

INFOLETTRE

MAISON D'AIDE ET D'HÉBERGEMENT L'AID'ELLE



Nomination de Nanou Gauthier au poste de directrice générale

Bonjour,

C'est avec fierté, conviction et engagement que je poursuivrai le mandat qui m'est confié en tant que directrice générale de L'Aid'Elle. C'est avec une équipe de femmes engagées, un conseil d'administration mobilisé et de partenaires présents que je continuerai d'investir dans notre mission afin que celle-ci rayonne davantage dans notre communauté.

Je souhaite par la collaboration, la concertation et le partage de notre expertise en violence conjugale, continuer notre lutte contre la violence faite aux femmes et aux enfants.

Je remercie l'équipe et le conseil d'administration pour leur confiance.

Nanou Gauthier, directrice générale



La Maison d'aide et d'hébergement l'Aid'Elle, bien plus qu'un milieu de vie

C'est avant tout un milieu sécurisant et bienveillant où chaque femme peut prendre le temps de souffler, de se déposer et de reprendre du pouvoir sur sa vie. Nous offrons un suivi adapté aux besoins, au rythme et aux choix de chacune, dans une approche respectueuse et sans jugement.

Maison d'hébergement – MH1

La MH1 offre un hébergement sécuritaire aux femmes et aux enfants qui vivent une situation de violence conjugale ou qui se trouvent dans une situation nécessitant un accompagnement et un environnement sécurisant. L'accompagnement vise notamment à soutenir la sécurité, l'analyse de la situation, la reprise de pouvoir et la mise en place de stratégies favorisant l'autonomie.

Maison de deuxième étape – MH2

La MH2 s'adresse aux femmes qui souhaitent poursuivre leur cheminement vers une plus grande autonomie après une période d'hébergement et de reconstruction. Elle offre un environnement sécuritaire permettant de consolider les acquis, de poursuivre les démarches personnelles et sociales et de développer les conditions nécessaires à une transition vers une vie plus autonome et stable. S'adresse aux femmes qui vivent de la violence post-séparation.

Services externes

Les services externes permettent aux femmes de bénéficier d'un accompagnement sans avoir recours à l'hébergement. Selon les besoins, l'intervention peut notamment porter sur la compréhension de la violence conjugale, la sécurité, les besoins psychosociaux, la reprise de pouvoir, les démarches personnelles, légales et sociales ainsi que l'accès aux ressources appropriées.

Une approche adaptée aux besoins de chacune

Que ce soit en MH1, en MH2 ou dans le cadre des services externes, notre équipe accompagne chaque femme en tenant compte de sa réalité, de son rythme et de ses besoins. Notre objectif est de créer des espaces qui permettent de se déposer, comprendre, se reconstruire, développer ses forces et avancer vers une plus grande autonomie.

Notre milieu de vie : un espace pour reprendre du pouvoir sur sa vie

Le milieu de vie représente une dimension importante de l'accueil et de l'accompagnement offert en maison d'hébergement. La maison doit être un espace chaleureux, sécurisant, fonctionnel et bien aménagé, dans lequel les femmes et les enfants peuvent se sentir accueillis et retrouver, autant que possible, un sentiment de stabilité et de normalité.

Un milieu de vie bien aménagé ne se limite pas à répondre aux besoins de base. Il doit permettre aux résidentes de vivre, se déposer, socialiser, participer à des activités et reprendre du pouvoir sur leur quotidien. Les espaces communs, le matériel disponible, les jeux pour les enfants, les livres, les activités, les équipements et les différentes ressources mises à leur disposition contribuent tous à cette expérience.

Il est donc important que le milieu soit vivant et entretenu, qu'il offre du matériel adapté aux différentes réalités des femmes et des enfants et qu'il permette de réaliser des activités diversifiées. Le milieu de vie doit également demeurer cohérent avec l'approche féministe et les valeurs de la maison : respect, autonomie, sécurité, solidarité et empowerment.

Le milieu de vie évolue au fil des besoins des femmes et des enfants qui y sont accueillis. Il est donc important de continuer à le faire vivre, à l'enrichir et à l'adapter afin qu'il demeure chaleureux, accueillant et répondant aux réalités de chacune. Il mérite d'être évalué et bonifié régulièrement, notamment en fonction des besoins exprimés par les usagères, de la réalité des femmes accueillies et des observations de l'équipe. Un milieu de vie riche et bien pensé peut ainsi devenir un véritable outil d'intervention, plutôt qu'un simple lieu d'hébergement.



Activités offertes en 2025-2026

À L'Aid'Elle, le milieu de vie fait partie intégrante de l'accompagnement offert aux femmes et aux enfants. Il vise à favoriser le bien-être, l'autonomie, la confiance en soi et le développement de relations saines, dans un environnement sécurisant et bienveillant.

Tout au long de leur séjour, les femmes et les enfants ont eu la chance de participer à différentes activités adaptées à leurs besoins et à leurs intérêts. En voici quelques exemples:

- des ateliers d'éducation et de prévention en lien avec la violence conjugale, les différentes formes de violence, les mécanismes de contrôle et les stratégies favorisant la sécurité;
- activités favorisant la confiance et l'estime de soi;
- sensibilisation aux relations saines et aux limites personnelles;
- activités de connaissance de soi, permettant de mieux reconnaître ses besoins, ses forces et ses ressources;
- activités de ressourcement et de bien-être, telles que le yoga, la relaxation et d'autres activités favorisant la détente;
- activités extérieures, notamment des marches et des activités permettant de profiter du plein air;
- des moments d'échange, de partage et de socialisation favorisant le sentiment d'appartenance et le soutien entre les femmes;
- café-rencontre animé par les intervenantes des services externes, offrant un moment convivial pour échanger, partager et créer des liens.

Ces activités sont proposées dans une approche qui respecte le rythme, les choix et les besoins de chacune. Elles représentent des occasions de reprendre confiance, développer ses ressources et retrouver progressivement un sentiment de pouvoir d'agir.



FESTIF ET SAFE : TOUT LE MONDE Y VEILLE



SHANNA REHEL, ANNE-MARIE ROY, NADIA NORMAND, LORS DU FESTIVAL MUSIQUE DU BOUT DU MONDE

Mis sur pied en 2023 par la Table de concertation féministe Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine, le projet vise à sensibiliser la population, favoriser un sentiment de sécurité chez les festivalier·ères et prévenir les agressions à caractère sexuel ainsi que les intoxications involontaires.

Il est important de se rappeler que ces formes de violence peuvent être exacerbées dans les contextes festifs. La prévention, la sensibilisation et la présence sur le terrain jouent donc un rôle essentiel.

Cette année, notre équipe était présente lors de plusieurs événements sur la Côte-de-Gaspé, notamment au Festival de Petit-Cap, au Ribfest Gaspésien, au Festival Musique du Bout du Monde ainsi qu'à la Foire Western de Rivière-au-Renard.

Ce partenariat nous a permis d'aller à la rencontre de la communauté d'une façon différente de celle que nous privilégions habituellement. Nous avons eu l'occasion d'échanger avec plusieurs personnes et de sensibiliser jeunes et moins jeunes à l'importance d'adopter des comportements sécuritaires et bienveillants lors des festivités.

Parce que la prévention, c'est l'affaire de tout le monde.

Merci à toutes les personnes rencontrées et aux partenaires qui rendent ces initiatives possibles!

On vous dit... à l'année prochaine!

Présentation de notre équipe des services externes

Depuis bientôt un an, les services externes de L'Aid'Elle sont portés par une équipe dédiée qui a pour mandat d'aller à la rencontre des femmes et de la communauté, directement sur le terrain. Notre équipe travaille sur trois grands volets : **l'intervention individuelle**, la **sensibilisation** et le **développement des services**.

Mona Smith - Intervenante sociale, Services externes

Avec près de 36 ans d'expérience comme intervenante, Mona possède une grande expertise auprès des femmes vivant de la violence conjugale. Après plusieurs années en maison d'hébergement, elle travaille maintenant aux services externes, en plus de coanimer des ateliers et des cafés-rencontres.

Ce qu'elle aime le plus? La rencontre avec les femmes. Écouter leur histoire, les aider à mettre des mots sur ce qu'elles vivent, à se valider et à mieux comprendre leur vécu. Mona aime surtout être là pour les accompagner dans leur cheminement et leur reconstruction, une étape à la fois.

Shanna Rehel - Intervenante sociale, Services anglophones

Nouvelle au sein de notre équipe, Shanna accompagne les femmes anglophones à travers les différents services de L'Aid'Elle : en hébergement, en maison de 1ère et de 2e étape, aux services externes, ainsi qu'en sensibilisation auprès de la communauté.

Bien qu'elle soit toute nouvelle dans l'équipe, Shanna s'y est déjà taillé une place de choix par son écoute, son engagement et sa volonté de faire une différence.

Son souhait? Démystifier la violence conjugale auprès de la communauté anglophone et faire en sorte que la langue ne soit jamais une barrière pour demander et recevoir de l'aide.

Anne-Marie Roy - Intervenante sociale, Expansion des services

Anne-Marie cumule un peu plus de 8 ans d'expérience en intervention auprès des femmes. Elle a travaillé en maison d'hébergement de 1ère et de 2e étape et depuis maintenant deux ans, elle travaille en services externes. Elle anime entre autre des ateliers de sensibilisation dans les écoles secondaires et va à la rencontre des étudiants du Cégep pour en faire des alliés dans la cause des femmes.

Ce qu'elle aime? Créer des liens, faire connaître les ressources et travailler avec les différents acteurs de la communauté. Son souhait? Que les services externes soient accessibles partout sur la Côte-de-Gaspé, afin que chaque femme puisse obtenir du soutien, peu importe où elle habite.

L'intervention individuelle

Une femme n'a pas besoin d'être hébergée en maison d'aide et d'hébergement pour recevoir du soutien.

Nos intervenantes offrent des rencontres individuelles et confidentielles aux femmes qui vivent de la violence conjugale ou de la violence post-séparation, ou qui se questionnent sur leur situation.

Quelques exemples de services offerts:

- offrir de l'écoute et du soutien;
- démystifier les différentes formes de violence;
- accompagner la femme dans l'identification de ses besoins et de ses choix avec un plan de cheminement personnalisé et adapté à sa situation;
- offrir de l'information sur ses droits et la référer vers les ressources appropriées;
- soutenir la reprise de pouvoir et l'autonomie;
- accompagner lors des différentes démarches (légales, Sûreté du Québec, DPJ, financières, etc.).

La sensibilisation et le développement des services

Notre équipe est également présente dans la communauté afin de faire connaître la violence conjugale, la violence post-séparation et le contrôle coercitif, tout en favorisant une meilleure compréhension de ces réalités.

Nous nous déplaçons notamment :

- dans les écoles et les établissements d'enseignement;
- auprès des organismes communautaires;
- dans les milieux de travail;
- lors d'activités citoyennes et communautaires;
- auprès de différents partenaires du territoire.



ANNE-MARIE ROY, SHANNA REHEL, MONA SMITH

Notre approche repose sur une volonté d'être accessibles et présentes dans les différents milieux où femmes et adolescentes évoluent.

Nous allons à la rencontre des partenaires, des organismes et de la communauté afin de créer des liens, de mieux faire connaître nos services et de favoriser des références adaptées aux besoins des femmes.

Nous travaillons également en collaboration avec les ressources du milieu afin de renforcer le filet de sécurité autour des femmes et de leurs enfants.

Le développement de services externes passe également par la création et le maintien de partenariats avec les organismes et les acteurs du territoire.

Nous souhaitons travailler ensemble pour :

- mieux repérer les situations de violence;
- faciliter l'accès aux services;
- partager nos connaissances et notre expertise;
- développer des initiatives communes;
- favoriser une réponse concertée aux besoins des femmes.

Une équipe qui va vers les femmes

Les services externes, c'est une équipe qui ne reste pas entre quatre murs. C'est une équipe qui se déplace partout sur le territoire de la Côte-de-Gaspé, qui sensibilise, qui crée des liens, qui développe des partenariats et qui accompagne les femmes là où elles sont.

Projets à venir

Cet automne, notre équipe travaillera notamment à offrir des Cafés Rencontres pour les femmes de la communauté, développera des ateliers de sensibilisation destinés aux partenaires et vous proposera également plusieurs activités de rencontres et de partage dans le cadre des 12 jours d'action contre les violences faites aux femmes qui auront lieu du 25 novembre au 6 décembre 2026.

Présentation du rôle de l'éducatrice spécialisée

Lors de notre dernière parution, nous vous présentions Marie-Michèle, notre nouvelle éducatrice spécialisée. Depuis son arrivée, elle a su prendre une place de choix au sein de l'équipe, mais aussi auprès des femmes et des enfants qu'elle accompagne.

Volet enfant

- Accompagner les enfants hébergés.
- Atténuer les impacts des conséquences de la violence conjugale sur les enfants en intervenant avec eux, en identifiant les conséquences dont ils sont victimes, en faisant des activités leur permettant de reconnaître et d'exprimer leurs émotions.
- Faire du dépistage quant aux possibles conséquences sur le développement des enfants.
- Aider les mères à accompagner leurs enfants dans leurs défis.
- Offrir du répit aux mères.

Volet femmes

- Accompagner les femmes en les aidant à mieux vivre au quotidien, en leur offrant un suivi par semaine et des outils pour surmonter les impacts de la violence conjugale sur leur personne.
- Offrir des activités pour prendre soin de soi au quotidien (méditation, yoga, marche).
- Offrir des activités sur les émotions, l'estime de soi, l'auto-compassion, la reconstruction, etc.

Relation mère-enfant

Une relation empreinte de violence conjugale peut affecter le lien entre la mère et son enfant. L'enfant vivant en contexte de violence conjugale peut s'isoler, s'opposer à l'autorité de la mère, devenir l'allié du parent violent, rationaliser la violence comme étant normale. Tous ces comportements peuvent entraîner une dégradation de la relation entre la mère et l'enfant. Or, lorsque la mère quitte la relation, celle-ci a alors l'occasion de reconstruire sa relation avec son ou ses enfants.

Pour répondre adéquatement au besoin de sécurité de son ou ses enfants et rebâtir une relation de confiance avec eux, la mère doit être conscientisée aux conséquences de la violence sur l'enfant. Elle doit aussi reconnaître l'importance du père aux yeux de l'enfant puisque l'enfant ne doit pas se retrouver dans un conflit de loyauté entre ses deux parents. Il est important de redéfinir les rôles entre la mère et l'enfant puisque l'enfant peut avoir pris un rôle qui ne lui appartient pas lors des épisodes de violence dans la famille (par exemple, faire le souper à ses frères et sœurs, soigner les blessures de sa mère, devenir le confident de sa mère ou du parent violent, etc.).

Dans le but de retrouver une relation de confiance entre la mère et l'enfant, la mère pourra faire sentir à l'enfant qu'elle l'aime en le couvrant de mots rassurants, en ayant des gestes tendres, en passant des moments de qualité avec lui. Elle peut aussi l'encourager à prendre sa place, trouver ses propres solutions, apprécier ses bonnes actions. La mère peut aussi aider l'enfant à se responsabiliser en ayant une discipline démocratique, le respecter, l'aider à faire des choix et à assumer ses décisions.

Dans un contexte de violence conjugale, il est primordial que l'enfant ait l'espace nécessaire pour exprimer ses émotions, qu'il soit accueilli dans ses émotions par des actions bienveillantes et qu'il se sente écouté. Il sera aussi nécessaire de parler de violence avec l'enfant pour connaître sa propre interprétation qu'il se fait lui-même de la violence ainsi que de l'outiller afin de prévenir d'autres situations de violence dans sa vie future.

Les facteurs de protection chez la mère sont d'avoir une bonne adaptation, une bonne supervision parentale, une discipline équilibrée, qu'elle soit capable d'établir des règles claires ainsi que d'enseigner des stratégies de résolution de conflits positives au sein de la famille. La conscience de la souffrance que vit son enfant, la capacité à offrir de la compréhension, de l'affection, du soutien et des soins à l'enfant sont aussi des facteurs positifs qui peuvent aider la mère à reconstruire un bon lien avec son enfant.

Les interventions en maison d'hébergement auprès des mères sont principalement concentrées sur le renforcement de la relation. On aide la mère à améliorer la communication avec son enfant, à avoir des résolutions de conflits saines et on permet à l'enfant de partager son vécu de violence avec sa mère. On tente aussi d'augmenter le soutien social autour d'eux et on sécurise l'enfant par rapport aux soins que sa mère est capable de lui apporter maintenant qu'elle est en sécurité également.

Marie-Michèle Côté, éducatrice spécialisée



Bonne retraite Johanne!



Dernièrement, une grande partie de l'équipe s'est réunie afin de célébrer une personne très importante pour la Maison d'aide et d'hébergement l'Aid'Elle. Après 25 années de service, Johanne Côté quitte la Maison pour une retraite bien méritée.

Chère Johanne, femme de cœur, généreuse et bienveillante, merci pour toutes ces nuits passées auprès des femmes et des enfants. Merci pour ton écoute attentive, ton soutien et ta présence rassurante. Merci pour les petits plats réconfortants, les conversations, les confidences et les nombreux fous rires partagés au fil des années.

Pendant 25 ans, tu as été là, avec ton humanité, ta douceur et ta bienveillance, contribuant à faire de la Maison un endroit où les femmes et les enfants se sont sentis accueillis, écoutés et en sécurité.

Tu as certainement laissé ta marque à L'Aid'Elle, mais surtout, tu as laissé une empreinte dans le cœur de nombreuses personnes qui ont croisé ton chemin.

Merci Johanne pour ces 25 années.

Nous te souhaitons une retraite remplie de douceur, de bonheur, de repos et de beaux moments auprès de ceux que tu aimes.