

Rapport d'activités 2019-2020



la Traverse
du Sentier

Table des matières

Contenu

Mot du conseil d'administration et de l'équipe de travail	1
Qui sommes-nous?	3
Faits saillants	6
Volet Groupe d'entraide	7
✧ Objectifs.....	7
- Nos services	7
- Nos activités	9
- Promotion – Prévention - Sensibilisation	13
- Partenariat et représentations	16
- Représentation	19
Volet Centre de jour.....	20
✧ Ses caractéristiques.....	20
✧ Ses objectifs.....	20
- Nos activités	20
Volet Accès/Soutien au logement.....	25
✧ Objectifs.....	25
- Nos services	25
- Partenariat-représentation	28
- Publicité	29
✧ Logements supervisés.....	29
Gouvernance et vie associative.....	30
✧ Vie associative et démocratique	30
- Réunions du conseil d'administration	30
- Assemblée générale annuelle	30
- Les membres du C.A	31
- L'équipe de travail	31

- Projets et stagiaires	31
- Lac à l'épaule	32
- Élaboration de politiques internes	32
- Évaluation de la qualité des services	33
✧ Gestion des ressources humaines	36
- Restructuration	36
- Comité de sélection du personnel	36
- Évaluation du personnel	36
- Formation du personnel	37
- Réunions d'équipe de travail	37
✧ Gestion financière	38
- Activités d'autofinancement « Levée de fonds »	38
- Gestion programme d'emploi	38
✧ Contribution de la communauté	39
- Remerciements sincères	39
✧ Statistiques	40
Priorités 2019-2020	41

Conception et rédaction : Équipe de travail

Mot du conseil d'administration et de l'équipe de travail

À vous chers membres et partenaires de La Traverse du Sentier

Cette dernière année 2019-2020 a une fois de plus laissé place à des changements positifs pour l'organisme et ses membres. Dans la continuité de notre plan d'action triennal, nous étions constamment à l'affût de mettre en place de belles activités et de beaux projets permettant de favoriser le rétablissement et le mieux-être des personnes qui franchissent les portes de notre organisme.

La Traverse du Sentier se fait toujours un devoir, voire une mission d'être un lieu où les membres y trouvent leur espace, créent des liens et reprennent du pouvoir sur leur vie. Et tout ceci entouré de valeurs importantes à l'organisme soit l'accueil, l'autonomie, la justice sociale, le respect, l'entraide et la solidarité.

Autant le conseil d'administration que l'équipe de travail s'investissent avec engouement afin de veiller au bien de l'organisme, mais surtout de ses membres. Même si le défi est parfois grand, ils demeurent présents et savent mettre à profit leurs expériences et compétences pour les biens de notre communauté. Au cours de la dernière année, le conseil d'administration s'est penché sur les enjeux prioritaires de La Traverse du Sentier. La santé mentale étant en constante évolution au niveau des pratiques et des approches et les besoins du milieu augmentant constamment, il devient important d'être ouvert aux différentes possibilités se présentant devant nous. Un énorme merci à Gaétane, Josée, Renée, Danny, Nathalie, Laurence et Suzie.

L'équipe de travail toujours aussi dévoué au quotidien sait accueillir chaleureusement les membres de La Traverse du Sentier avec respect, écoute, et bien sûr, une belle petite pointe d'humour. Cette année, Jennifer devant quitter l'organisme pour un congé de maternité, nous avons eu la chance d'accueillir Johana Kim au sein de l'équipe. Elle a su s'intégrer rapidement et apporter son petit grain de sel à l'organisme. Merci à cette belle équipe, Josée, Sylvie, Jennifer et Johana Kim, de faire la différence auprès des gens qui en ont grandement besoin. Cette année, nous avons également eu encore la chance de pouvoir compter sur notre bénévole dévoué, Michèle Drevet. Merci infiniment de permettre aux membres de bénéficier de ton expérience et de tes compétences. Enfin, à la barre de ce beau navire, Cynthia, qui malgré une absence de quelques mois, veille à ce que les personnes oeuvrant dans l'organisme y trouvent leur place au quotidien et qui a pour principal objectif le développement du potentiel de chacun. Sans compter qu'elle a toujours comme préoccupation le bien-être des membres et participants qui franchissent la porte de l'organisme. Sincères remerciements à toutes ces personnes qui s'investissent jour après jour au profit de La Traverse du Sentier.

Nous aimerions également remercier nos membres pour leur fidélité et souhaiter la bienvenue à ceux qui se sont joints à nous durant l'année. Merci également à nos partenaires du milieu qui sont des acteurs importants à la réalisation de notre mission. Enfin, merci à toutes les personnes qui ont participé à des projets d'employabilité, des stages et des projets PAAS ainsi que nos partenaires et toutes les personnes impliquées de près ou de loin, pour le soutien, l'encouragement et les services rendus.

En terminant, malgré la fin d'année frappée par la pandémie de la Covid-19 qui a demandé des ajustements, ainsi que l'année 2020-2021 qui s'annonce hors du commun, nous demeurons enthousiasme et confiant que nous saurons, ensemble, relevé les défis qui nous attendent.

À bientôt !

*Le conseil d'administration,
la direction et
l'équipe de travail*



Qui sommes-nous ?

HISTORIQUE

En 1982, soucieux de répondre aux besoins de toutes les personnes démunies, le Centre d'entraide bénévole de Nicolet met sur pied un projet visant à leur fournir un milieu de vie sur son territoire. Pendant près de 4 ans, La Ruche a survécu grâce à des projets de développement d'emploi et au soutien financier du C.E.B.N. puis elle s'est engagée dans un processus de désaffiliation menant à son accréditation d'OBNL le 6 mars 1986.

En 1991, suite au Plan Régional d'Organisation des Services en santé mentale, un volet bien distinct prenait forme au sein de La Ruche. C'était le premier noyau du Volet Groupe d'entraide formé de personnes ayant vécu des difficultés en santé mentale.

En 1994, afin de mieux répondre aux besoins sur le territoire de la MRC de Bécancour, La Ruche ouvrait un point de service à Fortierville qui fut fermé après 5 ans faute de clientèle suffisante et le vestiaire fut offert au CAB de Bécancour. Ainsi, depuis 1999, les intervenantes se déplacent dans différents endroits sur le territoire et offrent différents groupes, ateliers ou conférences selon les besoins.

En 2002, dans le cadre des orientations régionales en santé mentale, l'organisme reçoit le mandat de la Régie Régionale de la santé et des services sociaux pour le volet centre de jour et le volet Accès logement. Dans une dynamique communautaire, La Ruche offre du ressourcement, de l'accompagnement et beaucoup d'autres formes d'activités de par son volet Centre de jour qui bonifie sa mission et permet de développer des activités thérapeutiques, d'intégration sociale et de réadaptation. Le volet Accès logement permet de répondre aux besoins de la clientèle en appartements et vise l'autonomie en logements.

En mars 2007, une entente de services avec le C.S.S.S. de l'Énergie et l'acquisition d'un immeuble permettront d'offrir 3 logements de transition supervisée en continu 24/7, en plus d'un logement satellite, ainsi qu'un autre logement avec suivi ponctuel non subventionné. Ce service fut interrompu de septembre 2015 à janvier 2017 avec la signature d'un nouveau protocole avec le CIUSSS qui nous alloue 3 supervisions en logements.

En janvier 2012, le Club de Yoga du rire de Nicolet a vu le jour et se maintient. Et en juin 2016, notre animatrice Josée Lupien reçoit sa certification en Journal créatif et commence de nouveaux groupes pour le plus grand plaisir de nos membres.

En 2017, nous avons célébré nos trente-cinq années d'existence et d'implication dans la communauté et en août 2018, la Ruche Aire-Ouverte est devenue La Traverse du Sentier.

En somme, le leadership de La Traverse du Sentier, sur le territoire Nicolet-Yamaska et Bécancour, fait son chemin et laisse sa marque. Nous continuerons d'être à l'affût des besoins des gens dont la santé mentale est compromise, et d'être disponibles à la concertation locale, régionale et nationale.

MISSION

Organisme communautaire en santé mentale qui contribue à l'amélioration de la qualité de vie des personnes vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale ou des difficultés d'ordre émotionnel en leur proposant soutien et accompagnement dans leurs démarches vers un mieux-être.

OBJECTIFS

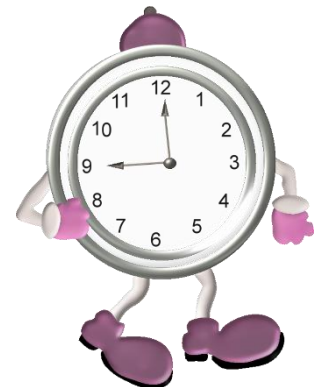
- ✓ Réaliser, dans un cadre communautaire et alternatif, des activités de promotion, de prévention, de développement des compétences, d'information sur les droits et d'intégration sociale pour les personnes aux prises avec des problématiques spécifiques en santé mentale.
- ✓ Offrir, en tant que Groupe d'entraide, un milieu d'accueil et de ressourcement qui stimule les personnes vivant ou ayant vécu la psychiatrie et/ou dont la santé mentale est compromise, et ce, en plus de faciliter les références aux ressources existantes sur notre territoire.
- Organiser des activités d'autofinancement.

TROIS VOLETS

- 1) *Groupe d'entraide*
- 2) *Centre de jour*
- 3) *Soutien au logement*

HEURES D'OUVERTURE

Mardi au vendredi : 8 h 30 à 16 h
 Bureaux ouverts : 5 jours sur 7 : 8 h 30 à 16 h
 Activités les soirs et fins de semaine à l'occasion.
 Services accessibles 46 semaines par année



TERRITOIRES DESSERVIS



MRC NICOLET-YAMASKA

NICOLET | PIERREVILLE | ST-CÉLESTIN | ST-LÉONARD | STE-PERPÉTUE | LA VISITATION | STE-MONIQUE | ST-FRANÇOIS-DU-LAC | ST-ZÉPHIRIN | BAIE-DU-FEBVRE | GRAND ST-ESPRIT |

POPULATION | 23 290

MRC DE BÉCANCOUR

BÉCANCOUR | ST-SYLVÈRE | PARISVILLE | STE-SOPHIE-DE-LÉVRARD | WÔLINAK |

POPULATION | 20 555



Faits saillants

PROJET IMMOBILIER

Cette année, nous avons poursuivi les démarches de notre projet immobilier dans le but d'acquérir une bâtisse pour loger notre organisme, l'objectif étant de créer un milieu de vie favorisant l'intégration sociale et permettant d'accueillir davantage de personnes dans le besoin. Dans le cadre de ce projet, nous sommes toujours à la recherche d'une bâtisse adéquate avec les défis qui se présentent à nous. À ce jour, nous sommes toujours à la recherche de cet endroit, mais nous espérons grandement réaliser notre objectif dans l'année 2020-2021.

BELL CAUSE POUR LA CAUSE

Cette année, en collaboration avec la Fondation de santé BNY et La Chrysalide, nous avons obtenu un financement de 25 000 \$ de Bell cause pour la cause afin de nous permettre d'offrir les ateliers J'avance de Revivre et ce, gratuitement. La Fondation de santé BNY est la fiduciaire du montant.

MISE À JOUR DU SITE WEB ET DES OUTILS PROMOTIONNELS

Cette année, avec le changement de dénomination sociale de l'organisme, nous avons procédé à une révision complète de nos outils promotionnels ainsi que de notre site internet. Nous avons donc refait le logo, les dépliants, la bannière rétractable ainsi que notre site web et notre page Facebook. Notre nouvelle image étant maintenant disponible, nous avons pu commencer à distribuer nos nouveaux dépliants. De plus, nous avons publicisé notre nouveau site web.

MISE À JOUR DU MEMBERSHIP

Cette année, nous avons procédé à une mise à jour de nos critères d'admissibilité et nous avons également procédé à une mise à jour de nos membres. Certains, ne ressentant plus le besoin immédiat de fréquenter l'organisme, ont préféré ne pas renouveler et nous recontacter en cas de besoin.

COVID-19

La fin de notre année 2019-2020 a été marquée par le début de la crise sanitaire décrété par le gouvernement en date du 13 mars, en lien avec la Covid-19. Cette crise sanitaire a amené une interruption de nos services pour les deux dernières semaines du mois de mars. Elle était aussi annonciatrice d'une période d'adaptation et de nombreux changements dans notre fonctionnement pour l'année 2020-2021.

Volet Groupe d'entraide

Notre Groupe d'entraide est un milieu de vie et d'appartenance, une ressource alternative en santé mentale qui réalise des activités d'accueil, d'entraide mutuelle, de support, d'écoute, d'information, de formation et de référence, ainsi que des activités récréatives, sociales et culturelles. L'appui apporté peut être psychologique, matériel ou technique.

La Traverse du Sentier est une ressource qui valorise la vie associative, puisqu'elle constitue une véritable « école de la citoyenneté ». De par nos liens avec la collectivité, notre adaptabilité et notre ingéniosité répondent aux besoins des gens, et aussi par la démocratie du pouvoir décisionnel qui se veut équitable partagé entre les membres. Les intervenantes et le Conseil d'administration, nos activités et nos services émergents en majorité du vécu et des besoins.

✧ Objectifs

- ☑ Briser l'isolement et la stigmatisation
- ☑ Milieu de vie et d'appartenance
- ☑ Promotion et défense des droits
- ☑ Volontariat
- ☑ Réappropriation du pouvoir par l'implication (peu de hiérarchie)

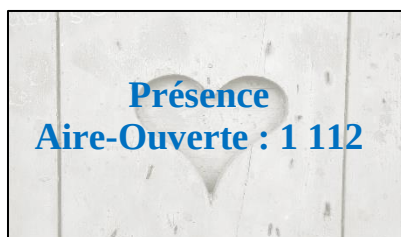
- Nos services

INFORMATION

Nous répondons aux demandes d'informations sur nos services et la santé mentale, les droits et les services qui existent sur notre territoire. Des visites ont également lieu sur notre site web et nos membres nous suivent aussi sur Facebook.

ACCUEIL

Que ce soit pour jaser, s'inscrire à une activité, ou encore pour obtenir des informations, pour faire un emprunt au Centre de documentation ou même pour rencontrer une intervenante, notre accueil est toujours chaleureux. Une personne est désignée à l'Aire-Ouverte pour accueillir les membres. Lors d'une première rencontre, une intervenante informe la personne des services offerts, elle remplit un questionnaire et lui remet une pochette d'accueil. Elle peut ainsi prendre connaissance de notre code de vie, des règlements généraux, du code d'éthique et de tous les différents services disponibles et devenir membre de La Ruche.



ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

L'étendue du territoire couvert par nos services étant importante, beaucoup d'écoute téléphonique est faite avec nos membres et les gens de la population. Nous transmettons ainsi de l'information et nous offrons de la relation d'aide ponctuelle. Les gens téléphonent aussi pour s'inscrire aux activités et utilisent de plus en plus Facebook ou les réseaux sociaux.

Écoute téléphonique : 602

SERVICE DE RELATION D'AIDE INDIVIDUELLE

Il est offert au moment opportun, lorsqu'une personne en ressent le besoin et de façon imprévue. Nous pouvons lui indiquer les différentes ressources disponibles dans la région, afin de permettre une amélioration de sa situation.

**Interventions directes
et téléphoniques
Total des interventions : 2 239**

ACCOMPAGNEMENT/RÉFÉRENCES

Étant un milieu de vie, l'accompagnement à l'intérieur de notre ressource est une action inconditionnelle dans notre approche. Elle se fait souvent avec la participation des membres présents. L'accompagnement d'un membre dans une démarche personnelle se fait aussi afin de leur redonner confiance. De plus, l'approche globale nous amène souvent à référer à des services plus appropriés pour répondre aux besoins et/ou enrichir une démarche, par exemple: La Nacelle, La Collective des femmes, La Relance, La Ressource d'aide alimentaire, le CIUSSS et plusieurs autres.

**Références : 62
Accompagnement : 5
Total : 67**

CENTRE DE DOCUMENTATION

Volet Groupe d'entraide

Notre Centre de documentation, ouvert à toute la communauté, comprend: livres, disques compacts, cassettes audio, vidéocassettes, dépliants, des témoignages, ainsi que revues et recueils de textes en relation avec la santé mentale. Les emprunts au Centre de documentation sont gratuits et la personne bénéficie d'un mois pour les consulter.



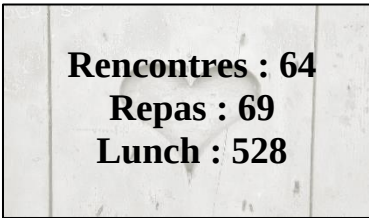
Nombre de prêts : 14

SOUTIEN D'APPOINT

Du soutien sous forme de rencontre individuelle avec une intervenante est apporté aux membres lors de gestion de budget, de règlement de conflit, pour compléter des formulaires ou des démarches, et autres.

- Nos activités**REPAS PARTAGE/LUNCH**

Les Repas Partage et lunch ont eu lieu les mercredis et vendredis. La préparation nous permet de partager des trucs culinaires, des recettes économiques, de découvrir d'autres aliments et même de réinventer la cuisine. Pour les personnes vivant seules en logement, elles peuvent rapporter à la maison les portions restantes. Pour plusieurs, le Repas Partage sera souvent le seul repas complet et équilibré de la semaine. Lors des journées « lunch », les membres étaient invités à apporter un repas équilibré afin de partager avec leurs pairs autour d'un petit repas. Cette année, nous avons apporté comme variante à cette activité des repas partage au restaurant. Ils avaient lieu sous forme de déjeuner ou dîner-causerie et l'organisme payait une partie du repas des participants afin de favoriser la participation de tous.



Rencontres : 64
Repas : 69
Lunch : 528

EXPLORATION ALIMENTAIRE

Cette année, nous avons poursuivi des activités d'exploration alimentaire ayant pour objectif de faire découvrir aux membres des nouveaux aliments à des coûts abordables et dans un contexte de saines habitudes de vie. De plus, cette activité permet de favoriser l'entraide, de briser l'isolement tout en développant une certaine autonomie.



Rencontres : 7
Présences : 27

ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES ET D'ENTRAIDE

Ces activités visent à créer ou à maintenir des liens de soutien fonctionnel et émotif ainsi que des liens d'amitié afin de fortifier son réseau social. Ces activités visent à enseigner aux membres à vivre avec les normes sociales de leur milieu. Elles développent également la tolérance face à la frustration.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre de rencontres	Personnes différentes
Activités ludiques	103	30	15
Comité repas (préparation)	69	6	14
Film et collation	68	7	11
Activité de Noël	23	1	23
Bingo	62	7	12
Comité organisateur	7	1	7
Atelier bricolage	95	12	13
Décoration salle	9	2	5
Vie active	136	28	10
Mandala	5	1	5
Activité libre d'entraide	5	1	5
Décoration	4	1	4
Chanter c'est santé	44	5	13
Carte à découvrir	9	1	9
Activité pensées positives pour la Saint-Valentin	7	1	7
Crème glacée à la Traverse	12	1	12
Journée retrouvaille	9	1	9
Activité départ stagiaire	10	1	10
Activité : Viens nous raconter tes vacances	8	1	8
Activité : Viens nous raconter ta fin de semaine	15	4	7
Ressourcement	17	1	17
Total	717	112	N/A

ACTIVITÉS LUDIQUES

Les membres aiment bien jouer aux cartes, aux dés et à des jeux de société. Les joueurs en profitent pour se taquiner, rire un bon coup et surtout, bien occuper leurs pensées. Il est dit que lorsque l'esprit est occupé par une chose qui nous intéresse cela apporte la santé. Cette activité se fait souvent à l'improviste, avant ou après les ateliers afin de se détendre et se divertir.

COMITÉ REPAS

Le comité est formé de membres actifs. L'objectif est de participer au choix des repas, de faire les achats et de préparer les repas. C'est une belle façon de s'approprier du pouvoir et de participer à la vie de l'organisme.

COMITÉ ORGANISATEUR

Le comité est formé de membres actifs. Il a lieu 3 fois l'an. L'objectif est de sortir des idées d'activités sociales, culturelles, loisirs, ainsi que des idées d'ateliers de ressourcement, c'est une façon de s'approprier du pouvoir et une participation à la vie associative et démocratique de La Traverse du Sentier.

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Des ateliers d'exploration de l'art sont offerts régulièrement aux membres. Le but est de développer des habiletés manuelles et de toucher leur créativité en s'exprimant par l'imagerie intérieure propre à chacun.

LIENS D'ENTRAIDE

Divers événements vécus par les membres ou leurs familles sont soulignés par les membres et l'équipe de La Traverse du Sentier par l'envoi de mots réconfortants ou d'un appel téléphonique afin d'offrir du support au besoin. Lors de l'anniversaire d'un membre, une carte fabriquée à la main par les membres est envoyée à chacun avec un petit mot personnalisé et un billet pour un repas partage gratuit offert en cadeau par La Traverse du Sentier. Nous tenons à remercier Louise Dépeault pour la gestion rigoureuse des envois de cartes d'anniversaire cette année, ainsi que Renée Lair, pour leur grande disponibilité.

ACTIVITÉS PLEIN AIR ET SORTIES

Ces activités ont pour but de se remettre en forme physiquement, de diminuer le stress et l'anxiété, d'acquérir de saines habitudes de vie, de développer la capacité à se détendre et gérer le stress. Elles permettent également de briser l'isolement et favorisent une intégration sociale.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre de rencontres	Personnes différentes
Souper Amitié (1 soir/mois)	76	8	19
Marche/Café/Cornet	145	26	15
Restaurant et magasinage	50	4	16
Cabane à sucre	ANNULÉ	ANNULÉ	ANNULÉ
Pique-nique	16	2	8
Les passerelles (Nicolet)	30	5	10
Total	317	45	N/A

SOUPER AMITIÉ OU ACTIVITÉ 4 À 6 DU GROUPE D'ENTRAIDE

À raison d'un soir par mois à Bécancour ou à Nicolet, cette activité permet aux membres de se rencontrer dans un contexte différent de l'organisme. Ils peuvent ainsi développer ou consolider des liens d'amitié et d'entraide. Les thèmes abordés lors du repas sont diversifiés et légers.

ACTIVITÉS CULTURELLES

Ces activités visent la participation des membres à la vie communautaire, à créer des liens d'amitié et à découvrir de nouveaux horizons.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre de rencontres	Personnes différentes
Bibliothèque	56	7	11
Musée des Abénakis	4	1	4
Visite au Centre funéraire	5	1	5
Forges du Saint-Maurice	11	1	11
Visite du magasin Bio-en- vrac	7	1	7
Total	83	11	N/A

Nombre de personnes différentes ayant fréquenté le groupe d'entraide :



ÉVALUATION DES SERVICES ET ACTIVITÉS



Nous nous faisons un devoir de procéder à l'évaluation de nos services et nos activités après chaque session en remettant un questionnaire aux participants. Dans certains cas, les évaluations et commentaires sont recueillis de façon spontanée et verbale.

- Promotion – Prévention - Sensibilisation

C'est un aspect très important, car comme ressource alternative nous mettons l'accent sur la participation de la personne à l'amélioration de son état de santé mentale, et sur son apport à la communauté. Compte tenu de l'étendue du territoire et des demandes reçues pour de l'information de la part de divers groupes sociaux et communautaires, nous offrons de faire de la promotion-prévention-sensibilisation en nous déplaçant à divers endroits sur le territoire afin de rencontrer le plus de personnes possible (groupes, entreprises, etc.).

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'activité
Le lien entre le corps, émotions et pensées (Bell cause)	12	1
Projet Mèresveilles – Journal créatif	5	1
Total	17	2



SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE | 6 AU 12 MAI 2019

Découvrir c'est voir autrement

À propos de la thématique de la Semaine nationale de la santé mentale 2019

Le thème de cette année est « Découvrir c'est voir autrement ». Le visuel reprend la pile utilisée lors de la campagne précédente, car Découvrir fait partie des 7 astuces pour se recharger. Le visuel démontre que lorsque l'on explore un peu plus loin, on peut voir différents aspects d'une même chose.

Conférence de presse | 8 mai 2019

Conférence de presse à l'Hôtel de Ville de Nicolet en collaboration avec les organismes communautaires en santé mentale du territoire Bécancour-Nicolet-Yamaska, La Chrysalide, La Passerelle et La Traverse du Sentier pour dévoiler le thème et le visuel de la Semaine nationale de la santé mentale 2019 et l'activité organisée sur le territoire. **25 personnes** étaient présentes.

Activité de sensibilisation | 6 juin 2019

Pièce de théâtre de la troupe Parminou : « *Un regard qui dérange* » qui s'est déroulé à l'église multifonctionnelle de Bécancour et qui était organisée par les organismes en santé mentale et le ROBMS. **66 personnes** étaient présentes.

JOURNÉE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE | 10 OCTOBRE 2019

Dans le cadre de la journée nationale de la santé mentale, en collaboration avec la Chrysalide, nous avons fait une journée de ressourcement avec au programme une séance de Qi Gong ainsi qu'une marche méditative. Le tout avait pour but d'apporter un bien-être aux participants. **25 personnes** étaient présentes.

JOURNÉE BELL CAUSE POUR LA CAUSE | 29 JANVIER 2020

Dans le cadre de la journée, Bell cause pour la cause, nous avons invité la personne-ressource Katia Hamel. Celle-ci a fait un atelier sur le lien entre les émotions, le corps et les pensées. En plus, elle a apporté des outils aux participants pour diminuer le stress. **12 personnes** étaient présentes.

OUTILS PROMOTIONNELS ET SITE WEB

Cette année, avec le changement de dénomination sociale de l'organisme, nous avons eu une mise à jour de nos outils promotionnels ainsi que de notre site internet. Nous avons donc de nouveaux dépliants, une nouvelle bannière rétractable ainsi que notre site web et notre page Facebook.

JOURNAL LA TRAVERSE

Cette année, avec le changement de notre dénomination sociale, notre journal a fait peau neuve. Nous avons en effet revisité notre journal afin de pouvoir informer et sensibiliser nos participants et la population. Nous avons d'ailleurs fait la distribution de notre journal aux endroits suivants :

- Salle d'attente du CIUSSS MCQ secteur Nicolet et Gentilly
- Bureaux de dentiste
- MRC de Bécancour et MRC de Nicolet-Yamaska
- Cliniques médicales
- Centre de formation aux adultes
- Ainsi que différents commerçants du territoire

En tout, c'est **20 exemplaires** dans **15 endroits différents** qui ont été distribués.

PUBLICITÉ



Notre organisme diffuse de l'information sur la santé mentale par le biais de **conférences**, de **publicités** ainsi que par la distribution de dépliants dans la communauté. Notre ressource est inévitablement un lieu de prévention et de sensibilisation, et ce, au quotidien.

La Traverse du Sentier bénéficie d'une grande visibilité par le biais de plusieurs publicités. Toutes nos conférences offertes à la population paraissent dans les journaux locaux. Également par la distribution de nos **dépliants avec notre nouvelle image**. Cette année, nous avons été en mesure d'en distribuer **150** dans près de **30 endroits** différents : **Salle d'attente du CIUSSS MCQ secteur Nicolet et Gentilly, bureaux de dentiste, MRC de Bécancour et MRC de Nicolet-Yamaska, cliniques médicales, Centre de formation aux adultes, organismes communautaires ainsi que différents commerçants du territoire**. Notre **calendrier d'activités** est envoyé par courriel à nos partenaires et donné à nos membres. Il est également disponible sur notre page Facebook.

Facebook

Nous diffusons beaucoup d'informations via notre page Facebook s'adressant autant à nos membres qu'à la population en général.



- Partenariat et représentations

- *Initier ou participer, de concert avec les partenaires du milieu, à des projets communs visant l'atteinte d'objectifs et de résultats collectifs favorisant le mieux-être de la communauté dans le respect de la mission et de l'autonomie de chacun.*

CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE DE NICOLET-YAMASKA (CDC N-Y)

La CDC de Nicolet-Yamaska, a comme mission d'unir, d'agir, de soutenir et de développer le mouvement communautaire. Elle est très dynamique et bien ancrée au sein de la communauté.

COMITÉ AVISEUR

En plus de répondre à tous les mandats de sa mission, elle gère un édifice « Le Centre Gabrielle Granger » où nous siégeons, qui réunit les locataires du Centre Gabrielle Granger et qui propose des pistes de solutions pour son bon fonctionnement. Cette année, nous avons pris part à **2 rencontres**.

TABLE DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE AUTONOME (TDCA)

La TDCA est une table qui réunit tous les membres de la CDC N-Y afin de faire circuler l'information relative au mouvement communautaire, assurer la concertation et la représentation des membres auprès des différentes instances. Nous avons participé à **1 rencontre** durant l'année.

DÉJEUNERS-CAUSERIES

Cette année, lors des rencontres de TDCA, il a été déterminé de mettre en place des déjeuners-causeries afin de nous permettre de mieux nous réseauter et d'échanger sur certains sujets nous intéressant. Nous avons participé à **2 rencontres** durant l'année.

CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE DE BÉCANCOUR (CDC BÉCANCOUR)

La CDC de la MRC de Bécancour regroupe ces organismes afin de mieux cerner les enjeux, les besoins et les priorités du milieu. Elle valorise et développe l'action communautaire en favorisant l'échange d'information, de services et d'expertises proposant ainsi des pistes de solution aux problèmes vécus par les organismes communautaires.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

La directrice générale siège au conseil d'administration de la CDC Bécancour depuis mai 2018. Elle a pris part à **5 rencontres** durant l'année.

TABLE DE CONCERTATION COMMUNAUTAIRE DE BÉCANCOUR (TCCB)

Par ses actions, la CDC de la MRC de Bécancour accroît la crédibilité et la visibilité des organismes présents sur son territoire, représente et elle défend les intérêts de ses membres dans les diverses instances. Cette année, les principaux dossiers traités ont été la concertation des membres, les délégations, l'austérité. Nous n'avons participé à **aucune rencontre** durant l'année.

DÉJEUNERS-CAUSERIES

Cette année, lors des rencontres de TCCB, il a été déterminé de mettre en place des déjeuners-causeries afin de nous permettre de mieux nous réseauter et d'échanger sur certains sujets nous interpellant. Nous avons participé à **2 rencontres** durant l'année.

REGROUPEMENT DES ORGANISMES DE BASE EN SANTÉ MENTALE (ROBSM 04-17)

Cette année fut une autre année de continuation au regroupement, pour les dossiers tels que « Contrer la stigmatisation » et les assemblées d'orientation du ROBSM en plus de tous les dossiers qui arrivent des différentes tables sectorielles et le soutien ponctuel. Nous avons participé à **2 rencontres** cette année.

CONSEIL D'ADMINISTRATION DU ROBSM

La directrice générale est devenue membre du conseil d'administration du ROBSM en juin 2018. Nous avons participé à **4 rencontres**, du conseil ou en tant que représentants du CA, durant l'année.

TABLE SECTORIELLE GROUPE ENTRAIDE-CENTRE DE JOUR DU ROBSM

La table sectorielle regroupe les sept organismes d'Entraide et Centre de jour œuvrant en santé mentale dans les régions 04 et 17. Cette année, nous avons élaboré un plan d'action nous permettant une plus grande efficience. Il fut élaboré à la suite la définition de notre ADN en tant qu'organisme en santé mentale afin de poursuivre les travaux s'y rattachant. Nous avons participé à **4 rencontres** durant l'année.

Comité ADN

Ce comité a été mis sur pied dans le cadre de la définition de notre ADN dont la direction générale prenait part. Il avait pour but d'établir des pistes d'action en fonction des résultats de notre ADN, dont l'élaboration d'un plan d'action. Il devait également permettre de constituer un document de présentation de nos enjeux pour la journée régionale ROBSM/CIUSSS MCQ (direction santé mentale). Elle a participé à **3 rencontres** afin de mettre sur pied le projet et planifier la journée de réflexion.

TABLE ACCÈS/SOUTIEN AU LOGEMENT DU ROBSM

Cette année, la Table Accès/Soutien au Logement a poursuivi les dossiers tels que le financement du soutien en logement et le logement supervisé. Nous continuerons à faire valoir aux différents interlocuteurs nos apports dans ces domaines grâce à notre plate-forme et au nouvel outil de promotion. De plus, nous avons eu des discussions concernant un projet SBNI en Mauricie et au Centre-du-Québec. Cette année, nous avons pris part à **4 rencontres**.

TABLE INTERSECTEUR

Cette année, la direction générale a pris part aux rencontres de la table intersecteur du ROBMS en tant que déléguée de la Table Entraide et Centre de jours. Elle a participé à **2 rencontres**.

TABLE CLINIQUE INTERSOLUTION DU GROUPE D'ENTRAIDE

Partage d'outils cliniques avec les intervenants du groupe d'entraide de la région 04-17. Nous avons pris part à **2 rencontres**.

TABLE RLS – SANTÉ MENTALE DÉPENDANCE (PROJET CLINIQUE DU CIUSSS)

En partenariat avec le CIUSSS-MCQ, nous avons pris part à **2 rencontres** cette année afin de mettre en place le plan d'action et établir les priorités afin d'orienter les mandats des 3 tables soit : le PSI, la Promotion/sensibilisation et la Trajectoire prévention suicide. Nous participons au comité coach PSI (**2 rencontres**) et à la Table Promotion (**1 rencontre**).

PROJET J'AVANCE REVIVRE – BELL CAUSE POUR LA CAUSE

Cette année, nous avons obtenu un financement par le biais de Bell cause, dans le cadre du projet des ateliers Revivre. Nous avons établi un partenariat avec La Chrysalide et la Fondation de santé BNY : la fondation étant fiduciaire du projet et La Chrysalide, partenaire dans la tenue des ateliers. Nous avons tenu **1 rencontre** afin de monter notre projet. Ce financement nous permettra d'offrir gratuitement les ateliers pour la première année. Les ateliers ont débuté en janvier 2020.

Centre Local d'Emploi – Encadrement de projets PASS

Ce sont des projets d'employabilité où le participant doit atteindre des objectifs précis dans le but de développer des aptitudes pour intégrer le marché du travail. Il reçoit de l'encadrement par l'intervenante et un suivi de la direction. De plus, il bénéficie de formations ciblées offertes par les différents partenaires du milieu. Cette année, un participant a été admis d'août 2019 à mars 2020. Nous avons eu **2 rencontres** avec le CLE.

AUTRES RENCONTRES DE PARTENARIATS

Avril et mai 2019, nous avons eu **4 rencontres** de planification avec La Chrysalide et La Passerelle dans le cadre d'activités de la Semaine nationale de la santé mentale

23 avril 2019, rencontre, avec La Chrysalide et M. Serge Boisvert du CIUSSS MCQ pour le transfert des protocoles de logements supervisés (LSA).

28 mai 2019, rencontre, avec La Passerelle, du Projet « Perlons-nous » de la locomotive du ROBMS.

Mai 2019, rencontre de partenariat en santé mentale avec La Chrysalide, la Fondation de santé BNY et Normand Vachon du CIUSSS MCQ dans le cadre d'un continuum de services.

Volet Groupe d'entraide

Mai 2019, 2 rencontres avec La Passerelle et le ROBBSM pour explorer la possibilité de faire l'acquisition d'une bâtisse regroupant les 3 organismes.

27 août 2019, 3 rencontres de remue-méninges avec La Chrysalide dans le but de créer un événement annuel dans le cadre de la semaine nationale de la santé mentale, et ce, sous forme d'activité de sensibilisation et d'autofinancement.

8 octobre 2019, rencontre de présentation de services et de nos besoins à la direction de la CDC de la MRC de Bécancour.

- **Représentation**

- *Être le porte-parole de l'organisme, assurer une visibilité et défendre les intérêts liés à la santé mentale auprès des instances appropriées.*

TABLE DU REGROUPEMENT DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (TROC MCQ)

Le **11 juin 2019**, nous avons pris part à l'assemblée générale annuelle de la TROC.

De **juillet à octobre 2019**, la directrice générale a pris part au comité de formation de la TROC. Il y a eu **4 rencontres**.

AUTRES RENCONTRES DE REPRÉSENTATION

Le **10 juin 2019**, nous avons pris part à l'assemblée générale annuelle de la CDC de Bécancour.

Les 18 et 28 juin 2019, nous étions présents lors de l'assemblée générale annuelle du ROBBSM, à Bécancour et de l'assemblée générale spéciale à Nicolet.

Le 20 juin 2019, nous étions présents lors de l'assemblée générale annuelle de la CDC de Nicolet-Yamaska.

10 septembre 2019, nous avons pris part à la conférence de presse du ROBBSM pour l'annonce de leur spectacle-bénéfice.

Le 5 novembre 2019, nous avons pris part à la conférence de presse annonçant les financements de « Bell cause pour la cause » dans la région.

Volet Centre de jour

Le centre de jour est un service qui offre, le jour, le soir ou la fin de semaine des activités thérapeutiques, de réadaptation et d'intégration sociale. Il a pour but de développer ou de maintenir le potentiel de chacun tout en favorisant la réinsertion sociale à l'aide d'activités de croissance et de soutien, et des activités artistiques et récréatives.

Il a pour mission le maintien de l'autonomie biopsychosociale de la personne par des activités de prévention et des activités thérapeutiques. Il vise donc le maintien des capacités motrices, sensorielles, cognitives et psychologiques. Tout en favorisant le maintien des acquis et de l'autonomie des personnes.

✧ Ses caractéristiques

- Les activités sont principalement de groupe
- Milieu d'intégration sociale
- Vise l'atteinte d'objectifs spécifiques
- S'inscrit dans une structure et une durée d'intervention organisée
- La présence d'intervenants est nécessaire
- Milieu de vie formel

✧ Ses objectifs

- Développer l'autonomie de la personne
- Accroître ou maintenir les acquis au niveau de l'autonomie biopsychosociale, fonctionnelle et cognitive
- Intégrer l'individu dans la communauté sur le plan social
- Contribuer à maintenir un équilibre biopsychosocial
- Promouvoir la santé globale et prévenir la détérioration
- Briser l'isolement et permettre la socialisation avec des pairs.

- Nos activités

ACTIVITÉS THÉRAPEUTIQUES

Processus individuel ou de groupe qui vise à l'amélioration et/ou le maintien de l'équilibre émotionnel et psychologique de la personne aux prises avec des problèmes de santé mentale.

GROUPE DU YOGA DU RIRE

Le yoga du rire combine des exercices de rire combinés à des respirations yogiques. Ces exercices sont pratiqués en groupe avec le regard de l'espièglerie. Le rire apporte des bienfaits à l'être humain tant en ce qui concerne l'aspect physiologique, psychologique et relationnel. En voici quelques-uns : antidote au stress, réduction de l'anxiété, renforcement du système immunitaire, massage des organes internes, réduction de la tension artérielle, atténuation de la douleur, accroissement de la confiance en soi, etc.

GROUPE "L'EXPRESSION PAR L'ÉCRITURE"

Écrire, c'est... s'amuser avec les mots. Se donner du temps. S'arrêter sur ses pensées, ses émotions, ses attentes et ses besoins. Écrire sur ses pensées, ses émotions, ses attentes et ses besoins. Écrire, c'est ... s'écouter, se confier, se regarder vivre... Se comprendre mieux, s'aimer mieux. La feuille de papier attend vos confidences!

Points forts de cette activité :

- La joie d'écrire, de créer, d'échanger nos résumés.
- Plus de connaissance de soi par mes écrits, beaux échanges par le partage des textes.
- Toujours un grand plaisir et aussi la recherche d'un bien-être intérieur par le dévoilement.
- L'intériorisation de mon être, la découverte de mon moi, la découverte de l'autre, la créativité, le partage.
- La créativité dans l'approche de l'écriture, le plaisir de se lire et d'entendre les autres, la confiance établie dans le groupe, ouverture spontanée et riante.

JOURNAL CRÉATIF

Le journal créatif est une approche dynamique visant à favoriser l'expression et l'exploration de soi. C'est un journal intime non conventionnel où le dessin spontané, l'écriture, le collage et le jeu se côtoient et interagissent de façon à maximiser l'accès au monde intérieur et aux réponses qui s'y trouvent. C'est un outil concret et accessible pour tous !

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Club du Yoga du rire	15	3	7
Groupe d'écriture	24	3	9
Conseil beauté (Prendre soin de soi)	13	1	13
Groupe journal créatif	54	14	5
Total	106	21	N/A

ACTIVITÉS DE RÉADAPTATION PSYCHOSOCIALE

Processus qui facilite le retour d'un individu à un niveau optimal de fonctionnement autonome dans la communauté.

QI-GONG

Les rencontres de groupe valorisent les gestes simples afin d'amener le corps et l'esprit à un état de tranquillité et de calme.

Le Qi-Gong permet :

- de tonifier notre corps et apaiser notre esprit
- de diminuer notre stress
- de soulager les douleurs physiques et émotives en douceur
- de ressentir un mieux-être.

ATELIERS J'AVANCE - REVIVRE

Les ateliers autogestion J'avance s'inscrivent dans une démarche de groupe et offrent aux personnes l'opportunité de reprendre du pouvoir d'agir sur sa santé. Le contenu didactique a été créé par des experts, des chercheurs, des intervenants ainsi que des utilisateurs de services.

L'autogestion permet de se connaître, s'évaluer, choisir et agir pour une meilleure santé mentale. Le centre de l'excellence nationale en santé mentale approuve grandement cette démarche. Elle se veut novatrice et a déjà fait ses preuves.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Journée Mieux-être	10	1	10
Santé spirituelle	8	1	8
Journées ressourcements	22	3	10
Qi-gong et découverte alimentaire	380	32	22
Total	420	37	N/A

ACTIVITÉS DE MAINTIEN DES ACQUIS

Processus qui permet le maintien des compétences acquises par l'individu dans son processus de rétablissement et d'intégration sociale au niveau de l'autonomie biopsychosociale, fonctionnelle et cognitive.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Suivi Groupe émotions	16	4	4
Prévention coups de chaleur	7	1	7
Objectifs personnels	13	1	13
Les besoins fondamentaux	6	1	6
Solitude ou isolement	11	1	11
Estime de soi à la carte	11	1	11
Une saine alimentation	7	1	7
Approche globale	3	1	3
Relaxation	6	1	6
Quand vient le temps des fêtes	8	1	8
Démystifier le rôle des médicaments	11	1	11
L'ouverture du cœur	8	1	8
Total	107	15	N/A

ACTIVITÉS D'INTÉGRATION SOCIALE

Processus qui a pour but de faire évoluer en groupe l'individu isolé dans le but de créer des échanges avec son environnement.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Guérir les blessures intérieures	130	6	26
Séance information Madone	7	1	7
Ressourcement Madone	7	1	7
Total	144	8	N/A

*Note : certaines de nos activités, même si elles sont sélectionnées dans un type d'activité spécifique, peuvent rejoindre plus d'un type d'activité en fonction des objectifs.

Nombre de personnes différentes ayant fréquenté le centre de jour :



ÉVALUATION DES ACTIVITÉS



Nous nous faisons un devoir de procéder à l'évaluation de nos activités après chaque session en remettant un questionnaire aux participants. Dans certains cas, les évaluations et commentaires sont recueillis de façon spontanée et verbale.



Merci à notre fidèle bénévole,
Mme Michèle Drevet pour son
implication dans l'animation de
groupe

Heures bénévoles : 70

Volet Accès/Soutien au logement

✧ Objectifs

Le soutien au logement a pour finalité le maintien au logement. Il vise à améliorer les conditions de vie et maintenir les acquis de la personne qui présente un problème de santé mentale. Les différents professionnels de la santé et des services sociaux jouent un rôle déterminant dans l'appropriation du pouvoir et cela implique des liens de partage de l'information. Le soutien au logement vise trois axes d'intervention qui sont en interaction.

L'approche spécifique du soutien au logement consiste à :

- Créer un lien significatif;
- Élaborer un plan de vie;
- Harmoniser des relations avec le voisinage;
- Aider à l'accès à des prestations ou subventions reliées au maintien en logement;
- Aider aux négociations avec le propriétaire;
- Offrir du soutien téléphonique;
- Offrir du soutien à la recherche d'un nouveau logement;
- Mobiliser la personne autour des services publics et services communautaires disponibles pour maintenir une bonne hygiène de vie;
- Favoriser l'évolution et maintien des acquis afin de favoriser le maintien en logement autonome;
- Favoriser l'arrimage avec les partenaires et références (suivis intensifs, organismes communautaires, réseau public, centre de jour, etc.).

- Nos services

ACCUEIL

Un accueil chaleureux est offert à la personne vivant une problématique en santé mentale et qui a besoin d'aide pour toutes situations vécues en logement, ou pour la personne désirant en acquérir un. Des rencontres individuelles permettent de bien cerner le besoin de chacun.

INFORMATIONS

Nous informons la personne sur les droits et devoirs des propriétaires et locataires ainsi que sur tout autre service qui existe sur notre territoire pouvant les aider à se maintenir dans leur logement.

Volet Accès/Soutien au Logement

RÉFÉRENCES

Nous travaillons avec plusieurs partenaires et nous les impliquons dans les démarches qui peuvent aider une personne à déménager ou à se maintenir en logement tel : le Centre local d'emploi, la Régie du logement, la Chrysalide, le programme d'Allocation logement, le CIUSSS, etc.

ACCOMPAGNEMENT EN RECHERCHE DE LOGEMENT

Nous accompagnons la personne dans sa recherche de logement et nous sommes disponibles pour les visites. Nous pouvons également la seconder afin de remplir une demande dans un HLM.

CENTRE DE DOCUMENTATION

Nous avons plusieurs documents disponibles pour la personne qui désire partir en logement afin d'avoir des outils pour gérer son budget ou recevoir des informations sur les programmes reliés au logement.

RÉPERTOIRE DE DIFFÉRENTS SERVICES

Un répertoire de plusieurs ressources et programmes est disponible afin de trouver des informations sur les programmes de la SHQ, les HLM du territoire, les propriétaires privés et les coopératives, en plus du Répertoire de suivi et aide au soutien en logement.

SENSIBILISATION

Des démarches sont faites avec les propriétaires privés et les responsables des HLM afin de les sensibiliser à notre clientèle.

PROGRAMME ALLOCATION-LOGEMENT

Nous faisons la promotion de ce programme de la SHQ (administré par Revenu Québec) pour la personne à faible revenu ayant 50 ans et plus afin qu'elle obtienne une allocation aidant à réduire le coût du loyer. Nous pouvons l'aider à remplir la demande et à vérifier son éligibilité à ce programme.

RECHERCHE DE MEUBLES, ARTICLES ET ACCESSOIRES

En tout temps, nous pouvons aider la personne à se procurer des meubles ou des accessoires pour son logement en la référant aux différents organismes qui en offrent.

DÉMÉNAGEMENT

Nous pouvons accompagner la personne dans sa demande d'allocation de déménagement au CLE, en collaboration avec le médecin, ainsi que la référer à des déménageurs ou autres services disponibles.

Volet Accès/Soutien au Logement**ACTIVITÉS D'AUTONOMIE EN LOGEMENT**

Processus qui a pour but de faire en sorte de maintenir ou d'augmenter le niveau d'autonomie des participants dans le but de les maintenir ou de les amener à vivre en logement.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Comprendre le bail	5	1	5
L'autonomie en logement (atelier)	14	2	7
Décoration pour la maison	8	1	8
Visite du CIBES	8	1	8
Total	35	5	N/A

Services offerts	Nombre d'interventions	Gestion-administration	Nombre d'actions
Accueil et accompagnement téléphoniques		Démarches et rencontres pour PSL	
Accompagnement-rencontre-interventions	24	Rencontres et demandes au CIUSSS	
Déménagement		Gestion immeuble et maintenance	
Demande aide-financière	3		
Suivi PSI	3		
Rencontre d'information sur les droits en logement par la SRAAD			
Total	30	Total	

Volet Accès/Soutien au Logement**- Partenariat-représentation**

Dans le cadre des activités d'accès au logement, il est primordial d'entretenir des liens avec les acteurs locaux

Rencontres	Nombre de rencontres
Table accès/soutien au logement	4
Suivi protocole Accès/soutien-logement	1
Suivi logement semi-autonome	1
Rencontres CIUSSS	1
Rencontre avec La Chrysalide	1
Total	8

Nombre de personnes différentes rejointes par l'accès/soutien au logement :



Volet Accès/Soutien au Logement

- **Publicité**

Dans le cadre des activités de soutien au logement, il est primordial de publiciser le service auprès de la communauté.



Nous avons publicisé notre service soutien au logement à travers notre page Facebook, mais également auprès de l'équipe santé mentale de notre territoire et auprès d'autres organismes communautaires de Nicolet.

✦ Logements supervisés

Cette année, nous avons convenu avec La Chrysalide et M. Serge Boisvert du CIUSSS MCQ de faire le transfert de nos protocoles LSA vers La Chrysalide.

Gouvernance et vie associative

La Traverse du Sentier doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et contribuer au soutien des organisations. Elle doit aussi avoir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontrent le dynamisme et la vitalité de sa vie associative.

✧ Vie associative et démocratique

- Réunions du conseil d'administration

Conseil d'administration	
Nombre de personnes :	7
Nombre de réunions :	8
Nombre d'heures de bénévolat :	106

- Assemblée générale annuelle

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE | 5 JUIN 2019

Toujours bien soutenus par nos merveilleux et précieux membres du conseil d'administration, les membres de l'équipe ont fait le résumé des activités réalisées durant l'année 2018-2019 et nos priorités pour l'année 2019-2020 ont été précisées. Par la suite, les prévisions pour la prochaine année ont été présentées aux membres de La Traverse du Sentier.

Nous remercions chaleureusement les membres du conseil d'administration ainsi que ceux qui ont décidé de mettre fin à leur mandat.

Merci également à toutes les personnes présentes pour leur précieuse implication à notre assemblée générale annuelle.

Personnes présentes : 33
Membres du CA : 4
Membres de l'équipe : 5

Gouvernance et vie associative**- Les membres du C.A**

GAÉTANE LETENDRE | *Présidente, participante*
 DANNY GARIÉPY | *Vice-président, participant*
 LAURENCE ROUSSEAU | *Trésorière, secteur privé*
 RENÉE LAIR | *Secrétaire, participante*
 SUZIE BÉLANGER | *Administratrice, secteur public*
 NATHALIE DUBOIS | *Administratrice, secteur public*
 JOSÉE CLOUTIER | *Administratrice, participante*

- L'équipe de travail

CYNTHIA LEBLANC | Directrice générale
 JENNIFER MAHÉ-TRUDEAU | Intervenante soutien
 au logement (congé maternité)
 SYLVIE LEMAY | Intervenante
 JOSÉE LUPIEN | Animatrice
 MICHELE DREVET | Intervenante bénévole

JOHANA KIM FRANCOEUR | Intervenante
 soutien au logement (en remplacement de
 Jennifer Mahé-Trudeau)

- Projets et stagiaires

Renée Lair
 Personne-ressource : Aide en
 bureautique et secrétariat



Denis Daniel
 Projet PAAS-ACTION (Service
 Québec): Entretien ménager



Maïka Bélisle
 Emploi-été (EÉC) : aide-animateur



Johana-Kim Francoeur
 Stagiaire: Collège Drummondville

Crystel Mercier
 Stagiaire : Cégep Sorel-Tracy TES

- Lac à l'épaule

Équipe de travail
Nombre de personnes :
Nombre d'heures :
Date :

N.B. Notre lac à l'épaule a été annulé cette année en raison de la crise sanitaire reliée à la Covid-19.

- Élaboration de politiques internes

La Traverse du Sentier possède plusieurs politiques internes facilitant la bonne marche de l'organisme.

POLITIQUES RÉVISÉES

Durant l'année 2019-2020, certaines politiques internes ont été révisées ou créées.

❖ Révision complète des règlements généraux

Comité révision des règlements généraux	
Nombre de personnes :	3
Nombre d'heures :	3
Date :	30 octobre 2019

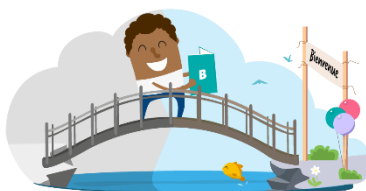
DÉMARCHE DE RÉVISION DU MANUEL DE L'EMPLOYÉ ET DE LA CHARTE SALARIALE

Manuel de l'employé

Le nouveau manuel des employés a été présenté **le 30 mai 2019** à toutes les employées.

Charte salariale

La nouvelle charte salariale ainsi que la politique salariale ont été présentées individuellement à chaque employée.



- Évaluation de la qualité des services

Activité d'analyse des services de La Traverse du Sentier



Au printemps 2018, lors de notre lac-à-l'épaule, nous avons effectué une analyse de nos pratiques et nos activités afin d'en évaluer la qualité. Cet exercice nous a permis d'identifier nos priorités et de constituer un plan d'action triennal soit 2018-2021. Le plan d'action étant toujours en cours, nous continuons de l'actualiser en fonction des besoins.

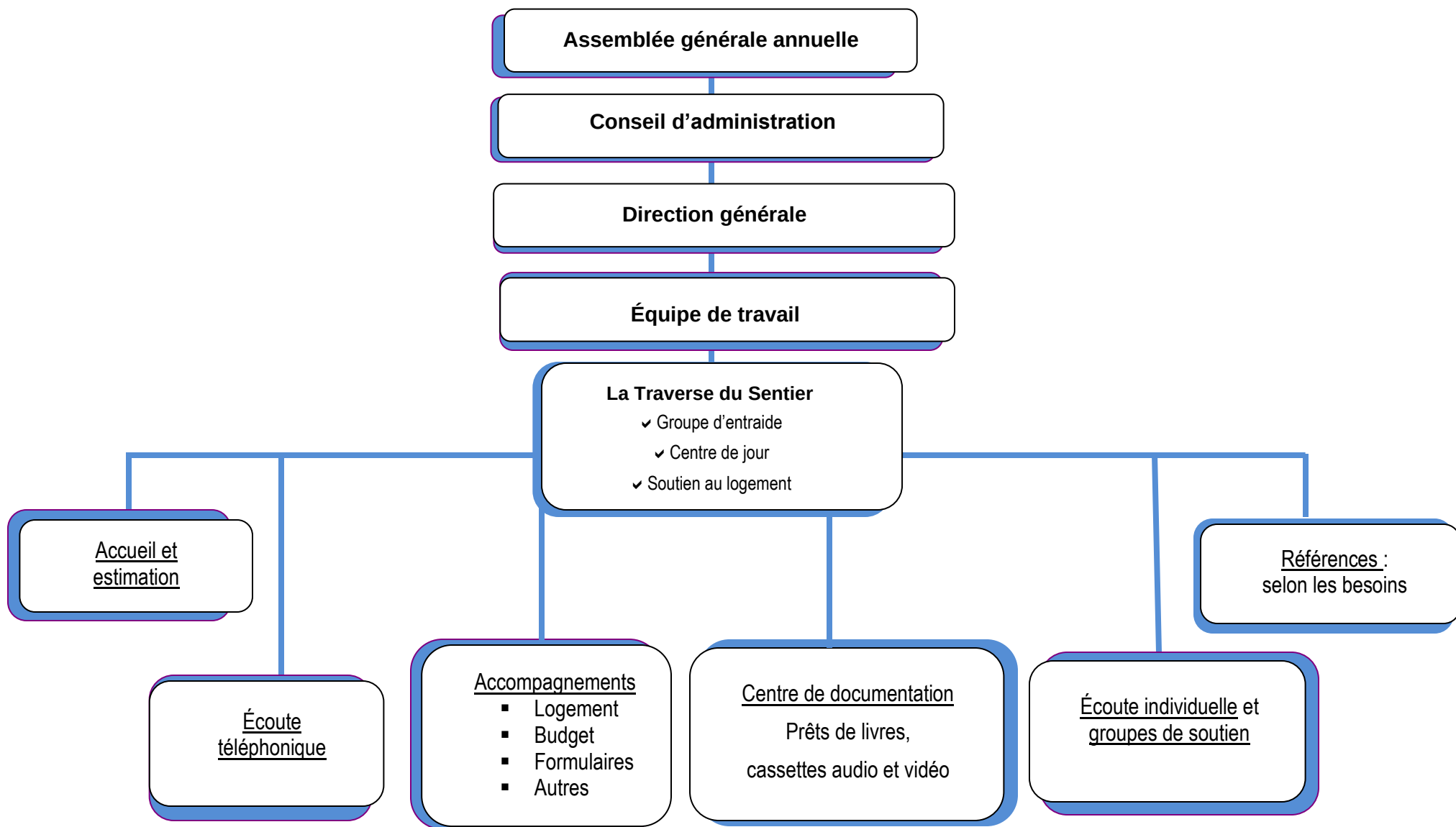


Projet immobilier

À la suite de l'analyse faite dans le cadre d'un lac-à-l'épaule, le conseil d'administration a pris la décision de mettre en vente notre immeuble à logement qui était déficitaire depuis plusieurs années. De cette décision découlait également un besoin d'agrandissement des locaux afin de créer un milieu de vie favorisant l'intégration sociale et permettant d'accueillir davantage de personnes dans le besoin. Il a donc été convenu d'utiliser l'argent de la vente de l'immeuble pour acquérir une bâtisse adéquate pour l'organisme. En avril 2018, nous avons donc entrepris plusieurs démarches avec un courtier immobilier ainsi que la Ville de Nicolet afin de trouver un emplacement pouvant nous accueillir. Étant confrontés à plusieurs défis, nous sommes toujours à la recherche de l'endroit idéal pour nous et espérons pouvoir concrétiser ce projet dans l'année 2020-2021.



Gouvernance et vie associative



Notre vie associative

Regroupement des organismes de base en santé mentale 04-17 (ROBSM)

Association des groupes d'éducation populaire autonome (AGEPA)

Association régionale de loisir pour personnes handicapées CduQ (ARLPHCQ)

Corporation de développement communautaire de Nicolet-Yamaska (CDC N-Y)

Corporation de développement communautaire de Bécancour (CDC B)

Table du regroupement des organismes communautaires (T.R.O.C MCQ)

Association canadienne de santé mentale (A.S.M.Q.)

Mouvement santé mentale Québec (M.S.M.Q.)

Revivre

Association québécoise de la schizophrénie (AQS)

Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (A.Q.R.P.)

✧ Gestion des ressources humaines

- Restructuration

À la suite de l'arrivée de la nouvelle direction générale ainsi que de l'analyse de la situation interne de l'organisme, le conseil d'administration a décidé de faire appel à une firme de consultant en ressource humaine afin de procéder à une analyse approfondie et une restructuration des postes de travail. À la suite de cet exercice, nous avons procédé à l'abolition du poste d'adjointe à la direction, la refonte de l'organigramme de l'organisme et la construction de descriptions de tâches pour chaque poste de travail. Une mise à jour du manuel de l'employé et de la charte salariale a également été faite. Nous avons bénéficié d'une subvention de Service Québec pour nous permettre de réaliser cet exercice. La restructuration a pris fin en juin 2019.

COMITÉ RESSOURCES HUMAINES

Comme la restructuration a pris fin en juin 2019, le comité ressource humaine a été dissous.

- Comité de sélection du personnel

EMBAUCHE DE PERSONNEL

En raison du congé de maternité de l'intervenante en soutien au logement, nous avons dû procéder à l'embauche d'une personne en remplacement temporaire. Nous avons embauché Johana Kim Francoeur qui avait fait un stage avec nous. Nous n'avons donc pas eu recours à un comité pour cette embauche.

Par contre, la direction générale ayant quitté l'organisme en novembre 2019, un comité a été mis sur pied afin d'assurer l'embauche d'une nouvelle direction. Trois personnes composaient ce comité et ont eu **4 rencontres**, pour **8 heures bénévoles**. Finalement, après trois mois et deux appels d'offres non concluants, il y a eu entente entre le conseil d'administration et l'ancienne direction afin d'assurer son retour en date du 2 mars 2020.

- Évaluation du personnel

ÉVALUATION ANNUELLE DES EMPLOYÉS

Chaque année, nous procédons à une évaluation annuelle des employés. Ceux-ci sont rencontrés de façon individuelle et évalués selon une grille d'évaluation qui passe chaque critère et fonction des tâches reliées à l'emploi.

Gouvernance et vie associative**- Formation du personnel****FORMATION DE LA PERMANENCE**

Les formations suivies par le personnel, leur permettent de maintenir et d'optimiser leurs connaissances en santé mentale ou autres et ainsi pouvoir offrir à leur tour des services de qualité et actualisés. Nous offrons à chaque employé l'opportunité de suivre des formations qui l'aideront dans son travail. Cela variera avec l'offre de formation que nous recevons de différents partenaires.

 THÈMES DES FORMATIONS	NOMBRE D'HEURES PAR SESSION	PERMANENCE
Site Web 24 septembre 2019	2	2
FORMATION EN GESTION DES RESSOURCES HUMAINES 23 octobre et 11 décembre 2019, 26 février 2020	18	1
COLLOQUE VIACTIVE octobre 2019	6	1
LA RÉSISTANCE AU CHANGEMENT 17 janvier 2019	7	3
ALCOOL ET DROGUES EN MILIEU DE TRAVAIL 8 février 2019	6	1
FORMATION VIACTIVE 20 mars 2019	6	1
FORMATION PAR CIBES 26 mars 2019	3	1

- Réunions d'équipe de travail

Gouvernance et vie associative

Équipe de travail	
Nombre de personnes :	5
Nombre de réunions :	28
Journées planifications	2
❖ Nous avons en moyenne une réunion d'équipe par semaine, soit le mardi matin	

❖ Gestion financière

- Activités d'autofinancement « Levée de fonds »

Nous avons exploré la possibilité de faire un tournoi de golf au profit de la santé mentale sur notre territoire, en partenariat avec La Chrysalide, La Passerelle et la MRC de Bécancour. Malheureusement, faute de participants, nous avons dû annuler l'activité. Donc, nous n'avons eu aucune activité d'autofinancement cette année.

- Gestion programme d'emploi

PROGRAMME PAAS-ACTION

Ce programme nous d'accueillir une personne pour l'entretien ménager d'avril 2018 à septembre 2019.

PROGRAMME EMPLOI D'ÉTÉ CANADA

Ce programme nous a permis à l'été 2018 d'embaucher une aide-animatrice et chargées de projet en communication pendant huit semaines.

SUPERVISION DE STAGIAIRES

Sollicités par les étudiants de différents collèges et cégeps, pour notre expertise comme ressource alternative en santé mentale, nos intervenants accompagneront et les superviseront lors des différents stages dans notre organisme.

✧ Contribution de la communauté

- Remerciements sincères

Afin de mieux répondre aux besoins de la population, La Traversée du Sentier compte sur la collaboration et l'implication ponctuelles de différents partenaires. Des gens qui croient en sa mission et qui ont à cœur la qualité de vie des gens résidant sur notre territoire.

Partage de ressources humaines ou de services :

- ✓ *Centre de femmes Parmi Elles* – coaching et expertise
- ✓ *Table régionale des organismes communautaires Centre-du-Québec/Mauricie (TROC)* – Formation – conseils
- ✓ *Corporation de développement communautaire de Nicolet Yamaska (CDC)* – Formation du Personnel et des bénévoles – activités de réseautage – transmission de connaissance.
- ✓ *Corporation de développement communautaire de la MRC de Bécancour (CDC)* – Formation du personnel – activités de réseautage – transmission de connaissance.
- ✓ *Regroupement des organismes de base en santé mentale (ROBSM 04-17)* – Formation du personnel – transmission de connaissance.

Contribution matérielle :

- ✓ *Corporation de développement communautaire de Nicolet Yamaska (CDC)* – Location et prêt de salles – Prêt de matériel.

Contribution financière :

- ✓ *Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec* - CIUSSS MCQ
- ✓ *Centraide Centre-du-Québec*
- ✓ *Services Québec* – (PAAS-RH)
- ✓ *Services Canada* – (Emploi-Été)
- ✓ *Député provincial Donald Martel*
- ✓ *Vestiaire Marie 4 poches* – Ste-Angèle (Bécancour)
- ✓ *Ville de Nicolet*
- ✓ *Sœurs de l'Assomption de la Sainte-Vierge* – Nicolet
- ✓ *Donateurs et donatrices anonymes*

À tous les commerces, entreprises et médias qui offrent des services ou commandites pour la réalisation et la promotion de nos activités ou de nos services... **Merci!**

À tous les donateurs individuels : bénévoles, bénéficiaires, gens de la population qui offrent des dons pour la réalisation de l'ensemble de notre mission... **Merci!**

✧ Statistiques

LA TRAVERSE DU SENTIER 2019-2020



*Nombre de
Membres réguliers et
sympathisants*

85

*Nombre
de participants*

358



Nombre de services

4 430

*Nombre de personnes
rejointes par les activités
grands publics*

9 000 et +



*Nombre d'heures
bénévoles*

188

Priorités 2020-2021

Dans le cadre de sa planification annuelle et tenant compte des réalités sociales et économiques du milieu, le conseil d'administration a choisi de privilégier les actions suivantes pour l'année financière 2020-2021 :

1. Améliorer l'image de l'organisme afin d'assurer un leadership dans notre milieu.
2. Améliorer la structure organisationnelle de l'organisme.
3. Rendre les espaces de l'organisme plus efficace et efficient afin d'assurer une bonne cohésion de l'équipe de travail
4. Diversifier les sources de financement.
5. Poursuivre la promotion, la bonification et la consolidation des services, entre autres en assurant une présence plus concrète dans les différentes municipalités.



JOSÉE LUPIEN

SYLVIE LEMAY

CYNTHIA LEBLANC



**JOHANA-KIM
FRANCOEUR**

**JENNIFER MAHÉ-
TRUDEAU**

MICHÈLE DREVET

**Merci à tous nos membres et
nos partenaires!**

La Traverse du sentier

107—690, De Mgr-Panet

Nicolet (QC) J3T 1W1

819 293-6416

www.traversedusentier.org

info@traversedusentier.org



La Traverse du sentier

