

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres

Premièrement, j'aimerais vous remercier de m'avoir fait confiance pour ce premier mandat en tant que présidente du Centre d'entraide Émotions. Il s'agit pour moi d'un très grand honneur et d'un privilège de pouvoir m'impliquer à la tête de notre superbe équipe. J'ai assuré mes fonctions avec tout le dynamisme qui me caractérise et je vous assure que je mets tous les efforts pour mériter votre confiance.

L'an 2013-2014 a été pour moi une occasion unique et formidable d'apprendre à vous connaître. Je vous invite fortement à continuer de vous impliquer auprès du centre en participant aux activités et en donnant votre appui aux différents dossiers que nous pilotons. C'est se qui fait notre raison d'être, sans vous le centre n'aurait pas de raison d'exister. Nous avons besoin de votre implication, dans le meilleur intérêt de notre communauté. Si vous avez des questions ou des suggestions pour améliorer le centre, n'hésitez surtout pas à m'en faire part.

En espérant pouvoir échanger avec vous lors de nos différentes activités, je vous souhaite, en mon nom personnel et celui du conseil d'administration, une excellente année 2014-2015!

Mel-Anny jones
Présidente

MOT DE LA COORDONNATRICE

Une autre année écoulée à vos côtés ! Merci à chacun et chacune d'entre vous, vos démarches vers le rétablissement contribuent à me faire avancer à mon tour, ce cheminement en communauté est l'une des plus belles choses que ce travail m'apporte en plus de la gratification de pouvoir œuvrer dans un milieu qui soit conforme à mes valeurs et convictions sociales.

Cette année a vu éclore de jolis projets. Notre groupe d'entraide réservé aux personnes aux prises avec un trouble de personnalité limite a permis de nouer des liens forts et de créer une dynamique d'entraide exceptionnelle. En parallèle, avec ces gens, nous avons aussi mis en place un nouvel outil de réseautage par le biais du réseau Facebook, ce qui reste une expérimentation qui n'a eu, à ce jour, que de bons impacts. Nous avons fait la réflexion et la refonte de nos règles de bon fonctionnement social qui commençaient à se faire désuètes. Bien d'autres nouveautés sont en chantier, pilotées par des membres pour des membres, ce qui va dans le sens de notre mission.

Cette année nous a aussi permis de jolies rencontres sur le plan de nos partenariats en emploi, bienvenue et immense merci à Marie-Pier Labonté, employée plus que polyvalente, te compter à mes côtés avec ta joie de vivre et ton gros bon sens me rend le travail plus léger. Merci à Tina Sirois, qui met son expérience de vie au service de personnes qui ont besoin d'accompagnement sur leur parcours, ta présence, ta générosité et ton ouverture à l'autre sont inestimables.

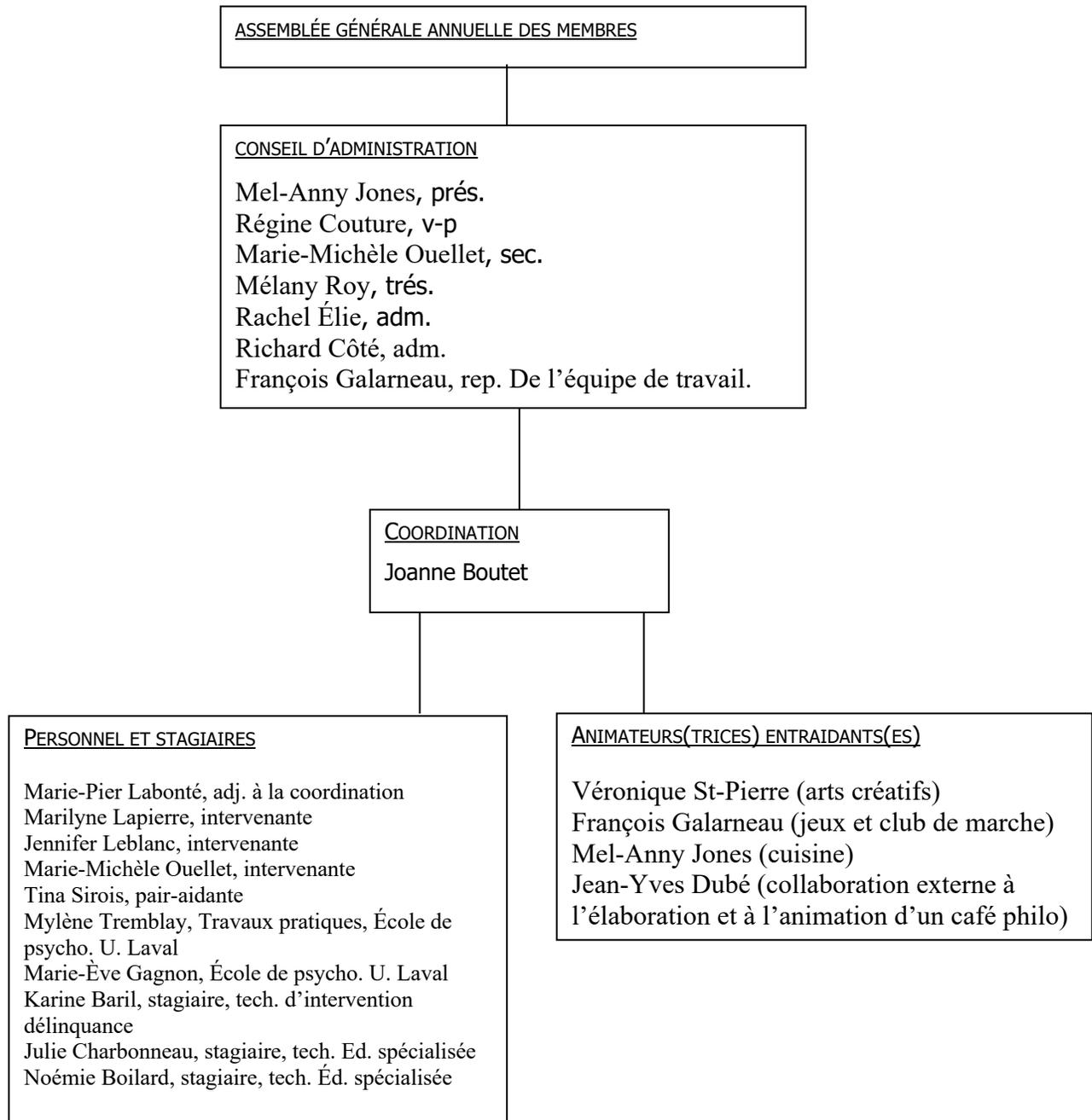
Nous avons accompli beaucoup pour supporter des personnes en attente de services thérapeutiques, l'an dernier, nous constatons une hausse importante des demandes d'aide individuelle, cette année cette demande ne s'est pas estompée et nous avons réussi à y faire face avec brio. Nous aurons contribué à sauver des vies, et à éviter des gestes dommageables, c'est déjà beaucoup, puissions-nous avoir fait une différence sur le parcours de personnes en difficulté.

Merci également à ma fabuleuse équipe d'animation : Mél-Anny Jones, Sebastien Pichette à la cuisine, on a jamais aussi bien mangé dans la bonne humeur, Véronique St-Pierre aux arts, ton talent et ta créativité nous embellissent l'esprit tous les lundis, Jean-Yves Dubé, parce-que je pense donc je suis....et merci spécialement à François Galarneau, pour l'atelier de jeu et le club de marche mais aussi parce-que je sais pouvoir compter sur toi pour les mille petits détails qui me permettent de faire mon boulot la tête libre, merci pour ton grand sens des responsabilités.

Je me considère privilégiée de pouvoir, en ce monde qui devient de plus en plus individualiste, construire avec vous ce havre d'accueil, d'entraide et d'humanité.

Joanne Boutet,
Coordonnatrice

STRUCTURES



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 aussi été sollicités pour de nombreux suivis individuels de personnes en attente de thérapie ce qui a fait exploser le nombre de rencontres de ce type. Nous avons effectué 179 rencontres, pour une durée totale de 10 870 minutes, soit une moyenne de 61 minutes par rencontre. C'est 226% de plus que l'an dernier...

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 entraînée lors de difficultés ponctuelles dans la communauté ou lors de démarches particulières (aide sociale, consultations diverses, aide au ménage etc.) Cette année, nous avons accompagné 3 personnes pour un total de 690 minutes, soit 230 minutes en moyenne.

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 137 interventions téléphoniques pour un total de 2313 minutes, soit une moyenne de 17 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 semblant pas pertinent en relation d'aide.

SITE INTERNET

Vous nous trouvez au: www.entraide-emotions.org de même que sur Facebook à Centre d'entraide Émotions.

GROUPE D'ENTRAIDE POUR PERSONNES AUX PRISES AVEC UN TROUBLE DE PERSONNALITÉ LIMITE

Cette année, nous avons créé une plage horaire afin de permettre à des personnes aux prises avec un trouble de personnalité de venir échanger entre elles, de ventiler les émotions vécues pendant la semaine, échanger des outils thérapeutiques et normaliser un peu leur vécu. Ce groupe a reçu une très bonne réponse et la dynamique d'entraide y est très présente. Ces groupes se tiennent le jeudi soir afin de permettre aux personnes travailleuses ou étudiantes de s'y présenter. À raison d'une rencontre hebdomadaire depuis le mois d'août, ce sont 192 présences qui y sont enregistrées, soit une réponse plus que satisfaisante. Parallèlement à ces rencontres, une page privée sur Facebook a été créée afin de permettre aux gens qui le désirent de s'y réseauter et de poursuivre leurs échanges de façon virtuelle, cela a permis aussi de se fixer des rendez-vous afin de manger ensemble, pratiquer des sports ou simplement se soutenir.

FORMATIONS ET COLLOQUES

COLLOQUES ET FORMATIONS REÇUES

Colloque international de l'ARUCISMQ, impliquant la venue du comité citoyen du Brésil, 2 jours, 1 personne.

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 en intervention délinquance du cégep FX-Garneau, Formation sur l'intervention de crise en lien avec le trouble de personnalité limite donnée aux 3 stagiaires ci-haut cités;

IMPLICATIONS SOCIOPOLITIQUES

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 (nous continuons d'en être membre mais n'avons pas participé aux rencontres cette année, faute de temps);
- Table de concertation sur le logement social : (1 personne, 1 rencontre);
- Visite de 8 médecins résidents de l'Unité de médecine familiale Laurier, venus s'initier à l'entraide entre pairs en santé mentale;
- Accueil de jeunes contrevenant-es pour travaux réparatoires, partenariat avec l'Autre Avenue (6 jeunes accueillis).

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);
- Rencontres de réflexion et de développement des solidarités Osmose/ Centre d'entraide Émotions (2 rencontres, 2 personnes);
- Participation de notre Centre (3 personnes) aux États généraux du communautaire du ROC 03.

MANIFESTATIONS

- Nuit des sans-abris (2 membres);
- Manifestation « Je soutiens le communautaire »: 3 pers;
- Journée internationale des femmes (2 personnes).

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 : 4 rencontres + un souper pour planifier l'AGA (26 présences).

Assemblée générale annuelle : 9 membres en règle de l'organisme

Membership : 35 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.

Pour la liste des membres, voir à la section « nos structures »

ACCESSIBILITÉ

Lundi et vendredi de 9h à 17h Mercredi et jeudi de 13h30 à 21h30

Mardi : réunions, formations et événements divers

À l'occasion pour des sorties ou événements le samedi et/ou autres soirs

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 Pavois;

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;

Le bottin du journal La Quête;

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

Aussi, on retrouve à l'occasion des publicités du Centre dans :

Le journal L'Appel;

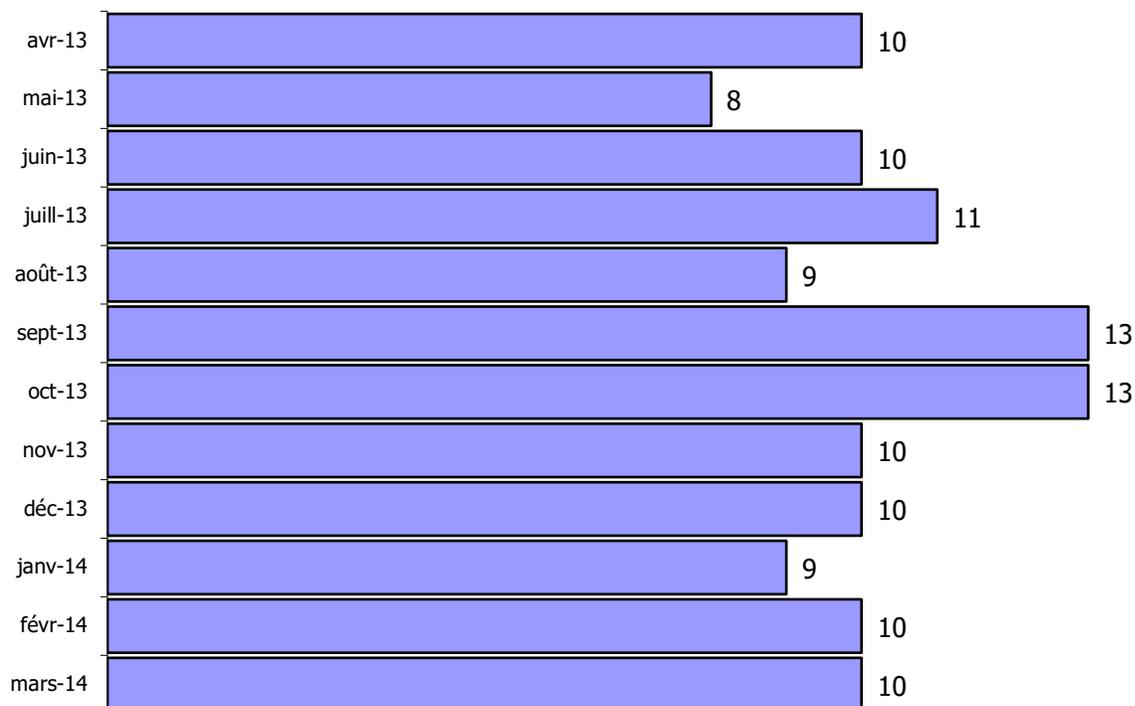
Journal La Quête;

Journal Le Soleil.

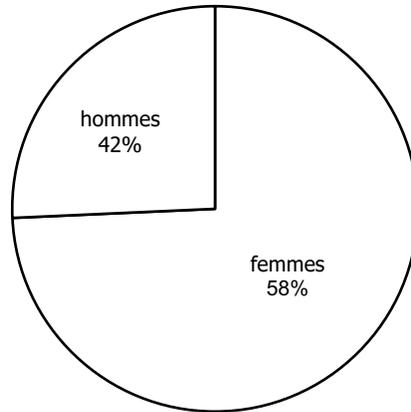
QUELQUES STATISTIQUES

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.

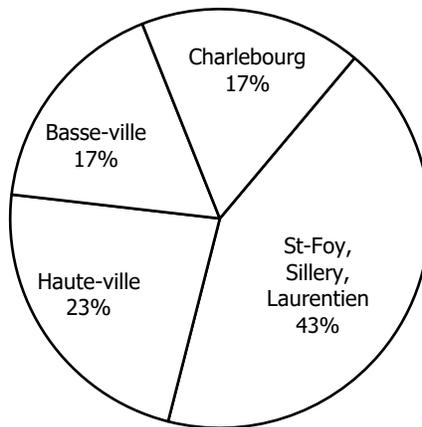
NOMBRE D'ACTIVITÉS PAR MOIS



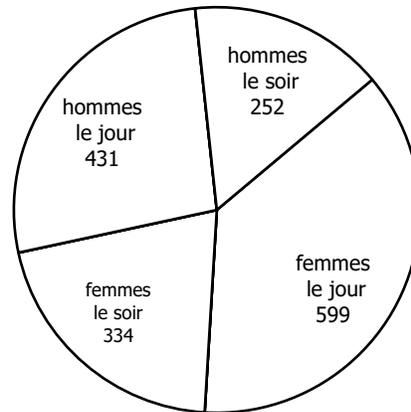
Les membres



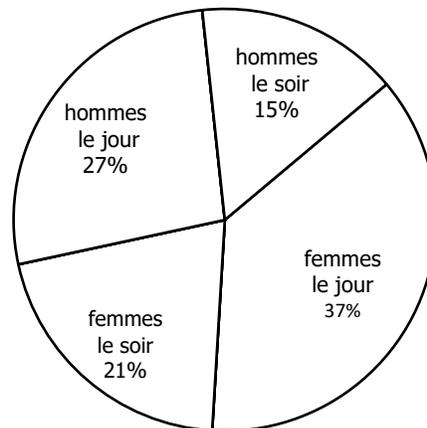
Provenances



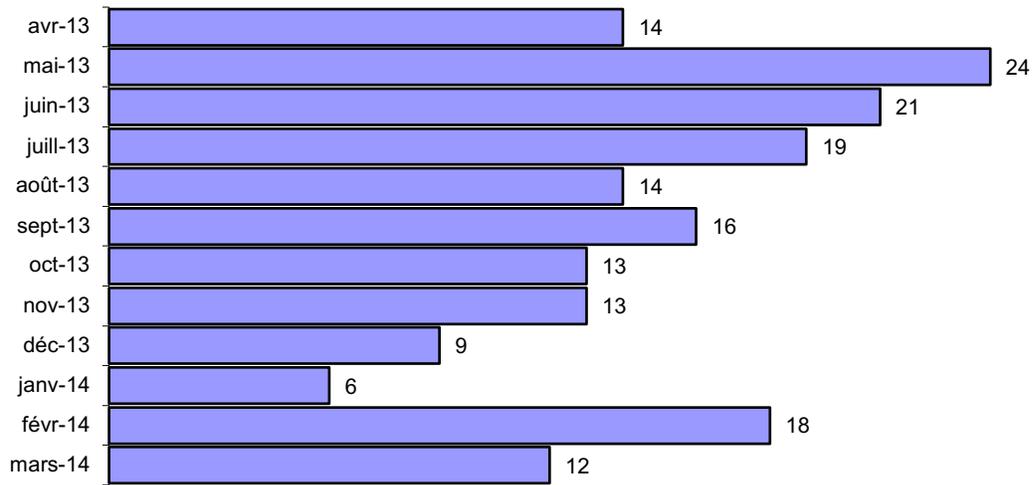
Total de la présence des hommes et des femmes le jour et le soir



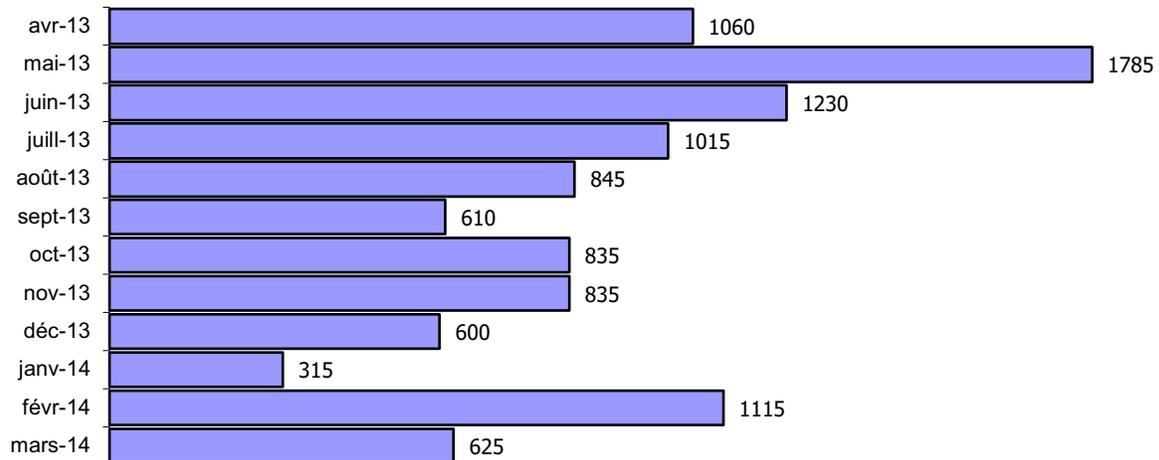
Pourcentage de la présence des membres

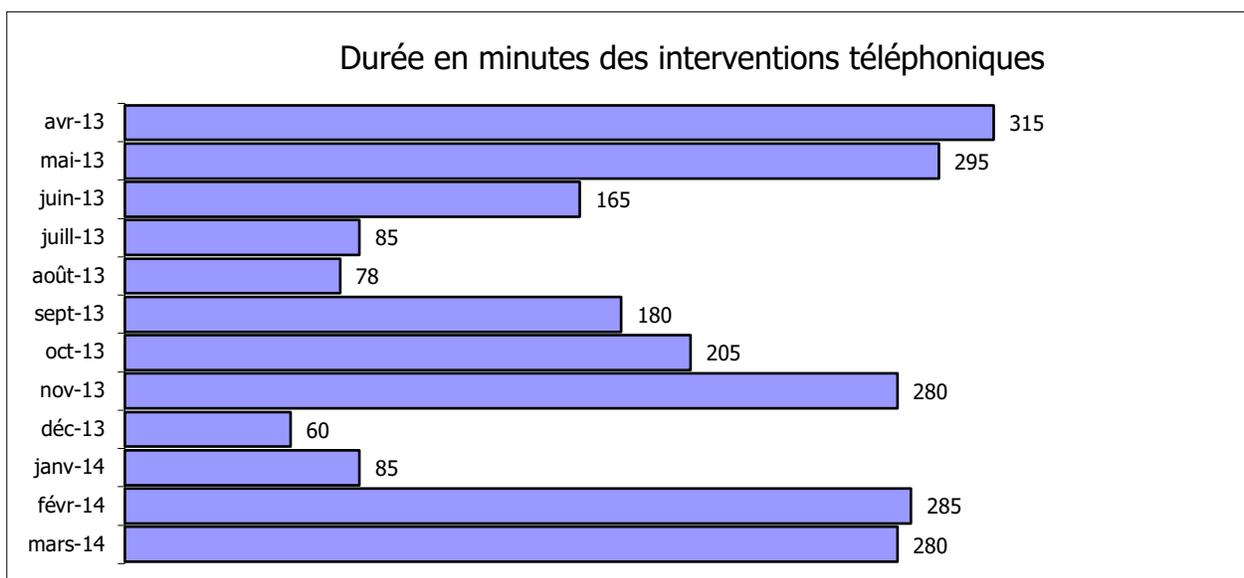
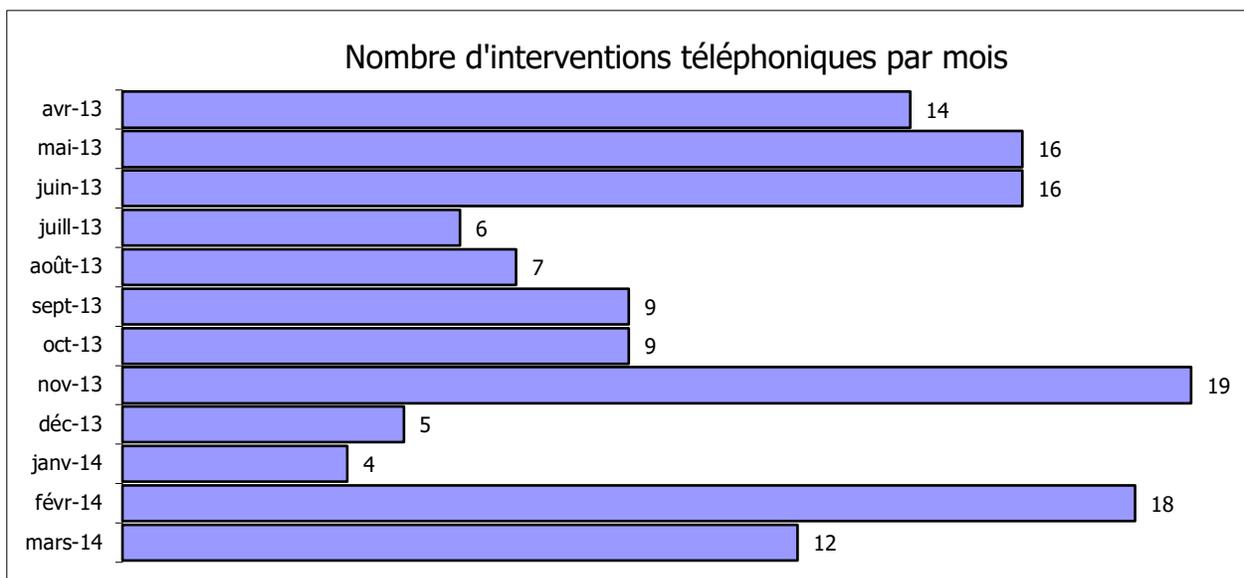


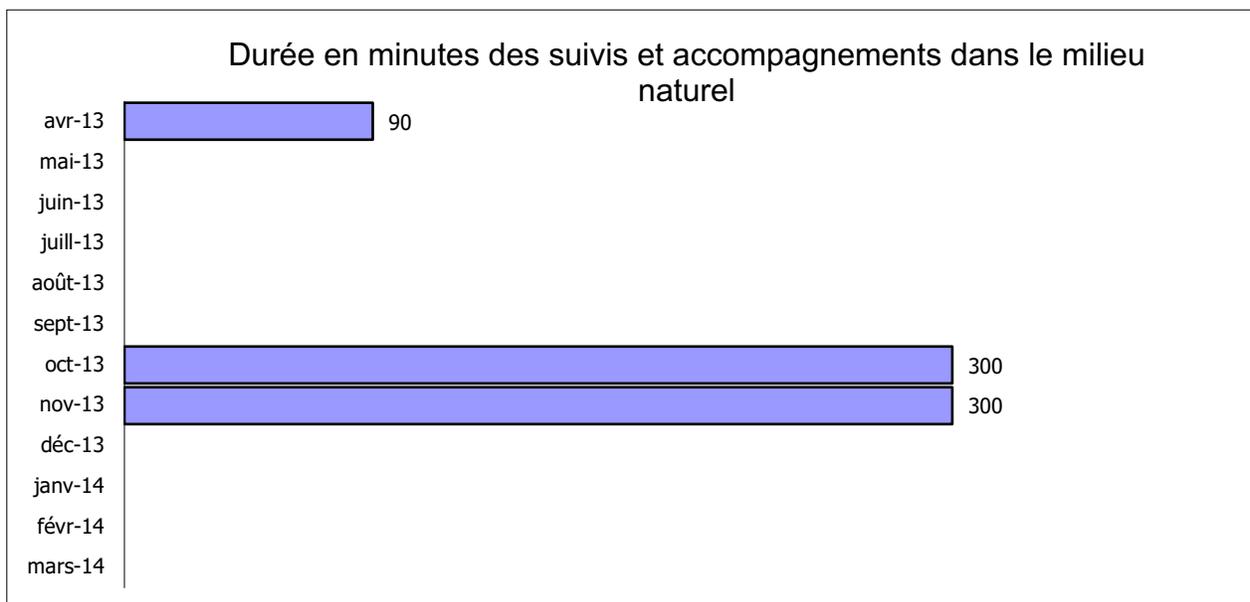
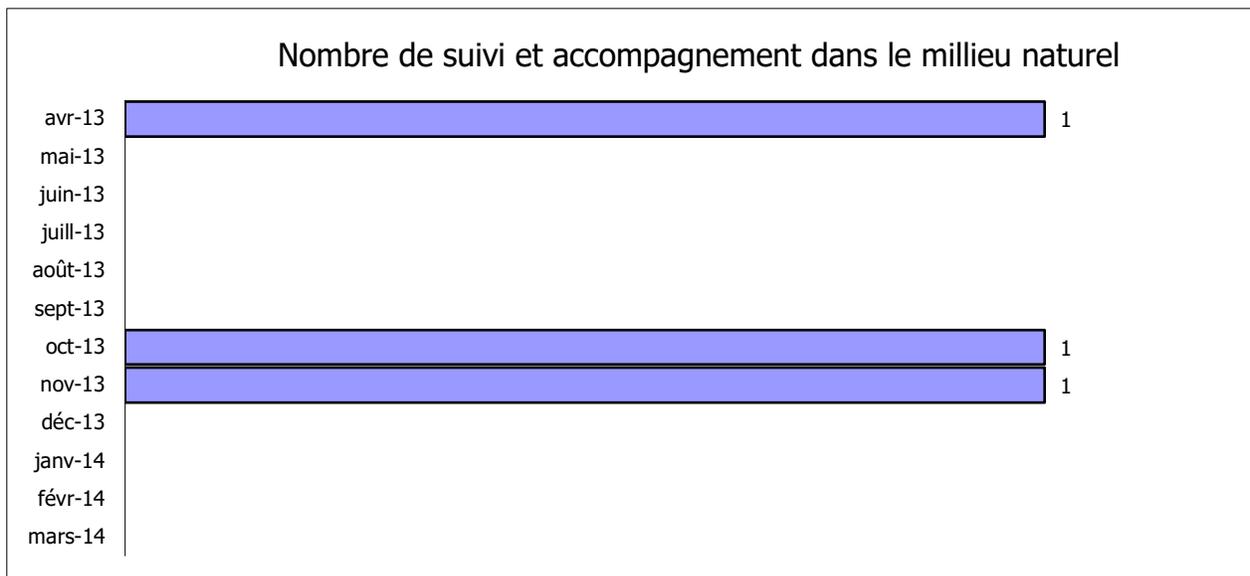
Nombre d'entrevues individuelles par mois



Durée en minutes des entrevues individuelles







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 (3 fois/mois en saison, 7 présences);
- Café-rencontres (143 présences);
- Groupe entraide TPL (1fois/semaine, 192 présences).

ÉDUCATION, SENSIBILISATION ET FORMATION

- Ateliers de cuisine (2 fois/mois, 248 présences);
- Café-philos (1 fois/semaine x 10 semaines, 46 présences).

CRÉATION, EXPRESSION ET SOCIALISATION

- Souper communautaire (une fois par mois, 123 présences);
- Journées d'échange et d'aide à la préparation du souper mensuel (une fois par mois, 27 présences);
- Arts créatifs (une fois/semaine, 303 présences);
- Écoute musicale (2 fois par mois, 98 présences);
- Jeux de société (1/semaine, 265 présences);
- Ciné-Noël (3 fois, 20 personnes).

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

- Club de marche (une fois par semaine en saison, 37 présences).

ATELIERS PONCTUELS ET POUR LE SIMPLE PLAISIR D'ÊTRE ENSEMBLE

- Ateliers (2) de préparation du réveillon de Noël (4 personnes);
- Décoration des locaux pour la fête de Noël 4 personnes);
- Party de Noël pour le personnel et les bénévoles (7 personnes);
- Réveillon et souper traditionnel de Noël (22 personnes);
- Ciné-Noël (16 personnes);
- Souper Noël du groupe TPL (8 personnes)
- Pic-nic aux Chutes Montmorency avec Osmose (5 personnes);
- Visite à l'IUSMQ 4 personnes);
- Pic-nic (3 personnes);
- Épluchette de blé d'Inde (11 personnes);
- Sortie aux pommes (7 personnes);
- Party Halloween (10 personnes);
- Party hot-dog avec Osmose (6 personnes);
- Sortie au verger avec Osmose (5 personnes).

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 109 973. \$ pour 2013-2014. Un gros merci !

Notre autre principal partenaire financier est :

Développement des ressources humaines Canada : 14 679. \$ (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, à Danielle Lepage et à toute l'équipe d'Action-Habitation pour leur précieuse collaboration.

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);
- Jean-Yves Dubé (animation de café-philo);
- L'équipe d'Osмосe pour l'organisation de nos sorties communes;
- Merci Monsieur Blondeau pour le don d'un piano Roland.

Mais un merci très particulier à nos valeureux bénévoles :

Mel-Anny Jones, Marie-Michèle Ouellet, Régine Couture, Rachel Élie, Richard Côté, François Galarneau, et Mélanie Roy (membres du Conseil d'administration 2013-2014);

Mylène Tremblay, (École de Psychologie de l'Université Laval)
Marie-Ève Gagnon (École de Psychologie de l'Université Laval)
Karine Baril (technique d'intervention délinquance)
Julie Charbonneau (Tech. Education spécialisée)
Noémie Boilard (Tech. Education spécialisée)

La coordonnatrice se permet de remercier Anne Wallace, amie virtuelle de tous les combats, pour les réflexions sociales, le ressourcement et maints avis éclairés. Sans parler de tout ton support, merci !

Enfin, parce-qu'un organisme communautaire est parfois une grosse responsabilité et un exercice militant éprouvant, la coordonnatrice tient aussi 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 !