



2010
2011

Rapport d'activités

Présenté à la 13^{ème} Assemblée
générale annuelle des membres

3360, de la Pérade, suite 002
Québec (Québec) G1X 2L7

Téléphone : (418) 682-6070
Télécopieur : (418) 682-1555

Courriel : emotions@qc.aira.com

www.traide-emotions.org

Trouvez-nous sur
 Facebook

MISSION

Fondé en 1998 par un collectif de personnes terminant une thérapie à la clinique Le Faubourg St-Jean, le Centre d'entraide Émotions est devenu un lieu d'entraide et de partage d'expérience en santé mentale, s'adressant à tous mais portant un intérêt plus spécifique à l'accueil des personnes vivant avec un trouble de la personnalité limite. Sa philosophie et ses activités vont dans le sens du respect du pouvoir que ses membres possèdent et développent sur leur vie, leur santé et leur situation sociale et citoyenne. Cela se traduit par des ateliers de création, d'accueil et de formation en relation d'aide et d'entraide entre pairs. Le Centre veut aussi promouvoir les intérêts de ses membres en axant sur la démystification et la prévention des problématiques de santé mentale auprès de la communauté tout en travaillant en étroite collaboration avec les autres ressources du milieu dans lequel il est imbriqué.

BORDERLINE

« Ma mère est partie voir un combat de lutte avec mon père. Avec mon père qui n'est pas mon père. En fait, elle est partie avec mon beau-père, mon beau-père qui n'est pas encore mon beau-père non plus, du moins officiellement. Il le sera dans un an. Ils se marieront et n'auront pas beaucoup d'enfants. Juste moi. Ils trouveront que c'est suffisant. Ils trouveront que c'est assez. J'en vaux dix, c'est ce qu'ils diront. Ils se marieront et je serai là. Éparpillée un peu partout, sous les néons, dans la salle trop grande du palais de justice. Habillée en belle petite bouquetière. Ma robe sera jaune, même si j'ai horreur du jaune. J'aurai des fleurs dans les cheveux, même si j'ai horreur des fleurs dans les cheveux parce-que je ne suis pas peace and love comme ma mère quand elle prend ses antidépresseurs. Dans mes mains aussi j'aurai des fleurs, de belles petites fleurs rouges et jaunes que j'aurai envie de bouffer tout le long de la cérémonie pour que ça passe plus vite. C'est moi qui serai censée tenir les anneaux de mariage, c'est ce qu'ils m'auront dit, les morons, sauf que lorsque ce sera le temps de tenir les maudits anneaux de mariage, ils me les enlèveront. Des morons, que je dis. Ils m'enlèveront les anneaux de peur que je les perde à cause de mes nerfs. Parce-que je suis un paquet de nerfs, parce-que je bouge tout le temps, que je crie tout le temps et que je ris à gorge déployée tout le temps. Ha! ha! ha! Trop fort. La bouche grande ouverte, j'alerte la terre entière de ma présence. Heille ! Vous autres, je suis là ! Occupez-vous de moi ! Occupez-vous de moi, avant que je fasse un malheur. Regardez, ma bouche est si grande ouverte que je pourrais avaler la terre entière d'une seule bouchée. Mes gestes sont si brusques que je pourrais décrocher toutes les étoiles du ciel et les faire tomber nulle part. Et mes cris sont si aigus que je briserais tous les cristaux de la galaxie si on ne me disait pas tout le temps : Chut ! chut ! Tu vas déranger les voisins. Ça, on me le dit au moins quatre-vingt-dix fois par jour. On me le dit tellement souvent qu'il m'arrive d'avaler mes cris pour empêcher la cassette de repartir. Mais même si j'avale mes cris, je reste énervée. C'est ma marque de commerce. Et malheureusement pour eux, ils ne peuvent pas m'échanger contre deux boîtes de la marque concurrente. Ils sont pris avec moi. Bien fait pour eux. Je suis nerveuse. »

Marie-Sissi Labrèche, Borderline, Éditions Boréal, 2000

TABLE DES MATIÈRES

MOT DE LA PRÉSIDENTE.....	1
MOT DE LA COORDONNATRICE.....	2
STRUCTURES.....	3
SERVICES D'AIDE ET D'ENTRAIDE.....	4
FORMATIONS ET COLLOQUES.....	6
IMPLICATIONS SOCIO POLITIQUES.....	7
QUELQUES STATISTIQUES.....	10
ATELIERS ET ACTIVITÉS.....	16
FINANCEMENT.....	18
MERCI !.....	19

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Une autre année s'achève sous le signe des valeurs qui constituent la pierre angulaire du Centre, telles l'entraide, l'engagement sociopolitique, le partenariat des ressources ayant pour mission commune l'épanouissement de leurs membres...

Je vous remercie sincèrement d'avoir placé en moi votre confiance en me désignant porte-parole de ces valeurs qui nous tiennent tant à cœur. Cela m'aura permis de me familiariser davantage avec les rouages d'un conseil d'administration ainsi qu'avec les fonctions et responsabilités reliées au mandat de présidente.

Je demeure convaincue que nous possédons tous en nous la capacité de confronter, d'apprioyer et de transcender nos peurs et nos zones d'ombre. Nous pouvons choisir de vivre en fonction de nos aspirations profondes plutôt que de nous définir par un diagnostic... Car nous sommes infiniment plus que ça. Il nous appartient de croire en nous en faisant preuve de résilience et de détermination.

Carpe Diem,
Mélany Roy



La vie est un travail qu'il faut faire debout. Alain dit Émile Chartier

© Centre d'entraide Emotions, 2011.

MOT DE LA COORDONNATRICE

Bonjour membres de la grande famille d'Émotions,

C'est toujours un plaisir de saluer le travail que vous accomplissez au cours d'une année; je vous lève mon chapeau pour maintenir le cap de l'entraide dans une communauté où beaucoup de nos valeurs communes se dissolvent dans l'individualisme. Contre vents et marées vous persistez à créer un lieu où le respect de la personne, l'entraide, le partage et le bien-être collectif priment. Ce n'est pas banal. Ce lieu est le terreau fertile dans lequel je puise le courage de changer les choses à ma mesure, un geste à la fois. J'espère qu'il en va de même pour chacun et chacune d'entre vous !

Ce fut une année riche en changements, et en émotions aussi. Nous avons dû serrer les coudes pour soutenir des membres en situation difficile, pallier au départ d'une animatrice et continuer d'accueillir de nouvelles personnes. Nous avons fait la preuve que notre tissage est bien solide, nos liens nous ont permis de continuer notre route et de continuer d'ouvrir le chemin vers le rétablissement. Pour y arriver, j'ai bénéficié d'un soutien inestimable de mes animateurs entraînés : merci Philippe Guy et François Galarneau. Vous êtes de bien précieux collaborateurs et de belles personnes !

Cette année a aussi vu se développer une collaboration nouvelle avec la Société Action-chambreurs de Québec. Nous avons eu plaisir à vous accueillir au café-philo et à participer à votre course de tacots ! Puissions-nous maintenir ces liens avec vous, les chambreurs, ces solidarités sont précieuses et nous permettent de nourrir notre réflexion collective.

De bien belles surprises nous sont tombées du ciel aussi ! Merci la vie de nous avoir envoyé Elsa Vaernewyck... partie de France pour aboutir dans notre petit organisme, Elsa nous a apporté sa générosité, son ouverture d'esprit, sa curiosité, son immense respect et un coup de main très apprécié dans nos activités ! Nous y avons gagné une cousine et en sommes fort heureux. Merci Elsa, tu fais maintenant partie de notre famille et tu restes dans nos coeurs ! (D'ailleurs, ta mousse au chocolat fera sans doute partie de la légende encore quelques années !)

Merci aussi à Régine Couture, stagiaire du mercredi ! Tes qualités humaines et ton sens de l'humour nous ont charmés, je sais que nous passerons un bel été à tes côtés ! Tu as aussi le courage de t'engager dans notre aventure, c'est un plaisir de faire la route en ta compagnie ! Merci à toi aussi Marie-Michèle Ouellet, ma boule de feu du jeudi ! Ton énergie, ton immense curiosité, ton éternel sourire, ta volonté de faire plus et mieux pour nous aider ont été très appréciés ! Ton support à l'animation du jeudi m'a souvent permis de reprendre mon souffle comme coordonnatrice, merci encore !

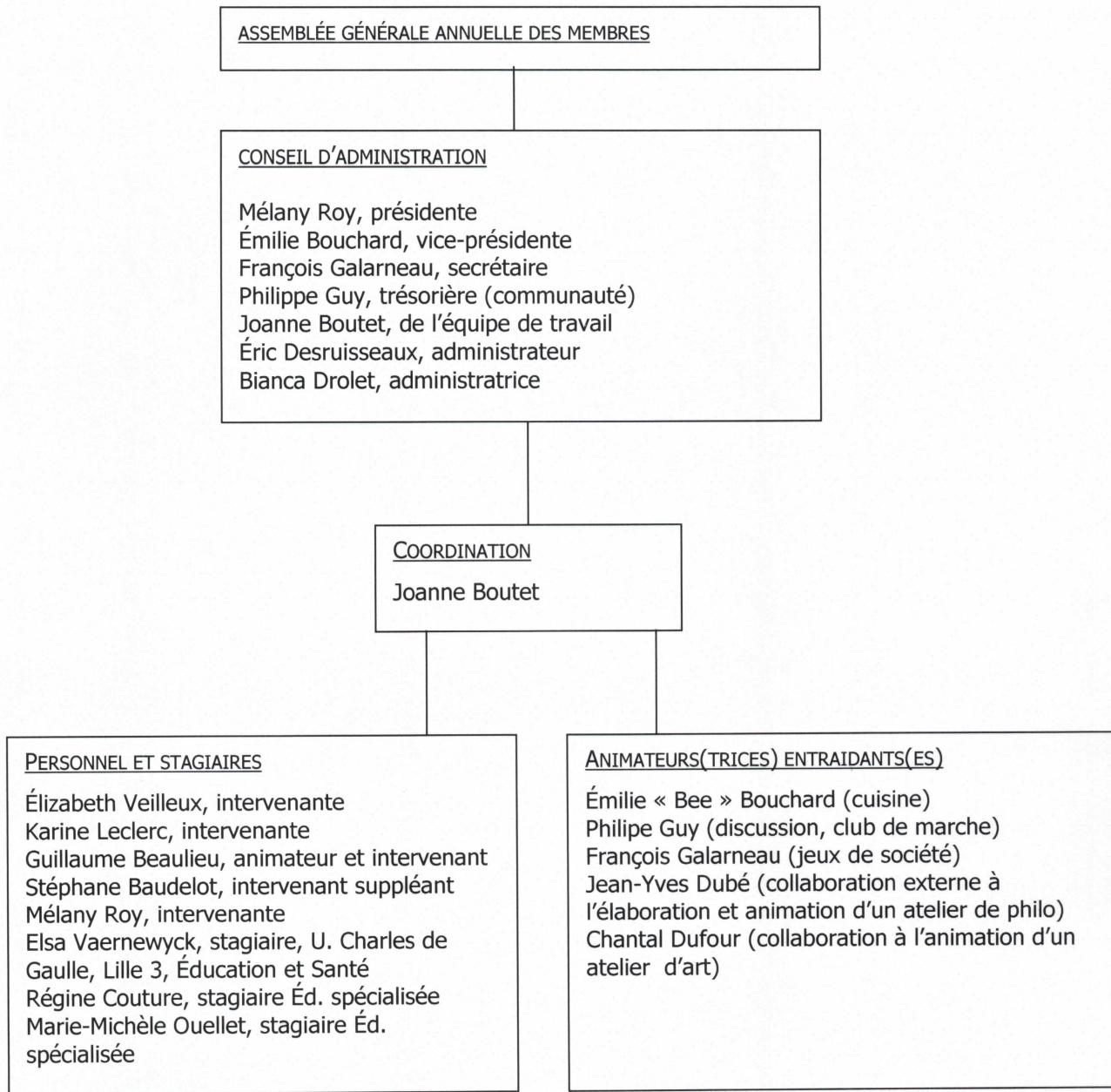
Enfin, parce-que vous mettez généreusement la main à la pâte au service de notre mission et que vous le faites à cœur ouvert et sans filet, merci à vous Mélany Roy, travailleuse à mi-temps et Stéphane Baudelot, à la suppléance et au support administratif...vous avez une longueur d'avance sur le chemin du rétablissement et vous n'hésitez pas à tendre la main à ceux et celles qui vous y suivent, bravo, vous m'inspirez !

Ma tendresse vous accompagne tous !

Joanne Boutet,
Coordonnatrice

Telle est la vie des hommes. Quelques joies, très vite effacées par d'inoubliables chagrins. Il n'est pas nécessaire de le dire aux enfants. *Marcel PAGNOL* extrait de: *Le château de ma mère*.

STRUCTURES



Une institution est structurée comme une personnalité, avec des murs et des règlements qui matérialisent la pensée de ceux qui ont le pouvoir. Boris Cyrulnik

SERVICES D'AIDE ET D'ENTRAIDE

ÉCOUTE INDIVIDUELLE

Le but du service d'écoute individuelle est de donner à nos membres une écoute privilégiée en période de détresse, de façon à aider la personne à reprendre du pouvoir sur sa situation en lui permettant de démêler ce qu'elle vit et ressent. Parallèlement, il arrive que quelques rencontres de ce type soient nécessaires lors de l'accueil de nouvelles personnes afin de leur permettre d'intégrer harmonieusement le groupe. Cette année nous avons effectué 38 rencontres, pour une durée totale de 1545 minutes, soit une moyenne de 41 minutes par rencontre.

SUIVI ET ACCOMPAGNEMENTS EN MILIEU NATUREL

En ce qui concerne l'accompagnement communautaire, il s'agit de permettre à des personnes qui en ressentent le besoin d'être accompagnées d'un entraînant ou d'une entraînante lors de difficultés ponctuelles dans la communauté ou lors de démarches particulières (aide sociale, consultations diverses, aide au ménage etc.) Cette année, les membres ont effectué 8 accompagnements pour une durée totale de 870 minutes soit une moyenne de 109 minutes (1h49) par accompagnement.

ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

Ce service vise à aider les personnes à trouver des ressources ou des solutions concrètes à une situation difficile dans la confidentialité et le respect; nous apportons aussi beaucoup de soin à informer sur les ressources existantes et à référer aux services adéquats lorsque la situation l'exige. Cette année nous avons effectué 139 interventions téléphoniques pour un total de 1995 minutes, soit une moyenne de 14,4 minutes par appel.

COURRIER ÉLECTRONIQUE

Nous recevons de plus en plus de demandes d'informations, de références ou d'aide via le courrier électronique ou sur le babillard rattaché à notre site Internet. Nous répondons toujours à ces demandes, la plupart du temps, il s'agit de référer à des ressources ou alors de donner de l'information sur le Centre et d'inviter les personnes à venir nous rencontrer. L'an dernier, nous étions perplexes par rapport à la façon de gérer les demandes d'aide croissantes qui nous y sont faites. Nous avons décidé de ne pas entreprendre de démarches d'aide autre que de la référence par ce biais, nous envoyons maintenant un bref courriel demandant aux personnes en difficulté de nous téléphoner. L'anonymat et la froideur informatique ne nous semblent pas pertinent en relation d'aide.

SITE INTERNET

Le Centre avait donné l'an dernier le mandat à un nouveau webmestre de nous refaire un site plus actuel, c'est maintenant chose faite. Vous nous trouvez au: www.entreide-emotions.org

CAFÉ-RENCONTRE

Nous avons multiplié les activités au Centre cette année avec une implication toujours grandissante de nos membres au niveau de l'animation d'activités, mais aussi au niveau de l'accompagnement ponctuel. Par ailleurs en 2007-2008 nous avons eu une hausse au niveau de l'accueil de nouvelles personnes, aussi nous continuons d'ouvrir des plages de café-rencontres libres qui permettent aux membres de venir partager entre eux, briser leur isolement et socialiser tout en dédramatisant leur situation. Ces rencontres permettent de prévenir des situations de crise en permettant aux personnes d'exprimer ce qu'ils ressentent tout en développant des liens de confiance avec leurs pairs. Ces plages se tiennent deux après-midi par mois et sont des moments privilégiés pour intégrer une nouvelle personne ou simplement pour prendre le temps d'écouter et de partager en petits groupes.



On ne peut rien apprendre aux gens. On peut seulement les aider à découvrir qu'ils possèdent déjà en eux tout ce qui est à apprendre. Galilée

FORMATIONS ET COLLOQUES

COLLOQUES ET FORMATIONS RECUES

Colloque « Agir pour la santé des hommes » en lien avec le 25^{ième} anniversaire du groupe Autonommie: 3 personnes, 2 jours;

Formation sur les rôles et responsabilités du Conseil d'administration (collaboration Auto-Psy Québec, Osmose et Centre d'entraide Émotions): 3 personnes;

Colloque de l'Association des cuisines collectives et créatives du Québec : 2 personnes;

Journée d'information d'échanges avec les membres du Centre sur les expériences et apprentissages acquises en colloque: 6 personnes.

FORMATIONS, CONFÉRENCES ET TÉMOIGNAGES DONNÉS

Formation continue donnée sur l'approche d'entraide et d'appropriation du pouvoir à 3 stagiaires (2 en éducation spécialisée, du Cégep Ste-Foy et une à la maîtrise en Sciences de l'orientation à l'Université Laval);

Formation sur l'intervention de crise en lien avec le trouble de personnalité limite donnée aux 4 stagiaires ci-haut cités;

Exposés sur la structure et le fonctionnement de notre organisation communautaire donnée aux étudiant(es) en éducation spécialisée du Cégep Ste-Foy dans le cadre du cours sur l'organisation des services (2 personnes, 3 groupes visités);

Visite du Centre universitaire en santé mentale avec les stagiaires du Centre et visant à faire connaître l'institution sous le regard d'un membre y étant traité de longue date (3 personnes);

Rencontre d'information avec un groupe d'étudiant(es) en communication à l'université Laval sur la nature de notre organisme et son rayonnement dans le milieu (5 personnes).

IMPLICATIONS SOCIO POLITIQUES

En tant que groupe d'entraide et dans le cadre de notre démarche collective de prise de parole citoyenne, les membres du Centre poursuivent notre tradition d'engagement politique, de concertation et d'échange avec les différents partenaires du réseau en vue d'améliorer tant les conditions de vie des personnes en général que les services en santé mentale. Voici donc les tribunes où ils/elles prennent place et parole.

RÉSEAU LOCAL, CONCERTATION ET PARTENARIAT

- Table territoriale Ste-Foy–Sillery–Laurentien (1 membre, 2 rencontres);
- Sous-comité de la table de concertation ci-haut et visant à aider les personnes en liste d'attente au CSSS (1 personne, 3 rencontres);
- Table de concertation sur le logement social : (1 personne, 2 rencontres).
- Rencontre et visite du Centre par le député fédéral : 10 personnes.

RÉADAPTATION PSYCHOSOCIALE, ÉCHANGE DE CONNAISSANCE ET ACTIVITÉS SOLIDAIRES

- Assemblée générale du Regroupement des organismes communautaires de la région, ROC 03, (1 rencontre AGA, 1 personne);
- Consultation nationale : Commission de la santé mentale du Canada « Pour faire avancer la cause du soutien par les pairs. » (2 personnes);
- Rencontre de concertation avec les groupes « par et pour » (Émotions, Osmose, Auto-Psy) : (1 rencontre, 3 personnes);
- Rencontres de réflexion et de développement des solidarités Osmose/Centre d'entraide Émotions (2 rencontres, 2 personnes);
- Participation à la Vigie des sans-abri (5 personnes);
- Journée de présentation des projets des finissantes en éducation spécialisée du cégep Ste-Foy (1 personne);
- 10^{ième} anniversaire d'Osmose (2 personnes);
- Vernissage de l'exposition « Vincent et moi » (5 personnes);
- Visite de l'Atelier de la Mezzanine : (3 personnes);
- 5 à 7 pour le 60^{ième} anniversaire du Carrefour familial des personnes handicapées (2 personnes);
- Invitation à l'émission du Carrefour familial des personnes handicapées pour commenter l'actualité en lien avec l'arrestation médiatisée d'une personne aux prises avec un trouble de personnalité limite sur les ondes de Radio Basse-Ville (1 personne);

MANIFESTATIONS

- Marche mondiale des femmes (8 mars, 2 membres);

LE CENTRE D'ENTRAIDE ÉMOTIONS EST MEMBRE DE

- de l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP) ;
- de l'Alliance des Groupes d'Intervention en rétablissement (AGIR);
- du Centre d'action bénévole de Québec (CABQ);
- du centre de développement de l'économie et de l'emploi (CDEC);
- des Frères et sœurs d'Émile Nelligan;
- du Regroupement des Organismes communautaire de la région 03 (ROC 03).;
- des ressources répertoriées par la Direction de la Santé publique en aide alimentaire; nous avons contribué cette année au portrait sur l'aide alimentaire de la région 03.
- de l'Association des cuisines collectives et créatives (AC3R)

VIE ASSOCIATIVE

Séances du conseil d'administration : 5 rencontres+ un souper pour planifier l'AGA + 1 pour recevoir les mises en candidature (1 mise en candidature).

Sous-comité pour le remaniement des règlements généraux : 1 rencontre, 4 personnes.

Cette année, 64 personnes se sont impliquées dans la vie associative en participant aux séances du C.A., à l'assemblée générale annuelle, à la séance de réception des mises en candidature ou au comité de remaniement des règlements généraux.

Membership : 30 personnes

Provenance des membres du C.A. : 4 personnes membres utilisatrices de la ressource
1 personne représentant l'équipe de travail
2 personnes de la communauté.
(Voir à la section « nos structures » pour la liste des membres)

ACCESSIBILITÉ

Lundi et vendredi de 9h à 17h (ouvert le lundi de 19 à 21h de janvier à avril pour le café-philo)

Mercredi et jeudi de 13h30 à 21h30

Mardi : réunions, formations et évènements divers

Le centre est ouvert toute l'année à l'exception des jours fériés et des congés des fêtes de fin d'année.

ON RETROUVE LES COORDONNÉES DU CENTRE DANS DIFFÉRENTS BOTTINS DE RESSOURCES DONT :

L'Agenda du Pavoir;

Le bottin du CABQ;

Le bottin des ressources de l'ouest;

Le bottin web de l'AGIR;

Le bottin 211 ainsi que la ligne 211;

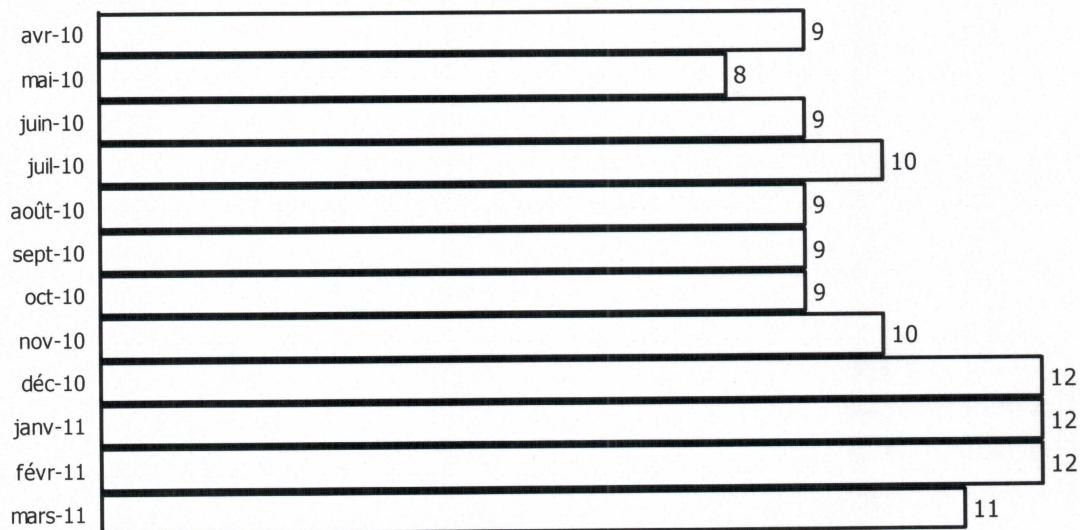
Et certains autres qui nous échappent peut-être ici, désolés.

QUELQUES STATISTIQUES

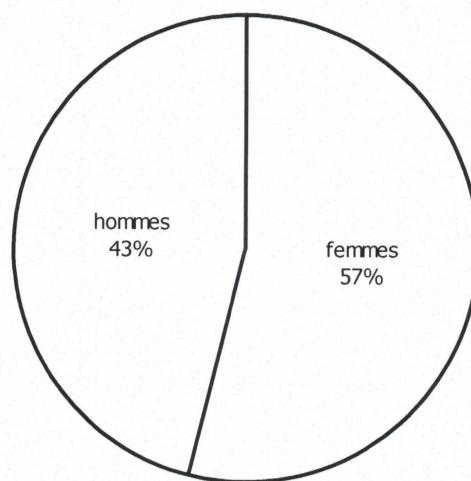
Comme chaque année, le Centre d'entraide Émotions présente dans son rapport d'activités différentes statistiques en fonction des activités et des services offerts. Cette section présente donc de façon succincte les principales statistiques 2008-2009.



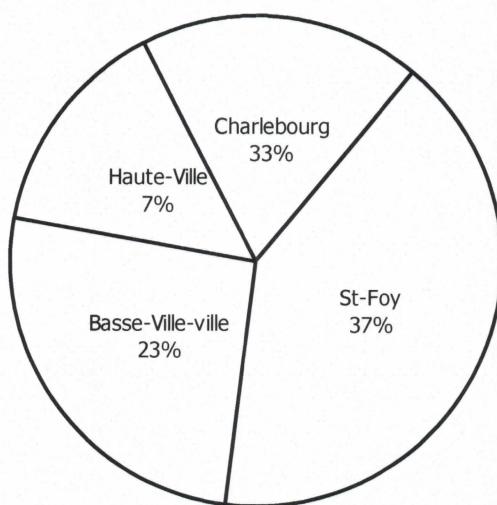
Nombre d'activités par mois



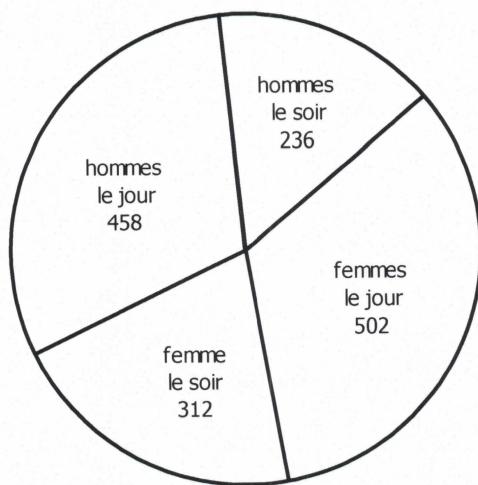
Les membres



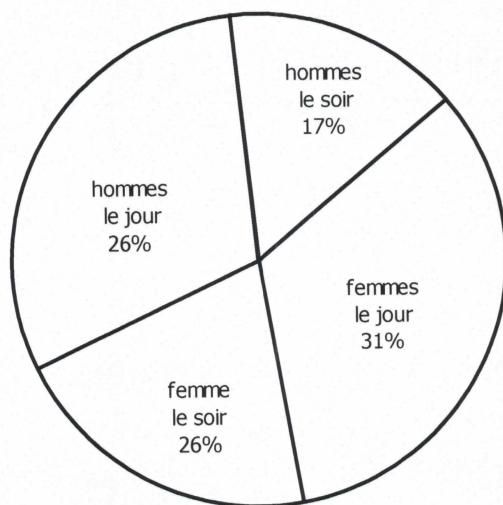
Provenances



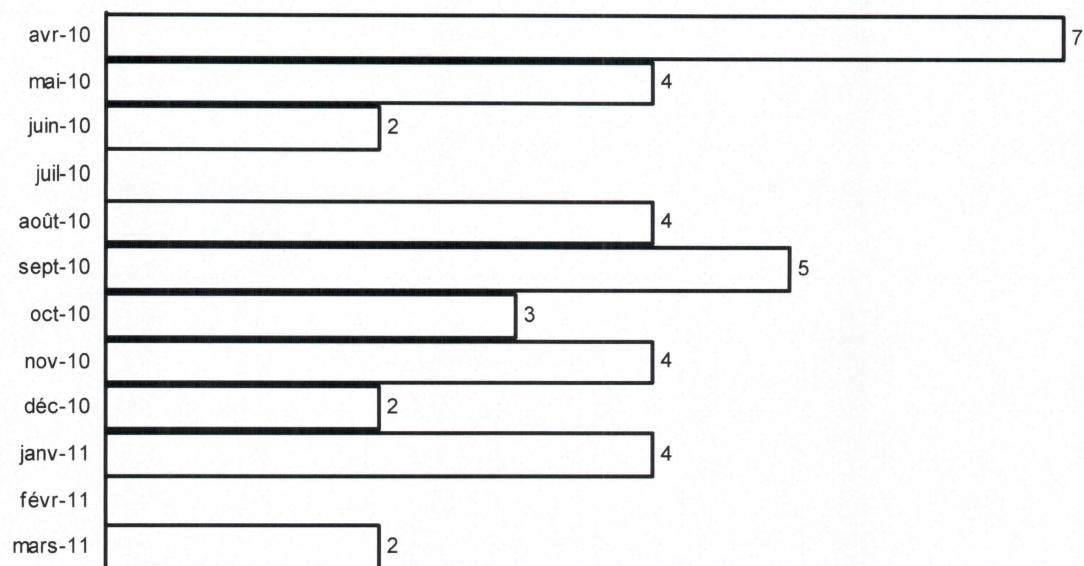
Total de la présence des hommes et des femmes le jour et le soir



Total de la présence des hommes et des femmes le jour et le soir



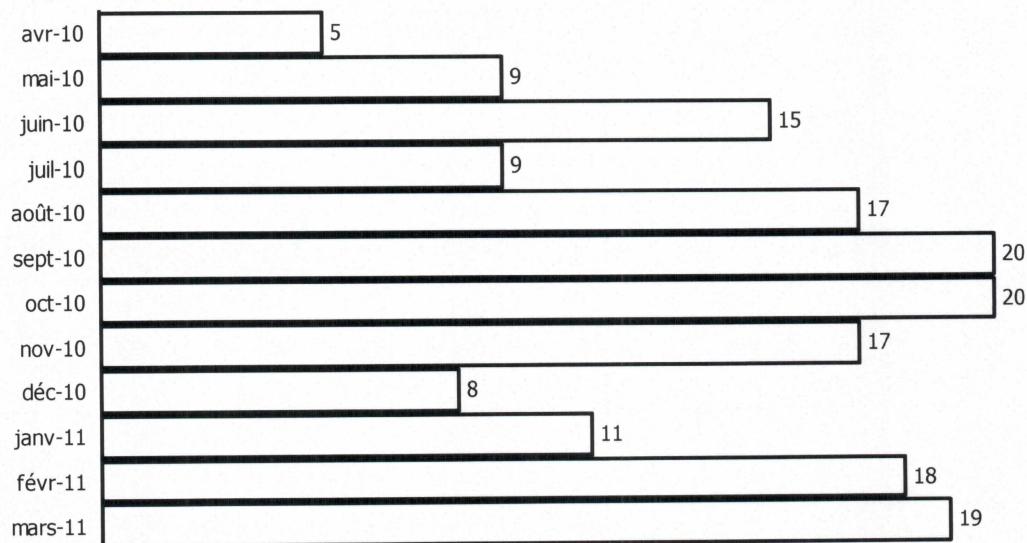
Nombre d'entrevues individuelles par mois



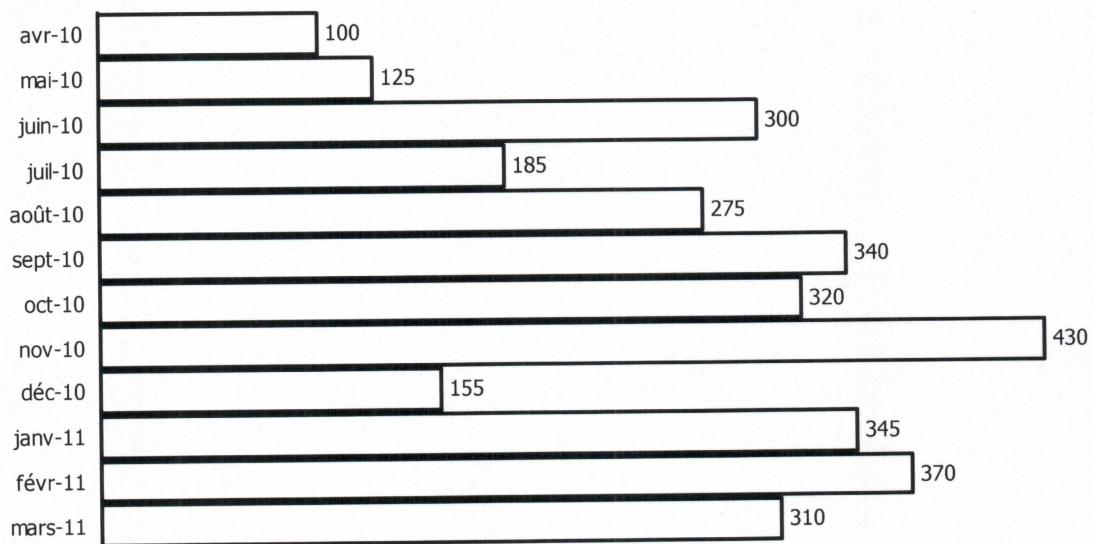
Durée en minutes des entrevues individuelles



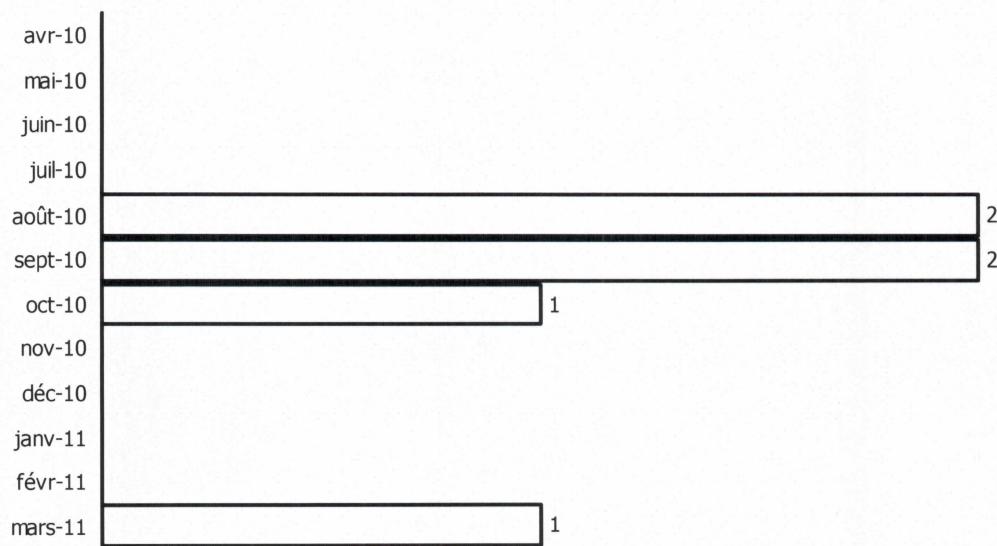
Nombre d'interventions téléphoniques par mois



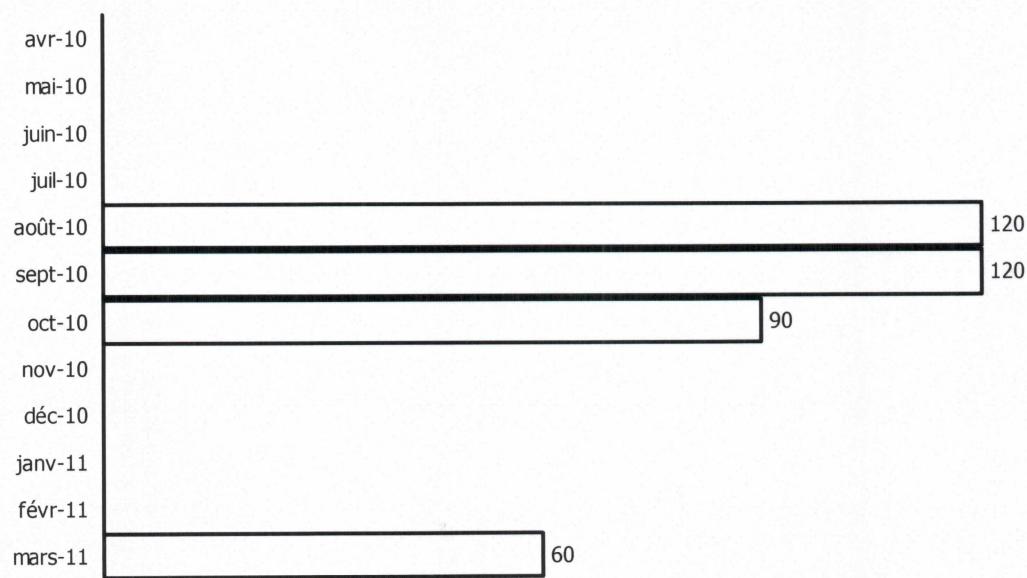
Durée en minutes des interventions téléphoniques



Nombre de suivi et accompagnement dans le milieu naturel



Durée en minutes des suivis et accompagnements dans le milieu naturel



ATELIERS ET ACTIVITÉS

Pour alléger la lecture de ce présent rapport, nous avons choisi de regrouper nos ateliers sous des bannières illustrant leurs objectifs et le but qu'ils poursuivent; la philosophie d'intervention et la mission du Centre étant déjà bien définies précédemment il nous apparaissait inutile de se répéter pour chaque atelier.

PARTAGE, ACCUEIL ET ENTRAIDE

- Discussions sur l'actualité (5 rencontres, 15 présences);
- Café-rencontres (deux par semaine, 564 présences);

ÉDUCATION, SENSIBILISATION ET FORMATION

- Ateliers de cuisine avec Émilie (2 fois/mois, 206 présences);
- Causeries sur diverses problématiques (1 fois/trimestre, 21 présences);
- Café-philo (1 fois/semaine x 10 semaines, 69 présences);

CRÉATION, EXPRESSION ET SOCIALISATION

- Souper communautaire (une fois par mois, 127 présences);
- Journées d'échange et d'aide à la préparation du souper mensuel (une fois par mois, 63 présences);
- Arts créatifs (une fois/semaine, 515 présences);
- Brunch à Philou (en saison hivernale, 38 présences);
- Écoute musicale avec François (deux soirées par mois, 185 présences).
- Ateliers d'intervention théâtrale « Pièces de vie » donnés par Geneviève St-Amand, une collaboration extérieure en partenariat avec Auto-Psy Québec et Osmose : (1 fois/semaine, 2 personnes pour une session d'hiver).

MENS SANA IN CORPORE SANO (UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN)

- Club de marche (une fois par semaine en saison, 46 présences);
- Club de baignade (une fois/semaine en saison, 66 présences);



ATELIERS PONCTUELS ET POUR LE SIMPLE PLAISIR D'ÊTRE ENSEMBLE

- Sorties au festival d'été (2 sorties, 18 personnes);
- Cabane à sucre avec Osmose (12 personnes);
- Souper d'Halloween (14 personnes);
- Ateliers (2) de préparation du réveillon de Noël (4 personnes);
- Décoration des locaux pour la fête de Noël (8 personnes);
- Party de Noël pour le personnel et les bénévoles (6 personnes);
- Réveillon et souper traditionnel de Noël (20 personnes);
- Journée sur les sites du Carnaval (2 sorties, 7 personnes);
- Sortie « Jouons dehors avec Pascal (5 personnes).
- Corvée grand ménage du Centre (9 personnes).



Spontanément, les enfants ne passent pas de la cour de récréation à la salle de classe. François Proust

FINANCEMENT

Nous souhaitons bien entendu que des sommes plus conséquentes que celles que nous recevons actuellement soient allouées dans un futur proche au soutien à la mission des organismes d'entraide comme le nôtre. Parmi les plus pauvres du réseau communautaire en santé mentale de la région, nos groupes contribuent pourtant de façon significative à maintenir les personnes dans la communauté et à les soutenir durant leurs démarches quelles qu'elles soient.

Nos argents proviennent principalement du Programme de Soutien aux Organismes Communautaires (PSOC) de l'Agence de Services de santé et de Services sociaux de la Capitale nationale, soit un montant de 101 203. \$ pour 2009-2010.

Notre autre principal partenaire financier est :

Développement des ressources humaines Canada : 12 243. \$ (Emplois d'été Canada);

Merci à tous deux !

Nous tenons à remercier chaleureusement nos autres partenaires. Leur soutien financier a grandement facilité la qualité des services offerts à nos membres. Merci !

Comme par les années passées, dans un souci de transparence et de rigueur administrative, notre gestion comptable est effectuée par un groupe de ressources techniques oeuvrant dans le milieu communautaire, soit Action-Habitation de Québec. Nos chèques et effets sont contresignés par les deux organismes mais nos factures et documents comptables sont en conservation au siège social d'Action-Habitation pour consultation. Merci à Lucie Thibault et à Danielle Lepage et à toute l'équipe d'Action-Habitation pour leur précieuse collaboration.



Ne mettez pas votre confiance dans l'argent, mais mettez votre argent en confiance. Oliver Wendell Holmes

© Centre d'entraide Émotions, 2011.

MERCI

Bien sûr, un organisme communautaire se doit toujours, pour arriver à concrétiser ses buts, de faire appel à la fois à la communauté dans laquelle il est implanté et aux ressources de son entourage.

Merci et plus que merci encore à toutes les personnes qui ont donné temps et matériel au cours de l'année, vous nous avez permis d'atteindre nos objectifs :

- Le Journal Le Soleil et ses lecteurs : qui nous ont gracieusement donné un abonnement gratuit tout au long de l'année;
- Lucie Thibault et Danielle Lepage (gestion comptable);
- L'équipe du Pavois Ste-Foy (pour votre agréable voisinage et votre entraide);
- Alexandre Boutet Dorval (soutien informatique, conception site web et conseils professionnels) ;
- Yvette Turcotte (vigilance et cueillette de données dans les médias) ;
- Robert et Hubert Lamontagne (excellents proprios et aide financière au réveillon de Noël) ;
- Marty Baudelot (aide à la préparation du réveillon de Noël et service du repas) ;
- Geneviève St-Amand (animation d'atelier d'intervention théâtrale) ;
- Jean-Yves Dubé (animation de café-philo).

Mais un merci très particulier à nos valeureux bénévoles :

Émilie Bouchard, Mélany Roy, François Galarneau, Josiane Fortier Alain, Élizabeth Veilleux, Philippe Guy (membres du conseil d'administration 2009-2010);

Ariane Poirier (stagiaire 2009)
Karine Leclerc, Pascal Lebel et Maricia Marcoux (stagiaires 2010)
Jessica Chamberland, bénévole.

Parce-qu'un organisme communautaire est parfois une grosse responsabilité et un exercice militant éprouvant, la coordonnatrice tient à remercier Stéphane Baudelot, collègue et conjoint, toujours prêt à accourir pour suppléer, donner un coup de main, écouter, conseiller mais surtout, prêter son épaule et ses bras dans les moments difficiles. Merci Stef, c'est apprécié !



Quand un metteur en scène a fini son film, il ne lui appartient plus. Ce qui reste à la fin, c'est comment le film est passé à travers soi. Juliette Binoche

