



PRÉVENTION  
CDN-NDG

Volume 12, décembre 2019

# Nexus CDN/NDG

Dans ce  
numéro:

Nouvelles  
d'éco-quartier

Départ d'Annie

Entretien avec  
notre nouvelle  
directrice

Conseils de  
sécurité pendant  
les Fêtes

Cultivons la  
culture du  
consentement

PRÉVENTION CDN-  
NDG

6767 CH. DE LA CÔTE-  
DES-NEIGES #598,  
MONTREAL, QC,  
H3S 2T6

TÉL: 514.736.2732  
FAX: 514.736.2734

5580, chemin  
Upper Lachine.  
Montreal, QC  
H4A 2A7  
514.489.6567

COURRIEL:  
info@preventionndg.org  
ecoquartier@gmail.com

VISITEZ-NOUS:

Site Internet:  
www.preventioncdnndg.org  
Facebook:  
Prevention CDN/NDG  
Twitter:  
@preventioncdnndg  
Instagram:  
https://www.instagram.com/preventioncdnndg/

## Le grain de sel de Terri

### *Depuis si longtemps maintenant !*

Avant de m'asseoir pour écrire cet article, j'ai demandé à Eero combien d'éditions du Nexus avaient été diffusées depuis que nous avons créé le bulletin. Il a fait le compte approximatif et a affirmé que nous en étions à notre 113e édition publiée ! Si on enlève mes vacances et les quelques délais que j'ai laissé échapper, je peux dire que j'en suis probablement à l'écriture de mon 100e « grain de sel » et là, il s'agit de mon dernier.



Pour ceux et celles qui ne sont pas au courant, je quitterai mes fonctions le 31 décembre de cette année.

Après plus de 30 ans de service, il est temps pour

moi de dire au revoir et évidemment, ça me laisse un goût doux-amer ainsi qu'un sentiment irréal. Je suis impatiente de passer davantage de temps avec ma famille, et de partir vers de nouvelles aventures et comme les gens me le disent, d'aller vivre le meilleur de ma vie. Mais je vais très certainement m'ennuyer de l'équipe et des partenaires avec qui j'ai travaillé.

Je sais que j'ai déjà écrit, par le passé, sur ce que c'était de travailler à Prévention NDG (l'appellation à cette époque) au début des années 90, avec notre programme Surveillance de quartier, avec tous les membres inscrit.e.s dans un registre, avec nos cendriers qui débordaient (je sais, ne jugez pas) et ainsi qu'avec notre machine à écrire électrique. Pas de courriels, pas d'internet. Un de nos outils les plus importants était notre téléphone. À l'époque, nous

étions assez efficaces avec les appels téléphoniques.

Durant toutes ces années, j'ai vu tellement de gens franchir nos portes. Plus d'une centaine de personnes ont travaillé avec moi à Prévention CDN-NDG durant les 30 dernières années et j'ai tellement appris de ces personnes ! Un grand nombre de gens venant de milieux divers se sont assis autour de la table de Prev, certains pour moins d'une année alors que d'autres pour près de 20 ans. Joe et Bill en sont à leurs 18 ans et Brigitte à ses 16 ans. Nous avons tellement eu de fous rires ensemble !

Mais j'ai aussi été témoin de certains événements tristes durant mon travail à Prev. La tuerie d'étudiantes à la Polytechnique le 6 décembre 1989, alors que j'étais en train de me préparer pour une rencontre du Conseil d'administration. L'attentat du 11 septembre 2001, lorsque nous avons passé la journée entière devant la télévision à nous demander ce qui nous attendait dans le futur. Et la fusillade du Collège Dawson en septembre 2006, événement que nous avons passé à nous inquiéter pour nos amie.e.s qui fréquentaient cette école. Un autre événement marquant pour moi fut la tempête de verglas en 1998. En passant par l'école secondaire Loyola, pour voir si des gens avaient besoin d'aide au refuge, j'ai été mise au travail dès mon arrivée et pour la semaine qui a suivi, j'ai travaillé aux côtés d'ami.e.s très dévoué.e.s. J'ai également perdu certains bons amis au cours de la route comme Bill Joseph et Robert W. Brodrick, qui étaient des membres très dévoués du Conseil d'administration ainsi que Nino un ami de l'équipe. Je pense à eux très souvent. Combien y a-t-il eu de déménagements de bureaux depuis que j'ai commencé au

Suite à la page 3

## Comment éviter les BPA ?

Une étude de santé Canada a révélé en 2018 que l'exposition des Canadiens aux BPA (substance chimique présente dans les plastiques) avait diminué depuis ces dix dernières années. Cependant, il est tout de même important de rappeler que les produits chimiques présents dans certains plastiques constituent un risque pour votre santé, celle des plus jeunes et celle de l'environnement. Dans cet article nous vous donnons quelques astuces pour limiter une exposition au quotidien.

### Vérifier votre cuisine

Si vous utilisez des contenants en plastique pour conserver votre nourriture et vos boissons, privilégiez les plastiques portant les numéros 2, 4 et 5 car ils ne contiennent pas ou très peu de BPA contrairement aux plastiques 3 et 7. L'idéal est d'utiliser des contenants

en verre, en porcelaine ou en métal. Vous pouvez également remplacer les ziplocs et films alimentaires en plastique par du papier réutilisable à la cire d'abeille.



### Attention au chaud froid

Éviter le plastique dans le lave vaisselle, le congélateur ou le micro onde. Les BPA et autres composés chimiques qui se trouvent dans les plastiques sont plus à même de contaminer votre nourriture lorsqu'ils sont exposés à des températures chaudes ou froides. Si

vous êtes des amatrices et amateurs de thé ou encore de café il est préférable d'opter pour une bouilloire ou une machine à café en verre ou en métal.

### Les jouets des enfants

Si vous avez des enfants, faites attention aux jouets en plastique surtout pour les très jeunes qui ont tendance à tout goûter. Privilégier les jouets en bois ou en tissus si possible.

### Les reçus papier

Les reçus que l'on vous donne dans les commerces, sont pour la plupart recouvert d'une substance qui contient des produits chimiques néfastes pour la santé. Il est mieux de les éviter, mais si vous en avez, il faut les jeter à la poubelle et non au recyclage.

- Adèle Mongeau

## Recyclez...Votre arbre de Noël naturel!

Deux possibilités afin de recycler et de transformer vos sapins de Noël en copeaux de bois :

1. **Les mercredis 8 et 15 janvier 2020**, déposer les arbres de Noël naturels en bordure de rue, et ce, avant 7h. En cas de tempête de neige, la collecte des sapins en bordure de rue sera remise au mercredi suivant.

2. Notez que les arbres de Noël naturels peuvent être laissés en tout temps à l'écocentre de l'arrondissement car il possède un conteneur de récupération des résidus verts.



Tous ces sapins seront recyclés et transformés en copeaux de bois. Peu importe le mode de disposition que vous choisirez, assurez-vous de dégarnir votre arbre de toutes ses

décorations! Votre sapin naturel ne finira pas aux poubelles.

Écocentre de la Côte-des-Neiges  
6925, chemin de la Côte-des-Neiges  
Renseignements : (514) 872-3517

Horaire de l'écocentre durant le temps des fêtes :  
fermé les 25, 26, 27 et 31 décembre 2019 ainsi que les 1er et 2 janvier 2020.

- Nikki Schiebel

## Aucun impact sur les jours de collecte

Le jour de Noël ainsi que du jour de l'An tombent tous les deux un mercredi. Veuillez prendre note qu'il n'y aura aucun impact sur la collecte des déchets, du recyclage ou encore des résidus alimentaires à NDG.

## Départ vers de nouveaux horizons

Le 20 décembre, à l'arrivée du temps des Fêtes, je quitterai mon poste à Prévention CDN-NDG. Après 4 ans à l'organisme, je prends mon envol vers une vie complètement différente. Après avoir occupé le poste de Travailleuse de milieu pour aîné.e.s à CDN durant 1 an et demi, et Travailleuse de rue jeunesse à CDN durant 2 ans et demi, je travaille maintenant, et jusqu'à mon départ, sur quelques dossiers administratifs. Sarah Mekonen a été embauchée comme nouvelle Travailleuse de rue jeunesse, et est en poste depuis le 21 octobre dernier.

J'ai adoré mon expérience de travail dans le quartier Côte-des-Neiges. C'est un quartier que je connaissais peu avant de travailler à Prévention CDN-NDG et c'est maintenant un quartier que j'adore ! J'aime la multiculturalité du quartier, surtout le fait que, comme il y a des personnes originaires de tellement de pays différents, il y a une très belle cohabitation des différentes cultures. J'aime surtout l'acceptation de l'autre que je ressens chez les gens : j'ai l'impression qu'ici, tout le monde a sa place, et c'est un sentiment tellement merveilleux que de se sentir accepté.e. J'ai aussi beaucoup apprécié la richesse de la concertation au sein du quartier, ça fait

du bien de voir que des personnes de différents horizons s'unissent pour travailler ensemble à l'enrichissement d'un quartier ! Ceux et celles d'entre vous qui ont appris à bien me connaître savent que le voyage est une de mes plus grandes passions. Depuis maintenant 10 ans, le voyage fait partie



de ma réalité quasi-quotidienne, en ce sens que, depuis que j'ai eu la piqûre en 2010 lors d'un voyage de 2 mois que j'ai fait seule en Bolivie et au Pérou, je suis toujours à économiser pour un prochain voyage, à le planifier, à en rêver, à partir découvrir de nouveaux pays et même à conseiller mon entourage sur leurs futurs voyages.

J'ai donc pris la décision d'orienter

ma vie sur le voyage et les découvertes des communautés et des cultures un peu partout dans le monde et je partirai, en février prochain, sans billet de retour. Notre choix s'est arrêté, pour les premières années, sur plusieurs pays d'Asie, la Nouvelle-Zélande et l'Australie. Ensuite nous aimerions bien découvrir l'Afrique mais on verra rendu là ! J'ai plein d'idées de projets d'implication dans les communautés à travers le monde, nous verrons en temps et lieu ce qui est réaliste, mais j'ai entre autres l'idée d'apporter un peu de mon expérience de travail de rue avec moi sur la route. Je pars surtout dans une optique d'échanges et d'apprentissages réciproques, durant lesquels je grandirai autant que j'espère faire profiter les personnes rencontrées de mes expériences et de ma passion.

Mon passage à Côte-des-Neiges restera certainement gravé en moi et j'ose imaginer que les apprentissages que j'ai faits ici me guideront pour mes expériences futures. Ce fut un plaisir de vous côtoyer et de faire partie, durant quelques années, de la merveilleuse vie communautaire de Côte-des-Neiges.

**- Annie Thifault**

### Suite de la page 1

Centre NDG situé au 3370 Décarie ? De là, jusqu'au Manoir sur l'avenue Notre-Dame-de-Grâce pour en arriver à PrevPop sur Upper Lachine. Dans Côte-des-Neiges, j'ai commencé sur Décarie, en haut d'un duplex, pour ensuite aller sur l'avenue Kent et ensuite, au 6767, où nous avons été relocalisés au moins deux fois pour des rénovations.

Combien de rencontres et de comités ? Wow ! Beaucoup trop pour que je puisse les compter ! Je pense que j'ai été chanceuse d'avoir été impliquée dans des projets aussi formidables et avec des personnes aussi merveilleuses !

Il est maintenant grand temps pour moi de souhaiter la bienvenue à la nouvelle Directrice de Prévention CDN-NDG, Camille Vaillancourt. Nous sommes en plein processus

de transition et elle prendra officiellement les rênes de l'organisme au début de la nouvelle année.

Vous pourrez communiquer avec elle à [direction.preventioncdnndg@gmail.org](mailto:direction.preventioncdnndg@gmail.org) pendant que je serai également joignable pour un certain temps à [terriprevndg@gmail.com](mailto:terriprevndg@gmail.com).

**- Terri Ste. Marie**



## Faites connaissance avec notre nouvelle directrice!

**NEXUS :** Bonjour Camille ! Tu viens tout juste de débiter tes nouvelles fonctions dans notre organisme. Bienvenue dans notre belle équipe ! Peux-tu nous en dire davantage sur ton parcours professionnel et sur ce qui t'a amené à postuler à Prévention CDN-NDG?

**CAMILLE :** Bonjour. D'abord, merci pour ce bel accueil. Pour vous parler de mon parcours professionnel je dois dire que je suis sociologue de formation. J'ai fait une maîtrise en sociologie économique, portant sur la consommation responsable. J'ai ensuite débuté un doctorat, aussi en sociologie, portant sur l'évolution de relations amoureuses et conjugales, mais ce projet est sur la glace pour l'instant. Au niveau professionnel, j'ai travaillé longtemps en restaurant, ce qui confirme mes tendances « foodies », j'ai été assistante de professeur à l'université et j'ai fait du développement philanthropique, de l'administration, de la gestion de personnel, ce qui m'a graduellement mené à occuper un poste de Directrice générale d'un organisme jeunesse dans la Petite-Bourgogne. Ce poste a été des plus formateurs pour mon parcours professionnel. J'y ai découvert une passion pour l'impact social et une ambition énorme pour le milieu communautaire. Dans le cadre de ces fonctions j'ai été administratrice pour de nombreux organismes, j'ai dirigé des planifications stratégiques et j'ai réussi à pérenniser un organisme qui risquait la faillite à mon arrivée. Avec le temps, je suis aussi devenu consultante pour diverses organisations ayant des besoins temporaires en gouvernance, en administration ou en responsabilité sociale.

En octobre 2019, je cherchais un nouveau défi professionnel. Je connaissais Prévention CND-NDG de loin, ayant entendu d'excellents commentaires sur divers projets. Les recherches que j'ai faites m'ont confirmé les dires. Je n'ai donc pas hésité à envoyer ma candidature et depuis les belles surprises se succèdent, autant en entrevue que depuis mon arrivée en poste.



**NEXUS :** Qu'est-ce qui t'a amenée à postuler pour le poste de directrice générale ?

**CAMILLE :** Évidemment j'avais déjà l'expérience et les compétences nécessaires pour occuper le poste de direction générale, mais envoyant le travail que fait Prévention CND-NDG, j'ai sincèrement eu l'impression que je pouvais être d'une grande contribution pour poursuivre la mission de l'organisme. Je dirais que mon plus grand atout est assurément ma capacité à avoir une analyse macro d'une organisation, afin de maximiser sa cohérence, son impact et son efficacité. Ici, c'est évidemment la sociologue qui parle.

**NEXUS :** Qu'est-ce qui t'excite le plus dans ton nouveau travail ? Et qu'est-ce qui représente pour toi le plus grand défi ?

**CAMILLE :** Ce qui m'excite le plus est d'apprendre à connaître le

milieu, les employé.e.s, les projets, les partenaires. J'ai hâte de participer aux réunions d'équipes et de contribuer à la réalisation des projets au meilleure de ma capacité. Un des plus grands défis que j'anticipe est certainement de m'habituer à travailler sur un territoire aussi grand et diversifié dans ses besoins. On devra endurer mes multiples questions pendant un certain temps 😊

**NEXUS :** Quels sont tes intérêts et loisirs en dehors du travail ?

**CAMILLE :** J'ai beaucoup d'intérêts, je suis une personne très curieuse, mais pour en nommer quelques-uns je prioriserais le CrossFit, la course, l'art (surtout le Musée d'art contemporain), les voyages solo, les spectacles et les festivals de musique, les restaurants, les livres de toutes sortes, les jeux de société, l'innovation sociale (surtout en éducation, en environnement et dans le monde du travail).

**NEXUS :** Que pourrais-tu nous dire à propos de toi afin que les gens te connaissent mieux ?

**CAMILLE :** Pour vous parler un peu plus de moi et bien je dois vous parler de mon fils, Léo. Il me suivra souvent dans des événements ou des rencontres, donc vous aurez la chance de le rencontrer. Léo a 8 ans, n'a pas de filtre et veut devenir DJ quand il sera plus vieux. Il fréquente une école alternative basée sur plein air, donc il veut sauver la planète, comme beaucoup de jeunes de son âge, donc je l'encourage.

Je pourrais évidemment en dire bien plus, mais je garde un peu de suspense pour des discussions futures 😊

# Conseils de sécurité pendant les fêtes

C'est le temps d'orner sa demeure et d'organiser des festivités. Oui... l'année se termine déjà! La période des Fêtes (et le chaos qui l'accompagne!) approche à grands pas et c'est aussi le moment idéal de penser à la sécurité de votre famille.

## À la maison...

- Déblayez la neige et la glace et mettez du sable ou du sel sur les allées piétonnières et voies d'accès pour autos. Prenez des dispositions pour que cela ait lieu même en votre absence et pour qu'un voisin ramasse votre courrier.
- Faites attention quand vous jetez l'emballage des articles à prix élevé : aplatissez et ballotez les boîtes en carton pour dissimuler la nature de leur contenu.
- Tenez un registre de vos biens de valeur.
- Identifiez vos biens en y gravant une marque d'identification.

## L'arbre de Noël :

- Achetez un arbre bien vert, parfumé et récemment coupé. Le haut degré d'humidité réduit le risque qu'il s'enflamme; veillez à ce que le tronc soit toujours dans l'eau.
- Mettez l'arbre dans un support solide bien équilibré pour assurer sa stabilité.



- Tenez l'arbre loin de toute source de chaleur (foyer, radiateur, télévision, conduit de chauffage, etc.) et veillez à ce qu'il ne bloque aucune porte ou fenêtre.
- Enlevez l'arbre après 10 à 14 jours.

## Les décorations :

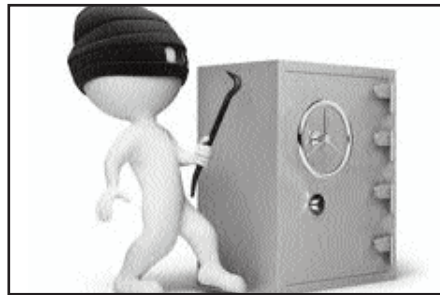
- Choisissez des décorations ignifuges, incombustibles et non conductrices.
- Évitez d'utiliser les « cheveux d'ange » (fibre de verre) et la neige artificielle en pulvérisateur ensemble; c'est un mélange très

combustible.

- Utilisez des ampoules et guirlandes électriques homologuées CSA et veillez à ce qu'elles soient adaptées à l'endroit dans lequel vous les utilisez. Les ensembles de lumières conçus pour l'extérieur peuvent dégager trop de chaleur pour l'intérieur et les ensembles de lumières conçus pour l'intérieur ne sont pas à l'épreuve des intempéries.
- Veillez à ne pas surcharger les prises de courant.
- Coupez les mèches de bougies pour prévenir les flammes hautes.

## Foyer :

- Ne brûlez pas de papier-cadeau, de boîtes, de cartons ou d'autres types d'emballage.
- N'utilisez pas de carburant ou de tout autre liquide inflammable pour allumer un feu.
- Utilisez toujours un pare-feu devant le foyer.
- Enlevez les bas de Noël du manteau de cheminée quand vous faites un feu.



## Si un crime a lieu à votre domicile, N'ENTREZ PAS!

- Appelez la police sur votre téléphone cellulaire ou de chez un voisin.
- Ne touchez rien et ne nettoyez rien tant que la police n'a pas inspecté les lieux pour y recueillir des indices.
- Notez le numéro de plaque d'immatriculation de tout véhicule suspect.
- Notez la description de toute personne suspecte.

## Ne soyez pas victime de pseudo-organismes de bienfaisance

Les escrocs profitent souvent de la période des Fêtes pour inventer des activités de collecte de fonds frauduleuses. Vérifiez que vos dons vont bien à de vrais organismes de bienfaisance en consultant le site Web du, Better Business

Bureau - [www.bbb.org](http://www.bbb.org), qui contient des informations sur les œuvres de bienfaisance et les entreprises du pays.

## Protégez votre courrier

Arrêtez temporairement la livraison du courrier et des journaux si vous partez en voyage à l'époque des Fêtes. Ramassez promptement les livraisons. Le courrier non ramassé est une mine de renseignements personnels pour les voleurs et fraudeurs potentiels.

## Quand vous recevez chez vous...

Les gens reçoivent souvent des amis chez eux pendant les Fêtes, mais êtes-vous prêt à vous comporter en hôte responsable? Voici des conseils pour assurer le succès de votre soirée et la sécurité de vos invités:

- Ne servez jamais d'alcool à des mineurs.
- Affichez sur votre réfrigérateur ou non loin du bar un guide sur la taille/composition normale des boissons alcoolisées pour informer vos visiteurs.

## Formulez un plan pour prévenir la conduite en état d'ébriété.

- Encouragez vos invités à nommer des conducteurs désignés ou à laisser leur voiture à la maison et à prendre un taxi, à utiliser les transports publics ou encore à marcher.
- Ne buvez pas ou limitez votre propre consommation d'alcool de façon à bien surveiller ce que vos invités consomment.
- Invitez des gens que vous connaissez bien; il vous est plus facile de voir les changements de comportement.
- Surveillez le service de boissons alcoolisées ou désignez un adulte responsable pour en faire le service.
- Cessez de servir de l'alcool au moins une heure avant la fin de la soirée.
- Accueillez vos invités à la porte et escortez-les à leur départ. Les accueillir vous donne l'occasion d'évaluer leur état.
- Ayez de l'argent et le numéro de plusieurs compagnies de taxis sous la main.
- Ne faites pas de l'alcool le point fort de votre soirée.

Suite à la page 6



**Suite de la page 5**

- Servez des aliments à base de protéines et de matières grasses. Les aliments salés incitent les gens à boire plus et le sucre ne se mélange pas bien avec l'alcool.
- Proposez de nombreuses boissons non alcoolisées.

**Que faire si un invité est en état d'ébriété :**

- Encouragez-le à vous remettre ses clés de voiture. Il peut être utile de faire équipe avec un ami.
- Informez-le qu'un taxi est en route. Lui demander si vous pouvez appeler un taxi lui donnera l'occasion de refuser.
- S'il est extrêmement saoul, restez avec lui jusqu'à ce qu'il ait dessaoulé ou puisse rester en compagnie d'un autre adulte sobre et responsable.
- N'oubliez pas que seul le temps, et non la nourriture ou le café, permet de se dessaouler. Soyez prêt à offrir un lit pour la nuit.
- Si la personne insiste pour conduire, appelez la police. Mieux vaut vexer un ami que de laisser des conséquences beaucoup plus tragiques survenir.



**Quand vous sortez...**

N'oubliez pas que l'alcool au volant tue. À vous de choisir si vous prendrez le volant ou non. Montrez-vous responsable et prenez la bonne décision. Vous pourriez sauver une vie et cela pourrait être la vôtre.

Faites-vous raccompagner gratuitement dans le cadre de l'Opération Nez rouge :

L'Opération Nez rouge (ONR) est une campagne nationale de prévention de la conduite avec facultés affaiblies qui offre un service de chauffeur privé gratuit et bénévole.

Le service est assuré par une équipe de trois accompagnateurs qui ramènent le client et sa voiture chez ce dernier entre 21h et 3h du matin. Tout don recueilli est redistribué aux organismes locaux se consacrant à la jeunesse.

Évitez de faire une bêtise qui pourrait mal se terminer pour vous et les autres; optez plutôt pour un don qui fait le bien. C'est vraiment dans l'esprit de Noël! Pour trouver le numéro de l'ONR de votre localité, consultez le site Web de l'organisme à : [www.operationnezrouge.com/fr/](http://www.operationnezrouge.com/fr/)



**Quand vous magasinez...**

**Dans les magasins :**

- Surveillez toute personne qui manipule votre carte de débit ou de crédit.
- Assurez-vous que la caissière ne glisse votre carte qu'une seule fois dans le lecteur – les criminels se livrant au vol d'identité utilisent parfois de petits dispositifs qui ressemblent aux lecteurs pour copier les renseignements contenus sur votre carte puis s'en servir frauduleusement.
- Reprenez promptement votre carte et déchiquetez tous vos reçus de carte de crédit.
- Ne laissez pas d'articles de valeur dans votre véhicule pendant que vous magasinez.

**Sur Internet :**

Avant de fournir les renseignements relatifs à votre carte de crédit en ligne, vérifiez que le site est valide et sécurisé. Rendez-vous directement sur le site d'une entreprise et méfiez-vous de tout lien dans un courriel non sollicité. Lisez la politique de l'entreprise sur la confidentialité et la sécurité. Consultez le site [phonebusters.com](http://phonebusters.com) pour en savoir plus sur la cybercriminalité.

**Quand vous allez dehors...**

Un paysage hivernal féérique pose de nombreux risques aux automobilistes et aux piétons. Gardez les conseils de sécurité suivants à l'esprit cet hiver avant de sortir de chez vous.

**Sur la route**

- Portez votre ceinture de sécurité correctement. La sangle d'une ceinture ventrale devrait passer devant le bassin à hauteur des hanches, tandis que la sangle d'une ceinture diagonale doit

passer au travers de la poitrine, en allant de la hanche d'un côté à l'épaule de l'autre côté.

- Utilisez un système de retenue adapté à la taille et au poids de votre enfant. N'oubliez pas que l'endroit le plus sûr pour les enfants de moins de 12 ans est le siège arrière.
- Installez 4 pneus d'hiver identiques.
- Enlevez toute la neige et la glace de toutes les vitres ainsi que du capot, du toit et des phares avant de démarrer.
- Vérifiez que vous avez suffisamment de liquide lave-glace.
- Gardez une trousse d'urgence et des couvertures dans le coffre.
- Informez toujours quelqu'un de votre itinéraire avant de partir et renseignez-vous sur les conditions routières et météorologiques. Avant de vous aventurer dans l'arrière-pays...

**Protégez votre véhicule**

Chaque année l'on vole des véhicules et des marchandises valant des milliers de dollars, sans compter les dommages causés aux véhicules, les coûts d'assurance ou les coûts aux victimes.

- Fermez toutes les vitres, verrouillez toutes les portes et stationnez dans un endroit éclairé.
- Ne laissez pas d'articles de valeur, y compris les portes-feuilles, les sacs à main, les téléphones cellulaires, et les sacs d'achats, dans votre véhicule.
- Assurez-vous que rien n'est visible à travers les vitres. Mettez tout article de valeur dans le coffre et verrouillez celui-ci.
- Enregistrez la marque, le modèle et le numéro de série de toutes les composantes de l'équipement stéréo et technique installé dans votre voiture pour pouvoir fournir ces renseignements à la police en cas de vol.

Tous ces conseils de sécurité proviennent du site web de GRC: <http://www.rcmp-grc.gc.ca/>



## D'une culture du viol à une culture du consentement

### Dossier spécial : Cultivons la culture du consentement

Au cours des dernières années, l'actualité tant québécoise qu'internationale a levé le voile sur une forme de violence sexuelle genrée trop souvent ignorée, sinon banalisée : le harcèlement sexuel. Nous avons été submergé.e.s par un raz-de-marée. Un raz-de-marée composé d'un nombre incalculable de voix qui, individuellement et collectivement, dénonçaient le harcèlement sexuel vécu quotidiennement par une majorité de femmes. Ces voix, en provenance des quatre coins du monde, dénonçaient une culture du viol (1) omniprésente nié, voire même encourageant, les agressions à caractère sexuel.

Notre « on » collectif s'est figé face à l'ampleur du mouvement.

Comme si on venait juste de comprendre ce qu'impliquait être une femme dans notre société. Comme si on venait de juste comprendre qu'il était nécessaire, voire primordial, de repenser les rapports de genre. Comme si on venait juste de comprendre que cruiser ce n'est pas essayer à tout prix d'obtenir celle ou celui qui vous a séduit – s'elle vous dit non une première fois, ce n'est pas une invitation à essayer encore et encore jusqu'à ce qu'elle cède. Car il faut malheureusement le rappeler : céder n'est pas consentir.

#MeToo, #MoiAussi, #EtMaintenant, #BalanceTonPorc, #YoTambien, #YeWoShi,

#Ana\_Kaman, #QuellaVoltaChe

Dans la foulée du mouvement #MoiAussi au Québec, plusieurs initiatives ont été mises en place, et continuent de l'être. Sans trop nous y attarder, soulignons tout de même qu'en décembre 2017, la loi

151 a été adoptée. Celle-ci oblige les établissements d'enseignement supérieur à adopter un code de conduite ainsi qu'un processus de plainte, d'intervention et de sanction pour combattre les violences sexuelles. Également, en mars dernier, Québec a mandaté un comité d'expert.e.s chargé de trouver des solutions pour mieux ac-



compagner les victimes de violences sexuelles. Ce groupe aura un an pour émettre ses recommandations. Dans un autre registre, plus récemment, la Clinique juridique Juripop, a annoncé qu'elle mettrait en place pendant neuf mois une Caravane #MoiAussi. Celle-ci débutera ses activités à la fin novembre 2019 et se déplacera à travers le Québec afin de permettre aux survivantes et survivants de violences à caractère sexuel d'obtenir justice. Ces initiatives sont sans aucun doute un pas vers l'avant, mais le chemin à parcourir reste sinueux et ce, notamment auprès des mineur.e.s.

Ce long préambule nous mène à poser la question des violences sexuelles dans les établissements d'enseignement secondaire. Si le milieu post-secondaire a finalement été pris en charge avec la loi 151, qu'en

est-il de nos adolescent.e.s d'aujourd'hui, de nos adultes de demain ?

Au Québec, une étude révèle que « 60 % des filles rapportent avoir subi du harcèlement sexuel depuis le début de leur étude à l'école secondaire, comparativement à 35,6 % des garçons » (Boivin, Lavoie, Hébert et Gagné, 2014 dans Bergeron, M. et coll., 2018). Les victimes de violences à caractère sexuel d'âge mineur sont davantage susceptibles de traîner les répercussions négatives jusqu'à l'âge adulte, « notamment sur les plans de la santé mentale, de la santé physique, de la santé sexuelle, des relations interpersonnelles et de la réussite scolaire » (Hébert, Daigneault et Van Camp, 2012 dans Bergeron, M. et coll., 2018). De plus, il est démontré que les victimes sont plus à même de vivre un autre événement de violence sexuelle à l'adolescence ou à l'âge adulte (Hébert, Daigneault et Van Camp, 2012 dans Bergeron, M. et coll., 2018). Qu'attendons-nous pour agir ?

C'est afin de travailler à remédier à la situation que le projet Cultivons la culture du consentement : vers un changement systémique en matière de harcèlement sexuel dans les écoles a vu le jour. Ce projet d'une durée de trois ans (2018-2021) vise à prévenir et contrer le harcèlement sexuel ainsi qu'à favoriser une culture du consentement dans les écoles secondaires et les milieux communautaires du territoire couvert – Côte-des-Neiges, Notre-Dame-de-Grâce, Outremont et Ville Mont-Royal. Suivant l'objectif du projet, une étude de contexte et une évaluation des besoins ont été réalisées en ce qui a trait à l'identification, la prévention et l'in-

Suite à la page 8

## Suite de la page 7

intervention en matière de harcèlement sexuel chez les jeunes de 12 à 17 ans.

Les constats sont alarmants, les jeunes vivent de multiples formes de harcèlement sexuel dans nos établissements scolaires et le personnel scolaire est peu voire pas outillé pour prévenir le harcèlement, intervenir ou accompagner les victimes. Pire encore, selon les dires de jeunes rencontré.e.s, si certain.e.s enseignant.e.s sont des modèles et inspirent la confiance, ce n'est malheureusement pas toujours le cas. En effet, à plusieurs reprises lors des entretiens, les jeunes ont mentionné être ou avoir été confronté.e.s à des enseignants encourageant ou émettant des commentaires ou des blagues racistes et sexistes. Pour exemple, une adolescente mentionne à cet effet qu'un enseignant lui aurait dit : « Je vais vous mettre à quatre pattes et je vais vous fouetter ».

En ce qui a trait au harcèlement sexuel, le vécu spécifique des jeunes illustre qu'elles en vivent plusieurs formes, tant dans le cadre scolaire que dans l'espace privé (cyberharcèlement) ou public (harcèlement de rue). Les exemples les plus fréquemment mentionnés par les participant.e.s sont :

Le harcèlement sexuel physique, par exemple des attouchements lors des déplacements dans les couloirs ou lors d'activités organisées par l'école (danse) ;

Le harcèlement sexuel verbal, par exemple des insultes dans le cadre

scolaire ou du harcèlement de rue (cat calling) ;

Le harcèlement sexuel non-verbal, par exemple se faire déshabiller du regard ou encore des regards sous les jupes dans les escaliers ;

Le cyberharcèlement sexuel, par exemple des demandes incessantes de photos intimes (par des amis intimes, des copains ou même des inconnus) ou le partage non consenti de ces photos.

Le projet Cultivons la culture du consentement, sur la base des recommandations émises par le rapport d'évaluation des besoins, se propose de développer des outils qui viendront sensibiliser tant les jeunes que les professionnel.le.s des milieux scolaires et communautaires, au harcèlement sexuel et à ses répercussions. Des affiches de sensibilisation illustrant les quatre dimensions du harcèlement sexuel, une capsule vidéo éducative, un guide de ressources pour les jeunes ainsi qu'un protocole d'identification et d'intervention à destination des professionnel.le.s scolaires et communautaires sont en cours de création.

Les outils développés seront plus spécifiquement destinés aux écoles et milieux communautaires de notre territoire d'intervention. Or puisque le harcèlement sexuel est loin de se cantonner à quelques quartiers montréalais, ces outils seront également disponibles en ligne au printemps 2020.

Nous vous invitons à consulter les rapports en ligne (une version longue ainsi qu'une version syn-

thèse sont disponibles) :

[https://preventioncdnndg.org/hypersexualisation/fr/documenta-tion/](https://preventioncdnndg.org/hy-persexualisation/fr/documenta-tion/)

(1) « L'expression « culture du viol » renvoie à l'existence d'un lien entre notre culture et la question des violences sexuelles. L'emploi du terme « culture » n'est pas anodin : il fait référence aux comportements et attitudes tendant à excuser, banaliser, voire approuver ou encourager les agressions sexuelles, comme schéma comportemental systémique et social organisé et partagé de génération en génération. » (Duquette, Soubeyrand-Faghel et Paume, 2019)

Bibliographie :

Bergeron, M., Hébert, M., Brodeur, G., Bouchard, A-J., Jodoin, K., Julien, M. et Regroupement québécois des CALACS. (2018). Rapport d'évaluation des effets du programme Empreinte: Agir ensemble contre les agressions à caractère sexuel. Montréal: Université du Québec à Montréal.

Duquette, R., Soubeyrand-Faghel, G. et J. Paume. 2019. Cultivons la culture du consentement : vers un changement systémique en matière de harcèlement sexuel dans les écoles. Montréal : Prévention CDN-NDG, 92p.

--

- **Ramaëlle Duquette** – Coordinatrice de recherche pour le projet Cultivons la culture du consentement.

[coordonnatrice.recherche.prev@gmail.com](mailto:coordonnatrice.recherche.prev@gmail.com)

## Suite de la page 4

**NEXUS** : Comment les gens peuvent-ils te contacter ?

**CAMILLE** : Je vous encourage en toute sincérité à me contacter pour toutes questions, inquiétudes, impressions, idées. Je suis disponible

et facile d'accès. Si je ne réponds pas aussitôt, laissez-moi un message.

Téléphone ou message texte : 514-937-9263

Téléphone bureau : 514-736-2732

#22

Facebook-Messenger : Camille Vaillancourt de Jocas

Courriel : [direction.prevention-cdnndg@gmail.com](mailto:direction.prevention-cdnndg@gmail.com)



Images de notre événement d'Halloween et de la formation aux premiers soins!





## Intimid'ation

Alison, notre Agente de projet Intimid'ation a fait une animation au mois de septembre, sur le Self-care en communauté en partenariat avec la magnifique famille du Chalet Kent !

Durant l'événement, nous avons échangé plusieurs idées d'espaces que nous pouvons créer en communauté. Aussi, les jeunes se sont exprimé.e.s sur comment ils.elles prennent soins d'eux.elles lorsqu'ils.elles font face à des obstacles. L'énergie de l'événement était remplie de réconfort, de confiance et de résilience. Nous avons senti que les jeunes étaient eux.elles-mêmes. En tout moment, ralentir et s'assurer de se donner du self-love c'est important car c'est une preuve de compassion envers soi-même !

Parfois, ce n'est pas assez particulièrement lorsque nous affrontons des situations difficiles en lien avec des oppressions comme l'intimidation car ce sont des problématiques sociales. La guérison en communauté devient un acte très important afin de réaliser que nous ne sommes pas seul.e.s dans ces situations et que nous pouvons en apprendre des autres. Que ce soit la personne intimidée ou l'intimidateur.trice, l'estime de soi est généralement affectée.

Certains jeunes font maintenant partie du groupe Intimid'ation. D'ailleurs, vous pouvez nous suivre sur notre page Instagram [page@groupeintimidation](https://www.instagram.com/page@groupeintimidation). Nous avons commencé à faire des

kiosques contre l'intimidation dans l'école La Voie.

Plusieurs jeunes ont participé à l'événement et une vidéo de cette animation faite par le Chalet Kent est disponible sur la chaîne YouTube [channel.de](https://www.youtube.com/channel/UC...) de notre organisme.

Désormais, tu as la possibilité de t'offrir un moment de self-love au Chalet Kent tous les vendredis avec Toni Fowler ! N'hésite pas donc pas à y faire un tour !

Aussi, dans le même thème, allez écouter   le podcast sur le Self-care du TheDepPodcast, disponible sur iTunes, SoundCloud ou Spotify.

- Alison Abrego

## Bonne fin d'année à toutes et à tous !

C'est une belle année qui se termine. Beaucoup de projets ont été réalisés par nos différents programmes pour répondre aux besoins de la population de CDN-NDG.

Ces derniers ont été réalisés grâce à des employé.e.s engagé.e.s, à l'appui de nos partenaires mais également celui des résident.e.s qui donnent de leur temps bénévolement. Nous remercions nos bailleurs de fonds sans qui la réalisation de nos projets ne serait pas possible.

Nous souhaitons à toutes et à tous de passer d'excellentes fêtes de fin d'année. N'oubliez pas de fêter de manière sécuritaire, écologique et de partager avec votre entourage.

Veuillez prendre note que nos bureaux de Côte des-Neiges et de Notre-Dame-de-Grâce seront fermés à partir du 22 décembre et rouvriront le lundi 6 janvier 2020 et le mardi 7 pour l'Éco-quartier NDG. Profitez bien de cette période et nous vous souhaitons une très bonne année !

Nous avons hâte de vous voir en 2020 !

L'équipe de Prévention CDN-NDG