

# PROGRAMMES DE LEADERSHIP DESTINÉS AUX FILLES ET AUX JEUNES FEMMES



## Y DES FEMMES DE MONTRÉAL

1355, BOUL. RENÉ-LÉVESQUE OUEST | MONTRÉAL (QC) H3G 1T3  
[www.ydesfemmesmtl.org](http://www.ydesfemmesmtl.org)

Pour plus d'information contactez Emily Keenlyside  
514.866.9941, poste 509 | [eekeenlyside@ydesfemmesmtl.org](mailto:eekeenlyside@ydesfemmesmtl.org)

La Fondation Y des femmes apprécie tous les dons qui lui sont remis.

## Leadership en action

(2 heures par semaine pendant 8 semaines)

**Encourage** le leadership et le bien-être des filles et des jeunes femmes de 12 à 25 ans en combinant l'activité physique (*kickboxing*, danse, yoga) à des ateliers de connaissance de soi.

## Agir fait la différence

(2 heures par semaine pendant 6 mois)

**Incite** les jeunes femmes âgées de 17 à 25 ans à développer et participer à des projets collectifs à long terme, basés sur des situations qu'elles reconnaissent comme étant importantes pour leur communauté. Une suite logique à Leadership en action.

## Les filles prennent la parole

(6 heures par jour pendant 2 jours ou 2 heures par semaine pendant 8 semaines)

**Offre** aux filles âgées de 9 à 15 ans un espace pour développer leur connaissance de soi et leur capacité d'expression. La réflexion personnelle et la collaboration sont encouragées par l'entremise d'activités artistiques, de discussions et la création d'une émission de variétés.

## Les filles nomment la violence

(2 heures par semaine pendant 8 semaines)

**Favorise**, par un apprentissage collectif, la pensée critique et l'expression d'idées chez les filles de 12 à 18 ans, leur permettant de reconnaître la violence interpersonnelle et systémique qui peut influencer leur vie. Les jeux, les jeux de rôle, le dessin et les débats sont les principaux outils de ce programme.

## Splash d'été

(8 heures par jour pendant 2 semaines)

**Développe** la solidarité, le leadership et la conscience sociale chez les filles âgées de 10 à 15 ans. Les participantes sont motivées par des ateliers dynamiques, l'écriture d'un journal intime, des activités artistiques et un éventail d'activités physiques.

## Projet de recherche sur la sexualisation précoce

Un projet de recherche-action (en collaboration avec l'UQÀM), cherchant à développer des outils pédagogiques et des programmes de formation pour contrer ce phénomène. Un *Guide d'accompagnement pour les parents de filles préadolescentes* est disponible gratuitement sur notre site Web – [www.ydesfemmesmtl.org](http://www.ydesfemmesmtl.org)

Les programmes du Y des femmes pour filles et jeunes femmes encouragent l'activité physique, la création artistique, le développement d'un sens critique et l'échange d'idées. Ils sont basés sur des modèles de pensée qui misent sur la réflexion personnelle, l'expression de soi et la création de saines relations interpersonnelles par la promotion des stratégies de communication non violente.

Ces programmes encouragent le sens du leadership, le soutien mutuel et le sentiment de sécurité. Les jeunes femmes qui les animent personnifient ces valeurs et elles le démontrent par leurs interactions avec les participantes.

## POURQUOI LES FILLES ?

Nos programmes ciblent les problèmes spécifiques aux filles par des ateliers encourageant le développement personnel et l'estime de soi. Ils offrent une analyse critique des stéréotypes, de la socialisation et des inégalités sociales.

En créant des espaces exclusifs aux filles et aux jeunes femmes, ces programmes donnent aux participantes la place dont elles peuvent avoir besoin pour s'exprimer ouvertement, ce qu'elles ne pourraient peut-être pas faire en présence de garçons. Par ces ateliers, nous cherchons à promouvoir une meilleure compréhension des enjeux propres aux filles et à encourager les écoles et les centres communautaires à offrir la tenue d'activités qui leur sont spécifiques.

*Une plus-value à l'estime de soi.*

Pour avoir un impact à long terme sur le développement de la confiance en soi et le bien-être des filles et des jeunes femmes, il est nécessaire de les outiller, de leur offrir des occasions de réflexion et d'expression de soi, de les encourager à poursuivre leur épanouissement et de les inciter à partager ces connaissances avec les autres par l'entremise d'une implication personnelle, d'actions concrètes et de discussions.

La possibilité de travailler avec d'autres filles à résoudre des problèmes permet de nourrir un sentiment d'appropriation envers les connaissances partagées ainsi qu'un sentiment de solidarité. En leur permettant de développer des stratégies concrètes, basées sur leurs propres réalités et celles de leurs consoeurs, les programmes donnent aux filles les outils dont elles ont besoin pour résister à la violence, aider les amies en difficulté et défendre les droits communs de toutes.