



Dignité mensuelle | Monthly Dignity

# RAPPORT ANNUEL D'IMPACT 2024

Janvier - Juin 2024

- 
- 01 Reconnaissance de territoire
  - 02 Message des co-directrices
  - 03 Notre travail
  - 04 Accès
  - 05 Éducation
  - 06 Plaidoyer
  - 07 Nos objectifs à venir
  - 08 États financiers
  - 09 Soutiens
  - 10 Merci et présentation équipe

# Table des matières

# Reconnaissance de territoire

Chez Dignité Mensuelle, nous reconnaissons que notre travail à Tiohtià:ke (Montréal) se déroule sur les terres non cédées de la nation Kanien'kehà:ka (Mohawk), reconnue comme gardienne des terres et des eaux de cette région. Nous honorons également les contributions des Premières Nations, des Inuits et des Métis à travers le territoire que nous appelons aujourd'hui le Canada.

Nous reconnaissons que nos informations, recherches et pratiques sont largement influencées par des cadres occidentaux, souvent façonnés par des dynamiques coloniales. Le colonialisme a entraîné la destruction, l'oubli et la marginalisation de nombreux savoirs autochtones, y compris ceux liés à la santé menstruelle et au bien-être.

Dans notre engagement à combattre la précarité menstruelle, nous espérons intégrer des perspectives autochtones et collaborer avec des organisations autochtones pour valoriser et inclure ces savoirs. Nous nous engageons à écouter, apprendre et travailler en solidarité avec les communautés autochtones, tout en reconnaissant le privilège dont nous bénéficions dans notre travail.



# Message des co-directrices générales

Chers ami·e·s,

Ces derniers mois ont été marquée par la croissance, l'urgence et un approfondissement de notre mission. Alors que nous réfléchissons à tout ce que Dignité mensuelle a accompli, nous sommes rempli·e·s de gratitude — envers notre équipe, nos partenaires, notre communauté, et envers vous.

Bien que nous soyons fiers de ces progrès, les besoins augmentent. Alors que les taux de précarité augmentent, la demande pour nos services augmente également. La précarité menstruelle, c'est de la pauvreté — et elle continue d'affecter de manière disproportionnée les communautés racisées, autochtones, nouvellement arrivées et de diverses identités de genre. Nous entendons quotidiennement des témoignages de personnes qui utilisent des produits de fortune, qui manquent l'école ou le travail, ou qui s'isolent simplement parce qu'elles n'ont pas les moyens de se procurer des produits menstruels. Cela est inacceptable.

Notre travail est — et sera toujours — féministe, trans-inclusif et ancré dans l'équité. Face aux réactions politiques hostiles et aux besoins croissants, nous demeurons engagé·e·s à bâtir un mouvement qui place au centre la dignité, la compassion et la justice.

En regardant vers l'avenir, nous sommes à un moment décisif. Nos capacités sont étirées au maximum, et nous ne voulons jamais nous retrouver dans une position où nous devons refuser d'aider. Votre soutien est ce qui nous permet de continuer — d'organiser des ateliers, distribuer des produits et militer pour le changement.

Chaque don, partenariat et conversation partagée nous rapproche d'un avenir où personne ne sera freiné·e par ses règles.

Merci de vous tenir à nos côtés. Merci de croire en un monde où chacun·e peut menstruer dans la dignité.

En solidarité et dans l'espoir,  
**Hayley Newman-Petryshen & Clara Bolster-Foucault, Co-Executive Directors, Monthly Dignity**



# Notre travail



## Notre approche

Dignité Mensuelle lutte contre les causes et les conséquences de la **précarité menstruelle** et se bat pour l'équité menstruelle à Montréal. Notre travail s'articule autour de **trois piliers d'impact** :



### L'ACCÈS

Fournir des produits menstruels aux organismes communautaires qui desservent des populations à risque de précarité menstruelle



### L'ÉDUCATION

Déstigmatiser les menstruations et sensibiliser à la précarité menstruelle et à la santé menstruelle.



### PLAIDOYER

Lutter pour que l'accès équitable aux produits menstruels soit considéré comme un droit plutôt que comme un privilège.

## Nos buts

Nous travaillons à faire en sorte que les menstruations ne soient plus un obstacle à l'épanouissement social, éducatif et professionnel en nous attaquant à la précarité menstruelle à Montréal. Nous envisageons une communauté habilitée, entendue et équipée des connaissances et produits de base dont elle a besoin pour vivre une vie épanouie.

### Principales réalisations

1. Livraisons 70 063 produits menstruels en 6 mois (contre 33 826 pour l'année 2023)
2. 50 ateliers éducatifs menés
3. Lancement de notre blog avec des articles éducatifs
4. Reprise de notre présence sur différents réseaux sociaux



**40**

Partenaires communautaires

**70 063**

Produits distribués

- 66 965 jetables (serviettes, tampons, protèges-dessous)
- 647 réutilisables (coupes and disques)
- 2 451 autres produits (sous-vêtements, couches and produits pour l'incontinence)

**\$47.147**

Valeur totale des produits distribués

## Nos principes de distribution

Nous travaillons à proximité avec nos partenaires pour comprendre leurs besoins et répondons aux demandes selon notre inventaire. Les produits sont livrés directement aux organismes ou récupérés à notre unité de stockage. Nous respectons toutes les préférences et faisons confiance aux méthodes de distribution de chaque organisme sans supervision.

## Notre réseau

Nous travaillons avec plus de 40 partenaires communautaires exceptionnels, notamment des centres pour femmes, des refuges pour personnes en situation d'itinérance, des refuges pour victimes de violence conjugale, des services pour nouveaux arrivants et demandeurs d'asile, des organismes pour travailleuses et travailleurs du sexe, des maisons de jeunes, des services d'emploi, des organismes LGBTQIA+, et bien d'autres.

## Nos produits

Nous distribuons des produits à usage unique (serviettes, tampons, protège-dessous) et des options réutilisables (coupes menstruelles, disques, serviettes lavables), travaillant étroitement avec nos partenaires pour répondre aux besoins spécifiques et préférences des diverses populations qu'ils desservent.

## Ateliers

Nous offrons des ateliers gratuits pour les personnes de tous âges, genres et milieux dans les écoles, les universités et les espaces communautaires du grand Montréal. Nos ateliers offrent un espace ouvert et inclusif pour apprendre sur la santé menstruelle, de la compréhension des bases du cycle menstruel à l'exploration de la précarité menstruelle. Les ateliers sont proposés en français et en anglais, durent entre 30 mins et 2h, et comprennent des présentations interactives adaptées aux besoins du public.



## Thèmes abordés

Les bases de la santé menstruelle  
Les produits jetables et réutilisables et soins menstruels  
La précarité menstruelle, les impacts et les initiatives  
La distribution inclusive et équitable de produits menstruels  
Destigmatisation et démythification des menstruations  
Comment parler des menstruations avec les enfants  
Les menstruations post-partum  
L'histoire des menstruations  
L'art menstruel

## Ressources éducatives

Nous avons développé et publié une série de ressources éducatives accessibles sous forme d'articles sur notre site web, contribuant ainsi à l'éducation menstruelle et à la sensibilisation du public. Ces ressources couvrent des thématiques essentielles : la précarité menstruelle et ses impacts sociaux, les alternatives durables et écologiques aux produits menstruels conventionnels, la déconstruction des stigmates persistants entourant les menstruations, ainsi que l'inclusion des expériences menstruelles diversifiées selon les identités de genre.

**50**

ateliers menés

**513**

participant.e.s dont :

- personnes fréquentant les services d'organismes communautaires,
- étudiant.e.s, jeunes
- travailleur.euse.s

**37**

hôtes d'ateliers

**4**

articles éducatifs publiés

## Présence médiatique

Le 28 mai, notre co-directrice Hayley a participé à l'émission « **Let's Go** » de **CBC Radio**, aux côtés de Sabrina Marandola, pour discuter de la santé menstruelle et de la lutte contre la précarité menstruelle, permettant de présenter les solutions concrètes développées par notre organisation.

Le 26 juin, notre co-directrice Clara a participé à l'épisode « **Les menstruations** » du balado « **Pour la suite des choses** » diffusé sur **Radio-Canada**, animé par Boucar Diouf pour explorer la persistance des tabous entourant les menstruations dans nos sociétés contemporaines.



## Réseaux sociaux

Nous avons renforcé notre présence sur les principales plateformes de réseaux sociaux (Facebook, Instagram, LinkedIn) et prévoyons de compléter notre stratégie multi-plateformes avec l'ajout de TikTok pour atteindre les jeunes démographiques.

À travers nos réseaux, nous :

- Sensibilisons le grand public à la précarité menstruelle et son impact sociétal
- Combattons la stigmatisation menstruelle par l'éducation et le dialogue ouvert
- Plaidons pour un changement systémique vers un monde où les produits menstruels sont reconnus comme un droit fondamental, non un privilège

# Nos objectifs pour l'année prochaine

## Elargir notre programme éducatif

- Atteindre 100 ateliers éducatifs
- Atteindre 1000 participants
- Renforcer notre présence dans les écoles secondaires



1



2

## Sensibilisation publique

- Publier du contenu éducatifs régulièrement sur notre blog et nos réseaux sociaux
- Mobiliser la communauté élargie par des évènements et collectes de fonds

## Développement organisationnel

- Sécuriser des espaces de travail collaboratifs
- Assurer un financement de notre mission pour faire perdurer nos activités



3

# États financiers

08

Revenus **\$140,026**  
Revenus totaux

**\$136,952**  
Subventions

**\$475**  
Dons individuels

**\$2,599**  
Autres revenus

Dépenses **\$138,912**  
Dépenses totales

**\$116,953**  
Salaires

**\$6,769**  
Sensibilisation en  
ligne

**\$5,274**  
Programmes et  
événements

**\$3,718**  
Transports

**\$3,374**  
Opérations et  
entreposage

**\$2,000**  
Comptabilité

**\$824**  
Administration

Revenus nets **\$1,114**  
Excédent des revenus sur les dépenses

*Note sur le changement d'exercice financier : Nous avons modifié la fin de notre exercice financier du 31 décembre au 30 juin pour mieux s'aligner avec notre cycle opérationnel. Par conséquent, les informations financières ci-dessus couvrent six mois.*

# Soutiens

## Financement



Women and Gender  
Equality Canada

Femmes et Égalité  
des genres Canada

Canada

Food Banks  
Canada



Banques alimentaires  
Canada



Fondation du Grand Montréal

## Dons corporatifs



Membre du groupe **First Quality**



**karavel**

**DIVA**

fornix

**LOCO**  
ÉPICERIE ÉCOLOGIQUE  
.. ZÉRO DÉCHET ..

saalt

## Partenaires de plaidoyer

**rqasf**



TABLE DES  
GROUPES  
DE FEMMES  
DE MONTRÉAL



**RIOCM**

Regroupement intersectoriel  
des organismes communautaires  
de Montréal

# Merci !

10



## Équipe de Dignité mensuelle

Clara Bolster-Foucault, Co-directrice générale

Hayley Newman-Petryshen, Co-directrice générale

Estelle Beauclair, Coordinatrice du programme d'éducation

Solenne Hamon-Fafard, Coordinatrice du programme d'éducation (sortante)

Solenne Trequesser, Coordinatrice du programme d'éducation (entrante)

## Bénévoles

Regan Scott & Brett Manzer, Coordinatrices de la collecte de fonds

Rosalie Quinn, Coordinatrice du contenu éducatif en ligne

Georgia Lapierre, Coordinatrice des communications

Maria Lima Fernandes, Coordinatrice des communications (sortante)

Sophie Couture, Coordinatrice des relations communautaires (sortante)

## Conseil d'administration

Sophia Harman-Heath, Présidente

Chloé Pronovost-Morgan, Secrétaire

Kariane St-Denis, Trésorière



Dignité mensuelle  
Montréal, Québec

[www.monthlydignity.org](http://www.monthlydignity.org)  
[directors@monthlydignity.org](mailto:directors@monthlydignity.org)