

Ça fait
pas partie
d'la job!



Info-
GAIHST

Automne 2026

Sommaire

01.	Mot de la directrice générale	p.03
02.	Café-rencontre : la réclamation du travailleur (RTR)	p.04
03.	Suggestions de thèmes pour les prochains cafés-rencontres	p.05
04.	Présentation des stagiaires 2026 - 2027	p.06
05.	Présentation d'une nouvelle employée	p.08
06.	Encan en ligne	p.08
07.	Le GAIHST participe	p.09
08.	Babillard	p.10
07.	Équipe 2026 - 2027	p.12



Mot de la directrice générale

Cher·es membres,

La saison estivale est maintenant derrière nous et nous reprenons nos activités avec énergie. Nous espérons que cette période vous a offert l'occasion de prendre le temps nécessaire pour vous et votre bien-être.

Le tournage de notre capsule de formation sur les **obligations de l'employeur** s'est terminé au mois d'août. L'équipe de production travaille actuellement sur le montage et le lancement en ligne est prévu d'ici la fin de l'année. Si ce n'est pas déjà fait, vous pouvez suivre nos autres formations disponibles ici: <https://formations.gaihst.qc.ca>.



Cindy Viau
Directrice générale

Les premiers cafés-rencontres de septembre ont été l'occasion de recueillir les **idées et suggestions** des participant·es quant aux **thèmes** à aborder cette année. Merci à toutes les personnes qui ont contribué à ces échanges enrichissants. D'ailleurs, nous diffusons maintenant un calendrier trimestriel de nos cafés-rencontres. Nous espérons que cette formule vous permettra de repérer plus facilement les activités qui vous intéressent et de réserver ces moments à votre agenda. Plus d'information se trouve à la page 05.

Grâce aux trois étudiantes embauchées dans le cadre du **Programme Emplois d'été Canada**, nous avons pu offrir de nombreuses heures de suivi à notre clientèle durant la période estivale. Leur contribution a également été précieuse dans l'avancement de plusieurs dossiers ainsi que dans la réalisation de travaux de recherche juridique. Merci à Mariana, Ariane et Frédérique!

En 2026-2027, nous comptons également sur l'aide de quatre **stagiaires** qui se sont jointes à l'équipe: Sandrine Way-Gagnon (criminologie), Estelle D'Amours (sexologie), Amanda Valdes Gomez et Anne Li Liu (droit). Leur présence représente un apport important pour l'organisme, tant dans l'accompagnement de notre clientèle que dans le soutien aux différents dossiers.

Nous prenons part à plusieurs **activités de sensibilisation et de mobilisation** portant sur la lutte contre les violences sexuelles, ainsi que sur l'importance de préserver et de renforcer notre filet social. Ces initiatives sont des occasions de sensibiliser la communauté et de contribuer à un milieu plus juste et plus sécuritaire pour tous·tes.

Notre **encan en ligne** annuel approche à grands pas! Cette importante activité d'autofinancement se déroulera cette année du 16 novembre au 6 décembre. Grâce à la générosité de nos nombreux commanditaires, les participant·es auront la chance de miser sur près 250 lots variés. En plus de permettre de découvrir de belles trouvailles, chaque mise contribuera directement au soutien de notre mission. Restez à l'affut!

Entre-temps, sachez qu'il est important pour moi de vous dire que je suis disponible pour vous et que, si vous avez des questions ou des préoccupations, la porte de mon bureau est toujours ouverte.

Cindy Viau,
directrice générale

Café-rencontre : la réclamation du travailleur (RTR)



Mariana Cueto
Mendoza, Assistante
juridique

Il y a quelques semaines s'est tenu un café-rencontre sur la réclamation du travailleur (ci-après la « RTR »), un recours essentiel pour les personnes ayant subi une **lésion professionnelle**. Cette activité a permis de démystifier les différentes étapes du processus dossier d'indemnisation auprès de la CNESST.

- Le café-rencontre a débuté en explorant la **définition d'un accident de travail** suivant l'article 2 de la Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles : un événement **imprévu et soudain**, survenant **dans le cadre ou à l'occasion du travail**, et causant une **lésion professionnelle** à un-e travailleur-se. Cette lésion peut être physique ou psychologique, à condition qu'un **lien de causalité** soit établi entre l'événement et l'état de santé. Une attention particulière a également été portée aux situations de **harcèlement psychologique et sexuel**, qui peuvent clairement **mener à une lésion professionnelle**.

- La rencontre s'est ensuite penchée sur les **démarches à entreprendre avant** même de remplir une réclamation. Il est **crucial** :

1

d'**aviser** rapidement
son employeur-se

2

de **consulter** un-e
professionnel-le de la
santé pour d'obtenir une
attestation médicale

3

de la **transmettre** à
son employeur-se
dès que possible

- Le cœur de la présentation portait sur le **remplissage de la réclamation du travailleur**. Les **délais** pour soumettre la RTR ont été clarifiés :

- **dans les 6 mois de la lésion** dans la majorité des cas
- **jusqu'à 2 ans** pour les situations liées à du **harcèlement sexuel**.

Les participant-es ont appris à **naviguer la plateforme** en ligne MonEspace CNESST, à **remplir le formulaire**, à **structurer les informations** de manière chronologique et à **fournir les documents** nécessaires (ex. attestations, reçus, prescriptions).



- Une fois la réclamation déposée, la question de son **admissibilité** entre en jeu. La CNESST évalue alors si la lésion est bel et bien **liée au travail**, en se basant sur l'ensemble des documents justificatifs. En cas de refus, la **demande de révision** administrative est possible. Une réclamation acceptée ouvre la porte à diverses formes de soutien de la CNESST, dont des **indemnités de remplacement de revenu** et des **services de réadaptation** physiques et psychologiques.

● La section sur les **indemnités** et la **réadaptation** a permis de mieux comprendre les droits des travailleuses et travailleurs. Parmi les indemnités, celle du **remplacement du revenu** et du **préjudice corporel** ont été explorées. D'autres mesures ont été explorées aussi, comme le **remboursement de frais médicaux** ou l'accès à des **services de réadaptation** physique, sociale et professionnelle. Celles-ci visent à faciliter le rétablissement des travailleur·ses et le retour au travail.

● Enfin, la rencontre s'est conclue avec un volet sur le **retour au travail**. Celui-ci peut prendre différentes formes, incluant une **assignation temporaire** ou un **retour progressif**, et se fait quand la personne est **consolidée** médicalement. Le droit de réintégrer son emploi est encadré par des **délais** précis, et des **ajustements** peuvent être nécessaires selon l'état de santé ou les limitations fonctionnelles.

En somme, ce café-rencontre a offert à notre clientèle un espace pour mieux comprendre ce processus parfois **complexe** et **intimidant**. Je tiens à remercier chaleureusement toutes les personnes présentes pour leur participation et leur engagement. J'espère que cette rencontre vous ait permis d'acquérir des outils pour entamer ou pour mieux naviguer vos démarches en matière de santé et de sécurité au travail.

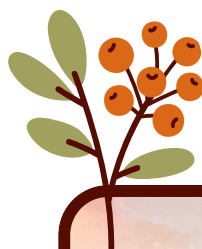


Suggestions de thèmes pour les prochains cafés-rencontres

Lors des cafés-rencontres du mois de septembre, nous avons demandé aux participant·es quels sujets ils-elles aimeraient que nous abordions lors des cafés-rencontres. Voici quelques recommandations reçues :

- Comment **reconnaître ses limites** et **les affirmer**
- Les différents **pilliers de la vie** et comment **développer les sphères de sa vie après le harcèlement au travail**
- Les **recours à la CNESST** démystifiés : **Plaintes aux normes du travail VS réclamation à la division de la santé et de la sécurité du travail**
- Comment être un **bon témoin** lors de **situation de harcèlement**, surtout lorsque nous en avons déjà vécu
- Le **harcèlement au travail** lorsque nous sommes dans un **processus d'immigration** ou avec un **permis de travail fermé**
- L'**estime de soi** : la **comprendre** et comment la **retrouver**
- L'**anxiété** : la **comprendre** et techniques pour la **gérer**
- Le **Tribunal administratif du travail** : comment **se préparer** et **comprendre les questions juridiques** des différentes plaintes

À tout moment, si vous avez des recommandations de sujets pour nos cafés-rencontres, n'hésitez pas à nous écrire à cafes-rencontres@gaihst.qc.ca.



Présentation des stagiaires 2026 - 2027



Le 2 septembre dernier s'est tenue notre **journée de formation des stagiaires**, au cours de laquelle nous avons présenté notre organisme, nos services ainsi que les notions clés essentielles au bon déroulement de leur stage.

Cette année, nous avons le plaisir d'accueillir : **Amanda Valdes Gomez** et **Anne Li Liu**, stagiaires en droit, **Estelle D'Amours**, stagiaire en sexologie, ainsi que **Sandrine Way-Gagnon**, stagiaire en criminologie.

Bonjour,

Je m'appelle Amanda Valdes Gomez et j'entame actuellement ma deuxième année du baccalauréat en droit à l'Université de Montréal. J'ai l'honneur de me joindre à l'équipe du GAIHST à titre de stagiaire en droit pour l'année scolaire 2026-2027.

Ayant grandi dans des environnements à prédominance féminine, j'ai développé très tôt une sensibilité pour les enjeux féministes ainsi que pour les luttes sociales, un intérêt qui a nourri mes implications tant académiques que parascolaires.

C'est tout naturellement que ce parcours m'a menée vers mes études en droit, avec la conviction profonde qu'il peut être un véritable levier de changement social.

Ainsi, je suis extrêmement enthousiaste à l'idée de m'épanouir auprès d'une équipe animée par une conscience sociale qui rejoint profondément la mienne et de contribuer, à ma façon, à la mission de l'organisme!

Merci de m'accueillir parmi vous!



Amanda Valdes Gomez
Stagiaire en droit



Anne Li Liu
Stagiaire en droit

Bonjour à tous-tes,

Je m'appelle Anne Li Liu et je poursuis actuellement ma deuxième année du baccalauréat en droit à l'Université de Montréal. Je suis très heureuse de me joindre à l'équipe du GAIHST à titre de stagiaire en droit au sein du département des plaintes pour l'automne 2026 et l'hiver 2027. La lutte contre le harcèlement est une cause qui me tient profondément à cœur et qui a grandement influencé mon choix d'étudier le droit. À mes yeux, le harcèlement sexuel est bien plus qu'une violation de la loi : c'est une question de justice. En tant que

future juriste, je considère qu'il est de ma responsabilité de veiller à l'application du droit afin qu'il protège réellement les personnes qu'il est censé servir, tout en contribuant à

son évolution pour qu'il demeure juste et adapté aux réalités d'une société en constante évolution. Ce stage représente pour moi une occasion précieuse de contribuer à une mission essentielle tout en développant mes compétences grâce à la collaboration avec des professionnels issus de diverses disciplines. Travailler aux côtés de spécialistes provenant notamment de la criminologie, du travail social et de la sexologie me permettra de mieux comprendre les réalités vécues par les personnes concernées et de garder une approche humaine du droit, au-delà de sa dimension théorique.

Au plaisir de collaborer avec vous!



Bonjour!

Je m'appelle Estelle D'Amours et je suis étudiante de troisième année au baccalauréat en sexologie à l'Université du Québec à Montréal. C'est avec grand plaisir que je me joins à l'équipe du GAIHST dans le département de relation d'aide.

Ayant commencé mes études universitaires en droit, j'ai toujours eu un intérêt marqué pour le respect des droits et de la dignité de toutes. J'ai toujours su que je voulais travailler pour aider les autres. Je me suis ensuite réorienté en sexologie, où j'ai pu trouver une réelle passion pour la relation d'aide, en plus de développer mes compétences professionnelles et personnelles comme future intervenante. Favorisant une approche bienveillante, féministe, tout en redonnant le pouvoir à la clientèle, je souhaite contribuer à la mission du GAIHST par mon écoute active et mon accompagnement spécialisé en matière de harcèlement sexuel. Sachant que le harcèlement peut avoir des conséquences importantes sur la santé physique et mentale, un enjeu dont les ressources sont encore insuffisantes, je suis fière de pouvoir intégrer le GAIHST et de collaborer avec l'équipe pour briser l'isolement lié au harcèlement.

Au plaisir de vous rencontrer!



Estelle d'Amours,
Stagiaire en sexologie



Anne Li Liu
Stagiaire en droit

Bonjour!

Mon nom est Sandrine et je suis étudiante de 3e année au baccalauréat en criminologie à l'Université de Montréal. C'est avec beaucoup d'enthousiasme que j'effectuerai un stage en relation d'aide au sein de l'organisme du GAIHST pour l'année 2026-2027. Depuis mon secondaire, je suis passionnée par la psychologie et le phénomène criminel. Au cours de mes études universitaires, j'ai découvert un fort intérêt pour la relation d'aide auprès des victimes d'actes criminels, ainsi que leurs enjeux légaux et sociaux. J'ai

surtout à cœur d'offrir un espace respectueux, sécurisant et bienveillant pour autrui.

Lors de ma recherche de stage, j'ai particulièrement été interpellé par la mission du GAIHST et la problématique du harcèlement sexuel au travail. Je suis impatiente d'appliquer les notions théoriques apprises à l'université et d'en apprendre davantage sur les droits des travailleur(e)s avec l'équipe du GAIHST.

Au plaisir de vous rencontrer et partager cette expérience avec vous!



Présentation d'une nouvelle employée contractuelle



Bonjour!

Je m'appelle Sofia Ranke-Farro et je suis très heureuse de me joindre à l'équipe du GAIHST à titre d'intervenante - Projet populations vulnérables. Titulaire d'une maîtrise en criminologie et d'un certificat en victimologie, je me suis spécialisée dans les enjeux liés à la traite des personnes et aux réalités vécues par les personnes migrantes. Mon parcours professionnel, à la fois dans le milieu institutionnel en service-conseil en sécurité et dans le milieu communautaire comme chargée de projet dans des initiatives de lutte contre la traite des personnes, m'a permis de développer une compréhension diversifiée des enjeux touchant les populations en situation de vulnérabilité.

Je m'intéresse particulièrement aux questions de justice sociale, de défense des droits et de victimisation. Je souhaite contribuer à une intervention humaine, bienveillante et respectueuse, qui reconnaît les réalités et les forces propres à chaque personne. Je suis également convaincue de l'importance de travailler en collaboration avec les personnes accompagnées afin de favoriser leur autonomie et leur pouvoir d'agir.

Je suis donc très enthousiaste à l'idée de mettre mes connaissances et mon expérience au service de la mission du GAIHST, tout en continuant à apprendre auprès de l'équipe et des personnes que nous accompagnons.

Au plaisir de vous rencontrer!



Sofia Ranke-Farro
Intervenante - Projet
pop. vulnérables



Encan en ligne

Du 16 novembre au 6 décembre, parcourez une sélection unique de **près de 250 lots** : expériences, produits locaux, idées cadeaux pour tous les goûts.

En misant, vous faites plus que dénicher de beaux trésors pour le temps des Fêtes : vous contribuez directement à **soutenir notre mission : la lutte contre le harcèlement au travail**.

Rendez-vous sur www.groupedaide.ca pour vous inscrire dès maintenant!

Voici quelques-uns de nos précieux commanditaires pour cette édition :



jasy.tattoo

AGORA
DE LA
DANSE

BOTA

SPA · SUR · L'EAU

LE TERMINAL
Comédie Club

casa
GRECQUE



epiderma
Tangente

CAT'S
CORNER

SCÈNE
INTÉRIEURE
CRÉATEURS D'ESPACES DE VIE INSPIRANTS

M. Séguin
ATELIER

THÉÂTRE
AUX
ÉCURIES

Le GAIHST participe

Marche contre les féminicides

Le GAIHST était présent, le 19 septembre dernier, à cette mobilisation aux côtés de milliers de personnes. À cette date, **17 femmes** avaient été **tuées** au Québec depuis le début de l'année, un bilan qui **dépassait** déjà celui de **l'année 2025**. L'événement ayant eu lieu en pleine campagne électorale, des **engagements concrets** de la part des partis politiques ont été demandés face à cette crise nationale.



Marche Every Child Matters

Le 30 septembre dernier, nous étions présentes à la marche organisée à l'occasion de la **Journée nationale de la vérité et de la réconciliation**. Rassemblées au parc Westmount avant de marcher jusqu'à Cabot Square, nous avons **honoré la mémoire** des enfants qui ne sont jamais rentrés à la maison et de celles et ceux qui portent encore les séquelles des pensionnats.



Riposte populaire

Le GAIHST était présent, le 1er octobre dernier, à la Riposte populaire suite à l'appel du MÉPACQ et de ses alliés. Cet événement s'inscrivait dans un appel à l'action plus large, tenu du 25 septembre au 3 octobre 2026 sous le thème « **Vie chère, attaques autoritaires et climat précaire** ».

L'événement comprenait une soupe populaire ainsi que diverses animations, et visait à exprimer la colère populaire face à la **hausse du coût de la vie**, aux **compressions dans le filet social**, portées par un discours qui **blâme injustement les personnes immigrantes**, ainsi qu'à la **crise climatique**.



Babillard

Tournage complété pour notre 4e formation en ligne

Début septembre, le GAIHST a réalisé le tournage de trois capsules portant sur **les obligations de l'employeur et la gestion du harcèlement sexuel au travail**, destinées à sa plateforme en ligne. Ce projet, financé par le Secrétariat à la condition féminine, a été réalisé avec notre formatrice Myriam. Restez à l'affût, les capsules seront **disponibles prochainement** sur notre plateforme.



Présentation en cours de Droit à l'UQAM

Dans le cadre du cours de droit social donné à l'UQAM, Me Mollie Poissant et l'intervenante en relation d'aide Émilie Robidoux ont eu l'occasion de donner une présentation portant sur la **LATMP** (Loi sur les accidents du travail et les maladies professionnelles), la **SST** (santé et sécurité du travail) et la **LNT** (Loi sur les Normes du travail). Le **fondement juridique** de ces lois ainsi qu'une description des différents **stades d'un accident de travail** ont été abordés.

Au-delà du cadre légal, l'**humain** derrière les démarches et les recours fut mis de l'avant, en soulignant l'**impact** des procédures sur leur **fonctionnement psychosocial**, que ce soit le stress lié aux délais, le sentiment d'incompréhension face au système, ou l'épuisement que peut engendrer une démarche parfois longue et complexe. Pour illustrer le propos, les intervenantes ont présenté un **cas fictif**, élaboré sur leurs relations avec les travailleur-ses, permettant de mieux saisir la réalité vécue avec ce type de situation.

Enfin, la présentation s'est terminée en abordant certains **angles morts** et **problématiques** du **système actuel**, dans le but de sensibiliser les futur-es acteur-ices dans le monde juridique.



Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes

Pour celles·eux qui ont manqué notre publication :



18 septembre 2026

Journée d'action contre la **violence sexuelle faite aux femmes**



45e Journée d'action contre la violence sexuelle faite aux femmes

En fait, nous parties d'un tout

Aujourd'hui, nous avons une pensée toute particulière aux femmes victimes de **harcèlement sexuel au travail** que nous accompagnons.

À vous qui avez franchi la porte de notre bureau, qui avez décroché le téléphone, qui avez écrit ce premier courriel : nous voyons **votre courage**.

Demander de l'aide après avoir vécu des violences sexuelles, que ce soit au travail ou ailleurs, n'est jamais un geste facile. C'est un geste qui peut se faire **dans le doute**, dans la **peur d'être jugée**, dans la **peur de ne pas être crue**.

Nous voulons aussi le dire à toutes les femmes qui nous lisent aujourd'hui, peu importe où elles en sont dans leur parcours : **ce qui vous est arrivé n'est pas de votre faute**. La honte ne devrait jamais retomber sur les victimes.

La violence sexuelle faite aux femmes n'est pas un enjeu individuel, c'est un **enjeu de société**. Elle se combat collectivement : par l'**éducation** sur le sujet, par l'**écoute**, par la **croissance en la parole des victimes**, par des milieux de travail et des espaces publics qui **prennent leurs responsabilités**, et par le **refus du silence**.

Aujourd'hui, nous choisissons de le dire haut et fort : **vous n'êtes pas seules**. De l'aide existe. Et chaque femme qui ose demander du soutien ouvre un peu plus le chemin pour celles qui viendront après elle.

Concours d'Halloween

Tentez votre chance de remporter **deux billets VIP** d'une valeur de **300\$** pour **C10WN**, l'expérience d'horreur immersive de Malefycia, qui célèbre cette année son 10e anniversaire!

Pour découvrir les détails de l'expérience et connaître les modalités du concours, rendez-vous sur nos comptes **Facebook** et **Instagram**.

Tirage au sort le jeudi 8 octobre.

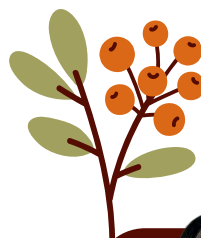
Bonne chance!



À gagner :

2 billets VIP
pour **C10WN**,
d'une valeur
de **300\$**





Équipe 2026 - 2027



Cindy Viau
Directrice générale



Diana Mendoza Simonds
Chargée de projets et
communications



Veronica Lozano
Agente à l'accueil



Yann Morin
Criminologue -
Intervenant



Émilie Robidoux
Intervenante



Laurie Beauchamp
Intervenante



Gabriela Ovallé
Intervenante



Amaya Senso
Intervenante - Projet
développement d'activités



Sofia Ranke-Farro
Intervenante - Projet
populations vulnérables



Mollie Poissant
Avocat-e-Intervenant-e



Myriam Dupéré
Formatrice



Sarah Vandelannoitte
Projet communications

Stagiaires 2026 - 2027 :

- Amanda Valdes Gomez, Stagiaire en droit
- Anne Li Liu, Stagiaire en droit
- Estelle D'Amours, Stagiaire en sexologie
- Sandrine Way-Gagnon, Stagiaire en criminologie



Ça fait
pas partie
d'la job!