



Rapport d'activités

2021-2022



Ne perdez jamais espoir. Vous ne savez pas toujours ce qui pourrait changer demain.



la Traversée
du Sentier

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la présidente	p. 3
Mot de la directrice générale	p. 4
Qui sommes-nous ?	p. 5
Faits Saillants	p. 8
Volet Groupe d'entraide	p. 9
Volet Centre de jour	p. 15
Volet Soutien au logement	p. 18
Promotion-Prévention-Sensibilisation	p. 22
Concertations et représentations	p. 23
Gouvernance et vie associative	p. 25
Gestion des ressources humaines	p. 29
Contribution de la communauté	p. 30
Statistiques	p. 31
Priorités 2022-2023	p. 32

Mot de la présidente

À titre de bénévole sur le conseil d'administration de La Traverse du Sentier depuis déjà 7 ans, et en tant que présidente pour cette année, c'est toujours agréable que de travailler avec un conseil d'administrateurs qui se dévouent à la mission de l'organisme. Je tiens à les remercier pour leur implication et leur participation soutenues aux réunions.

Les dernières années ont été marquées par beaucoup de changement et d'adaptation, plus que jamais, il est important de souligner l'importance de prendre soin de sa santé sous toutes ses formes.

Cette année, nous avons malheureusement dû dire au revoir Mme Cynthia Leblanc qui a su s'occuper de l'organisme depuis 2018. Cynthia, ce fut un charme que d'apprendre à te connaître comme directrice générale autant que comme personne. Tu inspires l'engagement, la confiance et la bonne humeur. Tu as dirigé l'organisme d'une main de maître et nous te sommes reconnaissants pour tout ce que tu as accompli.

En revanche, ce petit « malheur » n'en est pas vraiment un puisqu'il nous donne l'opportunité de commencer une nouvelle collaboration avec Mariève Proulx-Roy qui a pris la relève de Cynthia à la direction générale. Mariève, bien que tu sois avec nous depuis peu, pendant ces derniers mois, tu as su nous partager ton enthousiasme, ton énergie et ta vision de l'organisme. Nous sommes persuadés que tous ensemble, nous saurons mener La Traverse du Sentier là où elle doit être.

Ce qui m'amène également à souligner l'excellent travail qui a été fait par le conseil d'administration, la direction générale et l'équipe de travail puisque nous nous sommes dotés, encore une fois, d'une planification stratégique pour les trois prochaines années qui, je l'espère, nous entraînera dans plusieurs projets stimulants, bénéfiques pour l'organisme et pour la communauté, et dont nous pourrons être fiers.

En terminant, je souhaite également souligner l'importance de l'équipe de travail qui, grâce à leur engagement, arrive à faire de petits miracles au quotidien. C'est un plaisir que de pouvoir se fier sur une équipe de travail d'expérience qui est le cœur et la vie de La Traverse du sentier. Année après année, je suis encore touchée de voir votre énergie et votre complicité lorsque vous êtes ensemble. Vous avez su faire de La Traverse du Sentier un endroit où tout le monde se sent accueilli, que ce soit pour nos membres, autant que vos nouvelles collègues de travail ainsi que les membres du conseil d'administration.

Merci énormément,

Laurence Rousseau

Mot de la directrice générale

Bonjour à vous tous et toutes,

J'ai le plaisir et l'honneur comme nouvelle directrice depuis quelques mois déjà, de vous présenter ce rapport d'activités qui témoigne du bilan de l'organisme ainsi que de la grande adaptabilité de l'équipe d'intervention pour l'année 2021-2022.

Vous pourrez découvrir dans la lecture de ce bilan que toutes les activités et les services offerts se sont déroulés à la fois de manière virtuelle et en présence selon les mesures sanitaires du moment tant pour le groupe d'entraide, le centre de jour que pour le service de soutien au logement afin de répondre aux besoins de chacun des membres. Le milieu de vie quant à lui a pu rouvrir entièrement, seulement à partir de septembre 2021 au grand plaisir de tous.

L'année a également été marquée par le départ de Mme Cynthia Leblanc qui a assuré la direction de l'organisme jusqu'en janvier 2022. Je tiens d'ailleurs à la remercier pour son excellent travail. Elle a su bien guider et soutenir l'organisme durant ces périodes d'instabilités. Cynthia, merci de m'avoir accueillie dans mon nouveau rôle avec grande générosité, je te souhaite beaucoup bonheur dans tes nouveaux projets !

De plus, j'aimerais remercier les membres du conseil d'administration qui ont su faire preuve de flexibilité dans la gestion de l'organisme et qui ont dû prendre position rapidement face aux différents enjeux. Merci pour votre dévouement et votre confiance, c'est un plaisir de travailler avec vous au développement de l'organisme.

Finalement, j'aimerais également souligner le travail exceptionnel de l'équipe d'intervenantes de La Traverse du Sentier. À travers ces quelques derniers mois, j'y ai découvert des femmes investies qui ont à cœur la santé mentale et qui, chacune à leur manière, ajoute une couleur incroyable à l'organisme. Après deux années de pandémie, où les confinements et les déconfinements se sont succédés, je tiens à leur lever mon chapeau d'avoir su maintenir les services en s'adaptant continuellement, d'avoir gardé leur esprit d'équipe aussi fort, d'avoir su préserver les rires et les doses de bonheur quotidiennement. Travailler à la Traverse du Sentier est pour moi un véritable privilège et une immense fierté. Nous avons d'ailleurs terminé l'année 2021-2022, par 2 journées de travail et de réflexion afin de faire une planification stratégique pour les trois prochaines années. Vous découvrirez dans ce rapport, la raison d'être de notre organisme simplifiée à son état pur, les valeurs que nous avons revisitées ainsi que nos objectifs pour la prochaine année grâce à notre plan d'action.

Si l'année 2021-2022 a su démontrer notre sens de l'adaptation, le thème de notre rapport est synonyme quant à lui d'espoir : Espoir que l'année à venir sera remplie de surprises, espoir que nous ferons équipe pour traverser chacun des défis, espoir que la vie sera parfaitement imparfaite et que ce sera parfait ainsi!

Bonne lecture,

Mariève Proulx-Roy

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 appartement et vise l'autonomie en logement.

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 supervisés 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 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 août 2018, la Ruche Aire-Ouverte change de nom et devient « La Traverse du Sentier ». Le nom signifie d'accepter et oser emprunter un nouveau chemin qui permet de ralentir le rythme et d'harmoniser toutes les parties de soi afin de retrouver l'équilibre unique à chacun. »

Et après ce beau parcours, La Traverse du Sentier fête cette année ses quarante ans de fondation et continue d'œuvrer sur le territoire Bécancour Nicolet-Yamaska et d'être à l'affût des besoins des gens dont la santé mentale est compromise, et d'être disponible à la concertation locale, régionale et nationale.

Raison d'être

Accueillir et accompagner vers l'équilibre d'une saine santé mentale.

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.

Nos valeurs

ENTRAIDE : Être disponible et à l'écoute de soi et de l'autre en toute confiance ;

SIMPLICITÉ : La sincérité sans détour en toute légèreté ;

BIENVEILLANCE : Déposer une dose d'amour dans chacune de nos attentions pour soi et pour les autres ;

RESPECT : Acceptation inconditionnelle de ce que porte l'autre dans son expérientiel ;

HUMOUR : ...c'est notre dose de bonheur au quotidien !

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 : 9h 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

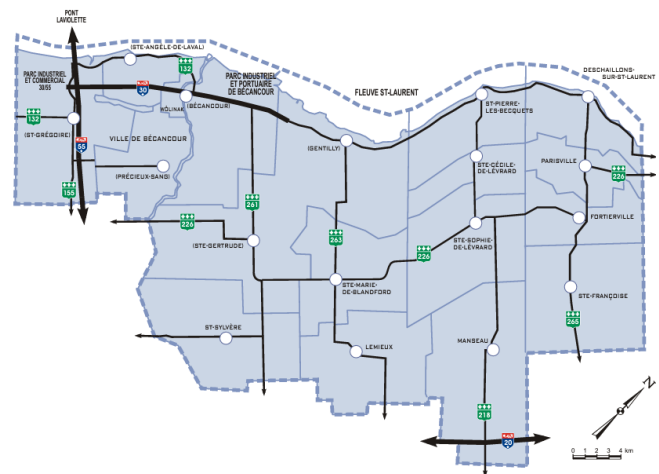
ASTON JONCTION | BAIE-DU-FEBVRE | GRAND-SAINT-ESPRIT | LA VISITATION-DE-YAMASKA | NICOLET | SAINT-CÉLESTIN | PIERREVILLE | SAINT-ELPHÈGE | SAINT-FRANÇOIS-DU-LAC | SAINT-LÉONARD-D'ASTON | SAINT-WENCESLAS | SAINT-ZÉPHIRIN-DE-COURVAL | SAINTE-EULALIE | SAINTE-MONIQUE | SAINTE-PERPÉTUE | ODANAK

POPULATION | 23 381

MRC DE BÉCANCOUR

DESCHAILLONS-SUR-SAINT-LAURENT | FORTIERVILLE | LEMIEUX | MANSEAU | PARISVILLE | SAINTE-CÉCILE-DE-LÉVRARD | SAINTE-FRANÇOISE | SAINTE-MARIE-DE-BLANSFORD | SAINTE-SOPHIE-DE-LÉVRARD | SAINT-PIERRE-LES-BECQUETS | SAINT-SYLVÈRE | BÉCANCOUR | WOLINAK

POPULATION | 20 555



FAITS SAILLANTS

Réouverture du milieu de vie

Depuis mars 2020, la pandémie de la Covid-19 a obligé l'équipe de La Traverse du Sentier à adapter ses services offerts à la population en respectant les fluctuations des consignes sanitaires. De plus, de nombreux membres de l'organisme vivant avec l'anxiété avaient une grande peur de sortir de chez eux et d'attraper le virus. C'est pour ces raisons que les intervenantes se sont assurées de faire un suivi et un soutien téléphonique à tous les membres de l'organisme ou aux personnes qui en faisaient la demande. Par la suite, les intervenantes ont recommencé les activités, mais à l'extérieur afin de sécuriser nos participants. C'est à partir de l'automne 2021 que toute l'équipe a pu reprendre les activités à temps plein dans le milieu de vie et dans les salles de Centre Gabrielle Granger.



Lancement du coffret mieux-être

Grâce au fond d'urgence en santé mentale, une intervenante a pu poursuivre son mandat de développer des activités virtuelles jusqu'en décembre 2021. Une belle façon de maintenir les activités et les services et d'assurer un lien avec les participants. La capacité d'adaptation des intervenantes a également permis de créer un nouvel outil qui a été lancé en mars 2022 : Le coffret mieux-être. Il s'agit d'une boîte à outils comprenant 120 cartes réparties en quatre grands thèmes : la gestion du stress, les saines habitudes de vie, la gestion des émotions et

l'estime de soi. Les gens sont invités à piger une carte par jour et à expérimenter ce que la carte leur indique. Cet outil est distribué gratuitement à tous les membres et permet à l'équipe de lancer de petits défis pour le bien-être des participants qu'ils soient à l'intérieur des locaux ou encore dans leur foyer.

Réaménagement des locaux

Depuis plusieurs années, des démarches sont entreprises afin d'acquérir une bâtisse pour loger l'organisme. La pandémie a permis de réaliser que l'organisme a besoin d'espace pour bien réaliser ses activités. Dans le contexte immobilier actuel, le conseil d'administration ainsi que l'équipe de travail ont décidé de repenser le projet en mettant de côté l'achat d'une bâtisse et d'investir dans un plan de réaménagement des locaux. L'objectif est de créer un milieu de vie favorisant l'intégration sociale en permettant d'accueillir davantage de personnes dans le besoin et de bonifier le climat pour que l'accueil soit plus chaleureux auprès des nouveaux membres. Les rénovations sont prévues pour l'automne 2022.

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 répondant aux besoins des gens, et aussi par la pratique de 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.

LES 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)

LES SERVICES

Information/écoute téléphonique

L'équipe d'intervention répond aux demandes d'informations sur les services offerts et sur la santé mentale, les droits et les services qui existent sur notre territoire. Des visites ont lieu sur le site web et les membres suivent également l'organisme sur Facebook, Instagram et YouTube. De plus, l'étendue du territoire couvert par les services offerts étant importante, beaucoup d'écoute téléphonique est faite avec les membres et les gens de la population. Toute l'équipe transmet ainsi de l'information et offre de la relation d'aide de façon ponctuelle. Les gens téléphonent aussi pour s'inscrire aux activités et utilisent de plus en plus Facebook ou les réseaux sociaux. **En 2021-2022, l'organisme a comptabilisé cinq cent cinquante-sept (557) demandes d'informations et/ou d'écoutes téléphoniques.**

Accueil / milieu de vie libre

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, l'accueil est toujours chaleureux, une valeur fondamentale à l'organisme. Une personne est désignée dans les locaux quotidiennement 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 Traverse du Sentier. *En raison de la pandémie, les gens voulant venir dans les locaux devaient s'inscrire à l'avance afin de s'assurer de respecter la distanciation ce qui a diminué le nombre de présences dans nos locaux. Les intervenantes remarquent que l'affluence revient de plus en plus dans le nombre de demandes. **En 2021-2022, l'organisme a comptabilisé cent cinquante-deux (152) accueils et/ou interventions en présence dans le**

milieu de vie. Celui-ci a été ouvert tous les mardis après-midi de la période de septembre 2021 à février 2022 et deux demi-journées par semaine en mars 2022 pour un total de trente-deux (32) périodes d'ouverture.

Intervention de milieu – pandémie Covid-19

Dans le contexte de la pandémie, les intervenantes étaient appelées lors de sorties extérieures à aller à la rencontre des membres. Certaines interventions ponctuelles avaient lieu, à ce moment-là. Ce service fut donc ponctuel et vraiment en lien avec la situation actuelle. **En 2021-2022, l'organisme a comptabilisé cent soixante-cinq (165) interventions de milieu.**

Message privé

Dans le contexte de la pandémie, l'intervenante responsable du volet virtuel a continué de communiquer avec les membres sur la plateforme « Messenger ». **Nous avons rejoint trente et un (31) participants différents pour l'année 2021-2022.**

Service de relation d'aide individuelle

Il est offert au moment opportun, lorsqu'une personne en ressent le besoin et de façon impromptue. À tour de rôle, les intervenantes sont disponibles pour des rencontres de relation d'aide individuelle pour accueillir ce que la personne vit ainsi que l'accompagner vers les ressources disponibles. **Cette année, l'équipe d'intervention a réalisé soixante-huit (68) relations d'aides individuelles en plus de celles téléphoniques mentionnées un peu plus haut.**

Accompagnement/références

Étant un milieu de vie, l'accompagnement dans les locaux de La traverse du Sentier est une action inconditionnelle dans l'approche de l'organisme. 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. **Durant la dernière année, l'équipe a fait vingt-deux (22) références aux organismes suivants :**

- 811
- Accalmie
- La Chrysalide
- Maison La Nacelle
- La Ressource d'aide alimentaire
- Centre le Havre
- Centre d'action bénévole de Nicolet
- Point de rue
- À un travailleur social du CIUSSS

Centre de documentation

Le 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. Le centre de documentation n'a pas encore été ouvert depuis le début de la pandémie. Par contre, l'équipe est à concevoir un nouveau coin beaucoup plus attrayant pour celui-ci dans le réaménagement de locaux en 2022. De plus, lors d'une journée de consolidation d'équipe, les intervenantes ont procédé à l'achat de nouveaux documents qui seront bientôt accessibles à tous afin de donner un élan de nouveauté à ce service.

LES ACTIVITÉS



Repas partage/lunch

Habituellement, les repas-partage et lunch ont lieu deux fois par semaine. La préparation 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. Les consignes sanitaires n'ont pas permis de pouvoir reprendre cette activité à son rythme initial, **cependant les intervenantes ont organisé six (6) pique-niques durant la période estivale et un dîner dans le local pour un total de vingt-cinq (25) personnes présentes.**

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. L'équipe a décidé de miser sur l'exploration alimentaire pour compenser la diminution des repas partage afin de sensibiliser les membres à une saine alimentation. **Les intervenantes ont fait découvrir vingt et un (21) aliments (ex : fruit du dragon, carambole, de la relish au maïs, etc.) ont compté soixante-dix-neuf (79) personnes présentes pour l'année 2021-2022.**

Activités récréatives, artistiques 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 ainsi que la persévérance. 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.

Nature de l'activité	Nombre de rencontres	Nombre de personnes présentes au total :
Atelier Bricolage	4	17
Dessin (pastel, mandala, zentangle, etc.)	7	21
Peinture (sur bois, toile, galet, etc.)	3	10
Vie active	1	4
Film et collation	5	19
Café-rencontre	2	8
Journée retrouvaille	1	3
Thérapie par la musique	5	16
Mythes et réalités sur les premières nations	1	4
Destination voyage	1	4
Fête de Noël	1	24
Total	30	127

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. Les intervenantes ont proposé **à dix (10) reprises** des activités ludiques (ex : bingo, jaser pour jaser, à tour de rôle) permettant de se détendre et ayant comme objectif d'encourager la discussion sur différents sujets puisque la distanciation devait être maintenue. **C'est soixante (60) personnes présentes qui ont participé à ces activités.**

Comité organisateur

Le comité est formé de membres actifs. 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. **Avec l'allègement des mesures, un premier comité a eu lieu en mars 2022 composé de cinq (5) membres.**

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. Cette donnée n'a pas été comptabilisée, mais elle fait partie de l'ADN de l'organisme puisque l'équipe souhaite que chacun des membres sente que La traverse du Sentier est toujours là pour lui ou elle en cas de besoin.



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. Cette année, l'équipe de La traverse du Sentier a maintenu beau temps, mauvais temps, son club de marche et ce fut une belle réussite. Cette activité a permis de rejoindre une plus grande clientèle et de favoriser le référencement vers d'autres services de façon informelle. **Le club de marche s'est réuni trente-trois (33) fois cette année pour un grand total de deux cent deux 202 présences.**

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. Malheureusement, étant donné le passeport vaccinal et les nombreux confinements, l'organisme a seulement organisé **une (1) sortie culturelle à la Maison Rodolphe Duguay de Nicolet où trois (3) personnes membres** de La Traverse du Sentier ont pu admirer une belle exposition des plus inspirantes.

Activités virtuelles

Une intervenante était dédiée majoritairement à la création de vidéo pour la chaîne YouTube de l'organisme afin d'offrir des services même si nous ne pouvions pas toujours être en présentiel dans le contexte de la Covid-19. Voici un bilan des réalisations faites cette année :

Nature de l'activité	Nombre de vidéos	Nombre de visionnements
Bricolage (déco, peinture, macramé, origami, etc.)	7	574
Quoi faire dans la MRC Nicolet-Bécancour (été 2021)	1	9
Journée d'accueil (automne 2021)	1	16
Total	9	599

Évaluation des services et activités

Les deux dernières années ont été un défi, particulièrement en lien avec la pandémie, ce qui a fait augmenter les besoins de la population en ce qui concerne les services en santé mentale. La Traverse du Sentier a donc sondé la population en ce qui concerne les services offerts sur le territoire. Le but de ce sondage est venu enrichir nos discussions lors de notre planification stratégique faite pour le début de l'année 2022-2023 et ainsi optimiser nos services offerts dans notre prochain plan d'action.

L'équipe a reçu 47 réponses à ce sondage.

EN RÉSUMÉ

59 PERSONNES
DIFFÉRENTES ONT
PARTICIPÉ AUX
ACTIVITÉS DU GROUPE
D'ENTRAIDE

102 ACTIVITÉS ONT
ÉTÉ RÉALISÉES EN
PRÉSENCE POUR
2021-2022

TOTALISANT 501
PRÉSENCES AUX
ACTIVITÉS

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.

LES 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

LES 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.

LES ACTIVITÉS

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 ! **En 2021-2022, l'organisme a réalisé onze (11) ateliers du journal créatif avec quarante (42) présences pour un total de dix (10) personnes différentes.**

Groupe de parole pour hommes

Un groupe de parole pour hommes a débuté en janvier 2022 et se réunit une fois par mois. Cette activité a pour objectif de permettre aux hommes de prendre leur place, de mieux se connaître,

de nourrir leurs forces, de faire de leur mieux et d'être tout simplement. Un thème est choisi collectivement à chaque rencontre. **L'organisme a réalisé trois (3) rencontres avec quatorze (14) présences pour un total de sept (7) personnes différentes.**

Atelier "l'expression par l'écriture"

Un atelier d'écriture a été organisé cette année afin de s'arrêter sur ses pensées, ses émotions, ses attentes et ses besoins. **Un atelier a été réalisé cette année où trois (3) personnes ont participé.**

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 émotionnelles en douceur et de ressentir un mieux-être. **Le Qi-Gong a été réalisé vingt-et une (21) fois cette année cumulant soixante-dix-neuf (79) présences pour un total de vingt-et-une (21) personnes différentes.**

Relaxation

Lors des séances de relaxation, les participants apprennent diverses techniques et approches de relaxation pour mieux se recentrer et gérer son stress. **Cette année deux (2) ateliers de relaxation ont été organisés pour un total de sept (7) participants.**

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 d'ateliers	Nombre de présences	Personnes différentes
Ateliers Revivre - Dépression	10	40	4
Ateliers Revivre – Estime de soi	10	60	6
Ateliers Revivre - Anxiété	5	30	6
Total	25	130	16

Ateliers d'informations

Plusieurs ateliers sont organisés selon les besoins des membres de La traversée du Sentier que ce soit pour donner des informations sur une routine de soin du corps, sur la transsexualité, etc. Il est important également pour l'équipe de la traversée du Sentier de bien préparer les membres à des moments où le centre sera fermé comme durant le temps des fêtes qui peut être un moment

éprouvant pour certaines personnes. Cette année c'est trois (3) ateliers qui ont été donnés sur différents thèmes pour un total de 13 participants.

Activités du Centre de jour en mode virtuel

Une intervenante était dédiée majoritairement à la création de vidéo pour la chaîne YouTube de l'organisme afin d'offrir des services même si nous ne pouvions pas toujours être en présentiel dans le contexte de la Covid-19. Voici un bilan des réalisations faites cette année :

Nature de l'activité	Nombre de vidéos	Nombre de visionnements
Méditation	1	13
Bien vivre son déconfinement	1	9
Les dépendances	1	10
Trucs pour réduire l'impact du manque de luminosité	1	29
Gestion des émotions	1	16
Gestion du stress	1	12
Journal créatif	13	341
Total	19	430

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.

EN RÉSUMÉ

77 PERSONNES
DIFFÉRENTES ONT
PARTICIPÉ AUX
ACTIVITÉS DU CENTRE
DE JOUR

65 ACTIVITÉS ONT
ÉTÉ RÉALISÉES EN
PRÉSENCE POUR
2021-2022

TOTALISANT 285
PRÉSENCES AUX
ACTIVITÉS

VOLET SOUTIEN AU LOGEMENT

Les activités de soutien au logement sont celles qui sont essentielles pour aider la personne qui présente un problème de santé mentale à vivre avec satisfaction et succès dans le milieu de son choix. Elles visent à faciliter l'accès à un logement à un coût abordable. Elles se déroulent très majoritairement dans le milieu de vie de la personne.

LES 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 :

- 1) Évaluer sa capacité à se maintenir en logement
- 2) Observer l'état de santé physique et mentale
- 3) Projets de vie, rêves et réseau social

Exemples d'activités de soutien au logement :

- 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.).

LES SERVICES

Accueil

Un accueil chaleureux est offert à la personne vivant une problématique en santé mentale 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.

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.

Services offerts	Nombre d'interventions
Accueil et accompagnement téléphonique	38
Accompagnement-rencontre-intervention	16
Déménagement	2
Références	4
Total	60

LES ACTIVITÉS

Activités de Soutien au 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
Astuces et premiers soins	4
Diminuer le gaspillage alimentaire	4
Renforcer le système immunitaire	4
Trucs et astuces en canicule	10
Se préparer au temps des fêtes (rencontres familiales, solitudes)	5
Total	27

Activités de Soutien au logement en mode virtuel

Une intervenante était dédiée majoritairement à la création de vidéo pour la chaîne YouTube de l'organisme afin d'offrir des services même si nous ne pouvions pas toujours être en présentiel dans le contexte de la Covid-19. Voici un bilan des réalisations faites cette année :

Nature de l'activité	Nombre de vidéos	Nombre de visionnements
Vidéo promo du service soutien au logement	1	9
Recettes culinaires	4	92
Total	5	101

PARTENARIAT-REPRÉSENTATION

Table de soutien au logement (ROBSM)

Dans le cadre des activités d'accès au logement, il est primordial d'entretenir des liens avec les acteurs locaux. Les différents membres de l'équipe ont donc assisté **à trois (3) rencontres avec la Table de soutien au logement du ROBSM** qui réunit les autres organismes ayant le même mandat de soutien au logement afin de partager les orientations et les astuces pour offrir le meilleur service.

CIUSSS MCQ

De plus, nous sommes **fréquemment en contact avec les intervenants du CIUSSS MCQ** afin de collaborer d'arrimer les différents services offerts tant avec le suivi intensif dans le milieu (SIM) ou encore avec le soutien d'intensité variable (SIV) ainsi que les autres partenaires du réseau local de services (RLS).

PUBLICITÉ



Affiches et réseaux sociaux

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.

EN RÉSUMÉ

19 PERSONNES
DIFFÉRENTES
ONT PARTICIPÉ
AUX ACTIVITÉS
DE SOUTIEN AU
LOGEMENT

5 ACTIVITÉS ONT
ÉTÉ RÉALISÉES EN
PRÉSENCE POUR
2021-2022

TOTALISANT 27
PRÉSENCES AUX
ACTIVITÉS

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, l'équipe d'intervention n'a pas pu faire autant d'activités de promotion qu'elle le souhaitait à cause des mesures sanitaires. Une intervenante de l'équipe est toute de même allée animer **un atelier sur l'amour de soi à la Maison de la famille Le lien de Pierreville**.

Étant donné le contexte de la pandémie, nous avons également adapté **nos ateliers de façon virtuelle** afin de faire de la promotion, prévention et sensibilisation auprès de nos membres et de la population en général. L'équipe a donc réalisé 2 vidéos sur la chaîne Youtube de l'organisme. Le premier portait sur les mythes et réalités de la santé mentale et le deuxième sur la compréhension de ce qu'est l'automutilation. **Le nombre de visionnement est de deux cent vingt-sept (227).**

Semaine nationale de la santé mentale | 3 au 9 mai 2021

Le thème de cette année est « Ressentir, c'est recevoir un message ». Le visuel reprend les 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 24 vues.**

Journée Bell Cause pour la cause

Dans le cadre de la journée, Bell cause pour la cause, l'équipe d'intervention a dû faire preuve d'adaptabilité encore une fois puisque la conférence prévue ne pouvait se tenir à présence à cause d'un nouveau confinement. Un défi a donc été lancé à la population ainsi qu'aux membres de se joindre à l'équipe de La Traverse du Sentier pour une randonnée en raquettes afin de s'oxygéner et de prendre un moment pour prendre soin de sa santé mentale. **La randonnée a eu lieu, toute l'équipe était présente pour accueillir les vingt-quatre (24) personnes prêtes à relever le défi proposé.**



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 avons distribué peu de dépliants à cause de la pandémie, mais nous avons tout de même **remis une soixantaine (60) de dépliants** à l'hôpital Christ Roi ainsi qu'à la clinique médicale.

Réseaux sociaux

Tout au long de l'année, nous avons entretenu notre **Facebook et notre Instagram** de façon très assidue, car c'était l'une des principales façons de rejoindre nos participants. Nous avons donc publié **894 fois**. Celles-ci ont engendré **84 commentaires**. Durant la dernière année, nous avons eu **140 nouveaux abonnés** à notre page Facebook tandis qu'Instagram **en possède 214**. La page Facebook a été visitée **1301 fois** et celle d'Instagram **332 fois**.

CONCERTATIONS 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 et qui propose des pistes de solutions pour son bon fonctionnement. Cette année, nous avons pris part à **deux (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 **une (1) rencontre** 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. Nous avons participé à **trois (3) rencontres** d'échanges avec la direction et l'agente de développement. Nous avons également participé à l'assemblée générale annuelle.

- **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. Nous avons participé à **deux (2) rencontres** durant l'année.

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

Par et pour ses membres, le ROBSM permet à la population d'avoir accès à une gamme variée de services communautaires et alternatifs en santé mentale en s'appuyant sur le développement des compétences et l'appropriation du pouvoir des personnes aidées. Nous avons participé à **cinq (5) rencontres** dont une assemblée générale spéciale.

- **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 d'un plan de contingence pour lutter contre la pénurie de la main-d'œuvre. Nous avons participé à **sept (7) 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. Cette année, nous avons pris part à **trois (3) 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 **deux (2) rencontres**.

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

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

- **COMITÉ PRÉVENTION DÉPENDANCE SANTÉ MENTALE**

En partenariat avec les organismes qui œuvrent en lutte aux dépendances et en santé mentale, **une (1) rencontre** a eu lieu pour s'unir dans un projet en partenariat pour promouvoir les saines habitudes contribuant à un mieux-être.

PARTENARIAT : « RENDEZ-VOUS SANTÉ MENTALE BÉCANCOUR NICOLET-YAMASKA »

En partenariat avec la Chrysalide et la Passerelle, nous avons pris part à **cinq (5) rencontres** cette année afin d'organiser le premier Rendez-vous annuel de la santé mentale BNY pour la semaine de la santé mentale en mai 2022.

PROJET DÉMÉNAGEMENT

Cinq (5) rencontres ont eu lieu cette année afin de discuter et d'analyser les différentes possibilités pour un éventuel déménagement. Finalement, le conseil d'administration a décidé de rester dans l'édifice actuel et procéder à un réaménagement des locaux.

AUTRES RENCONTRES DE PARTENARIATS

- **7 septembre 2021**, nous avons reçu Mme Geneviève Dubois, mairesse de Nicolet afin de présenter les enjeux et réalités de l'organisme.
- **18 octobre 2021**, nous avons assisté à la présentation du nouveau cadre de financement de Centraide.

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.

Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale annuelle de La Traverse du Sentier pour l'année 2019-2020 et 2020-2021 a eu lieu le **vendredi 11 juin à 13h**. Lors de cette rencontre, **dix-sept (17) personnes étaient présentes dont dix (10) membres en règle**.

Le conseil d'administration

Le conseil d'administration voit à la gestion de La Traverse du Sentier. Il prend les décisions concernant la mise en place d'actions visant l'atteinte des objectifs, la réalisation des orientations et des décisions de l'assemblée générale annuelle. Ces principaux domaines d'intervention sont : l'actualisation de la mission et des orientations, la gestion financière et la gestion des ressources humaines. **Pour 2021-2022, le conseil d'administration s'est réuni huit (8) fois en réunions régulières.**

Les membres du C.A sont :

Laurence Rousseau, présidente
 Danny Gariépy
 Nathalie Dubois
 Diane Gamelin
 Martine Côté
 Sébastien Fréchette
 1 poste vacant

Membre sympathisante
 Membre régulier
 Membre sympathisante
 Membre régulière
 Membre sympathisante
 Membre sympathisant
 Membre régulier

L'équipe de travail

L'équipe de travail de La Traversée du Sentier est le noyau qui donne vie aux valeurs et objectifs de l'organisme. Chaque membre de l'équipe apporte une contribution précieuse à la vie associative. Chacune des intervenantes a un lien précieux avec les membres, qui lui permet de faire appliquer les objectifs des trois volets d'intervention. **Cette année, l'équipe de travail s'est rencontrée à trente (30) reprises pour des réunions d'équipe afin de discuter de la programmation ainsi que des interventions à réaliser.** En plus de ces rencontres, l'équipe de travail s'est réunie pour une journée de planification en cours d'année, **une journée de ressourcement ainsi qu'un Lac-à-l'épaule afin de faire une planification stratégique sur deux (2) journées.** Ces journées permettent la cohésion et la cohérence entre les membres de l'équipe, une belle opportunité de consolider les liens.



Personnel régulier

Mariève Proulx-Roy | Directrice générale (à partir de décembre 2021)

Cynthia Leblanc | Directrice générale (jusqu'en janvier 2022)

Josée Lupien | Intervenante du groupe d'entraide

Sylvie Lemay | Intervenante du Centre de jour

Jennifer Mahé-Trudeau | Intervenante soutien au logement

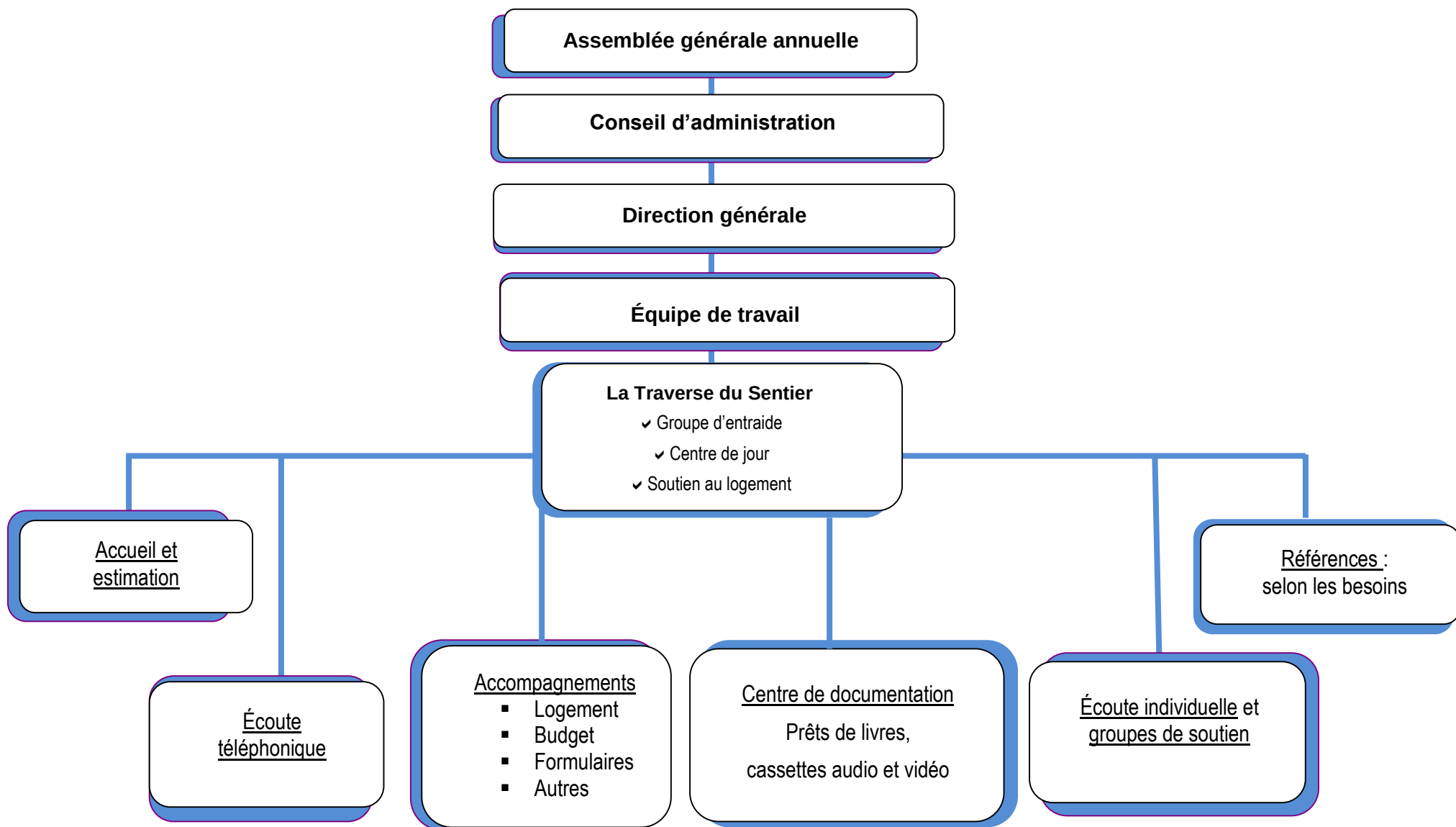
Personnel temporaire

Joahana-Kim Francoeur | Intervenante sociale responsable du volet virtuel – Fond d'urgence en santé mentale (jusqu'en novembre 2021)

Roxane Dubé | Intervenante | Poste emploi été Canada (210h) (novembre 2021 – février 2022)

Stagiaire

Marylie Vinet | Stage d'intervention | Technique d'intervention en délinquance



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 CDQ (ARLPHCQ)
- ✓ Corporation de développement communautaire de Nicolet-Yamaska (CDCNY)
- ✓ Corporation de développement communautaire de la MRC Bécancour (CDCB)
- ✓ Table du regroupement des organismes communautaires (TROC 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

Embauche de personnel

Cette année, l'organisme a connu un changement dans son équipe. En effet, une nouvelle direction est arrivée à la mi-décembre. La firme de ressources humaines Claude Grenier a été mandatée pour recruter le ou la candidate appropriée pour le poste afin de soutenir le conseil d'administration. C'est donc avec grand plaisir que Mariève Proulx-Roy s'est joint à la merveilleuse équipe de La Traverse du Sentier.

Évaluation annuelle des employés

Chaque année, nous nous faisons un devoir de procéder à l'évaluation des employés 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 en août 2021 et elles ont été appelées à se fixer des objectifs pour l'année à venir.

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.

Formations	Nombre d'heures par session	Nombre d'employés participants
Urgences ou priorités par Cathy Martel (TROC)	3	2
Prendre soin de soi en temps de pandémie par Danie Beaulieu (TROC)	3	4
Logiciel CANVA (CDCNY)	3	2
Diversité des couleurs par Claude Sévigny (CDCNY)	8	4
Les croyances limitantes par Martine Garceau, coach PNL	16	5
Webinaire prévention suicide	3	2

CONTRIBUTION DE LA COMMUNAUTÉ

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 :

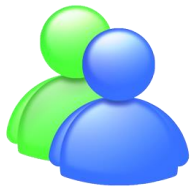
- ✓ **Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec** - CIUSSS MCQ
- ✓ **Centraide Centre-du-Québec**
- ✓ **Service Canada** – Subvention salariale Emploi Été Canada
- ✓ **Fondation Santé BNY** – Bell Cause pour la réalisation des ateliers « Revivre »
- ✓ **Caisse Desjardins de Nicolet** – Redonner à la collectivité
- ✓ **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 2021-2022



Nombre de
Membres réguliers et
sympathisants

64

Nombre
de présences aux
activités

813



Nombre d'activités en
présence

172

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

10 000 et +



*Nombre d'heures
bénévoles*

120

PRIORITÉS 2022-2023

Suite à sa planification stratégique tenue en début d'année 2022 et en tenant compte des réalités sociales et économiques du milieu, le conseil d'administration a choisi de privilégier les actions suivantes pour l'année financière 2022-2023 :

- 1. Développer de nouveaux partenariats**
- 2. Augmenter la visibilité et l'accessibilité de l'organisme**
- 3. Réaménagement des locaux**
- 4. Optimiser la gouvernance**



Administrateur du C.A

Administrateur du C.A



*Nous sommes plus fort tous
ensemble.*

Merci à tous!

www.traversedusentier.org

info@traversedusentier.org



La Traversée du sentier

La Traversée du sentier

819-293-6416

107-690, rue de Monseigneur-Panet, Nicolet, QC

J3T 1W1

