

Comment communiquer avec les femmes de 40 à 65 ans



Ce que nous préférons avant tout

En raison de nos nombreuses responsabilités, nous avons une importante charge mentale et peu de temps pour nous-mêmes. L'idéal est de nous joindre par des moyens que nous utilisons déjà ou dans des lieux que nous fréquentons. Ce qui nous intéresse, c'est une information claire, concise et adaptée à notre réalité.

Professionnels de la santé



Lieux de culte



Les meilleures façons de communiquer avec nous

Activités sociales et communautaires offertes dans notre arrondissement



(bibliothèque, cuisine collective, piscine)

Informations transmises par d'autres femmes de nos cercles sociaux



Activités familiales et tous les canaux d'information en lien avec nos enfants



Les visuels dans les endroits captifs (toilettes publiques, transport en commun)



Pour attirer notre attention

Il est préférable de nous communiquer un message pratico-pratique.

- ✓ Utiliser un vocabulaire accessible et adapté à notre quotidien
- ✓ Opter pour une tonalité positive et rassurante
- ✓ Aller directement au cœur du sujet
- ✓ Renforcer le message par des témoignages ou des récits de vie

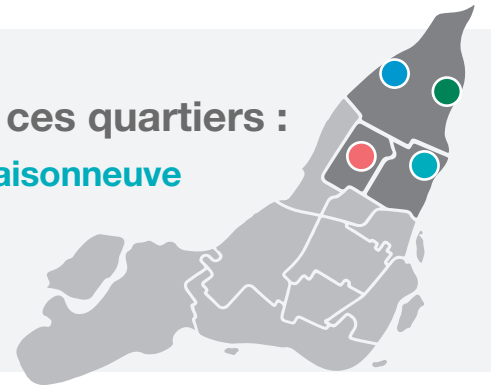
Faits saillants du rapport

« Portrait de la clientèle femme de 40 à 65 ans » rédigé par l'équipe de la Direction des communications en 2025.

Nous sommes plus de 105 000 femmes âgées de 40 à 65 ans sur le territoire

Nous demeurons principalement dans ces quartiers :

- **Mercier-Hochelaga-Maisonneuve**
- **Rivière-des-Prairies**
- **Pointe-aux-Trembles**
- **Saint-Léonard**



Notre connaissance des services de santé



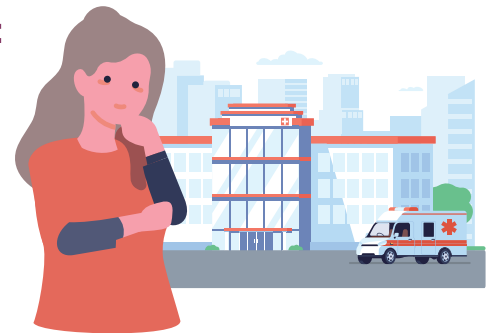
Concernant nos habitudes de consultation en santé

- Nous consultons souvent pour nos proches, mais moins fréquemment pour nous-mêmes, même lorsque nous en avons besoin.
- Notre réseau social joue un rôle clé dans nos décisions concernant notre santé.
- Nous faisons d'abord appel au pharmacien, en qui nous avons confiance, pour nous guider dans la gestion de nos préoccupations de santé.
- Le service 811 est un réflexe, mais son utilisation est inégale car nous jugeons le temps d'attente trop long.

Souvent, nous choisissons de nous rendre aux urgences, car nous avons la certitude d'y être prises en charge rapidement. Cependant, une grande partie de ces visites pourrait être évitée.

Les principales raisons qui nous incitent à nous rendre à l'urgence :

1. **Inquiétudes sérieuses pour notre santé :** Lorsque nous pensons que notre situation est urgente ou que nous avons des préoccupations importantes concernant notre bien-être.
2. **Impossibilité de fonctionner normalement :** Lorsque notre problème de santé, comme un mal de dos, nous empêche de mener à bien nos activités quotidiennes.
3. **Conseil d'un proche ou d'un professionnel de la santé :** Parfois, sur les recommandations d'un membre de la famille, d'une amie, ou d'un professionnel de la santé, nous nous rendons aux urgences.



Nos préférences médias

Nous sommes à la croisée des médias traditionnels et numériques



Télévision

Nous écoutons peu la télévision, sauf les bulletins de nouvelles de TVA et RC.



Applications

WhatsApp, La Presse+, Météomédia.



Journaux locaux



Radio communautaire



Médias sociaux

Nous apprécions Facebook pour trouver de l'information et de l'entraide.

Certaines d'entre nous ne sont pas connectées à Internet, il faut penser à nous joindre dans les lieux que nous fréquentons ou lors de nos activités.

