

mot de la présidente

Bienvenue à cette assemblée générale annuelle 2013.

Merci aux membres de leur présence parmi nous. Merci aux membres du Conseil d'administration, aux stagiaires ainsi qu'aux animateurs de leur dévouement. Une mention particulière à notre coordonnatrice plus qu'exceptionnelle pour son engagement auprès du Centre.

Aux prochaines élections je ne me représenterai pas car à la fin du mois, je vous quitte pour un monde meilleur je l'espère, c'est-à-dire Donnacona. Il va sans dire que nous allons nous revoir très souvent.

Donc sur ce, une bonne assemblée générale annuelle à toutes et à tous !

«La règle d'or de la conduite est la tolérance mutuelle, car nous ne penserons jamais tous de la même façon, nous ne verrons qu'une partie de la vérité et sous des angles différents.»(Mohandas Ghandi)

mot de la coordonnatrice

Une autre année qui se termine déjà ! J'ai eu plaisir encore cette fois à y cheminer à vos côtés et à apprendre de vos expériences de vie à tous et toutes. Partager des valeurs d'entraide c'est bien, les mettre en action pour créer un lieu comme le nôtre, une bulle d'humanité dans un monde de plus en plus froid et mercantile, c'est merveilleux.

Cette année, le Centre s'est trouvé confronté à des changements au niveau de ses services, changements dictés en grande partie par une demande croissante d'aide individuelle et de support

auprès de personnes présentant des troubles de personnalité limite. Nous nous sommes vus référer plusieurs personnes en détresse, la liste d'attente des CLSC ne cessant de croître et l'état de ces gens se détériorant en conséquence. J'ai fait le choix d'ouvrir des plages de soutien individuel, d'une part pour nous ramener à notre mission première qui est de venir en aide aux personnes présentant ce diagnostic et d'autre part par humanisme, des vies étant en danger, il m'est apparu essentiel de mettre tous les efforts pour maintenir ces personnes en vie, et les soutenir ensuite jusqu'à l'obtention d'un suivi thérapeutique.

À cet égard, je remercie chaleureusement Caroline Thibault pair-aidante qui a accompli un travail d'intervention de crise, de support et d'accompagnement formidable. Caroline a saisi une opportunité fabuleuse de rejoindre l'équipe de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec, je lui souhaite une belle carrière, pleine d'expériences enrichissantes.

Je remercie également mon équipe d'animation, François Galarneau et Élisabeth Veilleux, vous avez maintenu sur vos épaules l'ensemble des activités de groupe avec grand brio et je l'apprécie.

Merci également à mes stagiaires et bénévoles, Corrine Lizotte, Marie-Pier Lajoie, Joanie Tremblay et Joanie Plamondon-Lévesque, vous avez apporté votre curiosité et votre ouverture ça nous nourrit toujours énormément.

Cette année a aussi été marquée par des mobilisations militantes importantes, nous avons tenu tête au Ministère de la Santé et des Services sociaux dans le but de faire modifier les nouvelles conventions du Programme de soutien aux organismes communautaires afin qu'elles respectent les valeurs de nos organismes, nous avons manifesté contre les coupures à l'aide sociale et nous avons été solidaires des luttes portées par le printemps érable contre la loi 78 anti-démocratique et pour le maintien de l'accessibilité à l'éducation pour tous, merci à mon équipe d'été, Marie-Michèle Ouellet, Régine Couture et Mélanie Roy pour le support durant cette période.

Nous continuerons de tout mettre en œuvre pour demeurer ce lieu de solidarité et de citoyenneté au quotidien qui fait notre couleur si particulière et pour ma part je me considère privilégiée de me lever tous les matins en sachant que le travail que je fais est en cohérence avec mon désir de créer un monde plus juste où il fait bon vivre. Allez, haut les cœurs, une nouvelle aventure nous attend au tournant !

Joanne Boutet,
coordonnatrice

«La solitude est un jardin où l'âme se dessèche, les fleurs qui y poussent n'ont pas de parfum.» (Marc Levy)
structures

Assemblée générale des membres

Conseil d'administration :

Bianca Drolet, prés.
Marie-Michèle Ouellet, v-p
François Galarneau, sec.
Philippe Guy, trés.
Francis Bélanger, adm.
Régine Couture
Mélany Roy, rep. De l'équipe de travail

Coordonation :

Joanne Boutet

Personnel et stagiaires

Régine Couture, intervenante
Mélany Roy, intervenante
Marie-Michèle Ouellet, intervenante
Caroline Thibault, pair-aidante
Corrine Lizotte, stagiaire, sc. de l'Orientation
Marie-Pier Lajoie, bénévole, École de Psychologie
Joanie Tremblay, stagiaire tech. D'intervention délinquance
Joanie Plamondon-Lévesque, stagiaire, tech. Éd. spécialisée
Scott (zoothérapeute)

Animateurs(trices) et entraidants(es)

Philippe Guy (discussion/brunchs/club de marche)
François Galarneau (jeux)
Élizabeth Veilleux (cuisine)
Jean-Yves Dubé (collaboration externe à l'élaboration et à l'animation d'un café philo)

«Pour désirer laisser des traces dans le monde, il faut en être solidaire.»(Simone de Beauvoir)
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 79 rencontres, pour une durée totale de 4580 minutes, soit une moyenne de 58 minutes par rencontre. C'est près de 30% 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 entraïdant ou d'une entraïdante lors de difficultés ponctuelles dans la communauté ou lors de démarches particulières (aide sociale, consultations diverses, aide au ménage etc.) Cette année, nous n'avons pas eu à effectuer ce type de démarche.

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 110 interventions téléphoniques pour un total de 2391 minutes, soit une moyenne de 22 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 et page facebook

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

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 2012-2013 pour accueillir de nouvelles personnes,

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.

«Rester immobile ne sert à rien. Choisissons entre progresser ou régresser, allons donc de l'avant, le sourire aux lèvres.»
(Baden-Powell)

formations et colloques

colloques et formations reçues

Rencontre d'information à l'Agence de la santé et des services sociaux de Québec sur la convention PSOC ;

Colloque de l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (2 jours, 2 personnes) ;

Secourisme, RCR et maniement du défibrillateur portable (2 jours, 2 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 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 3 stagiaires ci-haut cités;

Une émission de radio (CKRL) portant sur la solitude

«Rien ne prédispose plus au conformisme que le manque de formation.» (Gustave Thibon)

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).

Causerie sur le projet IPS-Mentorat pour l'insertion au travail d'utilisateurs possédant une formation universitaire (5 personnes) ;

Présentation de l'approche d'entraide du Centre à l'équipe santé mentale du CLSC Haute-ville ;

Présentation de l'approche d'entraide du Centre à l'équipe santé mentale du CLSC La Source ;

Visite d'intervenants du CLSC Ste-Foy au Centre (2 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);
- Rencontres de réflexion et de développement des solidarités Osmose/ Centre d'entraide Émotions (2 rencontres, 2 personnes);
- Émission à CKRL à l'invitation du Passage et visant à partager une réflexion communautaire avec la population (1 émissions, 2 pers.)
- Rencontre avec 2 stagiaires du Cercle Polaire pour présenter un projet de soutien aux hommes vivant avec un/e proche atteint de problématiques de santé mentale ;
- Présentation au Centre par des stagiaires du cégep Ste-Foy des réalités des utilisateurs de drogues intraveineuses.

manifestations

- Nuit des sans-abris (1 membres);
- Manifestation en soutien au mouvement étudiant : 3 manif : 4 pers.
Manifestation pour la dignité sociale (3 personnes)
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 (21 présences).

Assemblée générale annuelle : 10 membres en règle de l'organisme
Membership : 34 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 Mercredi et jeudi de 13h30 à 21h30
Mardi : réunions, formations et évènements divers
À l'occasion pour des sorties ou évènements 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

«Il n'y a qu'une façon d'échouer, c'est d'abandonner avant d'avoir réussi!»(Olivier lockert)

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.

«L'histoire de l'humanité est une statistique de la contrainte.»(Léo Ferré)

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, 31 présences);
- Café-rencontres (32, 198 présences);
- Zoothérapie (1fois/semaine, l'été, 45 présences)

éducation, sensibilisation et formation

- Ateliers de cuisine (2 fois/mois, 297 présences);
- Causeries sur diverses problématiques (8, 30 présences);
- Café-philo (1 fois/semaine x 10 semaines, 60 présences);

création, expression et socialisation

- Souper communautaire (une fois par mois, 104 présences);
- Journées d'échange et d'aide à la préparation du souper mensuel (une fois par mois, 51 présences);
- Arts créatifs (une fois/semaine, 191 présences);
- Brunch à Philou (en saison hivernale 1/mois, 19 présences);
- Écoute musicale (2 fois par mois, 142 présences) ;
- Jeux de société (1/semaine, 280 présences) ;

mens sana in corpore sano (un esprit sain dans un corps sain)

- Club de marche (une fois par semaine en saison, 49 présences);

ateliers ponctuels et pour le simple plaisir d'être ensemble

- Cabane à sucre avec Osmose (7 personnes);
- Pièce de théâtre « Parle pas t'ça » (3 personnes) ;
- Ateliers (2) de préparation du réveillon de Noël (4 personnes);
- Décoration des locaux pour la fête de Noël (7 personnes);
- Party de Noël pour le personnel et les bénévoles (6 personnes);
- Réveillon et souper traditionnel de Noël (17 personnes);
- Ciné-Noël (16 personnes)
- Journée sur les sites du Carnaval (5 personnes);
- Soirée avec les femmes le 8 mars (4 personnes)
- Sortie aux quilles (6 personnes) ;
- Pic-nic aux Chutes Montmorency avec Osmose (4 personnes) ;
- Visite à l'IUSMQ (3 personnes);
- Pic-nic festival d'été (4 personnes);
- Visite au musée Odyssée des Plaines (7 personnes) ;
- Épluchette de blé d'inde (9 personnes) ;
- Pic-nic (6 personnes) ;
- Pendaïson de crémaillère d'une membre (8 personnes) ;
- Sortie aux pommes (7 personnes).

«Plus tard je voudrais être chef d'orchestre, trapéziste, artiste de music-hall, n'importe quoi, mais pas adulte.»(François Morel)

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 108 241. \$ pour 2012-2013. Un gros merci !

Notre autre principal partenaire financier est :

Développement des ressources humaines Canada : 13 998. \$ (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.

«Il n'y a que les mendiants qui puissent compter leurs richesses.» (William Shakespeare)

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) ;
-
- La Société Action-Chambreurs de Québec pour les belles collaborations intersectorielles ;
 - Jean-Yves Dubé (animation de café-philo) ;
- L'équipe d'Osrose pour l'organisation de nos sorties communes.
Le papa de Corrine Lizotte, notre stagiaire, pour avoir sablé et repeint toutes nos poubelles (gros merci spécial !)

Mais un merci très particulier à nos valeureux bénévoles :

Bianca Drolet, Marie-Michèle Ouellet, Régine Couture, Philippe Guy François Galarneau, Francis Bélanger et Mélyny Roy (membres du Conseil d'administration 2012-2013) ;

Corrine Lizotte (Sc. de l'orientation)
Marie-Pier Lajoie, (École de Psychologie de l'Université Laval)
Joanie Tremblay (technique d'intervention délinquance)
Joanie Plamondon-Lévesque (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 !

«Partir, c'est mourir un peu, mais rester, c'est crever doucement.»(Gilles Veber)