevé. Les pensions et les programmes de soutien sont souvent calibrés sans tenir compte des besoins spécifiques des femmes âgées, créant un fossé financier difficile à combler.

Le rôle des associations et des initiatives communautaires

Heureusement, des initiatives communautaires et des associations jouent un rôle crucial pour atténuer ces défis. Les centres communautaires francophones offrent des espaces de rencontre et de soutien. Par exemple, des programmes de jumelage intergénérationnel peuvent favoriser les échanges entre jeunes et âgées, renforçant ainsi les liens sociaux et culturels. Ces initiatives sont des bouffées d'air frais, promouvant une inclusion sociale indispensable.

La technologie : Une solution à double tranchant

L'avènement des technologies de l'information et de la communication offre une nouvelle avenue pour briser l'isolement des femmes âgées francophones. Les plateformes en ligne peuvent faciliter l'accès à des services en français, des ressources éducatives, et des réseaux sociaux. Cependant, l'adoption de ces technologies pose également un défi. Beaucoup de femmes âgées n'ont pas les compétences numériques nécessaires ou les ressources pour accéder à ces outils. Un soutien ciblé et des programmes de formation sont essentiels pour combler cette fracture numérique.

Les voix des âgées : Plaidoyer et sensibilisation

Il est crucial de donner une voix aux femmes âgées francophones issues des CLOSM dans les débats publics et les processus de prise de décision. Leur vécu expérientiel est un atout inestimable. Les efforts de plaidoyer doivent être renforcés pour garantir que leurs besoins spécifiques soient reconnus et adressés par les politiques publiques. Des campagnes de sensibilisation peuvent également jouer un rôle crucial en mettant en lumière leurs contributions et leurs défis, mobilisant ainsi un soutien plus large.

L'avenir : Vers une inclusion accrue

Pour bâtir un avenir où les femmes âgées francophones sont pleinement incluses et soutenues, il est essentiel d'adopter une approche multidimensionnelle. Cela implique non seulement des politiques publiques inclusives et des investissements dans les services en français, mais aussi une valorisation de leur rôle au sein de la communauté. Les femmes âgées francophones ne sont pas seulement des bénéficiaires de services ; elles sont des piliers de leur communauté, des gardiennes de la culture et des actrices du changement.

En conclusion, les défis auxquels font face les femmes âgées francophones dans les communautés en situation minoritaires au Canada sont nombreux et complexes. Cependant, avec résilience et détermination, elles continuent de surmonter ces obstacles, enrichissant ainsi le tissu social et culturel de leurs communautés. En les soutenant et en valorisant leurs contributions, nous faisons un pas vers une société plus inclusive, où chaque individu, quelle que soit sa langue ou son âge, peut s'épanouir pleinement.

Vieillir au féminin dans la francophonie minoritaire

Par Suzanne Kennely

Présidente, Fédération des aînés de la francophonie manitobaine
Manitoba



Suzanne Kennely
Photo : Marcel Druwé

Si j'avais le moindre talent en art visuel, je pourrais vous tracer un dessin : celui d'un dinosaure bien gras servi sur une immense assiette entourée de convives, affichant tous au visage un grand point d'interrogation.

Ils se demandent en effet, comment s'y prendre pour déguster un plat si substantiel. Vous vous doutez bien de la réponse : une bouchée à la fois!

J'appliquerai donc la même approche pour partager mes réflexions avec vous sur ce que représente, pour moi, le fait de vieillir au féminin dans la francophonie minoritaire.

Vieillir!

Existe-t-il un plus grand défi que de vieillir, si ce n'est que d'y arriver dans un état heureux ? Vieillir est mon parcours du combattant, jalonné de transformations physiques, intellectuelles, financières, sociétales et j'en passe. Je découvre que cette étape de la vie est à la fois fascinante, surprenante et qu'elle me confronte sans relâche. Elle titube souvent entre satisfaction profonde et frustration exaspérante et m'amène à faire de petits et de grands deuils au quotidien. Je les reconnais et je tente de les apprivoiser. Mais, soyons réaliste, la patience et la zénitude ne sont pas toujours au rendez-vous. J'ai encore là, beaucoup de travail à faire.

Pourtant, je suis convaincue que vieillir est un immense cadeau ; l'amalgame unique de mon évolution personnelle qui s'étale sur plusieurs décennies. À 70 ans, je récolte maintenant ce que j'ai semé. Et le plus merveilleux est que le potager peut encore être sarclé, semé et produire des récoltes abondantes. À preuve, j'ai lancé ma deuxième carrière à ma retraite il y a 10 ans. Je suis auteure, compositrice et interprète et je fais du jazz en français. Je suis également dramaturge et comédienne. Toutes ces aventures me révèlent plein de belles surprises sur mes capacités à rêver grand encore aujourd'hui. J'avais bien tenté, pendant quelques années, de jongler carrière exigeante, famille et activités artistiques. J'ai vite compris que je faisais fausse route et que je devais revoir mes priorités et attendre le moment propice pour accomplir tous ces projets.

Après une longue carrière publique dans les médias, j'étais épuisée d'avoir à m'adapter constamment aux changements que ce milieu professionnel m'imposait sans relâche. Le milieu de la musique n'est pas différent ; il change à une vitesse folle. Je dois donc encore m'adapter, mais j'ai l'avantage de pouvoir m'y consacrer pleinement et à mon rythme — avoir le temps est un luxe qui se manifeste généralement tard dans la vie et j'en profite.

Vieillir au féminin

Je me réjouis de vieillir au féminin. Je mords dans la vie comme jamais. J'ai toujours cru que le bonheur était égoïste et que je devais, premièrement, nourrir mon âme et mon esprit pour être en mesure de faire de même pour ceux qui m'entourent. Je ne vis pas dans le regret. Cela me permet aujourd'hui d'apprécier celle que le miroir me reflète. Osez ! Il faut d'abord y croire pour soi-même.

Mais vieillir au féminin au Canada est un terrain miné sur plusieurs fronts, j'en conviens. Les défis économiques, le logement, la santé, l'isolement sont des facteurs négatifs parfois insurmontables. Nous avons du travail à faire pour que les changements s'opèrent.

Vieillir au féminin dans la francophonie minoritaire

Un incident majeur de santé, survenu dans ma jeune cinquantaine, m'a démontré hors de tout doute l'importance de recevoir des services dans ma langue première en milieu hospitalier. Dans l'urgence et la douleur, la maîtrise d'une langue seconde se fragilise — une constatation qui m'a profondément choquée et bouleversée. Si on ajoute au scénario des pertes auditives, cognitives ou d'autres facteurs communs liés à la vieillesse, les conséquences peuvent s'avérer tragiques. C'est un dossier qui me préoccupe beaucoup.

Malgré tout, je ne peux m'imaginer vieillir ailleurs qu'au Manitoba, dans un milieu où la francophonie minoritaire doit lutter sans cesse pour obtenir des services et/ou préserver des droits acquis.

Je dois 27 ans de ma vie professionnelle à ceux et celles qui ont tenu à tout prix à faire vivre la radio française dans leurs communautés, à ces pionniers dédiés à la survie de la langue et de la culture. Je n'ai que reconnaissance et admiration pour leur dévouement. J'ai eu l'honneur d'en côtoyer plusieurs et d'apprendre de la bouche même de ces bâtisseurs, l'histoire de leurs combats.

Et parmi ces personnes, des femmes extraordinaires, visionnaires, innovatrices et d'une grande bravoure. Quand on vous menace de mort parce que vous souhaitez vivre, vous exprimer et éduquer vos enfants en français, il en faut du courage pour persister.

Elles sont montées aux barricades avec une détermination indéfectible. Je vous invite à lire *Manitobaines engagées*, un ouvrage de Lise Gaboury-Diallo et Michelle Smith, publié aux Éditions du Blé en 2021 pour en découvrir quelques-unes.

Leur résolution est contagieuse et m'a inspirée à m'engager à mon tour depuis la retraite auprès de la FAFM (Fédération des aînés de la francophonie manitobaine) et de la FAAFC (Fédération des aînées et aînés francophones du Canada). Je ne peux qu'espérer du fond du cœur que votre propre expérience, actuelle ou à venir, en soit une positive.

Vieillir au féminin dans la francophonie canadienne : entre défis et lumière

Par Solange Haché

Présidente,
Fédération des aînées et aînés
francophones du Canada
Nouveau-Brunswick



Solange Haché

Que seraient nos communautés francophones sans les gens d'expérience qui la composent ? Sans ce qu'ils ont bâti, mais aussi ce qu'ils bâtissent encore aujourd'hui ? Les personnes aînées d'aujourd'hui s'engagent beaucoup. Elles sont inspirantes! Mais qu'en est-il de la réalité des femmes aînées francophones ?

Vieillir au féminin dans la francophonie canadienne, c'est vieillir dans la pauvreté.

Les femmes aînées, plus que les hommes, sont exposées à un haut risque de pauvreté dû à diverses barrières systémiques au travail et aux réalités des emplois précaires et mal payés. Selon la mesure de faible revenu, 10 % des femmes au Canada ont un revenu peu élevé (Fondation canadienne des femmes, 2022). Ce taux dépasse 15 % dans quatre provinces canadiennes (Statistique Canada, 2022).

Une étude qualitative menée en 2019 auprès de femmes francophones a révélé que le fait de travailler ne les met pas à l'abri de la pauvreté (Lanteigne et al., 2019). En effet, le sexisme, avoir un emploi précaire, un emploi au salaire minimum avec pas ou peu de bénéfices sociaux, sans compter la charge de travail de la femme à l'intérieur de la famille, ne leur permet pas de sortir de la pauvreté.

Les femmes sont surreprésentées parmi les pauvres au Nouveau-Brunswick et cette pauvreté a des conséquences néfastes sur leur santé et celle des familles (Savoie et al., 2016). L'accès à un logement adéquat et abordable et à une vie sociale et culturelle riche et épanouissante relève souvent de l'impossible.

Leadership et représentation : l'importance de continuer à faire entendre notre voix

Les femmes sont beaucoup engagées au niveau communautaire et elles font une réelle différence. Elles ont lutté contre l'assimilation et pour l'éducation en langue française, pour leurs droits et leur langue. Leur bagage d'expériences est un atout considérable pour notre société francophone.

Au fil des ans, elles ont dû briser des plafonds de verre, mais elles sont encore sous-représentées dans la sphère politique et par ricochet dans les différents dossiers reliés aux besoins des femmes.

Il y a un lien direct entre le trop petit nombre de femmes à des postes clés au niveau administratif ou politique et les investissements dans les programmes d'aide sociale et les politiques qui répondent aux besoins et aux préoccupations des femmes. Les femmes doivent être présentes là où les décisions se prennent, faire partie du processus de décisions, et ce, à tous les niveaux. À nous d'encourager et d'appuyer ces femmes qui ont le désir de gravir les échelons de la politique et qui vont défendre les intérêts et priorités des femmes canadiennes.

Le legs culturel et identitaire des femmes âgées francophones

Difficile de parler des femmes âgées francophones sans parler de leur grande contribution dans la transmission de la langue et de la culture de génération en génération. Pourquoi cette transmission est-elle de plus en plus importante ?

Les plus récentes données de Statistique Canada nous font craindre pour l'avenir de la francophonie canadienne. De 2001 à 2021, le pourcentage de la population canadienne ayant déclaré le français comme langue première parlée est passé de 23,6 % à 21,4 %. Il est impératif que nous continuions à manifester notre attachement à notre langue, à notre culture, que ce soit par nos décisions, nos choix ou encore par nos engagements.

En tant que femmes âgées francophones, il est temps que nous réfléchissions à l'héritage culturel et langagier que nous voulons laisser dans nos familles et dans nos communautés. Nous avons la responsabilité de faire vibrer notre francophonie. C'est le plus bel héritage que nous puissions laisser aux générations qui nous suivent. Les personnes âgées, particulièrement les femmes, sont précieuses pour nourrir la construction identitaire francophone de leurs petits-enfants, mais aussi de toute la communauté.

« Il en coûtera cher à notre société de ne pas prendre en compte les besoins des femmes francophones en situation minoritaire. Il faut s'assurer de les protéger, car elles sont le frein à l'assimilation et les gardiennes de l'héritage linguistique. Leur travail de transmission de la culture et d'acculturation des enfants au sein des familles est un pilier des milieux minoritaires francophones. » (Alliance des femmes de la francophonie canadienne, 2018)

Nous sommes une nouvelle génération de femmes âgées francophones, généralement plus instruites que nos mères, plus en forme et j'ajouterais plus sensibilisées à l'importance de notre rôle dans la communauté. C'est un bonus pour nos communautés. Nous avons, collectivement, un pouvoir économique, social et culturel et une réelle volonté de poursuivre la lutte pour l'égalité et la justice en solidarité avec toutes les femmes.

Portrait Solange Haché, présidente de la FAAFC

Madame Solange Haché est présidente de la Fédération des âgées et âgés francophones du Canada (FAAFC) depuis septembre 2021. Au cours de sa carrière, elle a œuvré pendant plus de 30 années dans le domaine de l'enseignement et de l'administration scolaire de sa province, le Nouveau-Brunswick. Elle a occupé divers postes au sein du système scolaire francophone : enseignante, directrice d'école, agente pédagogique au ministère de l'Éducation du Nouveau-Brunswick et directrice générale au District scolaire de la Péninsule acadienne. Elle a aussi été directrice générale par intérim de la Fédération nationale des conseils scolaires francophones à Ottawa. Au cours de sa carrière et par la suite, madame Haché s'est méritée plusieurs prix et distinctions soulignant l'excellence de son travail et son grand leadership. Ce n'est pas la retraite qui la ralentit. Elle poursuit ses activités dans le domaine de l'éducation et de la francophonie. Son engagement communautaire est grand. Elle a été présidente du conseil d'administration du Théâtre populaire d'Acadie et du Salon du livre de la Péninsule acadienne ainsi que la présidente de l'Association francophone des âgés du Nouveau-Brunswick (AFANB) de 2016 à 2020. Solange Haché est actuellement membre honoraire de l'Association canadienne des éducateurs de langue française (L'ACELF).

Bibliographie

Alliance des femmes de la francophonie canadienne. (2018). *Les femmes francophones et acadiennes au cœur de la Loi sur les langues officielles*, 6 p. [Mémoire]. [https://affc.ca/wp-content/uploads/2018/04/memoire_LLO_-recommandation.pdf].

Fondation canadienne des femmes. (2022). *Les femmes et la pauvreté au Canada : les faits*. Fondation canadienne des femmes. <https://canadianwomen.org/fr/les-faits/pauvrete/>

Lanteigne, I., Savoie, L., Albert, H. & Roy-Comeau, C. (2019). Face cachée de la pauvreté au Nouveau-Brunswick : donner voix aux femmes pour comprendre la souffrance. *Reflets*, 25(1), 154–175. <https://doi.org/10.7202/1064672ar>

Savoie, L., Lanteigne, I., Albert, H. & Robichaud, I. (2016). Des femmes en situation de pauvreté au Nouveau-Brunswick : prendre en charge sa santé en contexte de ruralité. *Intervention*, 143, 15-31. https://revueintervention.org/wp-content/uploads/2016/02/intervention_143_des_femmes_en_situation.pdf

Statistique Canada. (2024). Tableau 11-10-0135-02 Pourcentage de personnes à faible revenu selon le sexe. <https://doi.org/10.25318/1110013501-fra>



À vous la parole

Discussion avec Josée Benoît et Jacinthe Savard



Josée Benoît



Jacinthe Savard

Pour mettre en lumière la réalité et les besoins des personnes aidantes et des personnes âgées en période de pandémie, la parole est donnée à Josée Benoît et Jacinthe Savard du Groupe de recherche sur la formation et les pratiques en santé et service social en contexte francophone minoritaire (GReFoPS).

1. Parlez-nous du GReFoPS, par exemple de ses principales activités et domaines de recherche?

Josée Benoît (J.B.) : Le GReFoPS c'est le nom au raccourci du Groupe de recherche sur la formation et les pratiques en santé et service social en contexte francophone minoritaire et existe depuis 2011. Son équipe regroupe des chercheurs de diverses disciplines comme la réadaptation, la nutrition, les sciences infirmières, l'audiologie, le travail social et l'éducation. Le GReFoPS s'intéresse surtout à l'accès aux services en français pour les communautés francophones en situation minoritaire, aux pratiques dans les milieux de soins pour améliorer l'accès aux services et finalement à la formation pour préparer les futurs professionnels à travailler dans les communautés francophones en situation minoritaire. Il est possible de voir plus d'informations sur nos recherches, nos publications et nos ressources sur notre site Web qui est le www.grefops.ca.

2. Nous savons que la COVID-19 a eu des impacts considérables sur l'ensemble de la population et de plus en plus de littérature est produite sur le sujet. Pouvez-vous nous parler de votre recherche?

Jacinthe Savard (J.S.) : Le GReFoPS a documenté l'impact de la pandémie sur les personnes aidantes et personnes âgées qui vivaient à leur domicile ou dans une maison de retraite pour personnes autonomes ou semi-autonomes (où il y a des services de repas et d'entretien, mais sans soins). Deux questionnaires ont été envoyés à des proches aidants de quatre provinces canadiennes (Québec, Ontario, Manitoba et Nouveau-Brunswick) entre le mois d'octobre 2021 et de février 2023, avec 83 réponses par questionnaire. Huit personnes ont accepté de participer à une entrevue qualitative, ce qui nous a permis de documenter l'impact prolongé de la pandémie sur les personnes aidantes.

La majorité des services d'aide à domicile ont été maintenus pendant la pandémie, à l'exception des services de transport et de répit. Toutefois, il y a eu une baisse de personnel ou du roulement de personnel pour les services qui ont été maintenus, ce qui a causé du stress pour les personnes aidantes qui devaient apporter plus d'aide. Certaines personnes âgées refusaient les services quand ils ne connaissaient pas le personnel, donc les proches aidants devaient coordonner davantage les services. Le sondage a aussi montré l'impact négatif de la pandémie sur la santé physique, psychologique et cognitive des personnes aidées.

3. Dans les récits que vous avez élaborés, on note qu'il y a un avant, un pendant et un après pandémie. Quelles sont vos observations sur ces phases? Y a-t-il des défis particuliers associés à chacune d'elles pour les personnes aidantes et aidées?

J.S. : On a vu que le niveau de stress et le fardeau n'ont pas diminué entre les résultats des deux questionnaires ce qui nous permet de constater qu'il y a vraiment un impact prolongé.

J.B. : Les récits de vie sont basés sur les entrevues qualitatives avec huit proches aidantes. Je dois le dire au féminin parce qu'elles étaient toutes des femmes. La plupart d'entre elles nous ont mentionné qu'avant la pandémie, elles étaient capables de s'occuper de leurs proches et d'avoir leur propre emploi et une vie sociale. Au moment de la pandémie, leurs tâches ont augmenté en raison du manque ou du roulement de personnel et de la fermeture des activités de répit. Leurs proches étaient beaucoup plus isolés, ce qui nécessitait plus de

soutien de leur part. Comme a mentionné Jacinthe, les personnes aidantes nous ont aussi mentionné que la santé physique, psychologique et cognitive de leurs proches s'est détériorée durant la pandémie, rendant l'aide plus complexe. Après le retour des services après les confinements, le niveau d'aide est demeuré le même. Les aidantes vivaient beaucoup de stress à devoir coordonner les services en raison du roulement de personnel et des règles sanitaires qui changeaient souvent. Bien que certaines activités aient repris, les aidantes ont constaté que le niveau de besoin de leurs proches est demeuré élevé. La reprise des activités a également généré du stress par crainte de transmettre la COVID à leurs proches. Certaines nous racontaient « Ça fait du bien de se rencontrer en famille, mais il y a toujours ce stress à me demander "est-ce que je mets à risque mon parent qui est plus vulnérable ?" ».

4. Plusieurs recherches à travers les années ont démontré l'importance d'obtenir des soins de santé dans sa langue, est-ce que les récits ont soulevé cette particularité pour les personnes aînées et pour les personnes aidantes?

J.B. : Effectivement, les aidantes ont confirmé l'importance que leurs proches reçoivent des services dans leur langue officielle de préférence. Les personnes aînées étaient beaucoup moins à l'aise dans leur langue seconde, elles avaient du mal à communiquer ce qu'elles avaient à dire et expliquer leurs défis de santé. Par exemple, une participante a remarqué que sa mère parlait davantage et allait prendre des marches avec l'intervenante francophone qui venait la voir. Elles connectaient davantage étant donné qu'elles parlaient la même langue. En l'absence de services dans la langue officielle de préférence, les personnes aidantes devaient être plus présentes et même offrir du soutien de traduction. Certaines ont développé des « *cheat sheets* » pour aider la communication, mais cela ajoutait des tâches supplémentaires.

J.S. : C'est illogique que ça soit aux aidants de développer ces solutions, les centres devraient y penser.

J.B. : Une participante a même donné son numéro de téléphone aux intervenants pour les aider à communiquer avec leurs parents en son absence. Les aidantes devaient souvent revendiquer pour que leurs proches reçoivent des services dans leur langue, autant à domicile que dans les maisons de retraite.

5. D'après vos résultats de recherche, les personnes aidantes vivant en situation minoritaire, ont-elles accès à assez de services en français pour répondre aux besoins des personnes aidées?

J.S. : On ne peut pas dire s'ils en ont assez ou pas parce qu'on ne sait pas quel niveau devrait être suffisant, mais on sait qu'il y a des manques. Certaines personnes ont mentionné avoir des préposées francophones, mais la pandémie a aggravé la précarité de ces services. Dans un cas particulier, une préposée francophone a dû arrêter de travailler parce que la garderie de son enfant avait fermé. De manière générale, les personnes qui avaient des services en français avant la pandémie ont continué à en avoir, sauf quelques exceptions. Même si notre échantillon n'est pas nécessairement représentatif, 21% des francophones en milieu minoritaire disaient ne pas avoir de services en français, contre seulement 1,4% des anglophones au Québec qui disaient ne pas avoir de services en anglais.

Un autre projet lié à l'expérience des soins et services dans les soins de longue durée et dans le service à domicile nous a montré que les tâches des aidants augmentaient. J'ai été surprise lorsqu'une personne nous a mentionné qu'elle a dû rester auprès de son mari parce que la préposée de répit était anglophone et il ne comprenait pas bien l'anglais. Elle n'a pas pu bénéficier du service de répit parce que la préposée ne parlait pas le français. Alors on voit que le fait de ne pas avoir accès à des services en français a vraiment un impact sur les personnes aidantes.

6. Quelles leçons pouvons-nous tirer à la suite des expériences transmises dans ces récits?

J.B. : Il est clair que la pandémie a eu un impact important sur la santé des aidants et sur celle des personnes âgées. Outre l'impact de l'isolement sur les personnes âgées, les proches aidants ont ressenti un stress accru, affectant leur santé physique et psychologique, même deux ans après le début de la pandémie. Notre étude permet de voir que ces impacts ne sont pas temporaires et ils ont eu des conséquences importantes pour les personnes aidantes puisqu'elles devaient fournir plus d'efforts et d'énergie pour s'occuper de leurs proches.

Nous recommandons de reconnaître le rôle central des proches aidants dans les soins aux personnes âgées et d'intégrer leurs besoins dans les politiques publiques. Il est crucial de réagir plus promptement pour intégrer les personnes aidantes dans les politiques publiques. Les personnes aidantes nous ont aussi partagé certaines recommandations pour les aider,

notamment de faciliter l'accès aux maisons pour personnes autonomes, mieux considérer l'impact de la solitude et donner de meilleures formations sur les nouvelles consignes. Les aidantes auraient aimé recevoir plus d'information sur les ressources disponibles. Une dernière recommandation serait d'avoir accès à du soutien technologique afin de faciliter la communication à distance. Ça permettrait d'assurer de meilleurs suivis entre les personnes âgées, qui étaient en maison de retraite, et les familles.

7. Avez-vous un mot de la fin?

J.B. : Pour conclure, les récits de vie basés sur des entrevues qualitatives avec des aidantes, illustrent l'ampleur des changements vécus en raison de la pandémie. L'idée était de donner une voix à ces personnes. Les entrevues étaient tellement riches que nous devons les faire valoir, la combinaison des témoignages est très représentatif des défis typiquement rencontrés par les personnes aidantes pendant la pandémie.

J.S. : Lire ces témoignages, même fictifs, est poignant et représentatif de la réalité des personnes aidantes. Ce qui ressort des récits est l'importance d'aller chercher de l'aide et d'avoir quelqu'un à qui parler. Les personnes qui étaient moins isolées ont vécu ça plus positivement. Les données montrent que peu d'aidantes avaient du soutien pour elles-mêmes, bien que certaines personnes aient eu accès à des groupes de soutien en ligne.

J.B. : Les personnes qui ont rejoint les groupes en ligne connaissaient souvent déjà les organismes.

Récit d'une proche aidante francophone durant la pandémie de la COVID-19 : personne bénéficiaire en maison de retraite

“

Avant la pandémie, quand on allait quelque part, elle venait toujours avec nous. Elle venait aussi chez nous et elle restait des fois pour coucher. C'était comme la même routine, faire de la popote, faire des tourtières, faire le ragout, puis on faisait des desserts. Donc, c'était surtout des visites sociales.

Avant la pandémie



“

Quand la pandémie a commencé, départ, la situation est devenue plus compliquée. La maison de retraite où ma mère réside a fermé au public tout de suite. Ça a été difficile pour nous de ne pas pouvoir rentrer dans le bâtiment pour aller la voir, même si on savait qu'elle avait besoin d'aide avec certaines choses. Ma mère était vraiment isolée, elle ne pouvait pas sortir, ni voir personne.

Pendant la pandémie

“

Impact sur l'ainée

Il y a un certain moment donné où je me suis vraiment sentie impuissante parce que je la voyais devenir de plus en plus agressive. Bien pas agressive physiquement, mais dans sa façon de parler. Je le savais parce qu'on s'appelait tous les jours et elle disait des choses comme « Je suis tannée moi, de ça. Je suis assez tannée d'être dans mes quatre murs... » [...]. Elle était fâchée contre tout le monde. Elle était fâchée contre ceux qui allaient lui porter sa nourriture. Ce n'était vraiment pas comme ma mère.

Recommandation

Selon les proches-aidantes, toute personne aînée vivant en maison de retraite devrait pouvoir maintenir sa relation d'aide étroite avec son proche-aidant, même pendant une pandémie ou une autre situation d'urgence. Il faut penser à préparer les proches aidants pour qu'ils appliquent les mesures de sécurité appropriée à la situation (formation appropriée, matériel nécessaire), etc.



Je m'appelle Mireille*, je suis dans ma soixantaine et je suis proche aidante pour ma mère qui réside en maison de retraite. Ma langue maternelle est une des deux langues officielles du Canada, mais ce n'est pas la langue parlée par la majorité de la population de ma province. J'en suis venue à être la proche aidante de ma mère, parce que dans ma famille, je suis celle qui demeure le plus proche de ma mère. Pendant la pandémie, à un certain moment, il a fallu nommer un aidant principal.

*inspirée de 4 témoignages

dès le
plus
où ma
ut de
s de ne
ing pour
u'elle
s



Pandémie

“



Avec la pandémie, mon rôle en tant que proche aidante a définitivement augmenté. Maintenant, j'appelle ma mère presque à tous les jours [...]. Et puis, j'essaie d'aller la voir comme au moins trois fois par semaine. J'essaie de ne pas aller plus que deux jours sans que soit on aille la chercher pour la sortir à une rencontre, ou que je vais aller la visiter.



Maintenant/Après la pandémie

“

Impact sur l'aidante

Ça n'a pas été facile cette situation, et la pandémie en générale, mais j'ai quand même, au moins, pu avoir de l'aide. Quand je suis tombée malade, j'en dormais plus parce que je me disais qui prend soin de ma mère? [...]. J'ai commencé à voir une travailleuse sociale. Ça a aidé...pas parce qu'elle me donne les solutions, mais c'est parce que j'ai le temps de jaser, de lui demander: « Si je fais ça ou si je dis ça, est-ce que c'est raisonnable ou ça ne l'est pas? ». C'est comme si ça me balance.

“

Langue de services

Dans la maison de retraite de ma mère, tout le monde est anglophone. Donc, elle n'a pas beaucoup de préposés qui peuvent lui parler en français là-dedans. [...] Ma mère est assez bilingue, mais je vois qu'elle a plus une facilité en français quand elle parle à quelqu'un. Comme, il y a une infirmière [francophone] qui est venue la visiter et là, elle avait bien des choses à dire. [...]. Je peux voir qu'elle devient plus frustrée plus vite quand elle parle en anglais. Elle m'a dit hier que la préposée qui travaille avec elle, elle la chicane souvent. Elle m'a dit : « Je ne comprenais pas ce qu'elle me disait. Je la regardais parler puis là, elle me parlait vite, vite, vite. Puis je lui ai répondu bla-bla-bla-bla-bla-bla! »

ne Hatungimana, Josée Benoit,
s travaux décrits plus en détail
ndémie_aidant-aide.html. Nous
si que les organismes suivants



Contribution financière :



Santé
Canada

Health
Canada

Récit d'une proche aidante francophone durant la pandémie de la COVID-19 : personne bénéficiaire à domicile

“

Avant la pandémie, mes parents étaient plus indépendants. Mon père est handicapé d'une jambe et il allait dans un centre de jour. Ma mère était encore capable de faire plusieurs choses par elle-même : elle pouvait cuisiner et elle sortait encore à l'église. Ils recevaient tout de même de l'aide à domicile deux jours par semaine. J'allais les visiter régulièrement et ils venaient chez moi tous les dimanches pour un repas de famille. Je les aidais à des tâches comme la gestion bancaire, le magasinage, le transport à des rendez-vous et la coordination des préposées. J'étais capable d'intégrer cela à mon horaire et d'avoir quand même d'autres activités.

Avant la pandémie



“

Pendant la pandémie, mon père n'al... Certaines des aides ont dû arrêter c... en raison d'un problème de santé in... le mari revenait périodiquement de... dont toute la famille devait se mett... semaines. Alors, il y a eu un grand r... n'acceptait pas que ce soit toujours... donner les soins. J'ai été sollicitée... soins directement à mes parents. Lo... les voyais prendre leurs précautions... j'apprenais d'elles. Ma mère a aussi... cette période. Avec les restrictions... j'y allais, je ne pouvais pas entrer et... restais longtemps pour couvrir tous... compenser le manque de personnel... période, ma sœur s'occupait de mon...

Pendant la pandémie

“

Impact sur les aînés

Mes parents ont vécu cette période de pandémie avec beaucoup d'angoisse et d'inquiétudes surtout au début. Ils n'avaient plus d'activités. Avec les nouvelles aussi, ça n'aidait pas. De plus, ça a été difficile pour mon père de ne pas être avec ma mère pendant son hospitalisation. Il s'ennuyait, parce qu'il ne pouvait pas aller la voir. Après son hospitalisation, ma mère a démontré une baisse au niveau cognitif. En raison de ceci et de leurs problèmes d'audition, mes parents ne pouvaient pas participer à des activités en ligne. À part les contacts avec ma sœur et moi, ils étaient vraiment isolés.

Recommandation

Selon les proches aidantes, des sujets de formations qui seraient utiles incluent la façon d'aborder la personne qui est vulnérable et de l'aider à accepter des services. De plus, il faudrait faciliter l'accès à l'information sur les ressources, pour que ce soit plus intuitif que d'avoir à éplucher plusieurs sites web. Peut-être par une boîte de dialogue où il serait possible de poser des questions à quelqu'un qui connaîtrait bien le système, un peu comme un 9-1-1 des pairs aidants.



Je m'appelle Julie*, je suis dans ma cinquantaine et je suis proche aidante pour mes parents qui résident dans leur maison. Ma langue maternelle est une des deux langues officielles du Canada, mais ce n'est pas la langue parlée par la majorité de la population de ma province. À ma retraite, je suis déménagée plus près de mes parents pour aider à leurs soins avec ma sœur aînée.

*inspirée de 4 témoignages

lait plus au centre de jour.
de venir : une qui devait se protéger
munosuppresseur ; une autre dont
travailler dans le Grand Nord et
tre en quarantaine pendant deux
oulement de personnel et ma mère
de nouvelles figures qui viennent
beaucoup plus pour apporter des
rsque des préposées venaient, je
s : masques, visièr, gants, et
été hospitalisée pendant
de visites, lorsque
t sortir, alors je
ses besoins et
Pendant cette
n père.



Pandémie

“

Maintenant, en fin de pandémie, je trouve que ma mère est quand même un petit peu plus joyeuse par rapport à ce que c'était deux ans passés. Plus décontractée, je dirais. Quand il y a des gens qui viennent à la maison, elle ne parle plus de la pandémie. Elle a juste hâte à la prochaine visite. Elle a recommencé à faire quelques activités en étant accompagnée. Mais elle se fatigue plus rapidement qu'avant et ne peut pas participer lorsque ce sont des discussions de groupe. Elle choisit les activités artistiques ou manuelles. Mon père a repris le centre de jour.



Maintenant/Après la pandémie

“ Impact sur l'aidante

J'ai vécu plusieurs stress pendant cette période. C'était difficile du fait que je n'avais pas d'interactions sociales. Lorsque j'ai essayé de faire certaines activités, je craignais toujours de transmettre la COVID à mes parents. Et, je n'avais pas le soutien de mon frère et de mon autre sœur qui vivent à distance et qui n'étaient pas d'accord avec nos visites à nos parents, car ils craignaient que nous les mettions en danger. J'ai l'impression d'avoir vieilli de 10 ans en deux ans. Physiquement, cela m'a vraiment frappé... mon corps a tellement changé. Une chance, je n'étais pas seule, je pouvais parler avec ma sœur aînée. Plus tard j'ai découvert un organisme qui offrait des groupes de soutien. C'était aidant pour évacuer un peu les émotions et le stress.

“ Langue de services

C'est important pour mes parents de recevoir des services en français car ils ne parlent pas beaucoup anglais et c'est pire en vieillissant. Pendant la pandémie, sur les quatre ou cinq préposées qu'il y avait dans le programme, il y en avait seulement une qui était francophone, mais elle a arrêté de travailler, parce que sa petite n'allait pas à la garderie et c'était trop difficile. Ça fait que là, on avait perdu la préposée francophone. J'ai dû développer des petites cartes mémoires pour aider la communication entre mes parents et les préposées anglophones.

de Hatungimana, Josée Benoit,
s travaux décrits plus en détail
ndémie_aidant-aide.html. Nous
si que les organismes suivants



Contribution financière :



Santé Canada Health Canada

Vieillir au féminin en francophonie minoritaire

Par Éliane Collin

Je suis devenue une Albertaine d'adoption en 2013 pour des raisons professionnelles après quelques séjours dans la province.

J'apprécie les Albertains, leur ouverture, leur générosité, leur cordialité, tout autant que leur simplicité. Je me sens bien intégrée dans cette culture, très différente de la culture d'expression francophone. J'apprécie également le parfait mélange de cultures qu'on y retrouve; à Calgary à tout le moins. Dans le développement Evanston où j'ai vécu plusieurs années, les unions exogames, dont les membres ou leurs ancêtres sont allochtones des quatre coins du globe, étaient plus nombreuses que celles de même culture. Ils ont su s'intégrer à la culture canadienne tout en gardant leur spécificité.



Éliane Collin

J'habite depuis quatre ans maintenant à Edmonton, un ancien quartier dont la population est plus homogène. Cependant, les collègues de travail de ma fille cadette, gestionnaire de portefeuille à la RBC, sont issus de toutes les cultures, coexistant en harmonie, parce que le respect est une valeur que la haute direction place tout en haut de sa liste d'importance. J'ai le privilège de demeurer avec ma fille et sa famille. J'échange en français à la maison avec mes petits-enfants et ma fille; j'échange en anglais avec mon gendre unilingue.

En 2017, ayant moins d'activités professionnelles, j'ai adhéré à la Fédération des aînés francophones de l'Alberta (FAFA) et, quelques années plus tard, j'ai intégré le Groupe 50+ d'Edmonton. Ces deux organisations m'ont donné des ailes pour entrer dans cette nouvelle période de ma vie.

Des rencontres, des ateliers, des conférences, des activités physiques et artistiques, j'ai exploré tout ce qui était offert. Je me suis remise à l'écriture de manière plus assidue, à la lecture parfois de manière compulsive, à l'art culinaire — j'ai fait mon levain et mon pain — et me suis replongée dans l'art du patronage et la couture. Je me suis investie dans l'appui à de jeunes entrepreneurs, j'ai raconté des histoires à des groupes d'enfants francophones, j'ai initié des groupes scolaires à la littératie financière, fait de la surveillance de cour d'école, agi comme personne-ressource dans des événements sur le Québec et sa culture et participé à des entrevues intergénérationnelles. J'ai donné des ateliers sur les micropousses, les fleurs comestibles et la culture des champignons. J'ai participé à des ateliers d'écriture de chansons et l'une de mes créations a été mise en musique par l'artiste Bernard Salva et présentée lors d'un concert. J'ai produit des écrits — nouvelles, poèmes, contes, haïku — qui ont été partagés sur des sites Internet francophones et à une radio communautaire. J'ai *coaché* de nouveaux arrivants sur les normes du travail et pour des entrevues d'emploi : je suis membre retraité de l'Ordre des conseillers en ressources humaines agréés (CRHA). J'assiste à des concerts, des pièces de théâtre, des congrès, des festivals. Je termine actuellement l'écriture d'un livre jeunesse avec deux de mes petits-enfants.

J'ai une nature introvertie ; je me devais donc de prendre les mesures pour aller au-devant des autres. Toutes ces activités se sont déroulées en français en Alberta, à Calgary et Edmonton.

J'utilise les services en français partout où ils sont disponibles et je n'hésite pas à demander un service en français à tous les paliers gouvernementaux. Ma demande est toujours bien accueillie. Je ne m'offusque pas s'ils ne sont pas disponibles.

En 2021, Statistique Canada recensait plus de 261 435 Albertains se déclarant capables de soutenir une conversation en français. Cette catégorie compterait aujourd'hui plus de 265 000 Albertains.

Sous la plume de Lounan Charpentier, Radio-Canada déclarait le 30 novembre 2022 que « L'Alberta compte environ 67 000 enfants admissibles à l'instruction en français, dont 50 000 qui sont d'âge scolaire ». Le nombre de ceux fréquentant les écoles francophones en Alberta a dépassé la barre des 9000 élèves en 2022, alors qu'il y en avait moins de 1000 en 1987, et ce nombre ne cesse d'augmenter d'année en année. Ils peuvent compter sur l'appui de quatre conseils scolaires francophones et de plus de 44 écoles dispersées sur le territoire. Nombre de familles albertaines préfèrent encore inscrire leurs enfants dans des écoles d'immersion et, à mon avis, se leurrent en espérant ainsi les aguerrir au bilinguisme : la fréquentation des écoles francophones et l'utilisation de la langue anglaise dans les autres sphères du quotidien sont un meilleur garant d'un réel bilinguisme. En 2022, le ministère de l'Éducation de l'Alberta a bonifié de 5 millions de dollars la subvention que reçoivent les conseils scolaires francophones de l'Alberta pour assurer à leurs élèves le même niveau d'instruction que celui de la majorité anglophone et, qui plus est, cinq nouvelles écoles francophones seront en chantier en 2024.

En mars dernier, le Secrétariat francophone annonçait l'attribution de près de 5 millions de dollars, par le gouvernement fédéral, au profit d'organismes communautaires et du gouvernement provincial pour promouvoir davantage le français en Alberta dont près de 2 millions de dollars attribués à la faculté francophone de l'Université de l'Alberta, Le Campus Saint-Jean.

Par ailleurs, je sais que le Réseau de Santé Alberta (RSA) est très proactif et mets toute son énergie à outiller les francophones dans le domaine de la santé, misant sur la prévention, l'éducation et la défense des droits des francophones en Alberta. J'ai d'ailleurs assisté à plusieurs de leurs formations en ligne. Récemment en fréquentant une clinique médicale, une de radiologie et une autre d'imagerie médicale, j'ai vu, affiché au tableau interactif, la possibilité de demander des services dans une autre langue dont le français. J'ai également reçu plusieurs courriels du Réseau de Santé Alberta portant sur l'importance d'utiliser les services francophones mis en place pour ceux qui en ont besoin.

Je suis consciente que, tant dans la sphère de l'éducation que dans celle de la santé, la situation demeure malgré tout précaire quand on est en situation minoritaire. Je suis les débats sur la place publique et je comprends le degré d'énergie et de vigilance qu'il a fallu et qu'il faut encore à ces pionniers, dont Claudette Roy, Paul Dubé, Frank McMahon qui ont porté le dossier de l'éducation francophone depuis ses débuts et qui ne cessent de veiller au grain.

Dans quelques mois, je serai dans ma 80e année de vie. Je suis perplexe quant aux services auxquels j'aurai accès dans les années qui viendront, sachant qu'avec l'âge, on se sent plus confortable d'échanger dans sa langue maternelle.

Mes activités quotidiennes se déroulant en français à 85 %, j'ai perdu mes capacités rédactionnelles et de communication en anglais que je maîtrisais allègrement dans une autre vie et j'ai désormais un anglais fonctionnel grâce auquel je peux interagir dans les autres activités de mon quotidien.

Si j'ai su me faire entendre dans les deux langues majoritaires au Canada jusqu'à ce jour, pourrais-je encore maîtriser suffisamment la langue anglaise pour recevoir tous les soins dont j'aurai besoin, notamment en milieu hospitalier ?

Cette inquiétude est contrebalancée par la montée constante des services francophones disponibles, par l'augmentation d'élèves fréquentant les écoles francophones, par le flux de nouveaux arrivants francophones et par cette utopie que l'Alberta deviendra une vraie province bilingue dans un avenir rapproché, poussée par l'augmentation de sa population de culture francophone.

Références

<https://www.alberta.ca/fr/francophone-heritage>

<https://fpfa.ab.ca/ressources/effectifs-ecoles-francophones-de-lalberta/>

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1937388/recensement-donnees-ecole-francophone-admissible-education>

Rajeunir harmonieusement, s'épanouir sereinement en toute féminité

Par Pamela Yengayenge
Ontario



Pamela Yengayenge

Dans les communautés francophones et acadiennes où le français est une langue minoritaire, les femmes sont souvent confrontées à des défis uniques qui impactent leur épanouissement personnel, leur bien-être, leur santé physique et mentale. Vieillir au féminin, les cheveux argentés (ou pas), tels des fils d'argent tissés par le temps, racontent des histoires de décennies révolues. Le visage, marqué par les rides, est une carte géographique des sourires partagés et des épreuves surmontées. Les mains, jadis robustes et agiles, portent maintenant le doux poids des souvenirs accumulés au fil des ans. Cet article explore des stratégies pour vieillir tout en restant jeune d'esprit, en harmonie avec son bien-être et sa féminité ; et s'épanouir sereinement avec des citations inspirantes de différents auteurs. Vieillir est un privilège refusé à beaucoup. Un accent sera mis sur l'importance de la communauté pour soutenir ce cheminement.

1. Renforcer les femmes des communautés francophones et acadiennes

Éducation et partage des connaissances

Les femmes peuvent jouer un rôle central dans l'éducation et la formation des jeunes générations. Leurs contributions dans la transmission des savoirs et normes/traditions culturelles est un atout non seulement pour toutes ces femmes afin que leur mémoire, leurs pensées restent actives, mais aussi pour les communautés et générations bénéficiaires. Le partage des connaissances va dans les deux sens et présente des avantages qui favorisent l'éducation de ces femmes par les jeunes, par exemple sur l'utilisation des technologies.

Participation active

La participation des femmes de la francophonie minoritaire dans des initiatives locales tels que des événements culturels, est une belle opportunité à encourager pour renforcer les communautés, nouer des relations solides et créer des réseaux de soutien. Par le réseautage créé, les contraintes liées aux nombreux défis que ces femmes rencontrent peuvent être levées. Notamment la discrimination linguistique ou l'accès restreint à des services de santé en français complique la communication et la qualité des opportunités d'emplois disponibles ou des soins de santé reçus.

2. Vieillir rajeunit l'esprit

Mode et esthétique

Comme l'adage de Douglas Coupland qui dit : « On emploie sa jeunesse pour s'enrichir, et sa richesse pour rajeunir » ; il est nécessaire de renforcer l'estime de soi des femmes de la francophonie minoritaire, et toutes la richesse de connaissances acquises dans leur jeunesse. Le maintien d'un style de vie qui reflète leur personnalité permet de renforcer davantage leur estime de soi. Encourager les femmes à s'exprimer librement à travers leur apparence peut être une source d'épanouissement.

Temps pour soi et pour la famille/ami·e·s

S'accorder du temps pour des activités qui nourrissent l'âme et renforcent la féminité, comme la lecture, les bains relaxants ou les soins de beauté, est essentiel pour se sentir bien dans sa peau. Ces activités peuvent aussi aider à réduire le stress quotidien. La citation de Henri Matisse est révélatrice : « On ne peut pas s'empêcher de vieillir, mais on peut s'empêcher de devenir vieux »¹. Cependant, la vieillesse n'est pas sans défis. Les forces physiques peuvent s'amenuiser, mais la résilience intérieure peut s'intensifier. La solitude peut parfois s'installer, mais la sagesse qui émane des années permet de trouver la paix dans la quiétude de l'instant présent. Les rêves peuvent évoluer, mais le regard porté vers l'horizon reste empreint d'espoir. Les relations avec la famille et les ami·e·s jouent un rôle clé dans le bien-être mental. Participer à des groupes ou escapades en famille ou entre ami·e·s peut offrir un soutien émotionnel précieux.

Alimentation saine et exercice physique

Pour les femmes francophones et acadiennes, intégrer des traditions culinaires locales peut offrir non seulement des bénéfices nutritionnels, mais aussi un lien culturel précieux. En plus de cela, l'exercice régulier aide à maintenir un corps en forme et peut également être une source de plaisir et de détente. Des activités telles que la marche, le yoga ou la danse peuvent être particulièrement bénéfiques.

Conclusion

Rajeunir harmonieusement et s'épanouir sereinement en toute féminité est un parcours unique pour chaque femme. En prenant soin de leur santé physique et mentale, en célébrant leur féminité et en renforçant les liens communautaires, les femmes francophones et acadiennes peuvent s'épanouir pleinement, malgré les défis liés à la vie dans une communauté linguistique minoritaire.

¹ Alex Sattler. (2017). *10 citations inspirantes pour un nouveau regard sur la vieillesse*. <https://www.gaia-images.com/10-citations-inspirantes-vieillesse-sagesse/>

Lutte contre les changements climatiques : les aînées en première ligne

Par Lisa Boisneault
Fédération franco-ténoise

Entre la forêt qui s'embrase, les fleuves qui débordent ou au contraire des lacs asséchés, des villes qui suffoquent en raison de la canicule, de la fumée et de la pollution de l'air... Le Canada fait face aux conséquences du changement climatique. Pourtant, ce dernier n'impacte pas tout le monde de la même façon : en effet, les femmes et les

minorités de genre sont davantage vulnérables lors des catastrophes climatiques, notamment si elles sont discriminées en raison de leur ethnicité, d'un handicap physique ou mental, de leur langue ou de leur âge, entre autres. Lors des derniers pics de chaleur, les personnes aînées, notamment les femmes, ont été les plus affectées. Comment expliquer ce constat alarmant dans une société où les aîné-es sont de plus en plus nombreux-ses, et les femmes de plus en plus pauvres? Quels sont les impacts sur la vie des aînées francophones vivant en milieu linguistique minoritaire?



Lisa Boisneault

Premières victimes de l'exploitation économique

Les études ont montré que les femmes sont plus pauvres, cela ne s'arrange pas lorsqu'elles sont aînées : les femmes bénéficient de retraites plus basses, elles sont à la tête de près de 80 % des familles monoparentales, elles se retrouvent plus isolées, elles subissent les conséquences d'un arrêt prolongé pour s'occuper des enfants, elles occupent souvent des emplois moins bien rémunérés... Les raisons sont multiples mais un seul constat, les aînées sont susceptibles de se retrouver dans des situations précaires, ce qui les rend vulnérables sur plusieurs aspects.

Dans un premier temps la précarité économique conduit à occuper un logement moins cher, parfois insalubre avec de la moisissure qui provoque des problèmes de santé, mal isolé donc énergivore, avec une moins bonne qualité de l'eau, en utilisant peu l'électricité ou le chauffage en raison de l'augmentation constante des factures d'énergie. Ce tableau peu glorieux montre que la lutte environnementale est un enjeu intersectionnel avec des dynamiques sociales et économiques. Les femmes âgées précaires sont amenées à faire des choix entre se nourrir et se chauffer. D'après le média Conversation, « [lors des feux de forêt], les femmes sont aussi plus à risque de subir des pertes financières non négligeables en perdant leur propre maison »¹. Ainsi, les filets sociaux doivent être renforcés et accessibles au plus vite pour leur permettre de vivre décemment et éviter la dégradation de leur qualité de vie, et, dans le pire des cas, la situation d'itinérance. Les femmes en situation d'itinérance sont parmi les plus vulnérables lorsqu'il y a des canicules ou des évacuations en raison des feux de forêt car il est ensuite difficile de retrouver leurs traces, comme le souligne la *Yellowknife Women's Society* lors de l'évacuation de 60 % des Territoires du Nord-Ouest à l'été 2023².

Ensuite, le rôle du *care* (du soin) revient souvent aux femmes, et cela à tout âge car « la plupart des femmes continuent à exercer ce rôle du *care* dans leurs *senior years* »³. Le travail de soin comprend les tâches liées à s'occuper des proches. Après 60 ans, les femmes vont s'occuper des petits-enfants pour aider les parents, aller les chercher à l'école ou les garder lorsque les parents travaillent. Dans le contexte de catastrophes climatiques, ce sont encore les femmes qui assureront le travail de soins prodigués aux victimes et blessé·es. Lorsque le travail du soin repose majoritairement sur une personne, le risque est de faire peser une charge mentale accrue, de générer du stress et de la fatigue et finalement, d'avoir un impact sur la santé à long terme.

Inégalité dans la santé : des facteurs physiologiques ignorés

Les conséquences directes des catastrophes climatiques se répercutent sur la santé tant physique que mentale. Les études soulignent la vulnérabilité des personnes âgées lors de grands événements climatiques. D'une part, la dangerosité de la pollution de l'air et des micro-particules émises par la fumée des feux de forêt, un véritable risque pour les personnes âgées dont la santé est souvent plus fragile et plus à même de développer des infections, des maladies cardiaques ou pulmonaires.

¹ <https://www.preventionweb.net/news/why-older-people-are-some-those-worst-affected-climate-change>

² <https://cabinradio.ca/155699/news/yellowknife/some-yellowknifers-still-missing-after-evacuation-society-says/>

³ <https://urbanresilience.medium.com/climate-change-is-a-growing-risk-for-older-women-dae476e7bb72>

D'autre part, il convient de rappeler les conséquences dramatiques de la canicule de 2021 en Colombie-Britannique, les températures avoisinant les 50 degrés celsius en raison du dôme de chaleur. Sur 619 personnes malheureusement décédées, 67 % avaient plus de 70 ans et 33 % vivaient dans les quartiers les plus défavorisés sur le plan social⁴. Si le gouvernement du Canada n'a pas détaillé les données genrées sur son site, il existe des recherches sur les raisons pour lesquelles les fortes chaleurs sont plus mortelles pour les femmes :

« Des recherches de l'Université libre d'Amsterdam (Vrije Universiteit) ont identifié plusieurs causes possibles, comme les différences de sudation, de tension cardiovasculaire, de ratio entre surface corporelle et masse, et la plus grande propension des femmes à vivre seules ou à être actives au sein du foyer. »⁵

Le taux de surmortalité chez les femmes européennes de plus de 55 ans est de 15 % pendant les épisodes caniculaires selon les mêmes recherches⁶. De manière générale, les aînées ont souvent moins accès aux nouvelles technologies, de fait, les alertes en cas d'urgence envoyées par courriels ou par message sms sur le téléphone ne sont pas nécessairement efficaces auprès de ce public⁷.

Faire face à l'âgisme qui invisibilise les aînées

Dans notre société occidentale, les aînées ont un faible poids dans le dialogue social : elles ne sont que rarement représentées dans les médias de manière générale. Elles ne sont pas invitées dans les discussions en lien avec l'environnement et les changements climatiques, souvent dirigées par des hommes blancs de plus de 50 ans, alors qu'elles en sont les premières victimes alors qu'elles polluent moins.

⁴ <https://ised-isde.canada.ca/site/science/fr/blogues/science-sante/populations-vulnerables>

⁵ https://www.lemonde.fr/climat/article/2023/08/29/les-canicules-sont-plus-mortelles-pour-les-femmes-et-ce-n-est-pas-seulement-parce-qu-elles-vivent-plus-longtemps_6186883_1652612.html

⁶ Magazine La Déferlante, octobre 2023

⁷ <https://urbanresilience.medium.com/climate-change-is-a-growing-risk-for-older-women-dae476e7bb72>

C'est un fait, après 50 ans, les femmes tendent à être effacées des écrans et des représentations culturelles. Cependant, il devient important de représenter la population et de renverser les stéréotypes associés aux femmes âgées pour lutter contre l'âgisme auquel ces dernières font face. Cet âgisme les empêche de prendre pleinement leur place dans la société et tend à invisibiliser leurs expériences. Ce manque de représentations est ancré dans une société patriarcale et jeuniste qui considère les femmes comme inutiles ou périmées dès lors qu'elles ne sont plus en mesure d'enfanter.

Pour représenter les femmes âgées, il faut leur donner la parole pour partager leurs ressentis et leurs besoins, et favoriser des espaces d'expression sécuritaire au sein desquelles elles vont pouvoir transmettre leurs connaissances, que ce soit des connaissances ancestrales ou par expériences – 80 % des personnes déplacées par les catastrophes et les changements climatiques dans le monde sont des femmes et des filles – selon les Nations Unies⁸. Les femmes sont moins représentées en politique, elles sont de fait moins sollicitées sur des sujets ne relevant pas directement de la famille. Pour contrer ces effets, les associations d'âgées francophones devraient également être impliquées dans les sujets qui les concernent directement en tant que personnes décisionnaires, comme la lutte contre le réchauffement climatique, notamment en utilisant les outils de l'Analyse comparative entre les sexes plus (ACS+). Au niveau local, les associations et les personnes âgées de la communauté mènent un travail remarquable en organisant des activités sociales de rassemblement en français pour des femmes âgées en santé et épanouies au sein de leur communauté (marche santé, club de sport, cercle de couture...). Ces activités contribuent à l'intégration dans la communauté pour briser l'isolement et au maintien d'une santé mentale saine.

En conclusion, le sujet des répercussions des changements climatiques sur les âgées englobe de nombreux enjeux intersectionnels en lien avec la justice climatique : le genre, l'âge, la mobilité physique, la santé, la langue... Mais les âgées sont loin d'être uniquement vulnérables, elles se mobilisent : en 2024, plus de 2500 militantes du groupe *KlimaSeniorinnen* (les Âgées pour la protection du climat) ont remporté une importante victoire à la Cour européenne des droits de l'Homme (CEDH) qui a condamné pour la première fois un État, la Suisse, pour son inaction face au changement climatique⁹. Une initiative inspirante pour nos âgées francophones engagées.

⁸ <https://news.un.org/fr/story/2021/11/1108212>

⁹ <https://ici.radio-canada.ca/jeunesse/maj/2065697/ainees-cour-droit-justice-rechauffement>

Poème

Par Lisa Boisneault

Tel un sablier

Une fleur fanée disait Ronsard

Une charogne disait Baudelaire

La jeunesse s'évapore

Les nervures, les fissures qui traversent le corps

Les blessures, les marques qui évoquent le vécu

La peau distendue, les marques du temps

Telles les vanités,

Évoquer le corps âgé c'est regarder en face

sa propre fin.

Diabolisé car ne pouvant plus enfanter,

Il lui est imposé de se cacher, de s'effacer.

Invisibilisé

Doit disparaître.

Fières Sorcières, c'est assez!

Vent debout, révoltons-nous.

Notre corps n'est qu'une enveloppe dévoilant

La sagesse,

De notre existence la matérialité.

Réapproprions-nous ce corps transformé.

Les inégalités dans l'administration scolaire : vers une retraite équitable

Par Dr Samira ElAtia, Leticia Nadler Gomez et Komla Essiomle



Dr Samira ElAtia



Leticia Nadler Gomez



Komla Essiomle

En Amérique du Nord, peu de femmes occupent des postes de directrice générale de conseil scolaire, bien que le personnel enseignant soit composé majoritairement de femmes (Bush, 2021). Plusieurs recherches sur le sujet ont été publiées aux États-Unis depuis les années 1980, alors que les études ont commencé plus tardivement au Canada (Rees, 1990), et que les investigations récentes s'y font rares (Abath, 2021). La plupart des recherches se concentrent sur les causes de la sous-représentation des femmes.

La répercussion des inégalités sur la progression de la carrière

En Alberta, les femmes qui accèdent à des postes de haute gestion sont généralement des femmes blanches, ce qui contraste avec la démographie des élèves et du personnel enseignant, qui s'avère de plus en plus diversifiée. Au manque de diversité raciale (Blackmore, 2013) s'ajoute le constat que les femmes qui parviennent à occuper ces postes le font généralement à un âge plus avancé que leurs homologues masculins (Corsi & ElAtia, 2024).

La conséquence d'une progression de carrière tardive sur la retraite

Notre recherche révèle que les enseignantes qui prennent un congé de maternité/parental retardent inévitablement leur avancement aux postes de direction d'école (ElAtia et al., 2023). Cette situation entraîne un décalage d'âge important au moment de leur promotion par rapport à leurs collègues masculins, réduisant leur rémunération ainsi que leurs pensions de retraite. De plus, l'impossibilité de cotiser au régime de retraite pendant le congé de maternité contraint ces femmes à « racheter » les périodes non cotisées à un coût prohibitif, mais celles qui n'ont pas les moyens de le faire sont indirectement contraintes d'allonger leur carrière pour compenser les années non cotisées, afin d'obtenir une pension de retraite complète, sans compter, parfois, l'argent des salaires sacrifiés durant leur absence.

Regard intersectionnel sur la progression de carrière des enseignantes racisées

Fuller et coll., (2019) argumentent que les facteurs liés à la race et au genre influencent les chances d'obtenir des postes de direction en éducation. À l'instar de plusieurs pays occidentaux, il existe des évidences qu'en Amérique du Nord les personnes racisées (minorités visibles et peuples autochtones) ont moins de chances d'accéder aux postes de direction que leurs collègues blancs (Aaron, 2020 ; Elonga Mboyo, 2019 ; Brooks et Gaetane, 2007 ; Johnson, 2021). Notre récente enquête (ElAtia et al., 2023) réalisée auprès de plus de 640 personnes démontre qu'en Alberta, les Blancs représentent 95 % des personnes occupant des postes administratifs et de gestion scolaire, contre 1,25 % pour les Métis, 0,7 % pour les Premières Nations, 0,7 % pour les Noirs et 2,5 % pour les autres minorités visibles.

En ce qui a trait aux femmes appartenant aux groupes racisés, Bloom et Erlandson (2003) constatent qu'en plus du racisme et du sexisme, elles doivent déployer des efforts supplémentaires pour obtenir une reconnaissance et une visibilité équitables dans le domaine de l'éducation. Les femmes racisées, bien qu'elles comprennent comment les pratiques racistes entravent la progression de carrière continue à être confrontée à la double discrimination liée à la race et au sexe (Aaron, 2020), et ce, même si elles accèdent aux postes administratifs et de gestion scolaire.

Pour les femmes racisées, avoir un enfant et s'en occuper s'ajoute aux obstacles systémiques liés à la race et au genre dans leur parcours professionnel, retardant leur avancement vers des postes de direction et diminuant d'autant leur salaire et leur pension de retraite. Ce phénomène est d'autant plus perceptible chez les enseignantes racisées issues de la première génération immigrante qui entament souvent leur carrière à un âge avancé, tout en devant affronter les inconvénients inhérents à la migration. Leur insertion tardive dans la profession enseignante retarde leur accès à des postes de leadership et limite leurs années de service à un salaire élevé, impactant négativement leur cotisation à la retraite. Cette inéquitable progression de carrière et de cotisation aux fonds de pension souligne les inégalités qui existent face au vieillissement.

Conclusion

Il est impératif que les conseils scolaires, de concert avec les syndicats, les associations professionnelles et les ordres des enseignants, prennent des mesures concrètes pour remédier à ces disparités manifestes. La mise en place de politiques et de pratiques visant spécifiquement à soutenir la progression de carrière des enseignantes à tous les âges, quels que soient leur race et leur parcours de vie, tout en leur assurant une contribution équitable aux régimes de retraite, est cruciale. Ces actions pourraient comprendre des initiatives pour compenser les interruptions de carrière causées par la maternité et pour ajuster les contributions aux régimes de retraite, afin de refléter équitablement les années de service.

En se concentrant sur ces aspects, les conseils scolaires et les organismes professionnels peuvent jouer un rôle essentiel dans la lutte contre la précarité financière des enseignantes à la retraite, particulièrement celles issues de l'immigration, qui sont racisées et qui ont interrompu leur carrière pour s'occuper de leurs enfants. Une telle prise de position favoriserait un vieillissement plus sûr et plus équitable à ces professionnelles. L'urgence de cette initiative se fait particulièrement sentir dans le milieu francophone, où un nombre croissant d'enseignantes immigrantes intègrent la profession à un stade avancé de leur vie.

À propos :

Dre Samira ElAtia est professeure titulaire en éducation et vice-doyenne aux études supérieures, à la recherche et à l'internationalisation au Campus Saint-Jean. Elle est titulaire d'un doctorat en évaluation des compétences et en évaluation langagière.

Leticia Nadler Gomez poursuit actuellement son doctorat à la Faculté d'éducation de l'Université de l'Alberta. Elle occupe également les fonctions d'assistante de recherche et de chargée de cours à la Faculté Saint-Jean. Elle détient une maîtrise en leadership et un certificat en coaching.

Komla Essiomle est doctorant en études transdisciplinaires et responsable du développement de la recherche au Campus Saint-Jean de l'Université de l'Alberta. Il a un certificat d'études supérieur en administration et leadership scolaire et une maîtrise en sciences de l'éducation.

Liste de références

Aaron, T. S. (2020). Black women: Perceptions and enactments of leadership. *Journal of School Leadership*, 30(2), 146 -165. <https://doi.org/10.1177/1052684619871020>

Abath, A. (2021). Des enjeux de genre à la (re) féminisation de la gouvernance scolaire au Québec : une dynamique d'égalisation de rattrapage ou de dévalorisation ?. *Revue Organisations & territoires*, 30(3), 107-119.

Blackmore, J. (2013). A Feminist Critical Perspective on Educational Leadership. *International Journal of Leadership in Education*, 16(2): 139–54.

Bloom, C. M. & Erlandson, D. A. (2003). African American women principals in urban schools: Realities, (re)constructions, and resolutions. *Educational Administration Quarterly*, 39(3), 339–369. <https://doi.org/10.1177/0013161X03253413>

Brooks, J.S., et Gaetane, J.M. (2007). Black leadership, white leadership: Race and race relations in an urban high school. *Journal of Educational Administration*, 45(6), 756–768.

Bush, T. (2021). Gender and school leadership: Are women still under-represented as school principals? *Educational Management Administration & Leadership*, 49(6), 861– 862. <https://doi.org/10.1177/174114322110509>

ElAtia, S., Gomez, L. & Essiomle, K. (2023, Mai). *La progression de carrière des femmes en leadership scolaire : États de lieux en Alberta*. Canadian Society for the Study of Education (CSSE). York University, Toronto.

Elonga Mboyo, J. P. (2019). School Leadership and Black and Minority Ethnic Career Prospects in England: The Choice between Being a Group Prototype or Deviant Head Teacher. *Educational Management Administration & Leadership*, 47(1), 110–128. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1741143217725326>

Fuller, E., Hollingworth, L., et An, B. P. (2019). Exploring intersectionality and the employment of school leaders. *Journal of Educational Administration*, 57(2), 134-151. <http://dx.doi.org/10.1108/JEA-07-2018-0133>

Johnson, N. N. (2021). Balancing race, gender, and responsibility: Conversations with four black women in educational leadership in the United States of America. *Educational Management Administration & Leadership*, 49(4), 624–643.

Liang, J., et Peters-Hawkins, A. L. (2017). “I Am More than What I Look Alike:” Asian American Women in Public School Administration. *Educational Administration Quarterly*, 53(1), 40–69. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0013161X16652219>

Rees, R. (1990). *Les femmes et les hommes en éducation : étude sur la répartition professionnelle selon le sexe dans les commissions scolaires*. Canadian Education Association.



La violence conjugale est souvent invisible

Signes avertisseurs de la violence conjugale

- › Il la rabaisse.
- › Il parle tout le temps et domine la conversation.
- › Il la surveille tout le temps, même au travail.
- › Il surveille ses courriels, ses messages textes et ses activités sur les réseaux sociaux.
- › Il essaie de prétendre qu'il est la victime et il agit comme s'il était déprimé.
- › Il essaie de l'empêcher de vous voir.
- › Il agit comme si elle lui appartenait.
- › Il ment pour bien paraître ou exagère ses qualités.
- › Il agit comme s'il était supérieur aux autres membres de sa famille et plus important qu'eux.
- › Elle s'excuse ou trouve des excuses à son comportement.
- › Elle devient agressive ou se met en colère.
- › Elle semble mal à l'aise de s'exprimer en sa présence.
- › Elle semble être malade plus souvent et s'absente du travail.
- › Elle essaie de masquer ses blessures.
- › Elle trouve des excuses à la dernière minute pour ne pas vous rencontrer ou elle essaie de vous éviter lorsqu'elle vous rencontre dans la rue.
- › Elle semble triste, seule, repliée sur elle-même et craintive.
- › Elle consomme des drogues ou de l'alcool pour faire face à la situation.



PrésentEs! et actuelles

Entrevue avec Isabelle McKee-Allain

Sociologue Acadienne connue pour ses écrits sur la place des femmes acadiennes dans une société minoritaire, Isabelle McKee-Allain est très impliquée au sein de la Coalition de l'équité salariale au Nouveau-Brunswick depuis plusieurs années. Elle a effectué un premier mandat à titre de représentante du Sud-Est au conseil d'administration de la Coalition, suivie de 3 mandats consécutifs à titre de vice-présidente francophone. Professeur titulaire de sociologie ayant pris sa retraite de l'Université de Moncton après 30 ans de carrière, dont 15 ans à titre de doyenne de la faculté — McKee-Allain a été honorée en novembre 2023 en recevant l'Ordre du Nouveau-Brunswick, une distinction qu'elle reçoit pour son engagement en tant que professionnelle dévouée à l'avancement de l'égalité des femmes, de la justice sociale et de la culture francophone et acadienne au Nouveau-Brunswick.

1. Quels sont les défis particuliers auxquels vous avez dû faire face en tant que femme plus âgée évoluant sur le marché du travail?

Si je trace un bilan entre mes premiers emplois réguliers et le cheminement de carrière, c'est certain qu'il y a eu des changements. Quand j'étais étudiante en maîtrise à l'Université Laval, j'ai eu de beaux emplois d'été dans le domaine de la recherche, c'était parfait pour une étudiante en sociologie. La recherche entre autres en Nouvelle-Écosse, dans les communautés acadiennes de la Nouvelle-Écosse. Là, femme ou homme ça allait, comme étudiante aussi. Puis, j'ai postulé pour un premier travail plus régulier, chez Radio-Canada Atlantique en tant que jeune maman. Cela fait bien sûr des années, la fin des années 70, et j'animais une émission où je conscientisais la population et interviewais non pas des politiciens et politiciennes, mais je voulais inviter des gens ordinaires à discuter. Ça s'appelait « En famille », et on avait comme thématiques des problèmes qui touchaient les familles; les finances, l'allaitement maternel, les enjeux sur le marché du travail, etc. Je cherchais des thèmes, j'interrogeais, je trouvais des invités, et tout. Puis, quelques mois après, je me suis rendue compte que j'avais un collègue qui faisait la même chose que moi, qui avait une émission semblable qui était payé beaucoup plus que moi. Je suis allée voir un superviseur pour lui faire part de mon inquiétude, et il m'a répondu que mon collègue était le « gagne-pain principal » de sa famille, d'où la raison de son salaire plus élevé que le mien.

L'enjeu de la transparence salariale, qui est maintenant aussi une cause pour la Coalition pour l'équité salariale, est je pense un enjeu extrêmement important. Il ne faut pas se gêner pour en parler si on est dans un milieu qui n'est pas syndiqué; et beaucoup de personnes au Nouveau-Brunswick surtout les femmes dans le secteur privé, n'ont pas de syndicat. Quand c'est le cas, on ne connaît pas les conditions salariales, et nous n'avons pas de comparaisons, cela peut être assez embarrassant de poser la question au patron si on est dans une situation précaire. Au moment de ma carrière, il y a eu des changements, mais pas assez rapidement. J'ai été la première doyenne, je le dis humblement, mais la plupart de mes collègues avec qui je pensais avoir une bonne solidarité, m'ont prouvé le contraire lors d'une réunion avec le réseau des doyen·nes, où j'ai remarqué que mes collègues avaient l'air bien préparés au sujet de certains dossiers. Je me suis renseignée et j'ai appris qu'ils s'étaient rencontrés dans la chambre du patron, qui avait un rôle d'encadrement et de superviseur. J'ai pris mon courage à deux mains, et je suis allée le voir au retour au bureau pour lui demander pourquoi je n'avais pas été invitée alors que je gérais la plus grande faculté des trois campus. Il m'a répondu que cela aurait été mal vu d'accueillir une femme dans sa chambre l'hôtel. Moi parmi dix autres collègues. Ça a été l'exception, mais ça montre que c'est un problème qui n'a pas été réglé, bien que dans l'ensemble, j'ai eu une belle collaboration.

2. Avez-vous envisagé une réorientation de carrière en avançant en âge? Si tel est le cas, quelles en sont les raisons?

À 39 ans, je me suis inscrite au doctorat, alors que j'avais deux jeunes enfants. À l'université, j'ai découvert que c'est l'enseignement qui m'intéressait, et comme beaucoup de femmes à l'époque, je n'avais pas encore de doctorat et donc pas de poste régulier. Il y a des hommes aussi qui n'en n'avait pas, mais disons que pour eux ce n'était plus une exigence. J'ai pris la décision de poursuivre mes études, ce qui a été très exigeant, non pas au niveau intellectuel, mais plutôt au niveau familial. Il y avait comme exigence que je passe un trimestre à Montréal, et ensuite ça allait être une question de déplacements. Il y a eu l'aspect de culpabilité d'abandonner mes enfants. Mais aussi, mon fils de neuf ans à cette époque, m'avait fait la remarque que j'allais être très vieille. C'est exactement le sentiment que j'avais, d'être trop âgé pour me retrouver sur un banc d'école. Cependant, dans mes séminaires au début obligatoire, la majorité était des femmes qui enseignaient dans des cégeps et revenaient aux études pour obtenir un doctorat. Donc j'étais dans la moyenne. Je n'ai jamais regretté cette décision de retourner à l'école. Il faut dire que j'avais un partenaire qui prenait cette responsabilité et m'offrait son soutien, il faut dire aussi que j'avais fait pareil pour lui; lorsque je l'avais accompagné pour ses études en Californie. J'ai obtenu mon poste

en voie de permanence. Heureusement, j'avais une bonne santé pour faire ça, et mon expérience m'a beaucoup aidé par la suite, lorsque j'étais doyenne. Il y avait beaucoup de jeunes femmes qui voulaient retourner aux études pour compléter leur doctorat, et à l'époque il y avait moins de garderies. Le retour aux études est un test d'endurance, plus qu'une évaluation de nos valeurs intellectuelles. C'est se demander: si on veut continuer, si ça en vaut la peine. Ma propre expérience m'a beaucoup aidé pour accompagner mes collègues qui avaient besoin de support. Parfois il suffit d'un petit mot d'encouragement, pour dire: ne lâche pas, tu vas être contente après!

3. Quelle est l'importance des réseaux de soutien (famille, amis, groupes communautaires) dans votre existence? En quoi les expériences intergénérationnelles contribuent-elles à l'enrichissement de votre quotidien?

Les expériences intergénérationnelles ont été et sont toujours indispensables pour moi. Ma carrière, comme doyenne et comme professeure a été de côtoyer et de travailler avec des jeunes. À toutes les étapes de ma transition, quand je commençais la cinquantaine, la soixantaine, et par la suite – le contact avec les gens, a été la raison pour laquelle je m'engageais et que je voulais contribuer ma petite part. Par mes choix de bénévolats après la retraite, je me rends compte avec cette entrevue que c'est encore très important pour moi, parce que l'un de mes premiers engagements comme quasi-retraîtée c'était le salon du livre de Dieppe. Il fallait organiser des salons, choisir des auteurs, pour surtout la littérature pour jeunes. Il fallait accueillir les auteurs qui pouvaient aller dans les écoles, afin que les jeunes puissent rencontrer de vrais auteurs, en chair et en os. C'était très important comme cause, mais dans mon bénévolat aussi, entre autres la coalition pour l'équité salariale, j'adore être au sein d'une équipe. Mon bénévolat, c'est ce qui me tient en vie; je respecte les gens qui sont impliqués dans des associations pour aînés, c'est très important, je le sais. Cependant, dans mes choix personnels, je me rends compte que ce contact intergénérationnel, malgré nos différences, je pense qu'il y a une certaine expérience qu'on peut partager, et les jeunes nous forcent à ne pas se scléroser, à ne pas rester borné dans nos positions. L'écoute dans les deux sens est importante.

4. En posant un regard sur votre carrière, quels conseils aimeriez-vous partager avec des femmes qui entrent sur le marché du travail?

Si j'ai un conseil à donner aux jeunes femmes, en particulier celles qui vivent toutes sortes de situations, c'est de ne jamais hésiter à demander des conseils, et de s'entourer de gens à qui on fait confiance. On ne peut pas tout faire seule. C'est sûr que les conditions de travail ont changé, mais il y a encore beaucoup de précarité, et on hésite parfois à exprimer nos doutes ou montrer des signes de faiblesses. Les femmes, c'est notre spécialité, ne pas vouloir exprimer nos sentiments; mais il ne faut pas hésiter avec les personnes de confiance, parce que ça peut être très solitaire.

5. Comment vous préparez-vous à quitter la vie professionnelle et entamer celle de retraitée?

J'ai parlé tout à l'heure du retour aux études et des longs trajets que cela implique. La retraite est tout aussi épineuse à première vue. Moi, je ne me suis pas vraiment préparée. J'aimais beaucoup ce que je faisais, j'allais avoir 65 ans et j'étais encore en bonne santé, j'avais encore hâte d'aller travailler au bureau. Donc j'ai dû me demander si j'allais attendre de perdre ce goût-là, mais pour faire quoi? Je m'étais beaucoup consacré au travail. Mon conjoint et moi voyagions beaucoup quand on en avait la possibilité, nous avions nos enfants, et nous sommes maintenant grands-parents. Mais j'ai remarqué que je ne m'étais pas vraiment développé de passe-temps à part la lecture et les voyages. Avec la pandémie, les voyages étaient limités à ce moment-là. Dans un sens, j'avais pris la décision car je ne voulais pas attendre qu'il soit trop tard. Financièrement, contrairement à beaucoup de femmes qui n'ont pas de fonds de pension et qui sont dans une situation financière très précaire, je n'étais pas riche, mais j'étais au moins assez à l'aise, assez confortable pour prendre la décision d'arrêter. J'ai été assez chanceuse, parce que lorsque la décision a été prise, j'avais une année qui m'était due – étant donné que je n'avais jamais eu de congé de l'université, à ma décision. À ce moment-là, le vice-recteur à l'enseignement et la recherche m'a offert un poste à demi-temps, une transition par intérim comme directrice du centre d'études Acadiennes. C'était évidemment mon domaine, et j'ai donc eu une transition d'un an et demi, incroyable. C'était une très petite équipe, très motivée et motivante, et j'avais une certaine flexibilité au niveau de mes heures. Ça m'a donné le temps de m'habituer à un autre rythme et la chance de m'occuper plus de moi. C'est à ce moment-là que j'ai commencé à accepter des offres de bénévolat et à m'impliquer de plus en plus dans

plusieurs groupes. Ça m'a également aidé à me préparer pour la retraite. J'avais choisi d'autres formes d'engagements. Parfois, je vois d'anciens collègues qui s'accrochent à leur poste. C'est un autre élément aussi qui a joué un rôle dans ma décision, je voyais des jeunes, qui attendaient des postes ou qui étaient dans des postes précaires car il y avait un manque d'emplois. Il faut à un moment donné laisser sa place. Il ne faut pas attendre de ne plus avoir le goût ou de se sentir dépassé. J'aimais encore ce que je faisais, mais il faut être réaliste et évaluer si on peut se le permettre financièrement. Les besoins sont différents à la retraite, mais il y a tout de même des besoins qui ne changent pas. Il faut être réaliste dans la décision.

6. Est-ce qu'il y a un moment dans votre cheminement où vous avez réalisé que vous aviez enfin atteint le point culminant de votre carrière?

C'est difficile d'identifier un moment, car j'ai connu plusieurs bons moments. Particulièrement lorsque des jeunes collègues que j'avais encouragé à poursuivre leurs études doctorales pour obtenir un poste régulier, ont réalisé cet objectif, j'étais très contente. Quand j'ai reçu l'Ordre du Nouveau-Brunswick, cela m'a beaucoup touchée. C'est important pour moi comme femme acadienne, pour mon engagement et mes intérêts. Une étudiante que j'ai rencontré au marché de Dieppe un samedi matin, m'a dit qu'elle était très contente que les sociologues soient enfin reconnus. Au niveau personnel, ça me touche beaucoup, cette représentation est importante.

Entrevue avec Najat Ghannou

Le cheminement de madame Ghannou commence au Maroc, où elle débute sa carrière professionnelle à l'institut Royal des sports à Rabat au Maroc. En 1990 elle arrive au Canada, plus précisément à Sherbrooke, où elle obtient une maîtrise en kinanthropologie à l'Université de Sherbrooke. À son arrivée à Ottawa, elle décide de se lancer dans le domaine de l'éducation en obtenant un baccalauréat en enseignement. Madame Ghannou est impliquée dans plusieurs projets à l'échelle locale, provinciale et nationale ainsi qu'auprès du ministère de l'Éducation de l'Ontario, de l'Université d'Ottawa et du CEPEO. Elle ne manque pas une chance de célébrer ses origines et la langue française. Elle est également la présidente de l'Association canadienne pour la promotion des héritages africains. Ses pairs la connaissent comme un modèle de leadership, d'engagement, d'audace, de positivisme et d'enthousiasme contagieux pour les jeunes et les adultes. Son dévouement lui mérite le prix « Champlain Fondateur de la Francophonie » en mars 2023, décerné à une personne francophone ou francophile qui s'est démarquée de façon particulière à la cause de la francophonie.

1. Pouvez-vous nous parler de votre réorientation de carrière? Qu'est-ce qui vous a poussé à un tel changement?

Pour être honnête, je n'ai jamais pensé immigrer au Canada. C'est un simple hasard, en 1988 il y a eu les Jeux de la francophonie – les premiers étaient au Maroc et le Canada était partenaire. J'étais à ce moment responsable de la délégation Canadienne qui était présidée par Jean Charest alors qu'il était ministre des Sports et de l'activité physique. On faisait des réunions avant l'organisation des jeux et des rapports, et comme j'étais lié en amitié avec son attaché de presse, on l'a rencontré une fois et nous avons soupé avec lui à son hôtel au Maroc. À ce moment-là, monsieur Charest m'a demandé si je pensais faire des études - son attaché de presse lui a répondu que je pensais aller en France pour un diplôme. Pour nous au Maroc, c'était le pays de destination pour les études étant donné sa proximité. Il m'a dit : « Que dis-tu si je t'inscris à l'Université qui fait sortir des ministres comme moi, dans la plus belle région du Canada? ». Là, j'étais enthousiaste et surprise qu'un ministre me propose cette opportunité, moi qui suis une simple fonctionnaire. J'ai bien évidemment accepté, et un an plus tard, une valise diplomatique était arrivée avec pour moi des dossiers, dont une lettre d'admission à l'Université de Sherbrooke. C'est comme ça que j'ai connu la région, j'ai

adoré les Cantons-de-l'Est et j'y ai passé 10 années. À cause de la récession, ma famille et moi avons été obligés de déménager en Ontario, d'abord à Pembroke pour 3 ans. J'y ai fait un temps plein où j'ai ouvert la maternelle 4 ans et j'ai enseigné au secondaire; puis je suis venue à Ottawa pour enseigner les sciences, la biologie et la danse. Comme je n'étais pas une danseuse professionnelle, j'ai fait une spécialité en danse à l'Université d'Ottawa. De là, avec le conseil des écoles publiques, j'ai été conseillère pédagogique pour la construction identitaire. En même temps, j'ai fait mes cours de direction d'école et j'ai eu un poste de directrice adjointe en 2010 à l'école Omer-Deslauriers. J'ai été membre de direction dans plusieurs écoles du CEPEO (Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario), j'ai été conseillère pédagogique au Centre franco-ontarien des ressources pédagogiques et avant ma retraite j'ai travaillé au gouvernement comme agente ministérielle à la direction des curriculums et politiques. Je suis ensuite retournée à mon conseil scolaire pour prendre ma retraite. Depuis le 31 décembre 2022, je suis retraitée.

2. Quels sont les défis particuliers auxquels vous avez dû faire face en tant que femme plus âgée ou d'une minorité évoluant sur le marché du travail?

J'ai eu des hauts et des bas, rien n'est facile. J'ai changé de carrière, ça en prend beaucoup pour reprendre l'école. Je suis allée à l'Université de Sherbrooke, à l'Université d'Ottawa, j'ai fait mon diplôme avec l'ordre des enseignants, j'ai fait mon diplôme de direction, d'agent de supervision. J'ai touché à toutes les facettes de l'éducation. J'ai fait le tour de l'Ontario en donnant des formations en construction identitaire et en multiculturalisme. À Sherbrooke, l'immersion n'a pas été difficile avec l'avantage de la langue. Nous nous sommes très vite fait remarquer à l'Université. J'ai commencé un emploi comme assistant professeur, mais j'ai remarqué qu'on ne me donnait pas le salaire que je méritais. On me donnait la charge de cours, avec un salaire d'enseignant, alors qu'une de mes collègues Québécoise qui faisait les mêmes tâches était payée comme chargée de cours. Bien évidemment cela a créé des frictions, et quand j'en ai fait la remarque, je me suis fait demander combien je serai payée au Maroc. J'ai répondu que je n'étais pas au Maroc; que j'effectuais un travail universitaire à Sherbrooke. Bien sûr, mon salaire était élevé par rapport à celui du Maroc, mais cela n'avait pas d'importance, il fallait que je sois payée en fonction du salaire du Canada. Les gens n'apprécient pas ce genre de commentaire, ils ne veulent pas entendre parler d'injustice. Moi, je voulais un salaire équitable avec mes collègues, mais eux s'attendaient à ce que je sois satisfaite avec ce qu'ils me donnaient. Il faut avoir la motivation et le courage de défendre ses droits. Après il y a eu la récession, on nous avait promis un poste que l'on n'a pas eu. Ils l'ont donné à un stagiaire. C'est la goutte qui a fait déborder le vase. Nous avons déménagé à Pembroke, où le salaire n'est pas le meilleur, mais nous avons été très bien accueillis et c'est là que ma carrière en éducation a débuté.

3. Auriez-vous des recommandations précieuses pour maintenir un mode de vie équilibré et sain en avançant en âge?

Il faut à tout prix rester engagée d'une manière ou d'une autre. L'activité physique est également un bon moyen de maintenir une vie équilibrée plus on avance dans l'âge.

4. Comment parvenez-vous à entretenir des liens sociaux solides et actifs tout en vieillissant ?

C'est certain que quand tu quittes ton pays et que tu prends résidence dans un autre, il y a beaucoup d'adaptation. Étant donné que nous venions du Maroc, nous avons eu l'avantage du français puisque nous résidions au Québec. Mon conjoint, ma petite fille de 3 ans et moi, nous nous sommes installés à Sherbrooke et nous avons une bonne relation avec les voisins. Tout de suite à l'Université, nous avons établi des liens avec nos professeurs et nos superviseurs parce qu'à la maîtrise il y a des recherches à faire, cette relation est très importante. C'est sûr que la langue a facilité notre immersion. On se comportait très bien, on se faisait remarquer, nous étions les premiers dans les rangs en kinanthropologie. Ils ont commencé à nous donner du travail comme assistant professeur. Je me suis aussi engagée avec l'Association des femmes françaises canadienne à Pembroke. Il faut dire que le bénévolat je connais ça depuis le Maroc. J'ai grandi dans le mouvement scout, puis j'ai fait mes formations pour être guide locale, nationale puis internationale. À Sherbrooke, je faisais partie de l'association multiculturelle de l'Université de Sherbrooke et du RIFE (Rencontre Interculturelle des Familles de l'Estrie), où nous avons chaque mois des buffets, et nous rassemblions les familles nouvellement arrivantes. J'ai également fait du bénévolat où j'aidais les nouveaux-arrivants à trouver des logements, acheter des vêtements pour les enfants. J'ai toujours été très engagée dans ma communauté, et quand est venu le temps pour ma famille et moi de faire la résidence permanente, ça a bloqué quelque part. Cependant, comme j'étais connue à Sherbrooke, un évêque nous a écrit une lettre de recommandation, et nous avons été réinvités pour une entrevue. Nous avons par la suite eu notre résidence permanente. Il a fait comprendre que nous étions des gens engagés, compétent et travailleurs.

5. Quelle est l'importance des réseaux de soutien (famille, amis, groupes communautaires) dans votre existence? En quoi les expériences intergénérationnelles contribuent-elles à l'enrichissement de votre quotidien ?

C'est extrêmement important pour moi. Dernièrement, j'ai participé au transfert d'un programme qui est en France. C'est un programme intergénérationnel qui se nomme « Lire et faire lire », destiné aux écoles primaires que nous avons commencé ce printemps à Orléans et nous avons maintenant une entente avec les trois conseils scolaires de la région. Nous avons créé une association « Lire et Faire Lire, Intergénérationnel », ce sont les grands-parents qui vont dans les écoles primaires et apprennent à lire et interagir avec les enfants de 1^{ère} et 2^e année. Nous avons commencé avec cinq écoles, et nous avons déjà une vingtaine d'écoles inscrites dans le programme pour cette année, donc il nous faut des bénévoles. Le programme a eu une bonne réception, ça donne l'occasion aux aînés de sortir. Les élèves interagissent avec les personnes âgées. Nous avons créé l'association « Lire et Faire Lire-Ontario », et nous sommes en communication avec les douze conseils scolaires de l'Ontario dans l'espoir que ce programme se retrouve partout en Ontario.

6. En posant un regard sur votre carrière, quels conseils aimeriez-vous partager avec des femmes qui entrent sur le marché du travail?

Les défis sont nombreux, tu rencontres beaucoup de bonnes personnes qui vont t'aider à t'élever et à donner le meilleur de toi. Puis tu tombes sur une ou deux personnes qui coincent ta carrière, et tu dois avoir une grande résilience, tu dois persévérer, tu dois toujours montrer que tu es capable de dépasser et de surmonter les défis. Oui, il y a des gens qui peuvent bloquer ta carrière en route, mais comme tu es également entourée de bonnes personnes, ça fait la balance. Tu dois être solide comme immigrante. Les immigrants sont demandés à démontrer 10 fois plus qu'un canadien de souche, plus ancien. Tu dois toujours démontrer que tu es bonne, que tu fais ton maximum, tu dépasses les limites – bien que parfois on te le reproche, on te dit que tu en fait trop. Pour toi, ce n'est pas trop, car tu es obligée de le faire pour qu'on te remarque. Si tu aspires à avoir des postes qui t'intéressent et pas ceux qu'on te donne, tu dois dire que tu le mérites, que tu as les compétences et la formation pour le faire. La persévérance, le courage et le travail bien fait, être entourée de gens bien intentionnés – et s'armer de résilience. Je n'arrêtera pas de le répéter, il faut de la résilience. Il faut persévérer. Quand tu sais que tu peux faire quelque chose, n'écoute personne et fonce. Travaille fort, car il n'y a rien qui vient sans efforts. Continue de suivre ton instinct, parce que toi seule sais. Il faut également s'engager,

travailler fort et demander des conseils. Il est important de s'entourer de gens qui veulent t'aider, et oublier ceux qui veulent te coincer. Tu rencontreras toujours des gens qui voudront te mettre les bâtons dans les roues, oublie-les. Ne leur donne pas la chance de puiser de ton énergie et de la remplacer par leur négativité. Allez chercher les compétences et surtout engagez-vous dans ce que vous voulez faire.

7. Comment vous préparez-vous à quitter la vie professionnelle et entamer celle de retraitée? À quel moment avez-vous su qu'il était temps de vous retirer du monde professionnel?

À vrai dire, je ne suis pas certaine. J'ai toujours dit qu'une fois que j'aurais atteint la soixantaine, je laisserai la place aux plus jeunes. Je sais qu'il y a une liste d'attente dans l'enseignement. Je rencontre encore des enseignants qui n'ont pas de poste. Il y a des gens qui ont leur formation en direction qui n'ont pas encore eu la chance de pratiquer. J'ai adoré travailler dans le domaine de l'éducation, c'est une vocation pour moi. J'ai adoré les gens, mais à un certain moment il faut laisser sa place. J'ai trouvé le créneau qui peut m'aider à continuer à avoir de l'énergie et persévérer, c'est l'engagement communautaire. On m'a beaucoup donné. Tout au long de mon cheminement, j'ai rencontré des gens et j'ai été offerte de très belles opportunités. Je souhaite maintenant avoir de l'énergie pour continuer dans le communautaire et donner un petit peu de ce que j'ai reçu pour soutenir nos jeunes, notre communauté et les aînés, un groupe dont je fais maintenant partie. Je suis contente avec ma retraite, j'ai plus de temps pour faire des choses. Ce n'est pas toujours de tout repos la retraite! Les gens craignaient de m'appeler avant, car ils me savaient occupé. Maintenant, ils ne se gênent pas et me sollicitent beaucoup. Je ne me plains pas, j'ai le temps.

8. Est-ce qu'il y a un moment dans votre cheminement où vous avez réalisé que vous aviez enfin atteint le point culminant de votre carrière?

Dire que j'ai atteint le point culminant? Non je ne crois pas. Je suis quelqu'un que l'on peut caractériser comme hyperactive. Je n'aime pas la routine, occuper un poste longtemps n'est pas pour moi. J'aime beaucoup le changement, j'aime que ça bouge, la créativité. Il n'y a pas eu de point culminant pour moi, tant que j'en suis capable, je vais continuer à vouloir des choses et de les faire. Peut-être que ce ne sera pas dans l'éducation, mais ça m'apportera tout de même de la satisfaction. Le point culminant pour moi sera à ma mort. C'est là où je vais arrêter de faire des choses.

Entrevue avec Mona Audet

Mona Audet est la directrice générale de Pluri-elles au Manitoba, un organisme francophone qui a pour vocation de contribuer à bâtir des communautés francophones plus fortes, d'un bout à l'autre de la province. La clientèle de l'organisme au sein de la francophonie manitobaine est très variée et comprend : les femmes et hommes francophones, les Métis·ses et les immigrante·s, les familles endogames (unilingues), exogames (interlinguistiques) et interculturelles, les enfants de 0 à 6 ans, mais aussi d'âge scolaire, les adolescent·es et les nouveaux et nouvelles arrivantes. Leurs programmes et services touchent les domaines de l'éducation, de la formation, de l'économie, de la culture, de la santé et des services sociaux. Pluri-Elles contribue à bâtir des communautés francophones plus fortes d'un bout à l'autre de la province. Mona Audet prend sa place autour de la table discutant des droits des femmes et de la francophonie

1. Quels sont les défis particuliers auxquels vous avez dû faire face en tant que femme plus âgée évoluant sur le marché du travail?

Je pense que le plus gros défi a été de partir du Québec pour vivre au Manitoba. J'avais 45 ans, pas encore une aînée au sens propre du terme, mais c'était tout de même un défi de quitter mes liens. Je pourrais me comparer aux femmes immigrantes qui arrivent ici, pour elles c'est un océan – pour moi c'est une autre province. C'est quand même difficile de créer des liens, de participer à la communauté, de faire des réseaux quand on est plus vieille. Une chance que j'avais un travail, que j'ai pu connaître des gens et créer des amitiés. J'ai participé à des rencontres auxquelles je n'aurais pas pu participer si je n'étais pas la directrice générale de Pluri-Elles. C'est vrai que je vais être maintenant à la retraite, mais il sera question de continuer à faire ça. D'essayer de garder cette synergie communautaire, qui est très importante. Quand on vient d'un autre pays, d'une autre province, ou même du Manitoba, il faut continuer à s'impliquer. Il faut continuer à travailler, 2-3 heures par semaine. À faire du bénévolat. Il faut que le cerveau et le corps marche pour ne pas vieillir trop vite. Moi, je n'ai pas l'intention de vieillir vite. Donc on va me voir encore, mais pas en tant que DG de Pluri-Elles; sur d'autres horizons, ça j'en suis certaine.

2. Avez-vous envisagé une réorientation de carrière en avançant en âge? Si tel est le cas, quelles en sont les raisons et quels sont les points qui vous ont peut-être moins emballé à l'idée de ce changement? Vous avez parlé de déménagement, quelle en était la raison?

Je voulais que mes filles parlent anglais, c'est la seule raison du déménagement. Il était très important que mes filles soient capable de communiquer dans les deux langues officielles, mais sans perdre leur langue. Que tu restes à Montréal, que tu restes à Québec, il faut être bilingue. Mes filles sont allées dans des écoles d'immersion et elles ont très vite appris la langue. Donc la première raison était pour mes filles. Moi aussi, j'ai eu la chance de ma vie, parce que j'étais du Québec et j'étais une participante de Pluri-Elles, mais ils ne voulaient pas m'accepter. Je me suis beaucoup battue pour être acceptée. À ce moment, il n'y avait pas de technologie, ce n'est pas comme aujourd'hui où la question ne se pose pas. Cette nouvelle génération est née avec une aptitude en technologie. Mais l'apprentissage se fait tout au long de notre vie.

3. Auriez-vous des recommandations précieuses pour maintenir un mode de vie équilibré et sain en avançant en âge? Comment parvenez-vous à entretenir des liens sociaux solides et actifs tout en vieillissant?

Nous avons ici des aînés qui viennent chaque vendredi suivre des cours de technologie. Ils s'amuse beaucoup. Il faut continuer l'apprentissage, le réseautage. C'est le fait de parler aux autres, ce sont des cadeaux que toutes les personnes aînés devraient faire. Participer à des formations, à des communautés, voir d'autre monde, c'est très important.

4. Quelle est l'importance des réseaux de soutien (famille, amis, groupes communautaires) dans votre existence?

Le soutien, c'est plus avec les amis. La présidente de Pluri-Elles, Michèle, est une source de support constante. Je l'appelle à tous les jours. Dans un rôle de direction générale ou même n'importe quel rôle, ça fait du bien d'avoir quelqu'un qui fait partie de l'histoire, qui est capable de dire « Oui, tu as raison. Penses-tu à ça? ». Ma famille aussi a été très patiente. J'ai été très occupée, je n'étais pas là. Mes filles et mon mari me demandent si je peux vraiment arrêter. De leur côté, ils m'ont donné beaucoup de soutien, mais je ne suis pas du genre à parler de mon travail à l'extérieur. Sinon, je joue au golf! Ça aide beaucoup.

5. En quoi les expériences intergénérationnelles contribuent-elles à l'enrichissement de votre quotidien?

C'est certain que moi dans ma position, je travaille avec différents groupes d'âge, j'ai différentes clientèles. Je pense que ce n'est pas juste l'âge, ce sont plutôt les gens. Comment ils sont et leur beauté. Quand j'ai commencé à Pluri-Elles, on ne parlait presque pas d'immigration, mais aujourd'hui, il y a tellement de belles histoires de personnes immigrantes qui viennent chez Pluri-Elles. Ce n'est pas juste l'âge, les jeunes ont tellement d'expérience. On a un groupe de 15 à 30 ans, c'était de toute beauté. Ils ont tellement la technologie à cœur que c'est très facile pour eux d'apprendre d'autres choses, et ils sont capables de naviguer. Nous les aînés, m'incluant, nous sommes incapable de suivre la technologie. J'ai des employés qui m'aident avec *Teams*, je suis incapable de suivre la technologie et je ne suis pas la seule. Ce que j'essaie de dire, c'est que toutes les générations apprennent ensemble. Quand on a des questions, il ne faut pas être gêner de les poser. C'est en parlant avec les gens qu'on apprend. On peut être empathique avec des gens qui ont vécu des choses terribles, il suffit de porter l'oreille à ce que les gens disent, et cela fait toute la différence. Il faut faire preuve d'empathie.

6. En posant un regard sur votre carrière, quels conseils aimeriez-vous partager avec des femmes entrent sur le marché du travail.

J'ai une phrase que je dirai tout le temps, et que je dis depuis longtemps, c'est : j'ose. Il ne faut pas avoir peur de parler, de dire ce qu'on pense, de s'impliquer. C'est très important, que ce soit dans le milieu du travail, que ce soit avec la famille, c'est essentiel. J'ai toujours dit ce que je pensais, et cela n'a pas toujours été bénéfique, mais je préfère dire ce que je pense pour pas garder ça sur le cœur. Il faut oser, ne pas avoir peur de parler, que ce soit avec ton employeur, des amis, des proches. Il ne faut pas avoir peur de dire comment on se sent. On est frustré, on est heureux, on est correct; il faut en parler.

7. Comment vous préparez-vous à quitter la vie professionnelle et entamer celle de retraitée?

Je me souviens quand j'étais plus jeune, lorsque je pensais à ma retraite, ça ne m'a jamais inquiétée. Je suis quelqu'un qui aime les aventures et je sais que je pourrais m'occuper. On ne sait jamais ce qui peut arriver demain. Toutes les opportunités que j'ai eues, tout ce que j'ai fait au niveau national, c'est un cadeau. Cela fait 25 ans que je participe aux rencontres de l'AFFC, maintenant, je suis présidente du combat national et ce sera mon seul suivi national pendant ma retraite. Il y a tellement de belles aventures. Je pense que les gens devraient participer de plus en plus au niveau national pour voir tout ce qui se passe. Mais non, je ne me suis pas préparée pour la vieillesse, car je ne m'inquiète pas. Si je n'ai pas d'argent, je vais m'en trouver. Je n'ai pas pris ma retraite parce que j'étais prête, mais parce que j'ai été malade, avec la COVID et un début de pneumonie assez sévère. C'est à ce moment que j'ai approché le conseil d'administration pour demander à ce qu'on trouve ma relève. Moi, j'aurais pu travailler jusqu'à 100 ans, mais pour protéger Pluri-Elles j'ai dû prendre cette décision. Je vais me tenir occupé, je vais voyager, jouer au golf l'été, j'irai voir mes sœurs. Je vivrai au jour le jour.

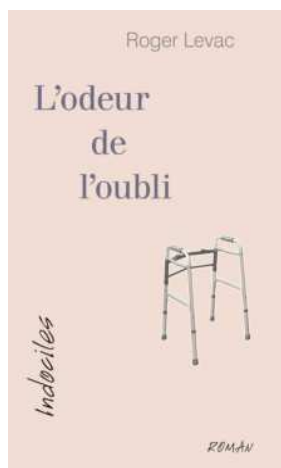
8. Quels vœux avez-vous pour votre futur?

Je pense que le plus beau vœu qu'on peut avoir, c'est la santé. Il y a trop de gens qui ont attendu pour prendre leur retraite, et quelques mois plus tard, ils tombent malade et disparaissent. Avec la santé, on peut tout faire. La santé mentale et physique, quand on n'a plus ça, c'est très dur.



Divertissement

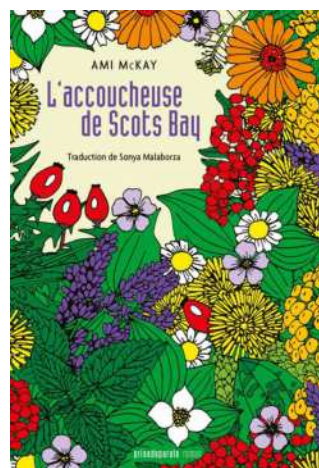
Romans



L'odeur de l'oubli
par Roger Levac



Je mens, songe et m'en tire
par Monique Haüy



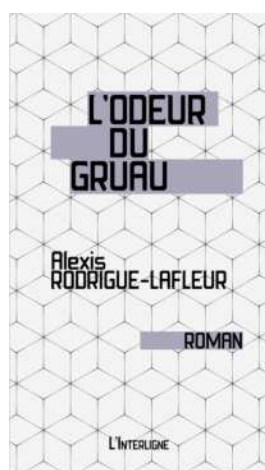
L'accoucheuse de Scots Bay
par Ami McKay, traduit par Sonya Malaborza



Le baiser de la Reine blanche
par Tomson Highway



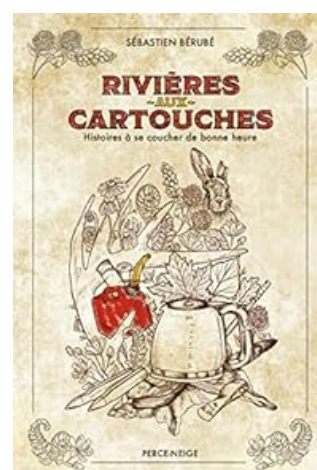
De mémoire de femme
par Marguerite Andersen



L'odeur du gruuu
par Alexis Rodrigue-Lafleur



L'aurore martyrise l'enfant
par David Ménard



Rivières-aux-cartouches
par Sébastien Bérubé

Poésie



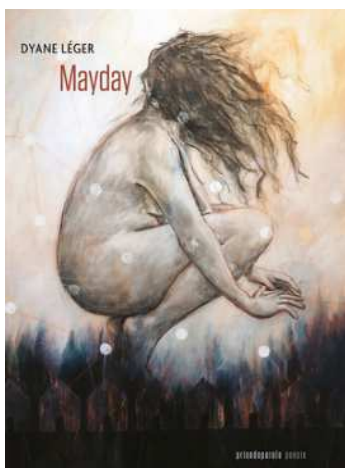
Le temps glisse le long des jours par Nane Couzier



Délivre-moi de tout mal par Louise Dandeneau



Nos souffles liés par Louise Dandeneau

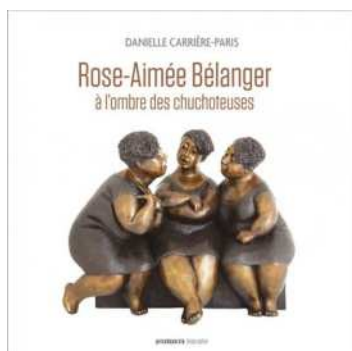


Mayday par Dyane Léger



À cœur ouvert par Marie Carrière, Sharon Pulvermacher, Frédérique Roussel, Mychèle Fortin et Marie Carrière

Essais



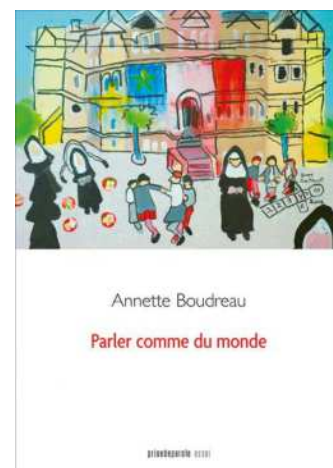
Rose-Aimée
Bélanger, à l'ombre
de chuchoteuses
par Danielle
Carrière-Paris



Elle a osé réussir
par Fred Langan



Le jour où j'ai arrêté
d'être sage par Julie
Gillet

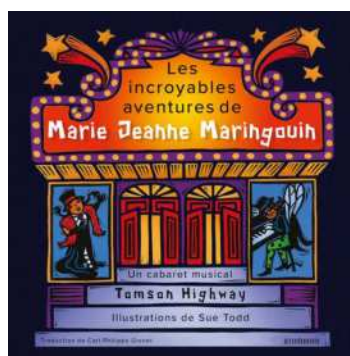


Parler comme du
monde par Annette
Boudreau

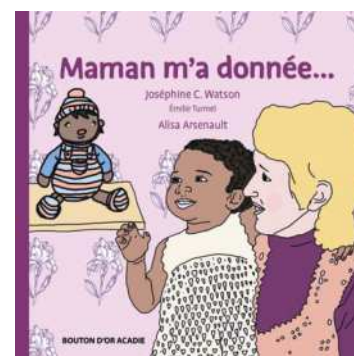
Jeunesse



Un bisou coquelicot
par Marie-France
Comeau et Jean-Luc
Trudel



Les incroyables
aventures de Marie
Jeanne Maringouin
par Tomson
Highway



Maman m'a donnée
par Josephine
Watson, Alisa
Arsenault et Émilie
Turmel

Rendez-vous sur notre page Facebook pour participer au concours!

Courez la chance de gagner l'un des 10 coupons d'une valeur de 15\$ à dépenser sur des livres audios, à utiliser avant le 31 décembre 2024.

Pour participer :

Suivre la page Facebook du Regroupement des éditeurs franco-canadiens et de l'AFFC;

Aimez et partagez la publication;

Mentionnez une personne qui partage votre passion pour la lecture.

Les personnes gagnantes seront sélectionnées au hasard et contactées via message privé.
Le concours se termine le 14 août 2024.



CONCOURS

Gagnez l'un des 10 coupons d'une valeur de 15\$, à utiliser pour télécharger des livres audios





ALLIANCE DES FEMMES DE LA
FRANCOPHONIE CANADIENNE

LA FORCE D'UN RÉSEAU NATIONAL

Porte-parole de 1,5 million de femmes issues des communautés francophones et acadiennes du Canada.



Un organisme sans but lucratif qui assure la mobilisation et le développement de son réseau pour mieux défendre les droits des femmes francophones et acadiennes et ainsi, créer une société féministe et inclusive.



450, rue Rideau, bureau 302, Ottawa ON K1N 5Z4



affc.ca



[@AFFCfemmes](https://www.facebook.com/AFFCfemmes)



[@AFFCfemmes](https://twitter.com/AFFCfemmes)



[@affcfemmes](https://www.instagram.com/affcfemmes)