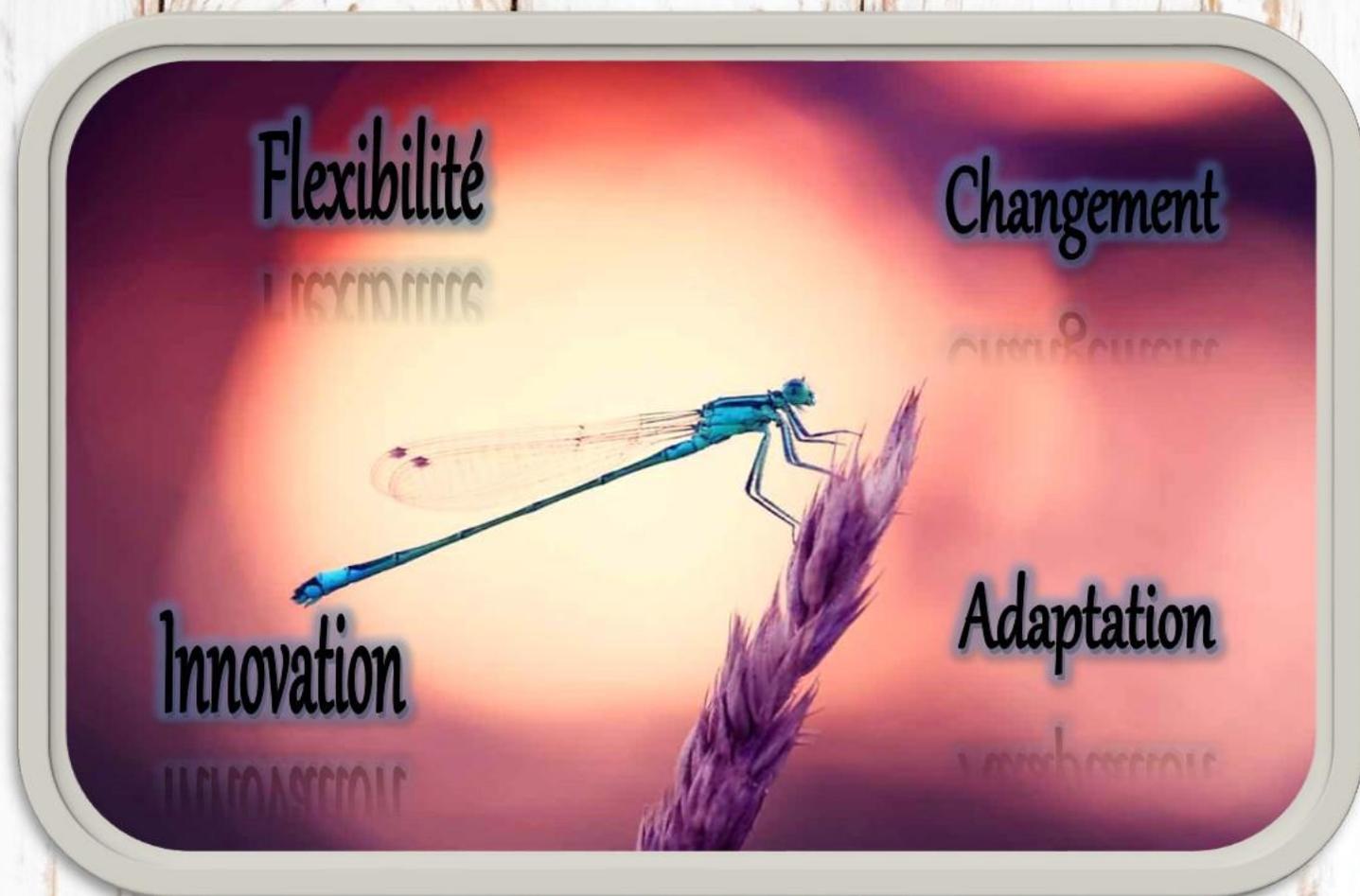


Rapport d'activités 2020-2021



la Traversée
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	10
- Promotion – Prévention - Sensibilisation	14
- Partenariat et représentations	17
- Représentation	19
Volet Centre de jour	20
✧ Ses caractéristiques	20
✧ Ses objectifs.....	20
- Nos activités	21
Volet Soutien au logement	25
✧ Objectifs.....	25
- Nos services	25
- Partenariat-représentation	28
- Publicité	28
Gouvernance et vie associative	29
✧ Vie associative et démocratique.....	29
- Réunions du conseil d'administration	29
- Assemblée générale annuelle	29
- Les membres du C.A	29
- L'équipe de travail	30
- Projets et stagiaires	30

- Lac à l'épaule	30
- Élaboration de politiques internes	31
- Évaluation de la qualité des services	31
✧ Gestion des ressources humaines	34
- Comité de sélection du personnel	34
- Évaluation du personnel	34
- Formation du personnel	34
- Réunions d'équipe de travail	35
✧ Gestion financière	35
- Activités d'autofinancement « Levée de fonds »	35
- Gestion programme d'emploi	35
✧ Contribution de la communauté	36
- Remerciements sincères	36
✧ Statistiques	37
Priorités 2021-2022	38

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 Traversée du Sentier

Nous voici rendus à l'heure de faire le bilan de notre année 2020-2021. Le moins que l'on puisse dire, c'est qu'elle n'aura pas été ordinaire. Quatre mots ont été en survol durant toute cette année : changements, adaptation, flexibilité et innovation. Cette année de pandémie sera venue certes perturber notre quotidien, mais elle nous aura aussi amenées à user de créativité. Nous avons dû nous ajuster au jour le jour, mais toujours dans le but de répondre aux besoins des personnes vivant avec une problématique en santé mentale.

De plus, dans ce contexte de pandémie, la santé mentale de beaucoup de personnes s'en est trouvée affectée. Nous avons le souci de pouvoir accompagner ces personnes dans ce contexte hors du commun. La santé mentale étant constamment une question d'équilibre, nous nous devons d'être à l'écoute des besoins des personnes qui vivaient ce déséquilibre ponctuel.

Il était difficile dans ces circonstances, de maintenir notre milieu de vie où nos membres trouvent leur espace, créent des liens et reprennent du pouvoir sur leur vie. C'est pourquoi nous avons adapté temporairement nos services afin de garder le contact avec eux et de leur offrir le filet de sécurité nécessaire, en ce temps de pandémie. Tout ceci, bien sûr, dans le respect de nos valeurs fondamentales que sont l'accueil, l'autonomie, la justice sociale, le respect, l'entraide et la solidarité.

Nous aimerions prendre le temps de souligner l'engagement de notre conseil d'administration qui a relevé le défi de veiller au bien de l'organisme, de ses membres et de l'équipe de travail à travers cette période inhabituelle. Il a également dû faire preuve d'adaptation et de flexibilité tant dans ses décisions que dans la technicité de ses responsabilités. Nous tenons tous à les remercier, mais plus particulièrement, Gaétane, Renée et Suzie qui terminent leur mandat cette année.

Nous aimerions également souligner le dévouement de l'équipe de travail qui a aussi dû faire preuve de flexibilité et d'ouverture tout au long de la dernière année. Nous devons constamment nous réajuster en fonction des consignes gouvernementales, mais chacune d'entre elles a su naviguer à travers les différentes vagues que nous avons vécues. Notons que nous avons eu le plaisir de voir revenir Jennifer de son congé de maternité, cette année, et que grâce à un montant d'aide en santé mentale, nous avons pu conserver à l'emploi Johana Kim. Toute l'équipe ensemble amène une belle complémentarité nécessaire au bien-être de l'organisme et des membres. Nous sommes vraiment choyés de les compter parmi nous. Enfin, c'est sans oublier celle qui les a guidés à travers ce brouillard tout au long de l'année, la directrice, Cynthia. Ensemble, ils ont pu voir au-delà de ce brouillard toujours en gardant l'objectif du bien-être des membres et participants, de la reprise de pouvoir et du développement du potentiel de chacun.

Nous aimerions également remercier nos membres pour leur compréhension et leur fidélité tout au long de l'année. Merci également à nos partenaires qui ont toujours une grande importance dans la réalisation de notre mission. Merci à toutes personnes impliquées de près ou de loin, pour le soutien, l'encouragement et les services rendus. Cette année fut plus légère de ce côté, mais nous sentions que vous n'étiez toujours pas très loin de nous.

En terminant, malgré cette année frappée par la pandémie, remplie de rebondissements, nous avons bon espoir de pouvoir bientôt redevenir ce lieu d'accueil et d'accompagnement que nos membres ont toujours appréciés. Nous sommes conscients que plusieurs défis restent à relever, mais tous, unis, nous y parviendrons au rythme nécessaire. Tout est parfait!

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

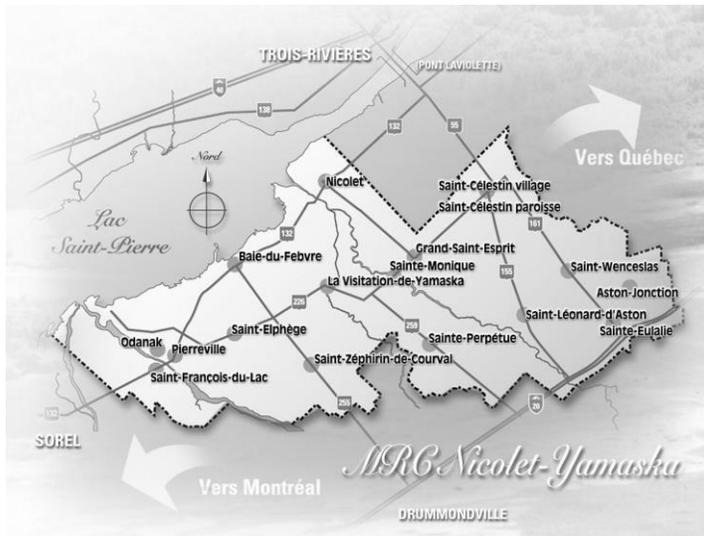
Bureaux ouverts : 5 jours sur 7 : 8 h 30 à 16 h

Activités les soirs et fins de semaine à l'occasion.

Services accessibles 46 semaines par année



TERRITOIRES DESSERVIS



MRC NICOLET-YAMASKA

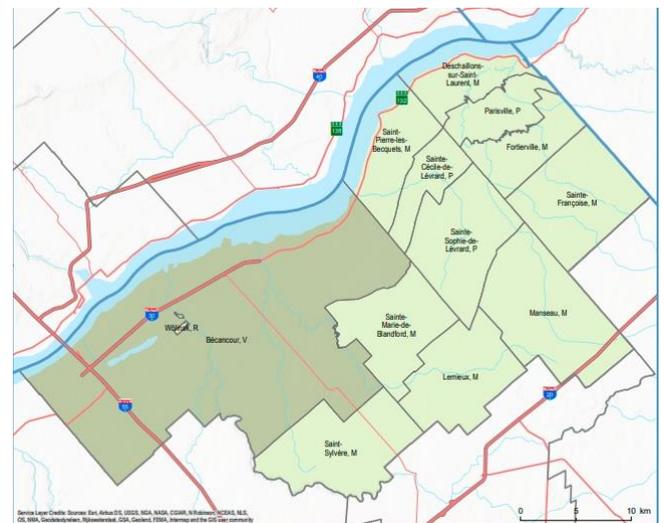
NICOLET | PIERREVILLE | ST-CÉLESTIN | ST-LÉONARD | STE-PERPÉTUE | LA VISITATION | STE-MONIQUE | ST-FRANÇOIS-DU-LAC | ST-ZÉPHIRIN | BAIE-DU-FEBVRE | GRAND ST-ESPRIT |

POPULATION | 23 381

MRC DE BÉCANCOUR

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

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. Il est certain que cette année, avec la pandémie de COVID-19, certains défis se sont posés dans le cadre de notre projet. Par le fait même, cette pandémie nous a permis de réaliser que notre besoin d'espace était plus que jamais d'actualité. À ce jour, nous continuons d'explorer toutes les possibilités qui peuvent s'offrir à nous. Nous gardons espoir d'atteindre notre objectif d'ici deux ans maximum.

BELL CAUSE POUR LA CAUSE



Cette année, en raison de la pandémie de COVID-19, notre projet en collaboration avec la Fondation de santé BNY et La Chrysalide, à la suite du financement obtenu de Bell cause pour la cause s'est poursuivi. Par contre, il n'a pas échappé aux impacts de la pandémie. Certaines actions ont dû être reportées à l'année 2021-2022. Donc, nos ateliers J'avance de Revivre se poursuivront à compter de l'automne 2021.

COVID-19 – ADAPTATION DE NOS SERVICES ET ACTIVITÉS



L'année 2020-2021 a débuté sous le signe de la pandémie de Covid-19. Cette crise sanitaire nous a amenées à faire preuve d'adaptation, de flexibilité, de changement et d'innovation. Nous étions confrontés à une microgestion en fonction de l'évolution de la situation. De plus, nos locaux sont à l'intérieur d'un centre communautaire qui a été fermé en début de pandémie.

Nous avons dû adapter nos services afin de garder le lien avec nos membres actuels et nous avons aussi développé de nouveaux services afin de joindre la nouvelle clientèle qui vivait des difficultés au niveau de leur équilibre mental, en lien avec la pandémie. Nos services ont beaucoup basculé dans le suivi téléphonique et le mode virtuel au cours de la dernière année. C'est le moyen que nous avons trouvé pour maintenir nos activités et services.

Heureusement, nous avons pu compter sur un fond d'urgence en santé mentale qui nous a permis d'avoir une intervenante supplémentaire ainsi que de pouvoir lui offrir un sept heures de plus par semaine. Ce qui nous a permis jusqu'au 31 mars 2021 d'offrir des ateliers en mode virtuels ainsi que des activités le lundi, journée où nous n'offrons habituellement pas d'activité.

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

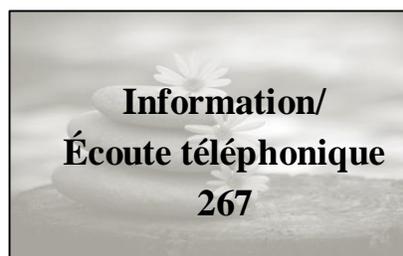
- ☑ Briser l'isolement et la stigmatisation
- ☑ Milieu de vie et d'appartenance
- ☑ Promotion et défense des droits
- ☑ Volontariat
- ☑ Réappropriation du pouvoir par l'implication (peu de hiérarchie)

- Nos services

En raison de la pandémie de Covid-19, nous avons dû apporter, pour l'année 2020-2021, une modification et une adaptation de nos services habituellement offerts à nos membres. Il est certain que notre milieu de vie en a été grandement affecté entre autres à cause du manque d'espace. Nous avons, en respect des consignes sanitaires, la possibilité d'accueillir seulement 4 personnes à la fois, lorsque c'était permis.

INFORMATION/ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

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, Instagram et YouTube. De plus, 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.



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 Traversée du Sentier.

**En raison de la pandémie, il a été difficile de faire l'accueil dans nos locaux. Les présences à l'aire ouverte ont été limitées aux personnes inscrites aux activités.*



INTERVENTION DE MILIEU – PANDÉMIE COVID-19

Dans le contexte de la pandémie, nos intervenantes étaient appelées lors de sorties extérieures à aller à la rencontre de nos membres. Certaines interventions ponctuelles avaient lieu, à ce moment-là. Ce service fut donc ponctuel et vraiment en lien avec la situation actuelle.



MESSAGE PRIVÉ

Dans le contexte de la pandémie, nous avons commencé à communiquer avec nos membres de façon virtuelle. Nous avons rejoint 71 participants différents.



SERVICE DE RELATION D'AIDE INDIVIDUELLE

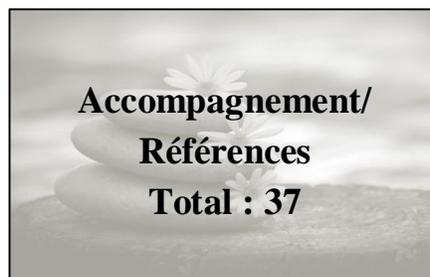
Il est offert au moment opportun, lorsqu'une personne en ressent le besoin et de façon impromptue. Nous pouvons lui indiquer les différentes ressources disponibles dans la région, afin de pallier à sa situation.

**Dans le contexte de la pandémie, ce service a été mis en avant-plan afin de garder le contact avec nos membres, de leur permettre de briser l'isolement et de partager leurs inquiétudes ainsi que dans le but de leur offrir un filet de sécurité.*



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. De plus, 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.



CENTRE DE DOCUMENTATION

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.

**Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service durant la pandémie.*

- 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.

Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.

EXPLORATION ALIMENTAIRE

Cette année, nous avons poursuivi des activités d'exploration alimentaire ayant pour objectif de faire découvrir aux membres de 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.

*Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.

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
Vie active	6	2	6
Mandala	3	1	3
Total	9	3	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.

**Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.*

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.

**Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.*

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, de 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.

**Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.*

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 n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.*



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	11	2	11
Club de marche	5	1	5
Pique-nique	5	1	5
Total	21	4	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.

**En raison de la pandémie, il a été difficile de faire des soupers amitiés avec les consignes sanitaires.*

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.

**Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.*

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre de rencontres	Personnes différentes
Bibliothèque			
Musée des Abénakis			
Visite au Centre funéraire			
Forges du Saint-Maurice			
Visite du magasin Bio-en- vrac			
Total			

ANNULÉ

ACTIVITÉS VIRTUELLE

Ces activités ont été mises sur pied dans le cadre de la pandémie afin d'offrir des services même si nous ne pouvions être en présentiel.

Nature de l'activité	Nombre de visionnements	Nombre de vidéos	Personnes différentes
Bricolage	33	2	20
Vœux de Noël	15	1	15
Le retour de Jennifer	19	1	19
Total	67	4	N/A

Nombre de personnes différentes ayant participé aux activités du 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.

Cette année, en raison de la pandémie, nous avons évalué en fonction des interventions réalisées.

- 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.).

Cette année, dans le contexte de la pandémie, nous avons misé davantage sur le virtuel afin de faire de la promotion, prévention et sensibilisation auprès de nos membres et de la population en général.

Nature de l'activité	Nombre de présences (Vidéo)	Nombre d'activité
Présentation des services de l'organisme	57	2
Bell cause : Réduire le stress	21	1
Démystification de la santé mentale	41	1
Total	119	2

GROUPE DE SOUTIEN

Au début de l'année 2021, nous avons testé les groupes virtuels. Nous avons donc construit et publicisé un groupe de soutien virtuel. Celui-ci devait débuter en février et avoir lieu sur la plateforme Zoom. Le but était d'outiller la population en générale à entretenir une santé mentale saine en plus de leur donner des outils pour y parvenir de façon quotidienne et de lutter contre l'isolement social. Toutefois, par un manque de formation, d'accessibilité et d'intérêt de la part de la population, le projet ne s'est pas concrétisé. Toutefois, nous estimons avoir mis environ **105 heures** sur le développement du projet. Nous avons réussi à tenir une rencontre ponctuelle en lien avec ce projet à la commission scolaire de la Riveraine, dans la formation aux adultes, dans le projet exploration. Cette rencontre a eu lieu en février dernier et celle-ci était d'une durée de **deux heures** avec **8 participants**.

RÉSEAUX SOCIAUX

Tout au long de l'année, nous avons entretenu notre **Facebook** de façon très assidue, car c'était l'une des principales façons de rejoindre nos participants. Nous avons donc publié **420 fois** sur notre page Facebook. Celles-ci ont engendré **33 commentaires**. Nous avons aussi procédé à la création d'une page **Instagram** professionnelle dans le but d'attirer une clientèle plus jeune, soit les 18 à 35 ans. Ces utilisateurs utilisent plus la plateforme Instagram. Depuis la création de notre page le 13 janvier 2021, nous avons publié **53 fois**. Ces publications ont engendré **11 commentaires**.



SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE | 4 AU 10 MAI 2020

Ressentir, c'est recevoir un message

À propos de la thématique de la Semaine nationale de la santé mentale 2020

Le thème de cette année est « Ressentir, c'est recevoir un message ». Le visuel reprend la pile utilisée lors de la campagne précédente, car Ressentir fait partie des 7 astuces pour se recharger.

Ressentir, c'est recevoir un message à travers nos émotions. Celles-ci jouent un rôle important dans nos vies, car elles ont pour fonction de nous envoyer un signal pour nous renseigner sur nos besoins. En étant à leur écoute, on s'ouvre pour les accueillir, les reconnaître et vivre avec elles. Ressentir, c'est prendre conscience que les émotions ne sont ni bonnes ni mauvaises, elles sont utiles.

Dans le contexte de la pandémie de Covid-19, nous n'avons pas été en mesure de tenir les activités habituelles dans le cadre de cette semaine. Nous avons donc fait une vidéo de trucs et astuces pour prendre soin de sa santé mentale que nous avons diffusée sur Facebook. Elle a généré **769 vues**.

JOURNÉE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE | 10 OCTOBRE 2020

Dans le cadre de la journée nationale de la santé mentale, nous avons fait un live sur Facebook. Nous avons fait une méditation guidée en direct. Il y a eu **trois participants**. Toutefois, tout le monde peut visionner le direct une fois qu'il est terminé, nous avons eu **47 visionnements**.

JOURNÉE BELL CAUSE POUR LA CAUSE | 28 JANVIER 2021

Dans le cadre de la journée, Bell cause pour la cause, nous avons tenu un événement sur notre plateforme Zoom. Pour l'occasion, nous avons fait appel au conférencier Alain Bellemare qui a donné sa conférence « Sortir des sentiers battus ». Nous avons eu **13 participants**.

OUTILS PROMOTIONNELS ET SITE WEB

Cette année, en raison de la pandémie, nous avons beaucoup misé sur des outils web afin de faire la promotion de l'organisme. Nous avons, de plus, bonifié notre site web.

JOURNAL LA TRAVERSE

Cette année, en raison de la pandémie, nous avons fait le choix de ne pas produire notre journal, misant sur le virtuel. Nous sommes en réflexion pour la formule que nous adopterons par la suite.

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. Cette année, nous n'avons pas été en mesure de distribuer nos dépliants sur le territoire ni de tenir des conférences en grand public. Par contre, nous avons misé sur des publicités via le web.

Facebook



Cette année, nous avons dû revoir nos façons de procéder, puisque les journaux étaient désuets en temps de pandémie. Nous avons donc commencé à utiliser les réseaux sociaux afin de faire la promotion de divers sujets ou événements de l'organisme. Nous avons fait une publicité Facebook pour l'évènement « Bell cause pour la cause » qui se tenait en notre nom sur la plateforme Zoom. La publicité a engendré **2803 vues**. Nous avons aussi utilisé une publicité Facebook afin d'augmenter la visibilité de l'organisme. Nous savions que la santé mentale était un sujet d'actualité et que plusieurs personnes éprouvaient des difficultés, mais nous recevions peu de demandes. Nous avons donc annoncé nos services. La publicité a engendré **2732 vues**. Nous avons aussi utilisé les publicités Facebook pour le centre de jour afin de faire la promotion de groupes de soutien virtuels que nous voulions commencer. Nous avons eu **2842 vues**.

Live Facebook

Nous avons également fait quelques LIVES Facebook au cours de l'année. C'est une façon plus directe que les vidéos YouTube d'interagir avec nos participants en toute sécurité.

YouTube



Cette année, nous avons procédé à la création d'une chaîne YouTube, le 22 octobre 2020, afin de rejoindre le plus de personnes possible. De plus, la chaîne YouTube permet d'avoir toutes nos vidéos et nos statistiques au même endroit. Lors de cette première année, nous avons publié un total de **30 vidéos**, qui ont obtenu ensemble **655 vues**. Ces capsules aident nos participants à travailler différentes sphères de leurs vies à partir de chez eux. Effectivement, les différentes capsules permettent au public d'incorporer différents trucs et astuces au quotidien afin d'aider dans leur cheminement en santé mentale, en plus d'améliorer leur santé globale.

STATISTIQUES GLOBALES DES VIDÉOS YOUTUBE

43 personnes différentes ont visionnées

VISITES PAGE FACEBOOK

6008 visites dans la dernière année

364 personnes différentes

VISITES PAGE INSTAGRAM

117 visites dans la dernière année (3 mois)

78 personnes différentes

- **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 **4 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 interpellant. Nous avons participé à **3 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.

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 pas participé à **1 rencontre** 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 « Contre 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 **1 rencontre**.

CONSEIL D'ADMINISTRATION DU ROBSM

La directrice générale est devenue membre du conseil d'administration du ROBSM en juin 2018 et elle a poursuivi jusqu'en juin 2020. Nous avons participé à **3 rencontres** du conseil 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 plus particulièrement discuté des enjeux liés à la Covid-19 pour nos groupes, laissant un peu de côté notre plan d'action. Nous avons convenu de repousser nos travaux ultérieurement. Nous avons participé à **6 rencontres** durant l'année.

TABLE SOUTIEN AU LOGEMENT DU ROBSM

Cette année, la Table Soutien au Logement a particulièrement mis l'accent sur les travaux portant sur le soutien léger communautaire. Nous avons entre autres élaboré un projet de cadre de référence et nous sommes à échanger avec les partenaires du CIUSSS sur sa finalité. Cette année, nous avons pris part à **6 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 **1 rencontre**.

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

En partenariat avec le CIUSSS-MCQ, nous avons pris part à **2 rencontres** cette année. En raison de la pandémie et du changement de responsable de la table au CIUSSS, ces rencontres se sont voulues plus informatives et de mise à niveau.

PROJET J'AVANCE REVIVRE – BELL CAUSE POUR LA CAUSE

Cette année, en raison de la pandémie, notre financement obtenu par le biais de Bell cause dans le cadre du projet des ateliers Revivre, s'est échelonné dans le temps. Notre partenariat établi avec La Chrysalide et la Fondation de santé BNY s'est poursuivi. Nous avons tenu **4 rencontres** afin d'évaluer la possibilité de les tenir cette année. Nous avons prévu un groupe au printemps, mais en raison de la 3^e vague, nous avons choisi de le reporter à l'automne 2021.

PROJET DÉMÉNAGEMENT

Cette année, nous avons exploré la possibilité de réaliser notre projet de déménagement en partenariat avec La Chrysalide. Nous avons donc eu **7 rencontres** ensemble afin d'évaluer cette possibilité ainsi que les options qui s'offrent à nous. Nous avons également eu **4 rencontres** avec des partenaires du milieu dans le cadre de ce projet. Nos démarches se poursuivent pour l'année 2021-2022.

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, en raison de la pandémie et de la difficulté d'accès à notre local, nous avons pris la décision de ne pas prendre de projet PAAS.

AUTRES RENCONTRES DE PARTENARIATS

24 août 2020, nous avons reçu monsieur Guy Godin qui est venu nous parler des règles sanitaires en vigueur concernant la Covid-19.

18 novembre 2020, nous avons rencontré l'intervenante de milieu du CIUSSS afin de connaître ce service mis en place durant la pandémie, de lui présenter nos services et voir comment nous pouvons travailler en partenariat.

21 janvier 2021, rencontre, avec Chantal Bisson de la CDC de Bécancour concernant notre organisme, ses services, ses enjeux et du soutien possible de la CDC.

28 janvier 2021, nous avons fait la présentation de nos groupes à l'accueil psychosocial et à l'équipe santé mentale. Nous avons eu **2 rencontres** en virtuel.

17 février 2021, nous avons eu **1 rencontre** avec Nathalie Bouchard, spécialiste en activité clinique au CIUSSS sur notre territoire. Nous avons discuté des groupes Revivre et des services possibles que nous pouvons offrir en ce temps de pandémie.

- **Représentation**

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

Les 29 octobre 2020, nous étions présents lors de l'assemblée générale annuelle du ROBSM sur la plateforme Teams.

Le 31 mars 2021, nous avons pris part à la rencontre d'implantation des aires ouvertes.

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.

En raison de la pandémie de Covid-19, nous avons également dû apporter, pour l'année 2020-2021, une modification et une adaptation de nos services habituellement du centre de jour, offerts à nos membres. Il est certain que notre milieu de vie en a été grandement affecté entre autres à cause du manque d'espace. Nous avons, en respect des consignes sanitaires, la possibilité d'accueillir seulement 4 personnes à la fois, lorsque c'était permis.

- 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.

GRUPE "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.

**Cette année, nous n'avons pas été en mesure de tenir cette activité. Par contre, nous avons assuré des suivis téléphoniques avec les participants.*

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
Groupe d'écriture	9	4 suivis téléphoniques	9
Groupe journal créatif	16	4	7
Auto massage des mains	3	1	3
Total	28	9	N/A

ACTIVITÉS THÉRAPEUTIQUES EN MODE VIRTUEL

Nature de l'activité	Nombre de visionnements	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Journal créatif	144	7	43
Comment faire germer des graines de luzernes?	27	1	27
Total	171	8	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 et 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.

*Cette année, en raison de la pandémie, nous n'avons pas tenu de groupe Revivre. Nous avons plutôt assuré un suivi téléphonique ainsi qu'une rencontre de suivi avec les personnes du groupe que nous avons dû interrompre en début de pandémie.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Pleine conscience – Le lien à Pierreville	8	1	8
Estime de soi – Le lien à Pierreville	8	1	8
Auto compassion	2	1	2
L'adaptation	2	1	2
Qi-gong	3	1	3
Ateliers Revivre	16	2	9
Total	39	7	N/A

ACTIVITÉS DE RÉADAPTATION SOCIALE EN MODE VIRTUEL

Nature de l'activité	Nombre de visionnements	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Les bienfaits de la nature	27	1	27
Auto massage des mains	35	1	35
Méditation	131	7	31
Comment optimiser son sommeil	9	1	9
Total	202	10	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
Estime de soi	3	1	3
Remise en forme	2	1	2
Total	5	2	N/A

ACTIVITÉS DE MAINTIEN DES ACQUIS EN MODE VIRTUEL

Nature de l'activité	Nombre de visionnements	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Quand arrive le temps des fêtes	26	1	26
Mes intentions 2021	29	1	29
Saint-Valentin – Rendez-vous avec vous-mêmes	13	1	13
Comment optimiser son sommeil	9	1	9
Total	77	4	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.

*Nous n'avons pas été en mesure d'offrir ce service en période de pandémie.

Nature de l'activité	Nombre de présences	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Guérir les blessures intérieures			
Séance information Madone			
Ressourcement Madone			
Total			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 :

127

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.

Cette année, en raison de la pandémie, nous avons évalué en fonction des activités réalisées.



Merci à notre fidèle bénévole, **Mme Michèle Drevet** pour son implication dans l'animation de groupe (suivis téléphoniques)

Heures bénévoles : 36

Volet 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

En raison de la pandémie de Covid-19, nous avons également dû apporter, pour l'année 2020-2021, une modification et une adaptation de nos services habituels du soutien au logement. Il est certain que ne pouvant recevoir beaucoup de personnes dans nos locaux et ne pouvant nous déplacer à domicile, nous avons dû assurer le service autrement.

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 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 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 visionnements	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Comprendre le bail			
L'autonomie en logement			
Décoration pour la maison			
Total			N/A

ACTIVITÉS D'AUTONOMIE EN LOGEMENT EN MODE VIRTUEL

Nature de l'activité	Nombre de visionnements	Nombre d'ateliers	Personnes différentes
Autonomie en logement	70	4	27
Total	70	4	N/A

Services offerts	Nombre d'interventions	Gestion-administration	Nombre d'actions
Accueil et accompagnement téléphoniques	208	Démarches et rencontres pour PSL	
Accompagnement-rencontre-interventions		Rencontres et demandes au CIUSSS	
Déménagement			
Demande aide-financière			
Suivi PSI			
Rencontre d'information sur les droits en logement par la SRAAD			
Total	208	Total	N/A

Volet 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 soutien au logement	5
Rencontres CIUSSS	2
Total	6

Nombre de personnes différentes rejointes par l'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.

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 :	6
Nombre d'heures de bénévolat :	65

- Assemblée générale annuelle

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE | 2020



Cette année, en raison de la pandémie, le conseil d'administration a pris la décision de reporter l'assemblée générale à l'année suivante soit 2021. Cette décision est en conformité avec l'autorisation du Ministère de la Santé et des Services sociaux.

- Les membres du C.A

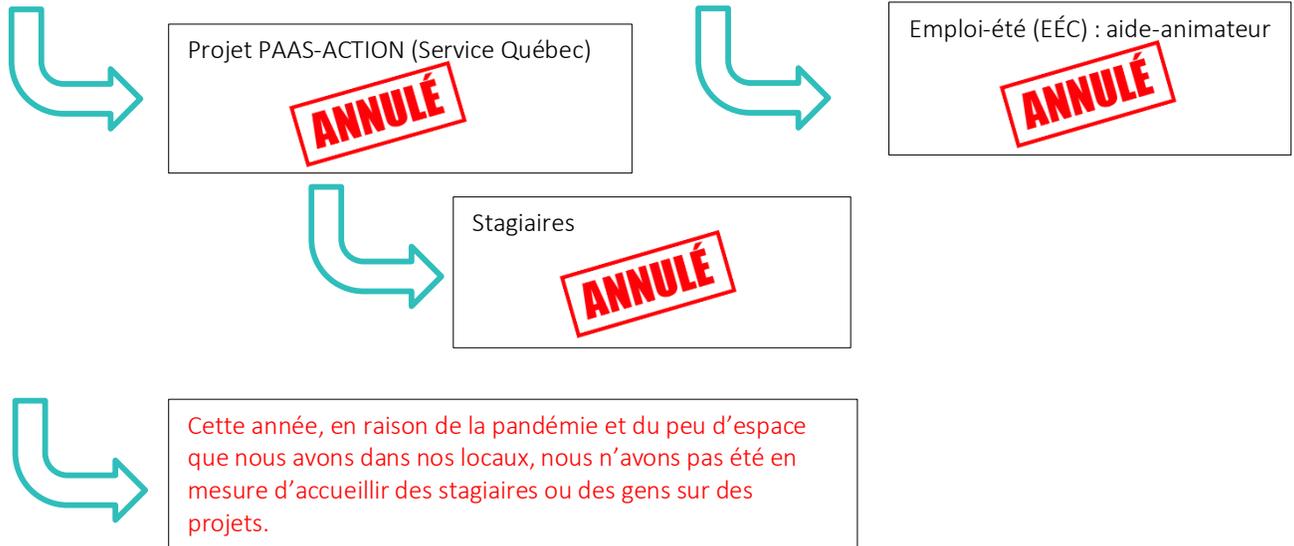
GAÉTANE LETENDRE | *Présidente, participante*
 DANNY GARIÉPY | *Vice-président, participant*
 LAURENCE ROUSSEAU | *Trésorière, secteur privé*
 RENÉE LAIR | *Secrétaire, participante*
 SUZIE BÉLANGER | *Administratrice, secteur public*
 NATHALIE DUBOIS | *Administratrice, secteur public*
 JOSÉE CLOUTIER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

- L'équipe de travail

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

JOHANA-KIM FRANCOEUR | Intervenante sociale – Fond d'urgence en santé mentale

- Projets et stagiaires



- Lac à l'épaule

Équipe de travail	
Nombre de personnes :	5
Nombre d'heures :	10
Date :	9 et 16 mars 2021

- **Élaboration de politiques internes**

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

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

Charte salariale

Cette année, à la suite d'un montant supplémentaire du PSOC, nous avons révisé à la hausse l'échelle salariale des employées.

- **Évaluation de la qualité des services**

Activité d'analyse des services de La Traverse du Sentier



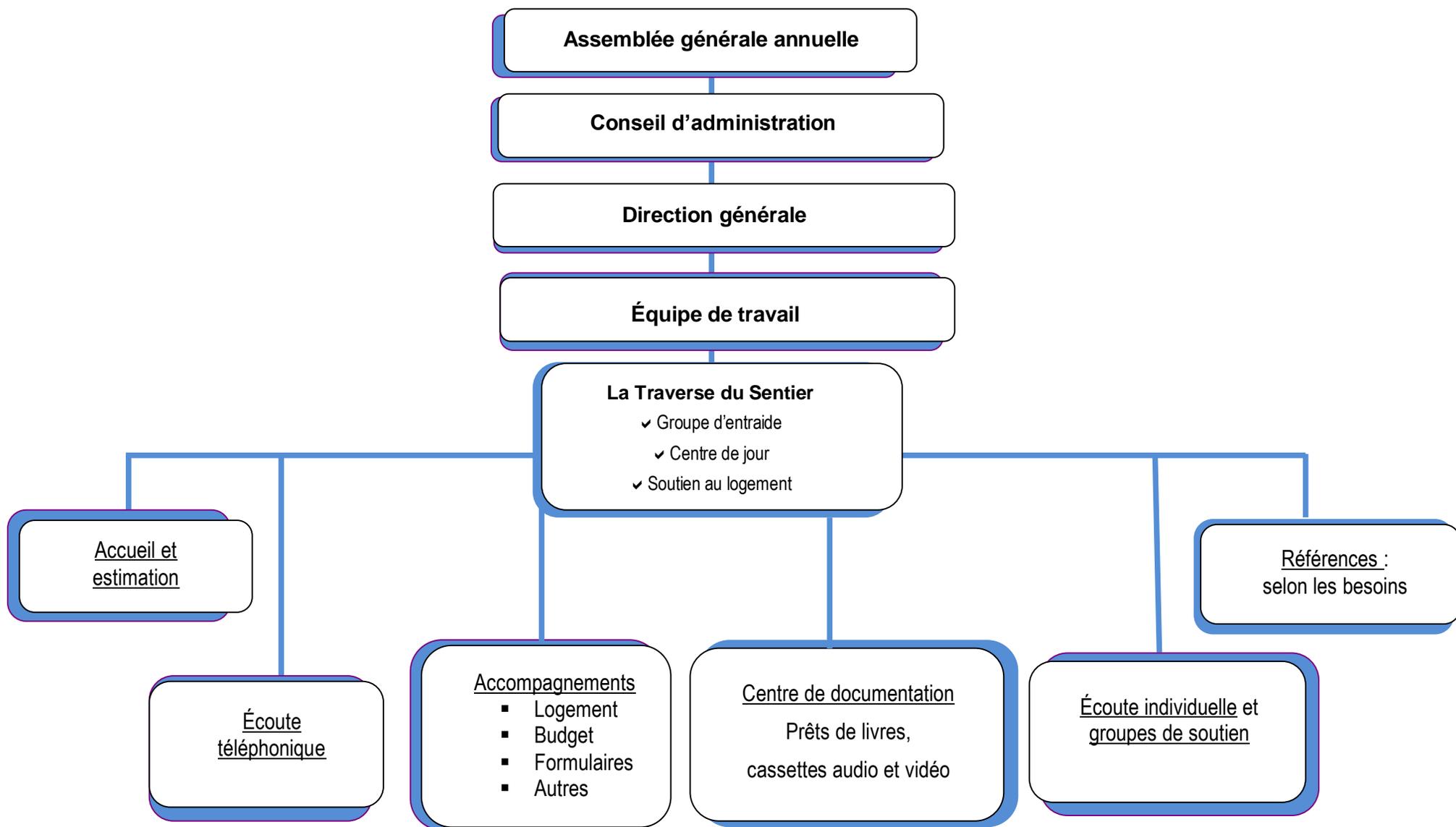
Cette année, en raison de la pandémie de Covid-19, nous avons dû nous réinventer dans notre offre de service. C'est pourquoi il était d'autant plus important d'analyser nos services et de les réajuster en fonction des besoins des gens. Nous avons donc pris le temps de sonder nos membres, par téléphone, et des gens de la population via nos réseaux sociaux. Ça nous permettait de nous ajuster constamment et c'est devenu notre guide pour notre prochain plan d'action 2021-2023.

Projet immobilier



Dans le contexte de pandémie, nous avons réalisé davantage l'importance d'agrandir nos locaux afin de mieux répondre aux besoins de la population. Un local plus grand nous aurait aidé à accueillir plus de gens et à conserver davantage notre milieu de vie qui permettait un sentiment d'appartenance à nos membres. Dans le courant de l'année 2020-2021, nous avons fait différentes démarches afin de pouvoir réaliser notre projet. Cette année, nous avons exploré la possibilité de cohabiter avec un autre organisme en santé mentale de notre territoire. Notre objectif étant entre autres de faciliter le continuum de service communautaire en santé mentale. Les démarches se poursuivront d'ailleurs durant l'année 2021-2022.

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

- **Comité de sélection du personnel**

EMBAUCHE DE PERSONNEL

Cette année, comme nous avons eu la possibilité d'avoir une somme d'argent supplémentaire à l'aide d'un fond d'urgence en santé mentale, nous avons pu procéder à l'embauche d'une ressource supplémentaire, Johana Kim Francoeur, à titre d'intervenante et de responsable des activités virtuelles.

- **Évaluation du personnel**

ÉVALUATION ANNUELLE DES EMPLOYÉS

Chaque année, nous nous faisons un devoir de procéder à l'évaluation des employées dans le souci de leur permettre de grandir et de s'épanouir au sein de l'organisme. Cette année, comme il y a eu beaucoup de télétravail, nous avons opté pour une auto-évaluation et elles ont été appelées à se fixer des objectifs pour l'année à venir.

- **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
ATELIERS REVIVRE 7 mai 2020	8	2
FORMATION MESURES SANITAIRES COVID-19 24 août 2020	1	4
INTERVENTION ET COMMUNICATION INTERCULTURELLE 20 et 27 octobre 2020	6	1
RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE 11 décembre 2020	3	1
SITE WEB 21 mars 2021	1	1

- Réunions d'équipe de travail

Équipe de travail	
Nombre de personnes :	5
Nombre de réunions :	23
❖ Nous avons en moyenne une réunion d'équipe par semaine, soit le mardi matin	



✧ Gestion financière

- Activités d'autofinancement « Levée de fonds »

Cette année, en raison de la pandémie, nous n'avons pas été en mesure de tenir une activité d'autofinancement.

ANNULÉ

- Gestion programme d'emploi

PROGRAMME PAAS-ACTION

Cette année, en raison de la pandémie, nous n'avons pas été en mesure d'accueillir un projet PAAS-Action.

PROGRAMME EMPLOI D'ÉTÉ CANADA

Cette année, en raison de la pandémie, nous n'avons pas été en mesure d'accueillir un programme d'emploi d'été Canada.

SUPERVISION DE STAGIAIRES

Cette année, en raison de la pandémie, nous n'avons pas été en mesure d'accueillir des stagiaires.

✧ Contribution de la communauté

- Remerciements sincères

Afin de mieux répondre aux besoins de la population, La Traverse 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 :

- ✓ *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*
- ✓ *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 2020-2021

*Nombre de
Membres réguliers et
sympathisants*

85

*Nombre
de participants*

326



Nombre de services

2042

*Nombre de personnes
rejointes par les activités
à grands publics*

10 000 et +



*Nombre d'heures
bénévoles*

101

Priorités 2021-2022

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 2021-2022 :

1. Faire rayonner l'organisme sur l'ensemble du territoire.
2. Renforcer le sentiment d'appartenance des membres.
3. Améliorer les espaces de l'organisme afin d'en assurer un meilleur fonctionnement.
4. Optimiser la gestion organisationnelle de La Traverse du Sentier.



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

