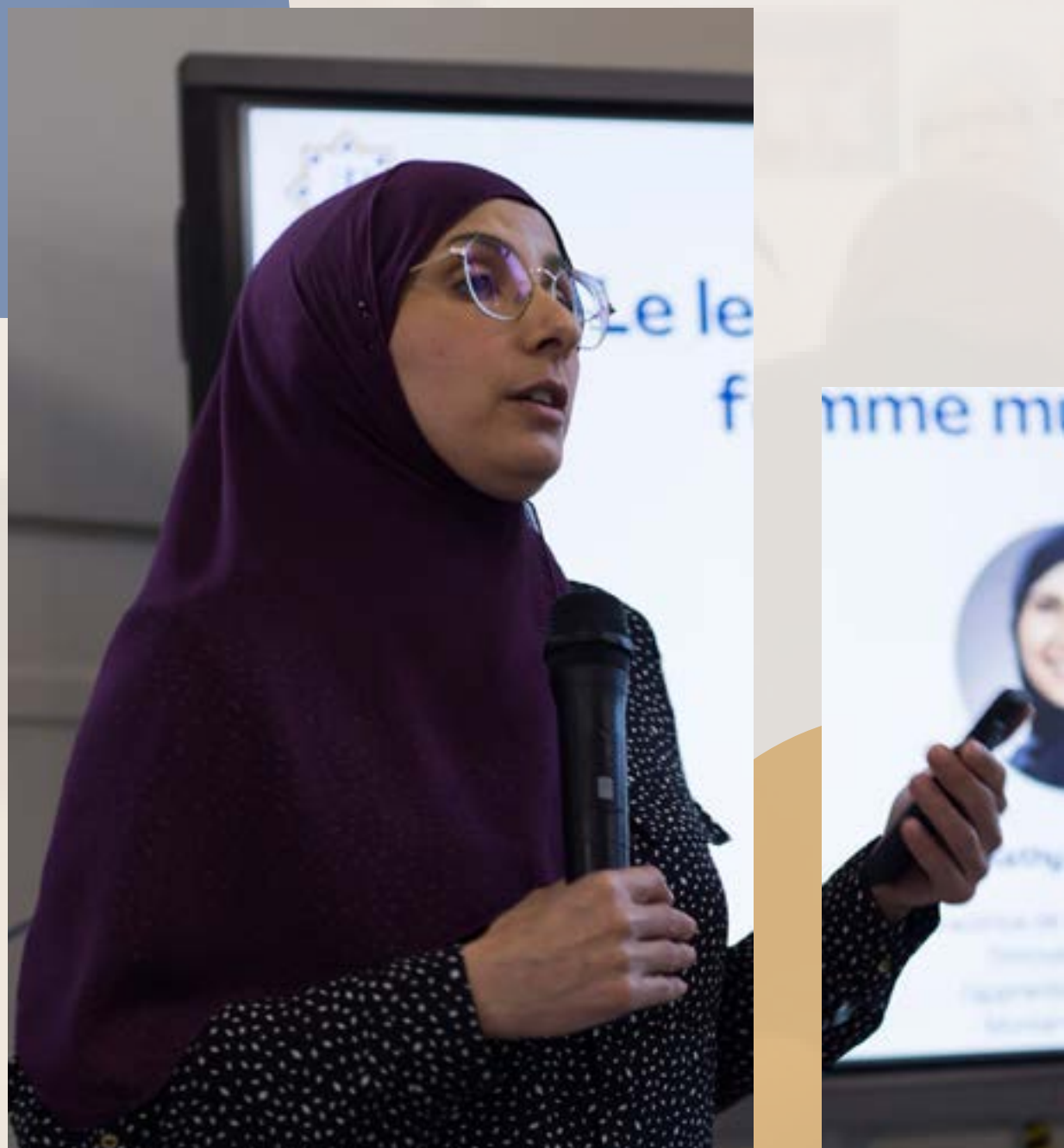


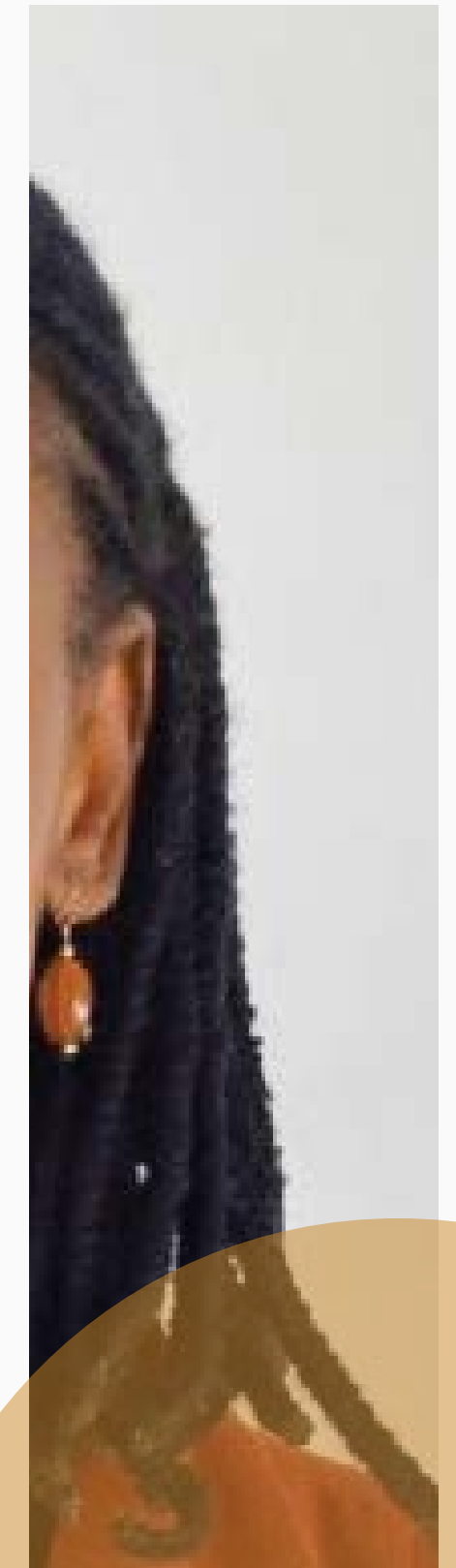


Rapport d'activités 2023 ♦ 2024

Mot de la présidente

L'année qui se termine a été riche en activités pour l'Institut F. Sous le leadership inspirant de notre directrice, nous avons poursuivi nos efforts sur nos projets en cours tout en lançant de nouvelles initiatives et en établissant de nouveaux partenariats. C'est avec beaucoup de fierté que je vous présente le rapport d'activités de l'Institut F pour l'année 2023-2024. À travers ces pages, vous découvrirez non seulement les moments forts de l'année, les succès obtenus et les projets qui ont fait avancer notre mission. Vous ressentirez également le dynamisme, le professionnalisme, l'engagement et la passion qui caractérisent et font la force de l'Institut F.

Cette année, la clôture du projet [Des Quartiers forts de leurs femmes immigrantes](#) (QFFI) a été un moment marquant. Pendant deux ans, ce projet a permis à de nombreuses femmes immigrantes et racisées de l'arrondissement Mercier-Hochelaga-Maisonneuve de franchir des barrières pour accéder aux différents milieux de vie de leur quartier. C'est avec une grande émotion que nous avons vu l'impact positif de cette initiative sur leur parcours d'intégration.



A handwritten signature in black ink, consisting of stylized letters and a dot.

Nous avons également clos la 3^e cohorte du programme [Cultiver un leadership d'excellence](#) et entamé sa restructuration, avec l'ambition de le rendre encore plus pertinent et accessible à la prochaine cohorte de femmes leaders. L'innovation est au cœur de notre démarche, et le développement d'un jeu de société pour les familles musulmanes dans le cadre de notre programme [En famille en harmonie](#), dont le lancement est prévu cet automne, illustre notre désir d'agir de manière créative et ludique pour renforcer les liens familiaux dans notre communauté.

Le projet [Espaces féminins pluriels](#), que nous avons lancé cette année, vise à ouvrir davantage de portes et de perspectives aux femmes musulmanes, en facilitant leur accès aux organismes de femmes dans le Grand Montréal. Cette initiative est pour nous bien plus qu'un projet : c'est une mission qui reflète notre vision d'un monde où les femmes musulmanes sont épanouies

et contribuent de façon constructive et reconnue à l'avancement des connaissances et au développement de leurs communautés et de leurs sociétés.

Un autre accomplissement qui me rend particulièrement fière cette année est l'arrivée de nouvelles recrues au sein de notre équipe et du Conseil d'administration. Cela nous a permis de renforcer nos compétences, de déménager vers des bureaux plus spacieux, et de consolider nos forces. La retraite stratégique que nous avons organisée, réunissant le CA, les bénévoles et les employées, a été un moment fort. Elle a renforcé nos liens et affiné notre vision commune pour l'avenir.

Notre planification stratégique 2023-2026 progresse à grands pas, guidée par des ambitions claires : renforcer le pouvoir d'influence des femmes musulmanes, promouvoir une culture antisexiste et

antiraciste dans les communautés et les milieux organisationnels, et assurer la pérennisation et la croissance de l'Institut F. Avec audace et créativité, nous restons déterminées à anticiper les besoins de notre communauté et à relever les défis futurs.

Pour terminer, je tiens à exprimer ma plus profonde reconnaissance à toute l'équipe de l'Institut F, à nos bénévoles, à mes collègues du CA, ainsi qu'à nos partenaires, donatrices et donateurs. C'est grâce à vous que, pas à pas, nous continuons à bâtir une société plus juste et inclusive pour toutes les femmes.

Halimatou Bah

Mot de la directrice

«Aucune année n'est semblable à la précédente», c'est la phrase que je répète à toutes les personnes qui me demandent «Comment va l'Institut F?» Et 2023-2024 ne fait pas exception. De nouveaux partenaires, de nouvelles membres, de nouvelles collègues, de nouveaux locaux! Le vent de la croissance continue à nous propulser vers des changements stimulants tant au niveau du contenu des programmes que des espaces que nous investissons. Et nous continuons de porter nos voix, celles des femmes musulmanes au Québec, là où elles méritent d'être écoutées, représentées et respectées.

Après avoir terminé notre planification stratégique au printemps 2023, nous avons pris un moment cette année pour évaluer l'avancement de nos objectifs, avant de réviser le plan pour l'adapter aux changements contextuels. Nous sommes

donc prêtes pour commencer cette prochaine année avec des bases solides, des indicateurs de performance précis et des cibles claires. L'année 2024-2025 sera une année de lancements tant sur le volet de la recherche que des initiatives visant à faciliter le « empowerment » des femmes musulmanes et de leur famille.

En tant que fondatrice de l'Institut F, je ressens une profonde gratitude envers toutes ces femmes qui sont investies pour faire avancer notre cause: les administratrices, les employées, les membres et les bénévoles. Ces consœurs œuvrent avec passion pour transformer la vie des femmes musulmanes au Québec ainsi que celle de leur famille pour un avenir plus juste et harmonieux.

Asmaa Ibnouzahir





Mission

Promouvoir l'épanouissement des femmes et des jeunes musulman·e·s de diverses origines ainsi qu'un meilleur vivre ensemble au Québec.

Vision

Un monde où les femmes et les jeunes musulman·e·s contribuent pleinement, de façon éclairée et reconnue au développement de leurs familles, de leurs communautés et de leurs valeurs.

Valeurs

Respect

Nos projets sont développés et réalisés dans le respect de l'environnement et de la dignité de toutes les personnes impliquées.



Compassion

Nous tentons continuellement d'alléger les difficultés rencontrées par les personnes impliquées dans nos projets.

Intégrité

Nos actions s'inscrivent dans une démarche éthique et transparente.

Professionalisme

Nous utilisons des connaissances et des compétences supérieures afin de développer nos projets avec professionnalisme et efficacité.



Conseil d'administration



Sarah Elgazzar
Vice-présidente
Consultante en politique publique
Research for Impact
Commissaire à la Commission du droit du
Canada



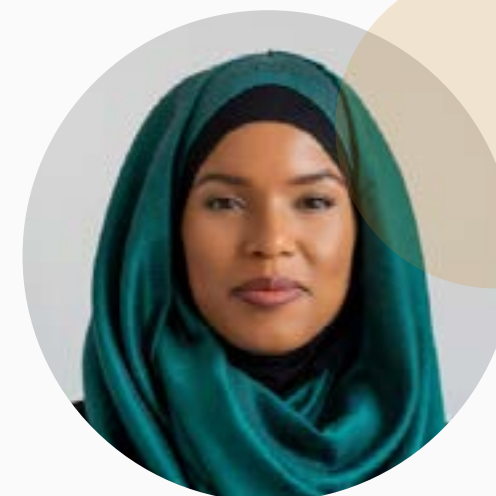
Halimatou Bah
Présidente
Conseillère en communication
Commission des droits de la personne
et des droits de la jeunesse



Ihsane Moudrika
Administratrice
Comptable-auditrice
Départ : 01 septembre 2023



Inès Bouharb
Administratrice
Directrice exécutive
RHR Expert



Adama N'Diaye
Secrétaire
Conseillère pour Dons Majeurs
et Planifiés
Oxfam-Québec



Nosra Reguig

Administratrice

Consultante en gestion du changement

Indépendante



Amal Ali Salman

Administratrice

Juriste de droit international

Départ : 12 août 2024



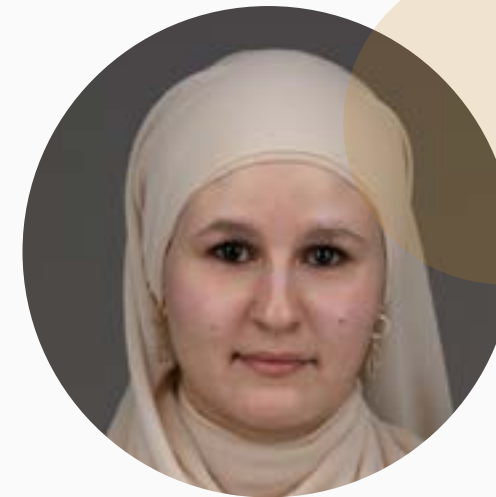
Leila Sennoussi

Administratrice

Fondatrice — Consultante RH

LS Conseil RH

L'équipe



Safia Boufalaas
Chargée de projet
Espaces féminins pluriels



Annie Babin
Chargée de mobilisation



Nawelle Bouakkaz
Chargée de projet
Cultiver un leadership d'excellence



Asma Bobate
Agente en développement
philanthropique



Kenza Bouassi
Chargée de projet
Famille en harmonie



Jamal Tenein Fadiga
Chargée des communications
et de développement philanthropique



Zaynab Mortada
Agente de recherche



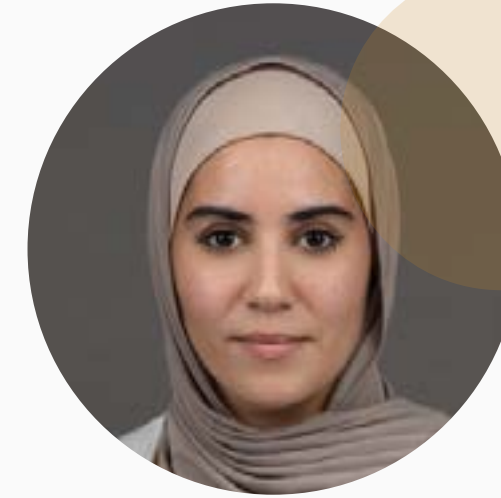
Asmaa Ibnouzahir
Directrice générale et fondatrice



Thioya Wone
Agente de projet
Espaces féminins pluriels



Naila Louna
Agente de projet
et de recherche EFP



Hajar Zhiri
Directrice des opérations

Mobilisation





Audrey Lévesque

Finissante au baccalauréat en sciences environnementales

Bénévole et membre à l'Institut F

« Des rencontres enrichissantes et propulsantes »

En tant que bénévole et membre de l'Institut F, j'ai l'opportunité de participer à des activités et ateliers qui sont non seulement enrichissants, mais aussi profondément inspirants.

Mon engagement me permet de rencontrer et de connecter avec des femmes dont les parcours sont empreints de courage et de détermination, cela est une source d'apprentissage et de motivation dans mon développement personnel.

Cette expérience m'a également permis de nouer des amitiés sincères avec des personnes partageant des valeurs communes. Être membre de l'Institut F est une source de fierté, car je sais que je fais partie d'un organisme engagé à transformer positivement la vie des femmes et familles immigrantes à Montréal.

Mes journées de bénévolat passées à l'Institut F représentent une source d'accomplissement dans ma vie

personnelle et me permettent de gagner confiance en moi tout en ayant un impact positif. Je suis reconnaissante envers la mission de l'Institut F et l'opportunité de bénévolat.



Annie Babin

Agente de mobilisation

Membre et employée à l'Institut F

« J'ai repris confiance en mes capacités,
j'ai agrandi mon cercle social et je suis heureuse. »

J'ai beaucoup de gratitude pour l'opportunité de développement personnel et professionnel que l'Institut F m'a offert et m'offre encore, ma cha Allah. Il y a maintenant 2 ans et demi, j'étais en arrêt de travail et j'étais plutôt isolée. Je cherchais avec ardeur un projet auquel m'attacher ainsi qu'à construire mon cercle social. Al hamdulillah, à ce moment-là, je suis devenue membre à l'Institut F et bénévole dans le programme Cultiver un leadership d'excellence.

J'ai eu l'opportunité d'apprendre et aussi de m'investir de telle façon qu'aujourd'hui j'ai repris confiance en mes capacités, j'ai agrandi mon cercle social et je suis heureuse.

L'Institut F, en plus de créer des programmes qui améliorent la vie des femmes musulmanes de nos communautés ainsi que leurs familles, crée des emplois.

Passant de membre et bénévole, j'ai maintenant le privilège de me compter parmi ses 11 employées. Merci infiniment pour l'opportunité de construire mon professionnalisme et d'investir mon temps à faire la différence auprès des femmes et des familles de nos communautés.

Notre impact

Suite à notre atelier «Genres et rôles : science et religion» :

- 90 % des parents participants ont déclaré se sentir plus outillés pour discuter de ce sujet avec les jeunes de leur entourage.
- 100 % des parents participants recommanderaient cet atelier à leur famille et à leurs ami·e·s

*Les personnes incluses dans les statistiques de cette section sont celles qui ont participé à nos activités et ont répondu à nos sondages par la suite.



Notre impact

Suite à notre atelier «Estime de soi! Pourquoi? Comment?» :

- 95 % des jeunes participant·e·s ont déclaré mieux comprendre les facteurs qui peuvent influencer positivement ou négativement leur niveau d'estime d'eux·elles mêmes.
- 100 % des jeunes participant·e·s ont déclaré mieux savoir comment améliorer leur estime d'eux·elles-mêmes.

*Les personnes incluses dans les statistiques de cette section sont celles qui ont participé à nos activités et ont répondu à nos sondages par la suite.



Nos programmes



CULTIVER UN
LEADERSHIP
D'EXCELLENCE

Cultiver un leadership d'excellence

Un **parcours de formations mensuelles**, échelonné sur 9 mois, permettant aux femmes musulmanes de développer leur leadership.

- 9 journées de formation et 1 événement de clôture
- 9 ateliers offerts auprès d'une cohorte de 22 femmes musulmanes
- 3 sessions de co-développement
- 86 % de taux de rétention

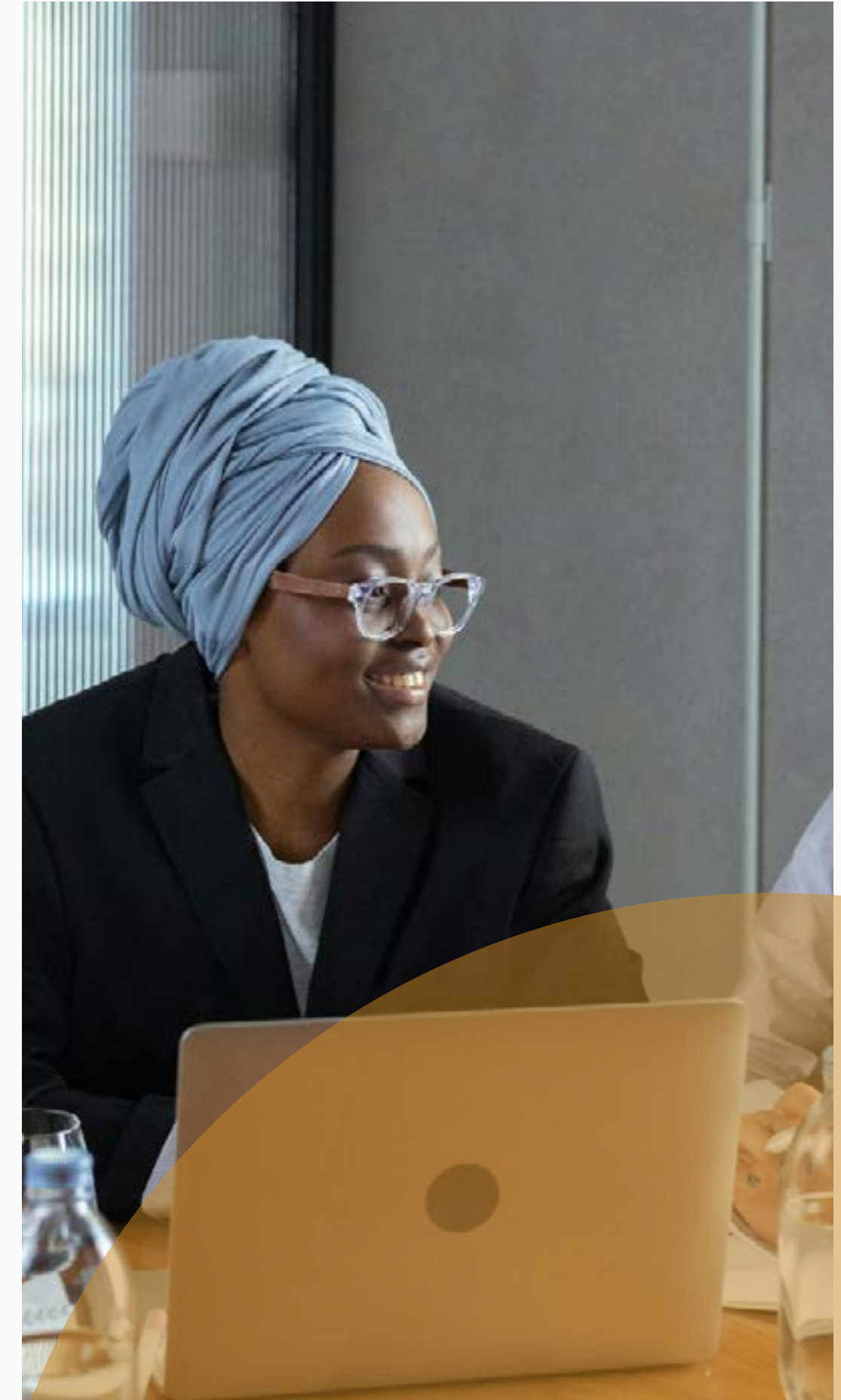
Parmi les répondantes à notre **évaluation post-programme** (84 % des participantes) :

- 100 %* des participantes affirment que CLE leur a permis d'acquérir des compétences pour l'avancement de leurs objectifs.

- 100 %* des répondantes affirment que CLE leur a permis de prendre une ou des décisions qui ont favorisé leur épanouissement personnel, social et professionnel.
- 94 %* des répondantes ont affirmé que CLE leur a permis d'améliorer leur participation sociale pour apporter un changement positif dans leur communauté/la société.



CULTIVER UN
LEADERSHIP
D'EXCELLENCE



*Les réponses retenues étaient : « oui plutôt » et « oui tout à fait »



Nagnalén C.

Participante à la cohorte CLE 2023-2024

« Le programme de développement personnel pour femmes musulmanes le plus complet selon moi ! En moins d'un an, j'ai appris tellement sur moi, notamment grâce au programme d'objectif personnel.

J'ai pu identifier les différents objectifs de vie que j'avais, et les étapes pour les atteindre. Les belles rencontres qu'on y fait, la bienveillance des membres de l'Institut F ainsi que celle des participantes, sont les raisons qui me rendaient impatiente d'assister à la prochaine séance.

Nous avons eu des formatrices de qualité qui nous ont introduit de nouveaux concepts, ou approfondi ceux que l'on connaissait déjà.

Je ressors de cette aventure tellement différente, motivée à prendre ma vie en main, à changer le monde à mon échelle, et à partager avec d'autres femmes musulmanes. »



Samia B.

Participante à la cohorte CLE 2023-2024

« J'ai eu le privilège de participer à la 3e cohorte du programme CLE : Cultiver un leadership d'excellence, une expérience incroyablement enrichissante. Ces ateliers m'ont permis de développer des compétences essentielles en gestion d'équipe, communication et prise de décision.

Grâce à des exercices pratiques et des discussions interactives, j'ai pu approfondir ma compréhension des dynamiques de leadership et apprendre à m'adapter à différentes situations. Les formatrices étaient excellentes, apportant non seulement leur expertise, mais aussi des conseils personnalisés qui m'ont aidée à mieux me connaître.

Les échanges avec les autres participantes ont également été très bénéfiques, offrant une perspective diversifiée sur les défis et les meilleures pratiques en matière de leadership. Je recommande vivement cette expérience à quiconque souhaite renforcer ses compétences en leadership. »

Famille en harmonie

Des ateliers, des rencontres de réflexion et des journées thématiques pour favoriser l'harmonie dans les familles musulmanes.

Des activités de sensibilisation pour améliorer l'harmonie au sein des familles musulmanes.

6 ateliers animés auprès de :

- . 20 jeunes
- . 32 parents

4 rencontres du comité consultatif :

8 collaborateurs externes impliqués dans les communautés musulmanes

Thème : Réflexion autour des défis vécus par les familles musulmanes

Objectif : Renouveler l'offre des ateliers du programme Famille en harmonie.

3 soirées tests du jeu Nassij :
30 parents et jeunes ont testé le jeu Nassij.



*Les réponses retenues étaient : « oui plutôt » et « oui tout à fait »



Syrine Skalli

13 ans, élève en secondaire 2

Participante aux ateliers «Ma famille sans clichés»
et aux ateliers «Estime de soi ! Pourquoi ? Comment ?»

« Je trouve que les ateliers organisés par l'Institut F sont très intéressants. En effet, ils nous aident à faire le lien entre notre religion et ce que nous vivons à l'extérieur en tant que jeunes québécois·e·s.

Nous apprenons comment vivre en société et à s'intégrer en tant que musulmans tout en pratiquant notre religion librement. J'apprécie particulièrement le fait de pouvoir rencontrer des jeunes de mon âge et de pouvoir discuter librement de sujets que nous avons en commun.

Je tiens à vous remercier, j'apprécie beaucoup vos efforts »



Meriem Boudeffa

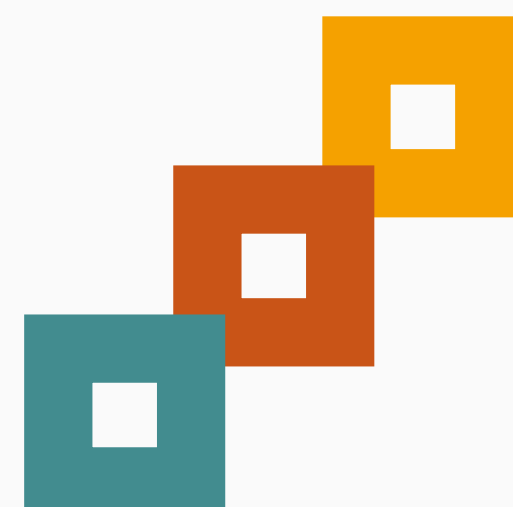
Participante à un atelier «Genres et rôles, entre sciences et religion !»

« Mon mari et moi avons assisté à l'événement et en sommes ressortis très satisfaits. Le sujet du genre est peu abordé dans notre communauté, ce qui engendre une certaine peur de l'inconnu.

Les animateurs ont su vulgariser les notions avec brio, démontrant une excellente maîtrise du thème. L'organisation, les échanges avec les autres participants et les jeux ludiques ont également enrichi et approfondi notre compréhension du sujet.

Nous recommandons vivement à tous les membres de la communauté de participer à cet événement afin qu'ils puissent assimiler ces concepts et les partager à leur tour. »

Nos projets



Espaces
Féminins
Pluriels

Des quartiers forts de leurs femmes immigrantes

12 ateliers animés auprès de 95 employé·e·s de diverses organisations :

- 94 % des employé·e·s affirment mieux comprendre les réalités des femmes immigrantes et racisées suite aux ateliers du projet Des quartiers forts de leurs femmes immigrantes (QFFI).

- 88 % des employé·e·s affirment être motivé·e·s à mettre en place une nouvelle pratique dans leur organisation suite à l'atelier reçu.

4 ateliers animés auprès de 15 femmes immigrantes et racisées :

- 82 % des femmes immigrantes et racisées

affirment avoir acquis de nouvelles connaissances lors des ateliers.

- 94 % des femmes immigrantes et racisées affirment avoir l'intention de mettre en pratique les connaissances et les compétences acquises pendant les ateliers.

1 carnet d'outils pour stimuler la réflexion et offrir des pistes d'actions concrètes aux organisations :

- Remis à 45 différentes organisations de l'arrondissement.

1 plateforme web pour permettre aux personnes de mieux comprendre différents enjeux vécus par des femmes immigrantes

et racisées :

- 3 vidéos et récits qui illustrent des expériences vécues par des femmes habitant dans l'arrondissement.

- 96 % des répondant·e·s affirment que la plateforme leur permet de mieux comprendre les différents enjeux vécus par des femmes immigrantes et racisées.



Notre projet à venir pour l'année 2024-2025

Le projet [Espaces Féminins Pluriels](#) vient du constat que les femmes musulmanes restent les personnes les plus vulnérabilisées en raison des préjugés islamophobes lorsqu'elles recherchent du soutien, notamment dans les centres et organismes pour femmes. Par exemple, les femmes victimes de violence conjugale hésitent souvent à demander de l'aide par crainte de renforcer les stéréotypes sur l'islam ou en raison de commentaires négatifs entendus dans ces centres.

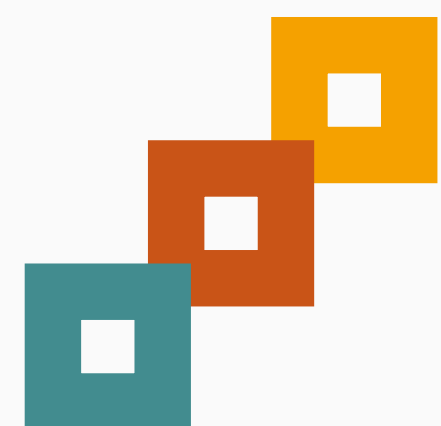
Elles sont également susceptibles de subir des biais inconscients, ce qui peut nuire à leur sécurité et à leur bien-être. Il est donc crucial de créer des espaces féminins sûrs et inclusifs où les femmes musulmanes sont écoutées avec respect

et dignité. C'est dans cette optique que ce projet a vu le jour.

Nous sommes au tout début de la réalisation de ce projet : l'[analyse des besoins](#). Durant cette phase, nous recueillerons de manière anonymisée les témoignages de femmes musulmanes pour comprendre les défis qu'elles rencontrent lorsqu'elles demandent des services dans les centres et organismes pour femmes.

Nous recueillerons également les témoignages des travailleuses de ces centres afin de saisir les enjeux auxquels elles font face dans la prestation de services aux femmes musulmanes. Cette analyse des besoins des deux publics cibles servira de base pour concevoir des ateliers.

Ces ateliers auront pour but d'équiper les femmes musulmanes pour mieux naviguer dans le système et faire face aux discriminations, tout en fournissant aux travailleuses des centres et organismes les outils nécessaires pour mieux accueillir et soutenir les femmes musulmanes



Espaces Féminins Pluriels



Notre rayonnement numérique

2.1k

Abonné.es Facebook

+ 6 %

814

Abonné.es Instagram

+ 22 %

1 735

Abonné.es LinkedIn

+ 42 %

111

Abonné.es X

+ 4 %

84

Abonné.es Youtube

+ 7 %

700

Abonné.es Infolettre

+ 24 %

Nos finances

	2024	2023
Produits		
Cotisations	1 700	1 430
Dons	1 232	7 170
Député.e.s	6 500	2 000
Fondations	434 204	225 038
Gouvernement	118 991	206 890
Autofinancement	1 368	27 122
TOTAL	563 995	469 650

	2024	2023
Charges		
Frais d'activité	437 117	306 027
Salaires, charges sociales et honoraires	437 117	306 027
Déplacement et nourriture	18 616	17 439
Frais de bureau, fournitures et matériel	24 463	8 911
Visibilité et abonnements	1 482	3 809
Formation — équipe	1 250	15
Frais d'administration	72 172	82 204
TOTAL	555 100	418 405

Remerciements

Nous souhaitons remercier nos partenaires financiers ainsi que les donatrices et donateurs qui ont soutenu l'Institut F cette année.
Leur confiance et leur soutien nous permettent d'amplifier notre impact pour un changement social.





Institut F
469, rue Jean-Talon Ouest,
bureau 307
Montréal (Québec) H3N 1R4

Téléphone : 514 447-8159

info@institutf.org

www.institutf.org



Numéro d'organisme de bienfaisance : 746 674 688 RR0001