UASHTUSHKUAU NORTHERN LIGHT

LUMIÈRE BORÉALE

CALACS BAIE-COMEAU

2025-2026

RAPPORT ANNUEL

le cahier des membres

www.lumiereboreale.qc.ca

Remerciements

L'organisme tient à souligner la contribution financière du :
Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) ainsi que du **Secrétariat à la condition féminine**, dans le cadre du **Programme Empreinte** et du **projet Pessamit**.

Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau

Adresse postale : C.P. 6177,
Baie-Comeau (Québec) G5C 0B7

Numéro de téléphone : 418-589-1714
Numéro de téléphone (sans frais) : 1-800-563-0443

Adresse électronique : calacs@lumiereboreale.qc.ca

Site Web : lumiereboreale.qc.ca

Assemblée générale annuelle

Jeudi 11 juin 2026
18 h
Salle MacCormick
Hôtel Motel Hauterive
1145 Rue Nouvel, Baie-Comeau, QC G5C 2E3

Avis de convocation à l'AGA 2026

Date de de la parution sur Journal Le Manic (Page 45): 27 mai 2026
Date de l'envoi de l'invitation aux militantes par courriel : 27 mai 2026



Rapport annuel 2025-2026

Table des matières

1. Présentation de l'organisme 2
2. Mot de bienvenue 5
3. Proposition de l'ordre du jour de l'AGA 11 juin 2026 6
4. Procès-verbal de l'AGA du 19 juin 2025 7
5. États financiers au 31 mars 2026 14
6. Bilan d'année 2025-2026 15
   - 6.1. Mot de la présidente du conseil d'administration 16
   - 6.2. Mot de la coordonnatrice 17
   - 6.3. L'équipe 19
     - 6.3.1. Volet 1 Aide directe et accompagnement 20
     - 6.3.2. Volet 2 Prévention et sensibilisation 21
     - 6.3.3. Volet 3 Lutte et défense des droits 28
7. Programme et projet 33
   - 7.1. Programme Empreinte 34
   - 7.2. Projet Point de service Pessamit 39
8. Vie associative et démocratique 43
   - 8.1. Base de la vie associative 44
   - 8.2. Activités démocratiques 45
9. Prévisions budgétaires 2026-2027 46
10. Plan d'action 2026-2027 49
11. Remerciements 54

1. Présentation de l’organisme

Mission

Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau a pour mission d’offrir des services d’aide et d’accompagnement aux femmes et adolescentes de 14 ans et plus, de prévention et sensibilisation auprès de la population, de défense des droits collectifs.

Plus précisément…

À des fins purement sociales, charitables et philanthropiques, sans intention pécuniaire pour ses membres, les objectifs de la corporation sont de :

1. Assurer le fonctionnement d'un Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel.

2. Offrir un service d'aide aux femmes et adolescentes de 14 ans et plus, victimes d'agression à caractère sexuel.

3. Assurer un rôle d'éducation, d'information et de prévention auprès des femmes et de la population en regard de la problématique des agressions à caractère sexuel.

4. Promouvoir et défendre les intérêts des femmes et des enfants en ce qui a trait à la problématique des agressions à caractère sexuel.

5. Consolider et développer le réseau des CALACS dans les communautés nord-côtières, dans le respect de l'autonomie des organismes communautaires et selon les trois volets de service : aide, défense de droit et lutte, prévention et sensibilisation.

6. Recevoir des dons, legs et autres contributions de même nature en argent, en valeur mobilière ou immobilière, administrer de tels dons, legs et contributions, organiser des campagnes de souscriptions dans le but de recueillir des fonds à des fins charitables.

Le tout ne pouvant constituer un établissement au sens de la Loi sur les services de santé et des services sociaux.

Valeurs

Nous promouvons les valeurs suivantes : autonomie, équité, justice sociale, solidarité et accessibilité.

Autonomie : Offrir une information la plus complète possible afin que les femmes puissent décider par elle-même la meilleure voie vers leur autonomie libre et éclairée.

Équité : Prendre en considération les différentes réalités des femmes et créer des conditions d'accès juste et équitable, aux services, aux ressources et aux conditions de reprise de pouvoir sur leur vie.

Justice sociale : Dans une perspective intersectionnelle et anti-oppressive, nous engager à contribuer à la transformation sociale en reconnaissant et en luttant contre les obstacles et les conséquences auxquels sont exposées les femmes.

Solidarité : Valoriser, encourager et soutenir les contributions personnelles et collectives des groupes partenaires et nous allier à leurs luttes dans le but d'enrayer les violences fondées sur le genre.

Accessibilité : Nous actualiser en travaillant de manière évolutive à rendre nos structures inclusives, nos services accessibles et nos pratiques adaptées à la réalité des femmes ainsi que leurs proches.

Territoire desservi et population

Territoire	Population (2023)	Superficie terrestre (km^2)
MRC de la Haute-Côte-Nord	10363	11260,13
MRC de Manicouagan	30135	34236,01
MRC de Caniapiscau	3790	64874,36
MRC du Golfe-de-Saint-Laurent	4845	40818,91
Total	49133	151189,41

Accessibilité

- Notre centre est ouvert toute l'année, à l'exception de la période du 24 décembre 2024 au 5 janvier 2026 et, exceptionnellement, du 25 juillet 2025 au 4 août 2025. Durant cette dernière période, le centre est fermé, mais une employée a assuré la continuité des activités à distance.
- Notre centre s'engage à offrir un environnement accessible et accueillant pour toutes les femmes. Il dispose d'une rampe d'accès facilitant l'entrée des personnes ayant des limitations physiques, ainsi que d'une salle de bain adaptée. Conscientes que l'accessibilité est un processus continu, nous poursuivons nos efforts pour améliorer nos installations et favoriser la pleine inclusion de toutes.
- Afin de faciliter l'accès à ses services, le centre offre plusieurs moyens de communication : téléphone (ligne régulière et sans frais), Messenger, site Web (section « Nous joindre ») et courriel. Ces options permettent aux femmes de nous contacter facilement selon leurs besoins.

Heures d'ouverture

Sans rendez-vous : Lundi au vendredi : 8 h 30 - 12 h et 13 h - 16 h 30
Avec rendez-vous : Lundi au vendredi : 8 h 30 - 16 h 30

2. Mot de bienvenue

Chères membres,

C'est avec fierté et conviction que nous vous présentons notre rapport annuel. Ce document témoigne du chemin parcouru au cours de la dernière année, des défis que nous avons relevés collectivement et des nombreuses actions mises en œuvre pour faire avancer notre mission.

Derrière chaque projet, chaque activité et chaque prise de position, il y a une équipe mobilisée, des administratrices engagées, des partenaires sensibilisés et une communauté de femmes solidaires. Ensemble, nous continuons de bâtir des espaces où la voix des femmes est entendue, respectée et valorisée.

Ce rapport est bien plus qu'un bilan : il reflète notre volonté d'agir, d'innover et de renforcer notre impact. Il met en lumière les efforts déployés, tout en nous invitant à poursuivre notre engagement avec détermination. Nous en sommes à notre 36ème année, c'est une ouverture à créer le CALACS de demain.

Nous vous remercions sincèrement de votre intérêt, de votre confiance et de votre participation, qui demeurent au cœur de notre action.

Merci de participer par votre adhésion à ce vent de changement ! !

Membres du conseil d'administration :
Émilie Bellemare, Jessy Girard, Laury Boulianne, Maria-Elizabeth De Melo, Mélanie Morin

Équipe d'employées :
Alexandra Paradis, Karen Bacon, Kazumi Furukawa, Mélissa Picard, Nathalie Boudreault, Sabrina Canapé Dominique

3. Proposition de l’ordre du jour de l’Assemblée générale annuelle 2026

Date : jeudi 11 juin 2026

Heure : 18 h

Lieu : Salle McCormick Hôtel Motel Hauterive, 1145 rue Nouvel, Baie-Comeau, G5C 2E3

1. Mot de bienvenue par la présidente
2. Vérification du quorum
3. Nomination de la présidente et de la secrétaire d’assemblée
4. Lecture et adoption de l’ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal de l’AGA du 19 juin 2025
6. Présentation et adoption des états financiers au 31 mars 2026
7. Nomination de la firme comptable pour l’exercice 2026-2027
8. Présentation des prévisions budgétaires
9. Présentation du rapport annuel
10. Présentation du plan d’action
11. Élection des membres du conseil d’administration
12. Période d'échange
13. Levée de l’assemblée

4. Procès-verbal de l'AGA 2025

Procès-verbal de l'assemblée générale annuelle

de LUMIÈRE BORÉALE * CALACS BAIE-COMEAU

Date : le 19 juin 2025
Heure : 18 h 00
Lieu : Siège social de Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau

Présence :

Membres du Conseil d'administration :

En présence

Marie-France Trudel (Présidente du CA)

À distance

Émilie Martineau Legault (Administratrice du CA)
Sonia Ricard (Secrétaire-Trésorière du CA)

Employées :

En présence

Karen Bacon (Employée, Point de service Pessamit)
Mélissa Picard (Employée, Point de service Pessamit)
Ninon Elizabeth Bréa Ferrari (Employée et Administratrice issue de l'équipe)
Sabrina Canapé Dominique (Employée, Point de service Pessamit)
Kazumi Furukawa (Contractuelle)

Militantes

En présence

Caroline Deschênes
Émilie Bellemare
Eva-Marissa Beaudry-Palma
Guilaine Levesque
Karel Levasseur
Laury Boulianne
Mylène Beaulieu
Virginie Souka
Claudine Larochelle
Émilie Pedneault
Fabiola Lorena Vielma Gangas
Joannie Bouchard
Krystel Gauthier
Mélanie Bourque
Valery Otis

Par zoom (à distance)

Mélanie Amyot
Shana Charest

Observatrices

Jennifer Beaudry (Coordonnatrice)

Nathalie Ouellet (organisatrice communautaire)

Sam Duroy (Travailleur de rue)

1. Ouverture de l'assemblée générale annuelle

Jennifer Beaudry, coordonnatrice de Lumière boréale *CALACS Baie-Comeau, souhaite la bienvenue à chacune des participantes et procède à l'ouverture de l'assemblée générale annuelle à 18 h 28.

2. Vérification du quorum

Jennifer Beaudry constate le quorum, conformément à l'article 5.3 des règlements généraux du CALACS, qui stipule que le quorum est composé de 10 membres en règle, dont trois (3) membres sont extérieures au conseil d'administration et aux employées. Grâce à la présence de 27 personnes, dont 18 membres militantes extérieures, le quorum est effectivement atteint.

Participation à distance (par Zoom) n'a pas été mentionnée dans les règlements généraux qui ont été adoptés en 2017. Et les règlements généraux exigent que les militantes résident sur le territoire desservi par la corporation, sauf pour les membres remarquables (4.2) et le territoire desservi par la corporation se situe sur la Côte-Nord, province de Québec. Ses actions ciblent les municipalités de la Côte-Nord, principalement dans les MRC de la Manicouagan et de la Haute-Côte-Nord. En plus cette répartition, les services offerts aux femmes et aux adolescentes dans les MRC de la Basse-Côte-Nord, de la Caniapiscau, sur l'Île d'Anticosti et dans les communautés autochtones sont assurés en collaboration, selon les besoins et les demandes, par les deux (2) CALACS de la région administrative de la Côte-Nord, dans la mesure de leurs ressources financières et humaines respectives (2.4).

En considérant les articles cités ci-dessus, Émilie Bellemare remet en question le statut de Sonia Ricard et Émilie Martineau Legault qui résident dans la MRC Sept-Rivières.

Mais, considérant la réalité que la participation à distance acceptée dans d'autres réunions et dans d'autres organismes et la contribution de Sonia Ricard et Émilie Martineau Legault comme membres du conseil d'administration, Émilie Bellemare propose d'accepter la participation à distance pour l'assemblée générale annuelle du 19 juin 2025, d'accepter toutes les participantes comme militantes. Émilie Bellemare propose également de demander Sonia Ricard et Émilie Martineau Legault de s'abstenir de voter.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-01

3. Présentation des nouvelles membres militantes

Shana Charest, Virginie Souka, Mélanie Amyot, Claudine Larochelle sont présentées. Mélanie Amyot était militante il y a longtemps et elle est revenue.

4. Présentation des observatrices

Trois personnes (Sam Duroy (travailleur de rue), Nathalie Ouellette (organisatrice communautaire) et Jennifer Beaudry (coordonnatrice)) sont présentées.

5. Nomination d'une Présidente et d'une Secrétaire d'assemblée

Il est proposé par Mme Caroline Deschênes et appuyé par Mme Mylène Beaulieu que Mme Marie-France Trudel agisse à titre de présidente de l'Assemblée générale annuelle. Il est proposé par Émilie Bellemare et appuyé par Mylène Beaulieu que Kazumi Furukawa agisse à titre de secrétaire de l'Assemblée générale annuelle.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-02

6. Présentation et adoption de l'ordre du jour du 19 juin 2025

Marie-France Trudel procède à la lecture de l'ordre du jour de l'AGA. Mylène Beaulieu propose de placer la présentation des membres militantes et observatrices et observateurs après la nomination d'une Présidente et d'une Secrétaire d'assemblée pour que ces personnes soient présentées par la présidente d'assemblée plutôt que par la coordonnatrice. Kazumi Furukawa propose d'ajouter "Période d'échanges" avant "20. Levée d'assemblée". Émilie Bellemare propose d'ajouter "Mobilisation" avant "15. Élection au conseil d'administration 2025-2026". Caroline Deschênes propose, appuyée par Claudine Larochelle, l'adoption de l'ordre du jour du 19 juin 2025 avec les corrections proposées.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-03

7. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 30 mai 2024

Marie-France Trudel fait la lecture à l'ensemble des participantes.
Marie-France Trudel constate que son mandat n'est pas deux ans mais un an.
Mylène Beaulieu propose l'adoption du procès-verbal du 30 mai 2024. Cette proposition est appuyée par Mélissa Picard.

Adopté à l'unanimité.
RES 20250619-04

La séance est suspendue à 19 h 45 pour une pause de 10 minutes. Claudine Larochelle quitte l'assemblée en mentionnant le climat très lourd de l'assemblée. La coordonnatrice Jennifer Beaudry l'accompagne jusqu'à l'arrivée du taxi.
Sonia Ricard et Émilie Martineau Legault déconnectent à 19 h 45.

8. Présentation du rapport d'activités 2024-2025

L'équipe de travail (Ninon Elizabeth Brea Ferrari) présente le rapport d'activités.

9. Adoption des états financiers au 31 mars 2025

Mme Geneviève Arsenault, CPA, comptable pour la firme Mallette, procède à la présentation des états financiers de 2024-2025. Elle ne trouve pas d'anomalie significative dans les états financiers et donne une opinion d'audit sans réserve. Il est proposé par Émilie Bellemare et appuyé par Krystel Gauthier d'adopter les états financiers au 31 mars 2025.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-05

10.Nomination d'une vérificatrice comptable 2025-2026

Il est dûment proposé par Mylène Beaulieu et appuyé par Laury Boulianne de reconduire le mandat de la firme comptable Mallette pour les états financiers de la prochaine année 2025-2026.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-06

11.Présentation des prévisions budgétaires 2025-2026

La coordonnatrice, Jennifer Beaudry, dit qu'elle présentera les prévisions budgétaires pour l'année 2025-2026 par courriel. La présidente d'assemblée, Marie-France Trudel, propose à la coordonnatrice de contacter la trésorière, Sonia Ricard, pour l'explication de la prévision budgétaire. En attendant la réponse de la trésorière, la présidente poursuit l'assemblée.

12.Présentation du plan d'action 2025-2028

Jennifer Beaudry dit qu'elle présentera le plan d'action 2025-2028 par courriel.

13.Présentation du rapport d'activité du point de service Pessamit

L'équipe de travail (Sabrina Canapé Dominique, Mélissa Picard, Karen Bacon) présente le rapport d'activités du point de service Pessamit.
Pendant la présentation par Mélissa Picard, Jennifer Beaudry, la coordonnatrice, quitte la salle pour recevoir un appel téléphonique à son cellulaire. Jennifer Beaudry utilise la fonction main libre et montre son cellulaire à la salle. Toutes les personnes présentes écoutent l'appel. Une personne qui se nomme "Éric Blouin" et qui se présente comme

avocat demande si Guilaine Levesque est présente. Personne ne répond à sa question. Guilaine Levesque réagit fortement et constate la situation insupportable.
Émilie Pedneault et Valéry Otis montre chacune son mécontentement envers la coordonnatrice qui provoque un malaise très fort dans la situation mal organisée et incontrôlable. Émilie Pedneault, Caroline Deschênes et Valéry Otis quittent la salle d'assemblée.
La présidente affirme que cette situation n'est pas prévue, demande la fin d'appel à la coordonnatrice et demande aux personnes présentes le respect et la non-violence.
Valéry Otis revient à l'assemblée alors qu'Émilie Pedneault et Caroline Deschênes quittent l'assemblée.
Celles qui lèvent la main s'expriment à tour de rôle. Émilie Bellemare et Valéry Otis montre chacune son mécontentement envers la situation et demande l'explication. Kazumi Furukawa appelle au calme et demande de revenir au sujet de l'assemblée générale annuelle et invite les militantes à participer activement non seulement à l'assemblée générale annuelle mais aussi à d'autres activités militantes.
Fabiola Lorena Vielma Gangas souhaite un suivi rapide de son appel. Nathalie Ouellet demande une prise de contact rapide pour faire le point après son appel en précisant que cet appel ne suit pas le processus établi.

La séance est suspendue à 20 h 45 pour une pause-café. La séance est reprise à 21 h 15.

14.Mise à jour contextuelle du positionnement RQCALACS

Mme Jennifer Beaudry présente la mise à jour contextuelle du positionnement RQCALACS.

15. Mobilisation

Mylène Beaulieu et Émilie Bellemare font la lecture de "Prise de parole à l'AGA de Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau - Dénonciation publique – 19 juin 2025" et elles déposent le document aux Présidente et Secrétaire d'assemblée.
Par référence à ce texte de dénonciation qui constate l'absence de réaction de la part du conseil d'administration, Marie-France Trudel souligne l'envoi du texte en guise de réponse.
Marie-France Trudel rejette l'accusation du non-respect flagrant des règlements généraux en soulignant la bonne foi du conseil d'administration et une compréhension sommaire sur le territoire défini dans les règlements généraux.

16.Élection au conseil d'administration 2025-2026

Marie-France Trudel annonce la période d'élection.

17.Nomination d'une présidente et d'une secrétaire d'élection

Mylène Beaulieu propose, appuyée par Marie-France Trudel, que Guilaine Levesque agisse à titre de présidente d'élection et que Kazumi Furukawa agisse à titre de secrétaire d'élection.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-07

18. Lecture des nominations et des sièges disponibles

Après la fin de mandat de Marie-France Trudel, la fin d'intérim de Sonia Ricard et d'Émilie Martineau Legault et la démission de Ninon Elizabeth Bréa Ferrari, tous les postes, 7 postes au total, sont disponibles.
Coordonnatrice qui siège d'office : Jennifer Beaudry

19.Mise en candidature et procédure d'élection

Guilaine Levesque ouvre la période de mise en candidature du conseil d'administration à 21 h 40 et la ferme à 21 h 45.

Émilie Bellemare	propose	Laury Boulianne
Ninon Elizabeth Bréa Ferrari	propose	Mylène Beaulieu
Valéry Otis	propose	Krystel Gauthier
Laury Boulianne	propose	Émilie Bellemare
Ninon Elizabeth Bréa Ferrari	propose	Fabiola Lorena Vielma Gangas
Mélanie Bourque	propose	Marie-France Trudel
Fabiola Lorena Vielma Gangas	propose	Virginie Souki
Karel Levasseur	propose	Karel Levasseur

Voici les personnes qui acceptent le mandat.

Karel Levasseur	accepte
Émilie Bellemare	accepte
Krystel Gauthier	accepte
Mylène Beaulieu	accepte
Laurie Boulianne	accepte
Valéry Otis	accepte

Voici les personnes qui refusent le mandat.

Virginie Souki	refuse
Marie-France Trudel	refuse
Fabiola Lorena Vielma Gangas	refuse

20.Adoption des membres du Conseil d'administration

Guilaine Levesque présente les membres du conseil d'administration de Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau pour l'année 2025-2026. Il y reste un poste vacant.

Karel Levasseur
Émilie Bellemare
Krystel Gauthier
Mylène Beaulieu
Laurie Boulianne
Valéry Otis
Coordonnatrice qui siège d'office : Jennifer Beaudry
Guilaine Levesque propose, appuyée par Marie-France Trudel, que les membres du Conseil d'administration soient composés des personnes mentionnées ci-haut.

Adoptée à l'unanimité.
RES 20250619-08

21.Période d'échanges

Aucun point n'est discuté.

22. Levée de l'assemblée

Marie-France Trudel propose la levée de l'assemblée à 21 h 50, appuyée à l'unanimité.

_____ _____

Marie-France Trudel (Présidente d'assemblée) Kazumi Furukawa(secrétaire d'assemblée)

5. États financiers au 31 mars 2026

6. Bilan d’année 2025-2026

6. 1. Mot de la présidente

Dans les tempêtes comme dans les silences, notre lumière boréale continue de briller.

La dernière année aura été éprouvante. Éprouvante humainement, émotionnellement, collectivement. Nous avons traversé des périodes de lourdeur, d'incertitudes et de remises en question, dans un contexte où les besoins ne cessent d'augmenter alors que les ressources, elles, demeurent fragiles. Pourtant, malgré tout, nous sommes encore debout.

Cette année marquait également le 35e anniversaire du CALACS Baie-Comeau – Lumière boréale. Un anniversaire qui aurait mérité d'être célébré avec toute l'ampleur de l'impact porté par notre organisme depuis plus de trois décennies, mais que les circonstances nous ont amenées à souligner avec simplicité et modestie. Malgré cela, ces 35 années demeurent un témoignage puissant de persévérance, d'engagement et de solidarité envers les femmes de notre communauté.

Le CALACS Baie-Comeau – Lumière boréale est porté par une conviction profonde : celle que chaque femme mérite d'être entendue, crue, respectée et soutenue. Cette mission, nous la portons avec courage, même lorsque le poids de la réalité devient lourd à soutenir.

Être un organisme en violences sexuelles, c'est accueillir la douleur, la colère, les blessures invisibles. Mais c'est aussi être témoin d'une force immense : celle des survivantes qui reprennent leur pouvoir, qui osent parler, qui refusent de laisser la violence définir leur histoire. Cette résilience-là nous inspire chaque jour.

Je tiens à souligner l'engagement exceptionnel de l'équipe, des bénévoles, des partenaires et de toutes celles et ceux qui gravitent autour du CALACS. Votre présence, votre humanité et votre détermination permettent à cette lumière de continuer d'exister, même des moments plus difficiles.

Dans un monde où il est parfois plus confortable de détourner le regard, nous choisissons de continuer à nommer, à sensibiliser, à accompagner et à défendre. Parce que derrière chaque intervention, chaque atelier, chaque écoute, il y a une vie qui mérite sécurité, dignité et espoir.

Merci de croire en cette mission essentielle. Et surtout, merci de continuer à faire partie de cette lumière.

Émilie Bellemare

Présidente du conseil d'administration
Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau

6. 2. Mot de la coordonnatrice

Une année au service des femmes

Il y a un peu plus d'un an, les membres de Lumière Boréale*CALACS Baie-Comeau étaient réunies en assemblée. Une assemblée sous le signe de la tension et de jeux de pouvoir, ayant mené à un vécu inconfortable pour les membres présentes.

Un an plus tard, où en est le CALACS ?

Il y a eu des départs comme des arrivées, autant au sein de l'équipe qu'au sein du conseil d'administration : rien qui ne garantisse une stabilité… et pourtant :

C'est toutes ensembles que nous avons décidé de vivre cette année de transition. Animées des valeurs partagées et d'une volonté forte de redonner aux femmes:

- Un endroit sécuritaire pour se déposer;
- Des services adaptés à leurs réalités et à leurs besoins;
- En faisant en sorte de dénoncer toutes formes de violences à caractère sexuel.

Voilà notre horizon, notre destination commune. Si les femmes font preuves de courage en dénonçant, nous leur devons le même courage pour mettre en place les services qui répondent à leurs besoins.

Pour ce faire, nous avons d'abord dû prendre soin des femmes qui composent autant l'équipe de travail que le conseil d'administration. Ce fut un défi constant, les administratrices ont été fortement sollicitées et ont offerts généreusement de leur temps et de leur énergie afin de dégager l'espace et le temps nécessaires pour relever les défis quotidiens vécus dans notre organisation. Les employées, quant à elles, sont sorties de leur silence et ont demandé des changements : pas seulement pour elles, mais surtout au bénéfice des femmes qui utilisent nos services.

Cette année, action communautaire, éducation, transmission, révision de la structure organisationnelle, gestion des ressources humaines, conformité, ajustement de l'environnement de travail, imprévus et recherches de solutions ont été le lot du quotidien, tout en maintenant l'offre de services.

Afin de nous soutenir dans ces défis, nous sommes allées chercher de l'accompagnement auprès de différentes ressources :

- TROC-CDC,
- Consultation VS,

- Viaconseil
- Suzanne Peloquin.

Nous sommes également retournées vers nos partenaires et nos alliées pour voir comment améliorer nos relations. Pour la cause, toutes les instances ont répondu présentes et en cela nous vous en sommes reconnaissantes.

Nous avons déclaré le CALACS comme étant un lieu sans violence.

Nous avons, toutes ensembles retrousser nos manches et avec beaucoup d'huile de coude, nous avons tranquillement avancé et stabilisé les différentes sphères du CALACS. Nous avons pu voir le changement prendre doucement racine, mais malgré cela les défis demeurent pour Lumière Boréale*CALACS Baie-Comeau.

L'année à venir pour le CALACS

À l'aube de nos 35 ans d'existence, comment passer le cap pour être résolument tournées, toutes ensembles, vers l'avenir? Comment contribuer à un monde exempt de violence, afin que plus aucune femme ne subisse de violences, peu importe leur nature? Comment faire en sorte de lutter contre les violences à caractère sexuel dans notre réalité nord-côtière, où les chiffres sont aussi inquiétants que tout ce qui ne se chiffre pas? Comment faire sorte que chaque femme animée de cette force de changement trouve sa place et ait réellement l'occasion de participer? Comment passer vers une réelle collaboration, en coopération et en alliance? Comment passer du mode dire au mode faire? Voilà les défis qui nous attendent pour la prochaine année et auxquels toute l'équipe tâchera de répondre.

Cette dernière année nous laisse un constat important pour la suite : Quand nous sommes solidaires et que nous partageons une vision commune, nous pouvons avancer et atteindre cette vision, malgré les différentes embuches.

En terminant, cette année a été marquée par Les courageuses, Gisèle Pélicot, Manon Garcia, Natasha Kanapé-Fontaine, Martine Delvaux, Marilyse Hamelin… et par toutes celles dont nous ne connaissons pas le nom : Merci pour votre prise de paroles et vos luttes.

Cette année, nous souhaitons souligner le courage de toutes les femmes qui ont choisi de parler, de demander de l'aide, de dénoncer ou simplement de poursuivre leur chemin malgré les violences vécues.

Ce sont elles, qui chaque jour demeurent nos véritables sources d'inspiration.

Nathalie Boudreault
Coordonnatrice

6.3. L’équipe

L’année 2025-2026 a été marquée par une série de transformations importantes ayant profondément influencé le fonctionnement du CALACS. Nous avons traversé une période caractérisée par des changements au sein de l’équipe de travail, de la coordination ainsi que du conseil d’administration, ce qui a nécessité des ajustements constants et une grande capacité d’adaptation.

Le 31 mars 2025, le départ de la coordonnatrice qui a travaillé pour ce centre pendant 35 ans a marqué pour le CALACS, la fin d’une période. Cette transition majeure a entraîné une redistribution des responsabilités et une réorganisation de nos pratiques internes. Dans les mois qui ont suivi, le poste de coordination a connu une instabilité significative : une nouvelle coordonnatrice est entrée en fonction en juin 2025, avant de quitter dès le mois de juillet. Une nouvelle coordonnatrice est finalement entrée en poste en novembre 2025, amorçant un retour progressif vers une structure plus stable.

Parallèlement, plusieurs mouvements au sein de notre équipe ont contribué à fragiliser temporairement notre capacité organisationnelle.

Malgré ce contexte, nous avons continué de répondre aux besoins des femmes et du milieu. Nous avons notamment constaté une augmentation des demandes de référence ainsi que des demandes ponctuelles au cours de l’année.

Dans l’ensemble, l’année 2025-2026 témoigne d’une grande résilience organisationnelle. Malgré les nombreux changements, nous avons poursuivi nos efforts afin de maintenir les services, soutenir la mission du CALACS et garder une structure fonctionnelle.

Cette année de transition nous a permis de dégager des apprentissages importants et de jeter les bases d’une continuité plus solide pour l’avenir.

Immeuble

En 2025-2026, l’équipe se donne l’occasion de définir un espace plus accueillant, sécuritaire et accessible pour toutes les femmes. Nous désirons aussi mettre en place un environnement de travail qui convient aux besoins des employées.

Il restera aussi à réaliser un plan triennal des immobilisations en lien avec l’immeuble.

6.3.1. Volet 1 Aide directe et accompagnement

Afin de répondre aux diverses demandes d'aide, l'équipe pouvait théoriquement compter sur deux intervenantes ASPIC au 1er avril. Toutefois, en raison de différentes absences et contraintes opérationnelles, les services ont été assurés pendant plus de sept mois par l'équivalent d'une seule ressource à temps plein.

Au cours de la période visée, un total de 42 interventions a été réalisé, représentant 94,5 heures de services. Ces interventions se répartissent entre le suivi direct, qui constitue la majorité des heures avec 60 heures, et le suivi téléphonique, totalisant 34,5 heures. Cette année, surtout à partir de février 2026, nous avons reçu plusieurs demandes de référence de la part d'organismes tels que le Centre d'amitié autochtone et le Centre jeunesse Côte-Nord.

Par ailleurs, il est à noter que 1 homme (proche masculin) a été rejoint dans le cadre des interventions. Cette donnée illustre la portée des services auprès de cette clientèle spécifique.

Dans l'ensemble, ces résultats démontrent un engagement significatif en matière d'accompagnement, tant par la diversité des formes de suivi que par le volume d'heures consacrées aux interventions.

Tableau de suivi des activités d'intervention et d'accompagnement

Nombre d'interventions	Heures totales	Interventions	
		directes (h)	téléphoniques (h)
42	94,5	60	34,5
(Proches masculins)			
1			

6.3.2. Volet 2 Prévention et sensibilisation

Nous avons déployé plusieurs moyens afin de mettre en œuvre ce volet de prévention et de sensibilisation auprès de la population, plus spécifiquement auprès des femmes et des jeunes.

1. Activités de prévention et sensibilisation directes

Nous avons offert divers ateliers dans le milieu de l'éducation, notamment au Cégep de Baie-Comeau, dans les programmes de Techniques d'éducation spécialisée (à deux reprises), de Soins infirmiers et de Techniques policières (à deux reprises). Nous avons également réalisé une animation en psychologie du développement.

ÉVÉNEMENTS COMMUNAUTAIRES

Nous avons participé à plusieurs événements communautaires en tenant des kiosques d'information et de prévention, notamment lors du Salon des ressources de Chute-aux-Outardes ainsi qu'à l'événement « Mamu – connectons ensemble » dans la Manicouagan. Des rencontres de collaboration et de sensibilisation ont aussi été réalisées avec différents organismes du milieu, dont le Centre Parenfant de la Haute-Côte-Nord (HCN), afin de renforcer le travail concerté.

AUTODÉFENSE

Dans le cadre de nos activités de prévention, un cours de légitime défense destiné aux femmes a été organisé en octobre 2025. Cette activité s'est déroulée en deux groupes, soit le samedi 11 octobre et le dimanche 12 octobre 2025, de 8 h 30 à 16 h 30. Les participantes ont été accompagnées par les formateurs d'Ellie Autodéfense, Jean-François-Éric Isabel et Cindy Girard. Cette initiative visait à offrir aux femmes des outils concrets pour renforcer leur sentiment de sécurité, développer leur confiance et favoriser leur autonomie dans différentes situations du quotidien.

MILIEU FESTIF ET CAMPAGNE DE SENSIBILISATION (HIVER)

À la suite des incidents survenus lors de la soirée d'Halloween dans un bar de Baie-Comeau, notamment en lien avec des signalements de piqûres en soirée, nous avons tenu une rencontre avec la population le 18 novembre afin d'ouvrir le dialogue sur le sentiment de sécurité dans les lieux festifs.

Malgré la présence d'une seule participante, les échanges ont été riches, sincères et constructifs. Cette discussion a permis de mettre en lumière plusieurs préoccupations, mais également l'importance de sensibiliser la communauté à la vigilance, à l'entraide et au respect du consentement dans les espaces de divertissement.

Cette rencontre a inspiré la création de notre affiche de sensibilisation de fin d'année, réalisée dans le cadre de notre campagne de prévention. Parce que chaque voix compte, une seule discussion peut mener à des actions concrètes pour favoriser une communauté plus sécuritaire, solidaire et bienveillante.

Dans le cadre de cette démarche, nous avons mis en place, en décembre 2025, une campagne de prévention du temps des Fêtes destinée au grand public. Cette initiative comprenait la préparation, la conception et l'achat de matériel de sensibilisation, la distribution d'affiches dans différents lieux publics ainsi que la remise de couvre-verres comme outils de prévention. Les affiches ont également été distribuées auprès des organismes de la Haute-Côte-Nord (HCN) afin d'élargir la portée de la campagne et de renforcer le message de prévention dans toute la région.

Affiche : EN MILIEU FESTIF, VEILLONS LES UN.E.S SUR LES AUTRES.



Lieux de distribution : Baie-Comeau

670	Boulathèque
Brasserie du boulevard	Centre d'amitié autochtone
Club de golf (Club de golf boutique et restaurant, sentier Amedée)	Manoir du café
Petit goûter (Centre d'achat Laflèche)	Pizza Royale
Tous les commerces de Centre d'achat Laflèche (Babillard)	UZUMAKI et Ocha café
Maison alpha ABC Côte-Nord	

Lieux de distribution : Haute-Côte-Nord

Bar le black (2 affiches)	Brunet Yan Deschênes-Boudreau & Alexandra Beaulieu, Forestville
Toilettes McDonald et Dépanneur Forestvile	Toilettes Tim Hortons et Dépanneur, Forestville
Salle de quille Bergeronnes	Bateau le traversier, Tadoussac

2. Activités de prévention et sensibilisation indirectes

Au cours de l'année, le centre a poursuivi ses efforts visant à renforcer sa visibilité et à mieux faire connaître ses services et ses actions auprès de la population. À cet effet, nous avons mobilisé différents moyens de communication : non seulement par la mise en œuvre d'activités directes, mais aussi par le déploiement d'activités indirectes en utilisant les médias. Ainsi, de l'information et des messages de sensibilisation ont été diffusés par le biais de divers canaux, notamment les médias locaux, les médias sociaux ainsi que des outils audiovisuels tels que les balados (podcasts) et les vidéos en ligne, permettant ainsi de rejoindre un plus large public. De plus, en 2025, le centre a élargi sa présence numérique en créant un compte sur LinkedIn.

Médias locaux

Afin de rejoindre la population locale, l'organisme a eu recours à divers médias, notamment le Journal *Le Manic*, le Journal *La Haute-Côte-Nord*, Radio des Hits ainsi que le panneau d'affichage de Go Média.

Par ailleurs, une présence continue a été assurée dans le Bottin des organismes, publié dans le Journal *Le Manic*, à raison de 12 parutions annuelles, soit à la dernière publication de chaque mois. Concernant le panneau d'affichage numérique (rejoint environ 20 000 véhicules par jour), 14 occasions de diffusion ont été réalisées, correspondant à un engagement de 40 jours, avec une fréquence d'une diffusion aux 3 minutes.

Le tableau ci-dessous présente le nom des médias utilisés ainsi que le nombre de publications réalisées.

Nombre de publication par le média (avril 2025-mars 2026)

Journal Le Manic		Le Manic Web	Haute-Côte-Nord	Radio des Hits	Go Média
Bottin	12				
Événement	11	1	9	7	13
AGA	1				
Premières Nations	2				1

Ces démarches ont permis de rejoindre la population à travers plusieurs publications et interventions médiatiques, contribuant à faire connaître le centre et ses activités.

Bottin des organismes



Publication dans Journal Le Manic pour le 8 mars 2026 (publié le 4 mars 2026, page 15)



3. Activités de prévention et sensibilisation par l'utilisation d'outils

Nous avons procédé à la distribution d'articles promotionnels et d'outils de sensibilisation afin de soutenir la compréhension des enjeux et de favoriser la prévention auprès de la population.

Dans cette optique, le centre a produit et diffusé divers outils de prévention et de sensibilisation, notamment :

- La réimpression du dépliant Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau,
- La distribution du dépliant Empreinte,
- La distribution du dépliant « On vous croit »,
- La distribution de l'affiche,
- La création d'articles promotionnels.

En amont de la distribution du dépliant portant sur le programme *Empreinte*, Alexandra Paradis a animé une rencontre avec le personnel administratif afin de présenter le

programme et de répondre à leurs questions. Cette première occasion de recevoir une information concrète, structurée et détaillée sur le programme a été très appréciée.

Le matériel utilisé comprenait des crayons, des marqueurs et des couvre-verres. Par ailleurs, plusieurs autres outils promotionnels ont été conçus en vue de l'année 2026-2027, notamment des signets, des sent-bon pour la voiture et de la crème à main.

L'ensemble de ces initiatives contribue à accroître la visibilité du centre et à renforcer la diffusion de ses messages de sensibilisation auprès de la population.

4. Activités de prévention et sensibilisation par les outils numériques

Nous avons maintenu une présence active sur nos plateformes numériques, notamment sur Facebook et sur notre site Web. De plus, nous avons développé du contenu numérique, incluant la création d'une courte vidéo ainsi qu'un podcast, afin de diversifier nos moyens de sensibilisation et rejoindre différents publics.

Facebook : sensibilisation et engagement

Au cours de la période du 1er avril 2025 au 31 mars 2026, la page Facebook de Lumière Boréale*CALACS Baie-Comeau a poursuivi son développement et consolidé sa présence en ligne. Les principaux indicateurs sont présentés dans le tableau ci-dessous.

Statistiques Facebook 2025-2026 (2025-04-01 à 2026-03-31)

Indicateur	Résultat
Nombre de visites	4 500 (+35.9%)
Nombre de publications	390
Vues des publications	83 600
Clics sur un lien	257 (+307,9%)
Followers	1 170 (+88)
Répartition de l'audience	86.4% Femmes / 13.6% Hommes
Groupe d'âge principal	Femmes de 45 à 54 ans

La page a enregistré 4 500 visites, représentant une augmentation de 35.9% par rapport à l'année précédente. Au cours de cette période, 390 publications ont été réalisées, générant un total de 83 600 vues des publications.

Au niveau de l'engagement, 257 clics sur un lien ont été recensés, soit une augmentation de 307,9%. La communauté compte 1 170 followers, soit 88 de plus que l'an passé.

Le pourcentage genré de l'audience est composé de 86.4% Femmes et 13.6% Hommes, et le groupe d'âge le plus rejoint est celui des Femmes de 45 à 54 ans.

Ces données démontrent une progression de la visibilité de la page, une augmentation marquée de l'engagement ainsi qu'une croissance du nombre de followers.

Comparativement aux tendances observées sur Facebook au Canada, où l'audience est relativement équilibrée entre les genres et dominée par des personnes âgées de 25 à 44 ans, la page de Lumière Boréale*CALACS Baie-Comeau présente un profil démographique nettement distinct. En effet, elle rejoint majoritairement des femmes (86.4 %) et principalement des femmes âgées de 45 à 54 ans.

Cette différence démontre que la page agit comme un espace spécifique et ciblé, en cohérence avec la mission de l'organisme. De plus, l'augmentation marquée des clics sur les liens et des visites confirme un niveau d'engagement élevé, suggérant que les contenus diffusés répondent aux besoins et aux intérêts de cette population.

Ainsi, plutôt que de suivre les tendances générales de Facebook, la page se distingue par sa capacité à rejoindre un public précis et à susciter une interaction significative.

Site Web : information, prévention et accès aux ressources

Au cours de l'hiver 2026, le site web de Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau a continué de jouer un rôle important pour faire connaître nos services, sensibiliser la population et offrir un accès à de l'information utile pour les femmes. Cette période correspond également aux premiers mois d'utilisation de Google Analytics, ce qui permet d'avoir un premier aperçu de l'utilisation du site.

Les données montrent que le site rejoint principalement de nouvelles personnes et qu'il est utilisé pour consulter de l'information, découvrir l'organisme et accéder à des ressources de sensibilisation.

Portrait succinct (janvier[1] à mars 2026)

Indicateur	Résultat
Utilisatrices et utilisateurs	365
Pages vues	924
Durée moyenne de visite	45 secondes
Provenance principale	Accès direct

[1] Les données avant janvier 2026 n'étaient pas disponibles.

Pages les plus consultées

Rang	Page	Vues
1	Accueil – Lumière boréale * CALACS de Baie-Comeau	176
2	Centre de documentation	72
3	Le secret du petit cheval	40
4	L'équipe : fonction et portfolio	31
5	Nous joindre	31
6	Nouvelles	28
7	Critères d'une relation amoureuse saine	22

Les pages les plus visitées montrent que les personnes utilisent le site autant pour en apprendre sur l'organisme que pour accéder à des outils de sensibilisation et de prévention.

Le site est surtout consulté par des personnes qui connaissent déjà le CALACS ou qui y ont été référées. Il agit donc comme un complément aux activités de terrain, en offrant un accès simple et rapide à de l'information.

Ces premières données serviront de point de départ pour mieux comprendre l'évolution de l'utilisation du site dans les prochaines années et continuer à améliorer son accessibilité pour les femmes.

6.3.3. Volet 3 : Lutte et défense des droits

Concertation :

- TOC Manicouagan
- Concertation HCN
- Sous-comité Itinérance-Logement, logement (vigilance itinérance)
- Comité vigilance itinérance Manicouagan
- TLCVCACS (Table locale de concertation en violence conjugale et agression à caractère sexuel)
- Rencontre avec un travailleur de rue
- Concertation transphobie et violence genrée
- Table de concertation Haute-Côte-Nord en violence conjugale et agressions à caractère sexuel
- Rencontre des partenaires en développement social à Longue-Rive

Représentation :

- RQCALACS
- RFCN
- Tournée des kiosques rallye adapté aux entreprises, organisée par la Table de concertation des associations de personnes handicapées de la Côte-Nord (CAPH)
- Journée nationale des peuples autochtones au Centre d'amitié autochtone de Manicouagan
- AGA d'APIC Côte-Nord
- AGA de la Résidence St-Joseph
- AGA du RNR
- Porte ouverte 40e anniversaire de l'Équijustice Haute-Côte-Nord Manicouagan

Mobilisation **:**

JACVSFF (Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes, 3e vendredi du mois de septembre, le 19 septembre 2025)

Le 19 septembre 2025, les centres membres du RQCALACS se sont mobilisés partout au Québec dans le cadre de la 44e Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes (JACVSFF), sous le thème **« Refusons l'inacceptable ».** Cette journée de mobilisation collective vise à dénoncer les violences sexuelles faites aux femmes et à rappeler

l'importance de poursuivre les actions de prévention, de sensibilisation et de soutien dans nos communautés.

Pour souligner cette journée, le point de service Pessamit a présenté, au centre Nukum mak Nemushum, une vidéo de sensibilisation réalisée en collaboration avec différentes ressources communautaires de Baie-Comeau et de Forestville, suivie d'un atelier créatif. 49 femmes y ont participé. Ce projet met en lumière la force du travail collaboratif et l'importance d'unir nos expertises afin d'offrir des services toujours plus accessibles et adaptés aux besoins des femmes.

Cette initiative témoigne également de notre engagement commun envers une cause qui nous tient profondément à cœur : lutter contre la violence sexuelle et soutenir les femmes qui en sont victimes. Ensemble, nous avons voulu transmettre un message de solidarité, d'espoir et de soutien à toutes les personnes touchées.

La JACVSFF a aussi été l'occasion de rappeler à la population que, peu importe qui l'on est ou l'endroit où l'on se trouve, il existe toujours une écoute, des ressources et une main tendue.

Affiche du RQCALACS



Vidéo (publiée sur Youtube)
Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes (1,25 min.)



MMF (Marché mondiale des femmes) le 18 octobre 2025

Sous le thème **« Encore en marche pour transformer le monde »**, la Marche mondiale des femmes 2025, qui avait lieu à Québec, a rassemblé des femmes engagées afin de poursuivre la lutte pour l'égalité et la justice sociale. Une ASPIC ainsi que trois militantes y ont participé, portant fièrement les valeurs de solidarité, d'engagement et de changement social. Cette mobilisation a permis de renforcer les liens entre les participantes et de rappeler l'importance de continuer à faire entendre la voix des femmes.

Affiche de la MMF 2025



Mobilisation d'une invitation de la Coalition Main Rouge "La Côte-Nord dénonce les compressions budgétaires de la CAQ" (18 novembre 2025)

Marche silencieuse (25 novembre 2025) à l'occasion de la Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes

"Marche silencieuse à Baie-Comeau : un appel à la solidarité contre les féminicides", par Johannie Gaudreault, publié le16 novembre 2025, dans *Journal Le Manic*.

"La Côte-Nord face à l'urgence de protéger les femmes", par Lucas Sanniti, publié le 27 janvier 2026, *Radio Canada Info*.

NON aux féminicides (9 et 16 mars 2026) Mobilisation devant le bureau du député Yves Montigny

"Des femmes de la Côte-Nord réunies pour dénoncer les féminicides", par Nazdar Roy, publié le 9 mars, *Radio Canada Info*.

Communautaire à boutte (du 23 mars au 2 avril 2026) actions de grève et participation aux mobilisations

"Le milieu communautaire est « à boutte »", par Karianne Nepton-Philippe, publié le 23 mars 2026, *Journal Le Nord-Côtier*.

Activités d'équipe :

Activités internes de coordination, de planification, de collaboration et de développement réalisées entre les employées afin d'assurer le fonctionnement, l'organisation et la réalisation des projets et activités de l'organisme.

Activité	Nombre	Objectif
Réunion d'équipe	15	Coordination générale et suivi des activités
Rencontre pour la création du cahier de coloriage	1	Planification et développement d'outil
Rencontre pour la JACVSFF	3	Organisation et préparation de la JACVSFF

Formations :

CA et Équipes

- Rôles, responsabilités et obligations du conseil d'administration (TROC-CDC)
- Politique salariale (TROC-CDC)

Équipes

- Triangle de Karpman (Centre St-Pierre) 1 mai 2025
- Journée de ressourcement : un métier dans la désespérance (Centre St-Pierre) 2 mai 2025
- Podcast de Suzanne Peloquin
- Maux croisés (Colloque du CALACS de Trois-Rivières) 3-5 décembre 2026
- En finir avec les thérapies de conversion (Fondation Émergence) 10 septembre 2025

Participation individuelle

- Barrière d'accès à la justice : regards sur les expériences spécifiques des femmes violentées et marginalisées par les maisons d'hébergement de la FMHF (La Fédération des maisons d'hébergement pour femmes)
- Deux mécanismes pour prévenir les risques psychosociaux à mettre en place avant octobre 2025
- Webinaire Vision commune de la santé des femmes
- L'accueil des personnes ayant été victimes d'agression sexuelle
- Séance d'information sur le Régime canadien de soin dentaires (RCSD)(Service Canada)

- La violence fondée sur le sexe et l'engagement des hommes et des garçons (Centre du savoir sur la violence fondée sur le sexe de Femme et Égalité des genres du Canada)
- Séance d'information 211
- Régime retraite I et II (Service Canada)
- Parcours des survivantes d'exploitation sexuelle (SAS-Femmes)
- Plus fort ensemble (Centre d'éducation des adultes de l'Estuaire)
- C-12 sous la loupe ! Droit des femmes et justice migratoire (FFQ)
- Webinaire sur les environnements sûrs et inclusifs : lutte contre les violences sexuelles envers les femmes et les filles handicapées
- Sexplique : Masculinisme, mieux comprendre pour mieux intervenir
- Prévenir la violence chez les garçons (Conférence Connexion)
- Traitement du trouble de stress post-traumatique : de la thérapie à la pratique sur le terrain
- Survivre à l'impossible : les multiples visages de l'adaptation traumatique chez les jeunes
- Formation mise à jour pour les demandes IVAC
- CNESST formation ALSS (agent de liaison en santé et en sécurité)

7. Programme et projet

7.1. Programme Empreinte

Programme Empreinte – Financé par le SCF

Le programme Empreinte est un programme de prévention des violences à caractère sexuel offert dans les écoles secondaires. Il vise à sensibiliser les jeunes aux différentes formes de violence sexuelle, à promouvoir des relations égalitaires et respectueuses, à favoriser le développement du consentement et à informer les jeunes sur les ressources d'aide disponibles dans leur milieu. À travers des ateliers adaptés à leur réalité, les élèves sont invités à développer leur esprit critique, à reconnaître les situations problématiques et à adopter des comportements favorisant le respect de soi et des autres.

L'année 2025-2026 a été marquée par plusieurs réalisations positives, malgré certains défis organisationnels. En effet, une absence de six mois de la responsable du dossier a eu un impact important sur le déploiement du programme. Durant cette période, aucune démarche de développement ou d'implantation n'a pu être poursuivie, ce qui a ralenti l'avancement de plusieurs projets et la prise de contact avec certains milieux scolaires.

Malgré ce contexte, le programme Empreinte a pu être offert dans plusieurs établissements scolaires de la Côte-Nord.

Cette année, nous avons notamment réalisé une première intervention à l'École Netagamiou. L'ajout de cette école représente une belle avancée pour le programme, puisqu'il nous permet de rejoindre un nouveau milieu et d'étendre notre portée auprès des jeunes du territoire.

Nous avons également offert le programme à la Polyvalente des Baies. Après plusieurs années de démarches et de tentatives afin de créer un lien avec cet établissement, nous avons finalement réussi à établir une collaboration permettant l'implantation du programme. Cette ouverture représente une réussite importante pour notre organisation et laisse entrevoir des possibilités de collaboration à long terme.

Le programme a aussi été présenté à l'école de Pakuashipi, où l'accueil réservé à notre équipe a une fois de plus été exceptionnel. La collaboration avec cette communauté autochtone se poursuit d'année en année, témoignant de la relation de confiance développée au fil du temps. Le milieu manifeste un intérêt soutenu envers nos activités de prévention et souhaite poursuivre cette collaboration dans les années à venir.

À l'école de Tête-à-la-Baleine, nous avons également bénéficié d'un accueil chaleureux de la part de l'équipe-école et de la communauté. En plus des ateliers offerts aux jeunes, nous avons eu l'occasion de présenter une activité de formation destinée à la population,

permettant ainsi d'élargir la portée de nos actions de sensibilisation au-delà du milieu scolaire.

Par ailleurs, durant une partie de l'année, nous avons participé au comité Empreinte du Regroupement québécois des CALACS (RQCALACS). Cette implication nous a permis de contribuer activement aux réflexions entourant l'adaptation et l'amélioration du programme dans le cadre du développement de la version 2.0. Notre participation a notamment permis de partager l'expertise acquise sur le terrain, de mettre en lumière les réalités propres aux régions éloignées et de collaborer à l'évolution d'un programme de prévention répondant toujours davantage aux besoins des jeunes et des milieux scolaires.

Malgré les défis rencontrés cette année, le programme Empreinte poursuit son développement et continue de rejoindre des jeunes de différents milieux grâce à l'engagement des partenaires scolaires et communautaires. Les nouvelles collaborations établies, le maintien des partenariats existants et notre participation aux travaux provinciaux du programme constituent des bases solides pour la poursuite de son déploiement au cours des prochaines années.

Le tout, soutenu par une importante dose de planification et d’organisation. Empreinte continue de prendre racine et de s’adapter pour mieux rejoindre les jeunes de la Côte-Nord.

Empreinte en bref

Formations et transfert d'expertise

• Formation de la nouvelle coordonnatrice et de l'adjointe à la coordination concernant le programme Empreinte et ses modalités d'animation.

• Participation à la Conférence Connexion et à des activités de perfectionnement destinées aux intervenantes.

• Animation de deux formations destinées au personnel enseignant, rejoignant un total de 21 membres du personnel scolaire.

• Animation d'une formation ouverte à la population afin de sensibiliser la communauté aux enjeux liés à la prévention des violences à caractère sexuel (3 participantes).

Développement et adaptation du programme

• Participation à deux rencontres de travail visant l'adaptation du programme Empreinte aux réalités des communautés autochtones.

• Création d'une vidéo pour l'atelier portant sur le sac de portage dans le cadre de l'adaptation culturelle du programme.

• Création d'une vidéo pour l'atelier 1 de la version adaptée aux communautés autochtones.

• Création d'une vidéo abordant les impacts du colonialisme dans le cadre de l'adaptation du programme Empreinte destinée aux communautés autochtones.

• Rencontre exploratoire avec Action Autisme afin d'amorcer une réflexion sur le développement de matériel adapté aux jeunes présentant un trouble du spectre de l'autisme (TSA).

• Création d'un nouvel outil de transmission d'information destiné aux parents d'élèves sous la forme d'infolettres web accompagnant le déploiement du programme.

Concertation et représentations stratégiques

• Réalisation de nombreux appels et échanges de courriels auprès des directions scolaires afin de favoriser l'accès au programme.

• Rencontres avec plusieurs directions d'établissements scolaires pour présenter le programme et développer des partenariats.

• Participation à des rencontres d'équipe visant l'élaboration de stratégies d'implantation dans les écoles du secteur de la Manicouagan.

• Rencontre avec la Coasters Association en vue d'une entrevue à la radio communautaire pour faire connaître le programme.

• Participation à une rencontre provinciale portant sur le développement d'Empreinte 2.0.

• Participation à trois rencontres du comité Empreinte du RQCALACS afin de contribuer à l'évolution et à l'adaptation du programme à l'échelle provinciale.
• Participation à une rencontre de planification entourant la mise en place du Café Empreinte.

Actions de visibilité et de mobilisation

• Organisation et animation d'un Café Empreinte portant sur le phénomène du masculinisme avec les membres du RQCALACS.
• Réalisation de deux entrevues radiophoniques afin de faire connaître le programme et ses retombées dans la région.
• Mise en place d'actions de promotion ciblées visant à accroître la visibilité du programme auprès des milieux scolaires et de la population.
• Création et commande de matériel promotionnel destiné aux élèves participant aux ateliers.

Coordination et soutien logistique

• Achat et préparation du matériel nécessaire à la réalisation des ateliers.
• Gestion des réservations liées aux déplacements, incluant les vols, l'hébergement et la planification des itinéraires.
• Coordination des calendriers, suivis administratifs et soutien logistique entourant la mise en œuvre du programme.

Écoles rejointes en 2025-2026

- École Netagamiou
- Polyvalente des Baies
- École de Pakuashipi
- École de Tête-à-la-Baleine

Implication provinciale

• Contribution au comité Empreinte du RQCALACS dans le cadre des travaux entourant le développement de la version 2.0 du programme.
• Partage de l'expertise régionale afin d'assurer que les réalités des milieux éloignés et des communautés autochtones soient prises en considération dans l'évolution du programme.

Indicateur quantitatifs en lien avec l'objectif du programme

NOMBRE D'ATELIERS DONNÉS AUX JEUNES	22
NOMBRE D'ATELIERS DONNÉES AUX MEMBRES DU PERSONNEL SCOLAIRE	1
NOMBRE DE JEUNES JOINTS	562
NOMBRE DE PARENTS JOINTS	280
NOMBRE DE MEMBRES DU PERSONNELS SCOLAIRE JOINTS	6
TOTAL:	871

7.2. Projet Pessamit

Projet Point de service Pessamit – Financé par le SCF

Projet Pessamit

- Rencontre avec Paul-André Vollant pour commencer le plan d'affaire
- Rencontre avec Marie-Michèle, Secrétariat à la condition féminine
- Rencontre le CDEPNQL (Commission de développement économique des Premières Nations du Québec et du Labrador)
- Rencontre avec Vincent Laverdière, AXXIO
- Rencontre avec BMO
- Rencontre avec Renée-Claude pour le budget projet Pessamit
- Rencontre avec Liette Picard et Adam Jourdain pour un projet de construction de notre OBNL
- Rencontre avec Dominique de Produit Boréale (plan de maison)
- Rencontre avec le CA provisoire de Pessamit
- Rencontre avec Nadia de la TROC-CDC Côte-Nord
- Rencontre avec la nouvelle Coordonnatrice Nathalie et Kazumi

L'année 2025-2026, nous avons eu beaucoup de soutien de la part de plusieurs personnes. C'est la dernière année avant notre indépendance, nous voulions avoir des bonnes bases solides. Nous constatons que nous serons bien accompagnés à la fin de notre contrat avec Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau.

Table de concertation

- Rencontre avec la table de concertation Violence Conjugale à la maison des femmes de Baie-Comeau
- Rencontre avec la Table de concertation Bien-être des femmes de la Côte-Nord
- Rencontre avec la Table locale Uasset
- Rencontre multisectorielle pour les situations de crises à Pessamit avec la sécurité publique, DPJ, Soutien à la famille
- Rencontre avec le comité AGJEA

Cette année, nous avons décidé de commencer notre première table de concertation locale, appelé Uasset. Ce mot signifie enfant. Nous voulions cette table afin de pouvoir travailler ensemble, avec les secteurs de l'organisation qui travaillent avec et pour les jeunes de notre communauté. Plusieurs professionnels y étaient présents, dont des intervenantes, l'équipe de l'école primaire et secondaire, un agent de police, un psychologue, des coordonnateurs

de sport et loisir. Cette table fût un succès lors des premières rencontres. Cependant, il a été difficile de maintenir les rencontres dû aux réalités de chaque secteur. Nous tenterons à nouveau de redémarrer la table bientôt car nous trouvons que c'est un beau projet et une belle mission.

Projet

- Rencontre avec Marie-Émilie pour le colloque Ni Meshkenam
- Rencontre avec l'agente de prévention Karina vollant, Sécurité publique de Pessamit pour faire de la prévention
- Rencontre avec Direction ESU et Direction Santé et mieux-être pour le cours d'autodéfense
- Rencontre avec le soutien à la famille pour un projet de collaboration, un ressourcement à Pessamit
- Rencontre pour le tournage d'une vidéo de prévention JACVSFF
- Rencontre avec Christine Côté pour une adaptation feuillet pour les Autochtones
- Rencontre avec coordonnatrice École Nussim pour prévention
- Rencontre avec Pascale Bacon Picard pour une activité en collaboration
- Rencontre avec Christine Côté pour le tribunal spécialisé
- Rencontre avec Direction Santé et mieux-être, Service à l'enfance et AREF pour les agendas

Statistiques

Au cours de l'année 2024-2025, un total de 29 activités ont été réalisées, générant 436 participations. Les cafés discussions ont été les activités les plus fréquentes avec 12 rencontres et 130 participations, démontrant l'importance des espaces d'échange, de soutien et de socialisation pour les participantes.

Les événements ponctuels, tels que le Colloque Ni Meshkenam (80 participations), la JACVSFF (49 participations) et la Journée Fête des Innus (39 participations), ont également suscité une forte mobilisation communautaire.

Dans l'ensemble, ces statistiques témoignent d'une programmation diversifiée favorisant la participation, le rapprochement et l'engagement des femmes au sein de la communauté.

Sommaire

Activité	Nombre d'activités	Nombre de participations	Moyenne de participation
Café discussion	12	130	10,8
Diner courtoisie	5	76	15,2
Journée Fête des Innus	1	39	39
JACVSFF	1	49	49
Colloque Ni Meshkenam	1	80	80
Brunch Continentale	1	35	35
Méditation	2	3	1,5
D'autres activités	6	24	4
Total	29	436	

Détails

Statistique Activité		
Activité	**Date**	**Nombre de participantes**
Avril		
Café discussion	22-avr	19
Café discussion	23-avr	13
Mai		
Diner courtoisie	08-mai	23
Café discussion	13-mai	8
Café discussion	14-mai	11
Juin		
Café discussion	10-juin	3
Café discussion	11-juin	3

Diner courtoisie	26-juin	17
Août		
Journée Fête des Innus	12-août	39
Septembre		
Café discussion	23-sept	15
JACVSFF	19-sept	49
Octobre		
Colloque Ni Meshkenam	24-oct	80
Diner courtoisie	30-oct	15
Novembre		
Méditation	05-nov	1
Marche en forêt	07-nov	1
Scrapbooking	19-nov	2
Méditation	20-nov	2
Décembre		
Café discussion	02-déc	8
Janvier		
Brunch Continentale	08-janv	35
Visionboard	08-janv	6
Café discussion	13-janv	17
Février		
Café discussion	03-févr	12
Diner courtoisie	12-févr	15
Café discussion	20-févr	10
Atelier de Perlage	26-févr	3
Mars		
Atelier Sac de Médecine	23-mars	12
Café discussion	24-mars	11
Diner courtoisie	26-mars	6

8. Vie associative et démocratique

8.1. La base de la vie associative; les membres

Évolution de l'adhésion et contexte organisationnel (2023-2026)

Au cours des dernières années, l'évolution de l'adhésion des membres du CALACS s'inscrit dans un contexte organisationnel marqué par des changements importants à la gouvernance et à la coordination. L'année 2024-2025 a notamment été caractérisée par une instabilité au sein du Conseil d'administration, avec plusieurs départs et arrivées de membres, ainsi que par des transitions importantes à la coordination. Le départ de la coordonnatrice a marqué un tournant important pour l'organisme. Les mois suivants ont été marqués par plusieurs périodes sans coordination, dans un contexte de fragilisation des ressources humaines et de réorganisation interne.

Ces transformations ont eu un impact sur la dynamique d'adhésion. Après une hausse importante du nombre de membres en 2024-2025 liée à un contexte organisationnel particulier, une diminution de l'adhésion a été observée en 2025-2026, notamment en raison du départ de certaines membres et du ralentissement des activités de mobilisation durant cette période de transition. Malgré ces fluctuations, l'arrivée d'une nouvelle coordonnatrice en novembre 2025 a contribué à amorcer un retour à la stabilité. Cette période représente aujourd'hui une occasion de consolider la gouvernance, de renforcer la stabilité organisationnelle et de recréer un lien durable et engagé avec les membres de Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau.

Le tableau suivant présente l'évolution de l'adhésion au cours des trois dernières années.

Évolution de l'adhésion (2023-2026)

Année	2023-2024	2024-2025	2025-2026
Nouvelle adhésion	3	19	1
Renouvellement	7	11	7
Réadhésion	1	2	1
Adhésion comme travailleuse	5	7	6
Nouvelle adhésion comme membre du CA	4	3	4
Total	21	42	19

L'adhésion des membres au CALACS demeure une priorité en cohérence avec nos critères d'action communautaire autonome. C'est pourquoi le plan d'action annuel (présenté à la section 10. Plan d'action) comprend notamment l'axe 2 – Vie associative, qui vise à accroître

le nombre de membres et à réaliser des campagnes d'adhésion afin de renforcer la vitalité de la vie associative et de favoriser l'engagement des membres au sein de l'organisme.

8.2. Activités démocratiques

Vie démocratique

Malgré une année marquée par plusieurs changements organisationnels et une période d'instabilité au sein de l'équipe et de la coordination, nous avons poursuivi le fonctionnement démocratique et administratif du CALACS. La collaboration entre l'équipe de travail et le conseil d'administration a permis d'assurer le maintien des instances nécessaires à la vie associative de l'organisme.

Au cours de l'année 2025-2026, les rencontres suivantes ont eu lieu :

- Assemblée générale annuelle : 1
- Rencontres du conseil d'administration : 10
- Rencontres extraordinaires : 1
- Rencontres de comités : 2 (Ressources humaines)

9. Prévisions financières

Prévisions budgétaires 2026-2027

	Aux livres au 31 mars 2025-2026	Prévisions budgétaires 2026-2027
REVENUS		
Subvention PSOC	576 382,00 $	576 382,00 $
Projets spéciaux (10)		201 000,00 $
SCF (Empreinte)	57 000,00 $	70 000,00 $
SCF Pessamit	156 793,00 $	
Immeubles		15 000,00 $
Dons/Ristournes/Autres	15 748,00 $	5 000,00 $
TOTAL REVENUS	805 923,00 $	867 382,00 $
DÉPENSES D'EXPLOITATION		
		Ressources humaines
Salaires & avantages sociaux	501 687,00 $	394 024,00 $
Formation des employées	80 758,00 $	8 000,00 $
Sous-total	582 445,00 $	402 024,00 $
		Dépenses générales
Assurance	8 902,00 $	7 000,00 $
Cotisations	14 721,00 $	15 000,00 $
Honoraires professionnels	44 172,00 $	20 000,00 $
Fournitures de bureau	5 383,00 $	6 000,00 $
Télécommunications	6 752,00 $	7 000,00 $
Sous-traitance (agente, entretien)	61 457,00 $	25 000,00 $
Tenue de livre	20 981,00 $	7 000,00 $
Équipement et entretien informatique	9 132,00 $	8 000,00 $
Site internet	2 037,00 $	2 000,00 $
Poste		400,00 $
Location salle		2 500,00 $
Frais service de paie Desjardins	1 135,00 $	1 200,00 $
Intérêts et frais bancaire	479,00 $	500,00 $
Sous-total	175 151,00 $	101 600,00 $

		En lien avec les services
Formation d'auto-défense		30 000,00 $
Représentation et dépl.-employés	43 485,00 $	45 000,00 $
Publicité et promotion	45 746,00 $	10 000,00 $
Fond d'aide aux femmes	1 174,00 $	2 000,00 $
Projets spéciaux (7)		151 000,00 $
Colloque	73 073,00 $	25 000,00 $
Activités des millitantes	9 593,00 $	2 000,00 $
Activités d'intervention		1 500,00 $
Activités de d'information et sensibilisation		5 000,00 $
Activités de lutte et mobilisation		5 000,00 $
Empreinte		70 000,00 $
Activités vie associative	6 277,00 $	3 000,00 $
Location salle		1 000,00 $
Documentation		1 000,00 $
Sous-total	179 348,00 $	351 500,00 $
		En lien avec immeuble
Énergie	3 286,00 $	3 500,00 $
Entretien immeuble	49 229,00 $	15 000,00 $
Réparations immeuble/terrain		
Système d'alarme	56,00 $	300,00 $
Taxes scolaires et pemis		
Sous-total	52 571,00 $	18 800,00 $
TOTAL DÉPENSES D'EXPLOITATION	989 515,00 $	874 224,00 $
SURPLUS OU (DÉFICIT)	(183 592,00 $)	(6 842,00 $)
SURPLUS NON AFFECTES		6 842,00 $
TOTAL	(183 592,00 $)	0,00 $

10. Plan d’action

Plan d'action annuel
de Lumière boréale * CALACS Baie-Comeau 2026-2027

Priorité transversale : Recentrer, consolider et rayonner afin que chaque action du CALACS contribue pleinement à sa mission.

Axe 1 – Offrir des services adéquats

Objectif général : Offrir des services accessibles, sécuritaires et adaptés aux réalités nord-côtières des violences à caractère sexuelles

Objectif	Actions	Échéancier	Responsable
Maintenir et améliorer l'accessibilité des services d'aide	Assurer l'accueil, l'écoute et les suivis individuels	En continu	Équipe
	Mettre en place des outils pour évaluer la qualité de tous les services offerts	En continu	Équipe
	Réviser les outils d'accueil et d'intervention	En continu	Équipe
Offrir des ateliers de prévention	Offrir le programme Empreintes sur notre territoire	En continu	Équipe
	Assurer une présence dans la communauté par des kiosques d'information	Automne, hiver et printemps	Équipe
	Créer des espaces de dialogues sur la réalité des VACS[1]	Printemps	
Sensibiliser la population et les différents milieux aux divers visages de la violence	Sensibiliser à la réalité de l'exploitation sexuelle	En continu	Équipe
	Produire et diffuser des outils de sensibilisation	En continu	Équipe

sexuelle selon la réalité du territoire	adaptés aux différents publics.		
	Réaliser des campagnes de sensibilisation dans les médias et sur les réseaux sociaux.	En continu	Équipe
Lutter contre toutes formes de violence à caractère sexuel	Réalisation d'activités pour la Journée d'action contre les violences sexuelles faites aux femmes	Automne	Équipe
	Soutenir les actions collectives féministes (12 jours, non aux féminicides, etc.)	En continu	Équipe
	Participer aux événements communautaires et aux tables de concertation	En continu	Équipe
	Offrir des ateliers d'auto-défense	Printemps et automne	Équipe
S'assurer de la qualité et la continuité de nos services	Mettre en place des outils d'évaluation continu de nos services	En continu	Équipe et CA

Axe 2 – Vie associative

Objectif général : Renforcer la participation démocratique, l'engagement des membres et l'efficacité de la gouvernance.

Objectif	Action	Échéancier	Responsable
Renforcer la vitalité de la vie associative	Refaire nos règlements généraux	Mars 2027	Équipe / CA
	Accroitre le nombre de membres	En continu	Équipe / CA
	Réaliser des campagnes d'adhésion	En continu	Équipe / CA
Favoriser l'implication des membres	Organiser des activités de rencontre et consultation des membres	Automne	Équipe
Soutenir le CA dans son rôle tout en assurant une gouvernance efficace	Mettre à jour les outils de gouvernance et se former	En continu	CA Coordination TROC CDC
	Tenir les rencontres statutaires et assurer les suivis des résolutions	En continu	CA

Axe 3 – Ressources humaines et climat de travail

Objectif général : Maintenir un milieu de travail sain, mobilisateur et cohérent avec les valeurs féministes du CALACS.

Objectif	Action	Échéancier	Responsable
Stabiliser l'équipe de travail	Pourvoir les postes d'ASPIC	En continu	CA
Favoriser le bien-être au travail	Mettre en place des rencontres d'équipe régulières	Mensuel	CA Coordination
Soutenir le développement des compétences	Élaborer un plan de formation annuel	Annuel	Coordination
Renforcer les pratiques RH	Mettre à jour les dossiers RH et procédures	En continu	Coordination
Prévenir les risques psychosociaux	Effectuer un suivi périodique du climat de travail	Trimestriel	CA Coordination

Axe 4 – Saine gestion et développement organisationnel

Objectif général : Assurer la stabilité administrative, financière et organisationnelle du CALACS.

Objectif	Action	Échéancier	Responsable
Consolider les processus internes	Réviser et mettre à jour les politiques administratives	Annuel	CA Coordination Équipe
Assurer la conformité légale, administrative et financière de l'organisme	Veiller au respect des obligations légales et réglementaires	En continu	CA Coordination
	Maintenir à jour les politiques, procédures et différents registres de l'organisme	En continu	Coordination
	Effectuer une cartographie des documents manquants et planifier leur réalisation	En continu	Coordination
Diversifier les sources de revenus	Déposer des projets et demandes de financement	En continu	CA Coordination

11. Remerciements

Nous souhaitons exprimer notre profonde gratitude à toutes les personnes qui, de près ou de loin, contribuent à faire vivre notre mission avec cœur, solidarité et humanité.

Merci aux femmes qui nous accordent leur confiance et partagent avec nous leur vécu, leur courage et leur force. Votre présence et votre résilience sont au centre de tout ce que nous accomplissons.

Merci également à leurs proches, pour leur soutien, leur écoute et leur accompagnement.

Nous tenons à souligner le travail exceptionnel de nos travailleuses, qui s'investissent chaque jour avec bienveillance, professionnalisme et dévouement afin d'offrir un milieu accueillant, sécuritaire et respectueux.

Un immense merci à nos bénévoles, dont la générosité, le temps et l'implication précieuse contribuent grandement à la vitalité de notre organisme.

Nous remercions chaleureusement nos collaboratrices, collaborateurs, organismes partenaires, organismes alliés ainsi que les organismes collaborateurs qui marchent à nos côtés. Votre confiance, votre solidarité et votre engagement renforcent notre action et nous rappellent l'importance du travail collectif.

Nous souhaitons également remercier les médias qui prennent le temps de parler de notre organisme, de faire connaître notre mission et de mettre en lumière les réalités vécues par les femmes. Votre contribution aide à sensibiliser la communauté et à faire rayonner notre voix.

Enfin, merci à toutes les personnes qui soutiennent notre organisme, de près ou de loin. Chaque geste de soutien, chaque parole d'encouragement et chaque action posée contribuent à faire une réelle différence.

C'est ensemble, grâce à cette grande chaîne de solidarité, que nous poursuivons notre mission avec espoir, force et détermination.

Membre du conseil d'administration : Mélanie Morin, Maria-Elizabeth De Melo, Laury Boulianne, Jessy Girard, Émilie Bellemare

Équipe d'employées : Sabrina Canapé Dominique, Nathalie Boudreault, Mélissa Picard, Kazumi Furukawa, Karen Bacon, Alexandra Paradis