

Choisir de
s'épanouir



RAPPORT ANNUEL 2024-2025

trait
d'union

Entraide en santé mentale



NOUS JOINDRE :



418 248-4948



www.traitdunionmontmagny.com



La légende des sceaux de l'action communautaire autonome



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante!



Notre organisme contribue, de manière non-partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelles et collectives. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome régional et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d'actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l'action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l'atteinte de nos objectifs et de notre mission.

Souriez à la vie
et la vie vous sourira!

Mot de la présidente

Conseil d'administration

Mot de la directrice



Chers membres et partenaires,

Il y aura bientôt une année que nous avons souligné le 30^e anniversaire de fondation de notre organisme.

Notre mission a toujours eu pour but le bien-être des membres.

L'importance pour nous est de pouvoir se mettre à votre disposition quand vous en sentirez le besoin.

Que cela se fait par téléphone ou bien dans nos locaux vous serez toujours les bienvenus.

L'organisme n'existerait pas sans vous les membres, c'est vous qui faites la différence et nous sommes à l'écoute de vos besoins.

*Un merci spécial à tous nos partenaires, À la direction. Aux membres du conseil d'administration.
À l'équipe de travail.*

Pour leurs belles implications.

En mon nom personnel et au nom des membres du Conseil d'administration, nous vous souhaitons une bonne assemblée.

Aline Bilodeau

Bienvenue à toutes et à tous,

C'est avec une immense joie et une grande fierté que nous vous présentons le rapport d'activités de cette année. Ce document reflète les événements marquants et les accomplissements de notre organisme au cours des douze derniers mois. Nous espérons qu'il vous permettra de mieux saisir notre mission et l'impact positif que nous avons sur notre communauté.

Cette année a été riche en mouvements et en progrès. Nous avons débuté des travaux sur les règlements généraux et sur le manuel des employés. Nous avons également révisé les tâches de chaque poste et mis en place de nouvelles mesures internes. Nous avons créé de nouvelles activités et de nouveaux partenariats. Nous avons misé sur la visibilité afin d'accroître le nombre de référence dans notre organisme.

Un remerciement spécial à nos employés dévoués qui accompagnent nos membres dans leur parcours, à leur propre rythme et en fonction de leurs forces. Chaque journée au Trait d'Union est unique, et nous sommes témoins chaque semaine des progrès et des réussites de nos membres.

Nous tenons également à remercier chaleureusement les membres du conseil d'administration pour leurs nombreuses heures de bénévolat, leur disponibilité et leur engagement envers notre mission. Merci aux membres qui participent aux comités de vie associative, aux comités des activités, au représentant action de l'A droit et au journal l'Union en tête. Votre participation est essentielle et toujours appréciée !

Enfin, les liens que nous tissons avec nos partenaires, tels que le CISSSCA, d'autres organismes communautaires, de nouveaux collaborateurs et des bénévoles, sont inestimables. Ces relations sont cruciales pour améliorer la santé mentale de notre population, lutter contre la stigmatisation et offrir des services personnalisés aux personnes vivant avec des problématiques de santé mentale.

Mélissa Boilard

Conseil D'ADMINISTRATION

2024 - 2025



Le conseil d'administration se compose de sept (7) membres qui se sont rencontrés à neuf (9) reprises au cours de l'année. Plus de 250 heures de bénévolat ont été effectuées par les administrateurs(trices). Quatre (4) membres sont des membres actifs qui participent aux activités de l'organisme et trois (3) personnes sont issues de la communauté.

Les membres du conseil d'administration sont élus par les membres présents lors de l'assemblée générale annuelle ou cooptés en cours d'année. Le conseil d'administration est notamment garant de la direction stratégique, de la croissance et de la pérennité de l'organisme.

Des critères d'amissibilité existent, notamment consentir au Code d'éthique des administra

**MERCI à tous ceux
qui ont donné de
leur temps pour
être administrateur
et administratrice !**



PRÉSIDENTE	VICE-PRÉSIDENT	TRÉSORIÈRE	SECRÉTAIRE
Aline Bilodeau Membre actif	Pier-Luc Mathieu Membre actif  EN ÉLECTION	Catherine Boulanger Membre communauté	Hélène Blais Membre communauté  EN ÉLECTION
ADMINISTRATEUR Alain Côté Membre communauté  EN ÉLECTION	ADMINISTRATEUR Édith Chabot Membre actif	ADMINISTRATEUR Étienne Samson Membre actif  EN ÉLECTION	<i>Merci</i>

Conseil D'ADMINISTRATION

2024 - 2025



Des comités de travail ont été créés au cours de l'année:

Comité sur les règlements généraux (Mélicca, Alain, Aline et Pierre-Luc).

Comité manuel des employés (Catherine, Hélène et Mélicca).

Comité maison rotary (Aline, Hélène et Mélicca).

Autres événements majeurs

Nous avons déposé la candidature d'Aline lors de la journée de reconnaissance bénévole reconnaissance.

Une rampe d'accès et un gazebo sont maintenant disponibles grâce à la participation financière du Gouvernement du Canada avec le Fonds d'accessibilité. De plus, nous avons procédé à l'achat d'un défibrillateur.

Dans les défis du conseil d'administration, nous avons dû: faire un changement au niveau des assurances, composer avec des améliorations locatives dans l'organisme, ajouter des caméras de surveillance autour de la maison rotary, etc.

Les orientations pour 2025-2026:

Refonte des règlements généraux.

Préciser le fonctionnement de la Maison Rotary.

et revoir l'entente de service.

Refonte du manuel des employés.

Améliorer la visibilité de l'organisme.

Faire de la lutte à la stigmatisation une priorité.

Favoriser l'implication des membres.



L'ÉQUIPE

2024 - 2025



ÉQUIPE

Mélissa Boilard, directrice

Isabelle Léger, commis comptable

Chantal Bélanger, technicienne en éducation spécialisée

Vanessa Grégoire-Lessard, technicienne en délinquance

Stéphanie Gilbert, technicienne en éducation spécialisée

Lise Parent, technicienne en éducation spécialisée

STAGIAIRES

Fanny et Gabrielle

FORMATIONS

- RCR en milieu de travail
- 1 rencontre OMEGA en mars
- Schizophrénie et violence
- Cours universitaire en santé mentale
- Santé mentale au travail
- Trouble amasement compulsif
- Santé mentale des hommes
- Colloque FROCHQ
- Certificat de conformité
- Santé des adolescents
- Intelligence artificielle dans les entreprises, etc.



* Les membres de l'équipe ont comptabilisés plus de 280 heures de formation au cours de l'année.

CLIENTÈLE & TERRITOIRE

CLIENTÈLE

Accompagner et soutenir les personnes de 18 ans et plus vivant avec une fragilité ou une problématique de santé mentale dans le but de :

- Favoriser leur réinsertion sur le plan social, personnel et professionnel par une contribution de soutien, d'aide ou d'assistance dans leur démarche de quête d'autonomie
- Accompagner la personne dans l'acquisition de compétences et d'habiletés de vie quotidienne
- Sensibiliser la population sur les difficultés liées à un problème de santé mentale et en démystifier les causes, les symptômes et les conséquences
- Accompagner la personne dans leur démarche liée au retour en emploi
- Offrir des logis sociaux, à prix modique, avec soutien communautaire aux personnes vivant avec un problème de santé mentale.



TERRITOIRE

Le volet entraide offre ses services à la population de la MRC de Montmagny. En ce qui a trait au volet en emploi, ce sont les MRC de Montmagny et de L'Islet qui sont desservis.

MRC MONTMAGNY

22 481 HABITANTS

MRC de L'ISLET

18 386 HABITANTS

MISSION VISION VALEURS



Accompagner les personnes qui vivent une fragilité ou une problématique en santé mentale dans l'atteinte de leur plein pouvoir pour ainsi leur permettre de trouver l'équilibre dans les différentes sphères de leur vie.



Par notre approche alternative, créative et complémentaire, être la référence en santé mentale dans notre région.

Par nos services d'éducation et de sensibilisation, la santé mentale est maintenant déstigmatisée.



- Entraide
- Engagement
- Ouverture
- Authenticité
- Créativité

Qu'est-ce que l'approche alternative ?

Nous reconnaissons que la personne qui franchit notre porte est entière, avec ses forces et ses faiblesses. Nous tentons de la soutenir dans son quotidien que ce soit une bonne ou une mauvaise journée !



ENTRAIDE



OBJECTIFS

Nous offrons un milieu de vie à tous ceux et celles qui veulent le fréquenter qui ont une problématique de santé mentale (avec ou sans diagnostic). Que ce soit pour parfaire ses compétences, partager ses expériences ou tout simplement briser l'isolement. Nous souhaitons que les membres puissent progresser et reprendre le pouvoir sur leur vie.

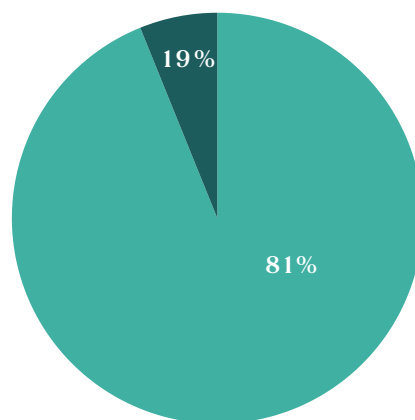
Différentes activités et ateliers de formations permettent d'acquérir des connaissances et de développer ou d'acquérir différentes habiletés ainsi que d'accroître son estime de soi. Les intervenant(e)s offrent du soutien, de l'accompagnement et du référencement aux personnes qui le souhaitent. Ainsi, chaque personne trouve une oreille attentive lorsqu'elle en ressent le besoin.

ADHÉSION 2024 – 2025

Afin de bénéficier des services en tant que membre actif, une personne doit vivre avec une problématique de santé mentale et payer des frais d'adhésion de 6,00 \$. Toutefois, il n'est pas nécessaire d'être membre de l'organisme pour y recevoir les services.

Les avantages de devenir membre actif: les membres reçoivent les calendriers mensuels de l'organisme ainsi que le journal trimestriel par la poste.

Les membres sympathisants, quant à eux, sont des membres de la collectivité qui souhaite soutenir la mission de l'organisme. Le coût d'adhésion est de 20 \$ par an.



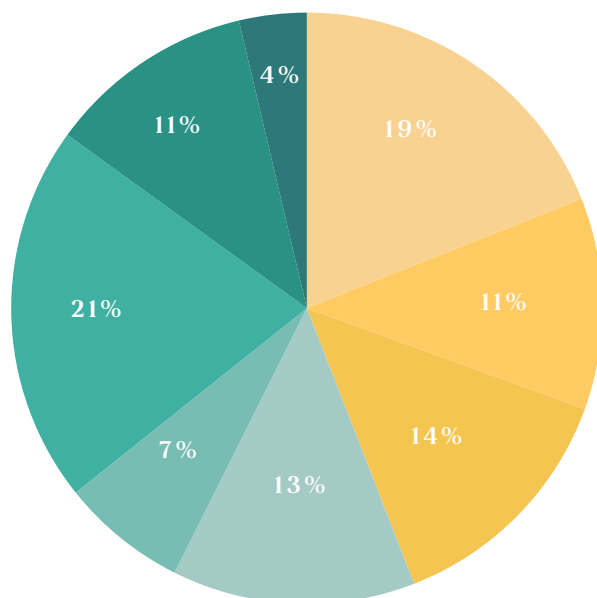
- **Membres actifs**
- **Membres sympathisants**

Cette année, 49 personnes ont adhéré à notre organisme en tant que membre.

NOMBRE D'ACTIVITÉS PAR CATÉGORIE

Le nombre total d'activités pour l'année 2024-2025 s'élève à 436 activités.

C'est 58 activités de plus que l'an passé.

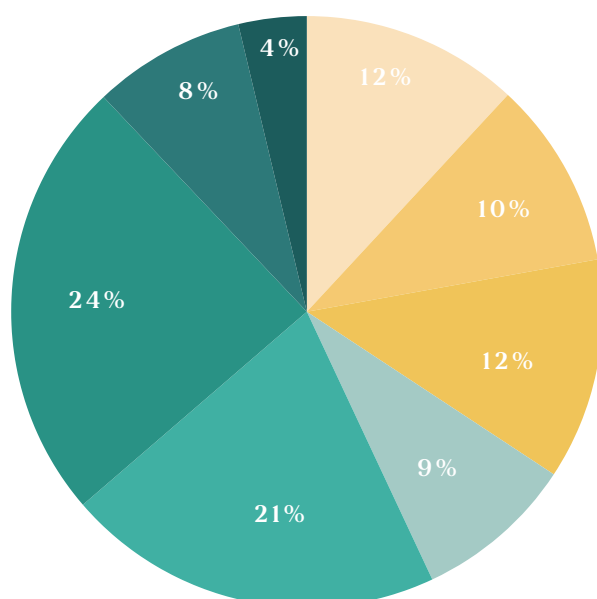


- 77 Activités thérapeutiques
- 47 Activités sportives
- 55 Ateliers de développement personnel
- 54 Ateliers de formation
- 58 Ateliers artistiques
- 84 Activités socialisantes
- 46 Implications des membres
- 15 Ressources extérieures

PARTICIPATIONS SELON LES TYPES D'ACTIVITÉS

Le nombre total de participations pour l'année 2023-2024 s'élève à 2382 présences.

C'est 226 présences de plus que l'an passé.



- 284 Activités thérapeutiques
- 245 Activités sportives
- 289 Ateliers de développement personnel
- 209 Ateliers de formation
- 493 Ateliers artistiques
- 579 Activités socialisantes
- 199 Implications des membres
- 89 Ressources extérieures

Activités thérapeutiques



Les intervenant(e)s du Trait d'Union sont accrédités et formés pour offrir des activités thérapeutiques spécifiques aux besoins observés par l'équipe et/ou mentionnés par les membres. Elles regroupent des ateliers d'autogestion ainsi que des groupes de soutien. La participation à ces activités permet aux membres d'acquérir des outils, de développer des compétences et de se créer un réseau de soutien avec des gens qui partagent la même réalité.



Les groupes d'autogestion J'avance de Relief.

L'autogestion est la participation active à son propre mieux-être par l'implication dans ses choix, la compréhension de l'impact des petites actions du quotidien sur les symptômes et la prévention des rechutes.

Ces ateliers vous amènent dans un premier temps à connaître vos forces, vos difficultés, vos signaux d'alerte et vos signes précurseurs de rechute et de crise. Puis à reconnaître les facteurs qui influencent votre bien-être, votre humeur ou votre niveau de stress pour évaluer votre santé. Ensuite, vient le choix. Choisir les comportements qui vous ressemblent et qui conviennent le mieux pour favoriser votre rétablissement (apprendre à vivre avec sa problématique et utiliser des outils pour améliorer sa qualité de vie). Finalement, l'adoption des comportements choisis.

Cette année, nous avons donné deux formations d'autogestion: Vivre avec l'anxiété (10 ateliers) et Vivre avec la bipolarité (5 ateliers) pour un total de 124 participations. Nombre de participants: 12 personnes.

Les groupes d'atelier La clé des champs.

L'organisme La clé des champs propose des guides contenant environ 10 ateliers chacun sur des thèmes comme apprivoiser son émotivité, cultiver son estime de soi, la communication et l'affirmation de soi, l'approche globale: la clé pour maîtriser les troubles anxieux, etc.

Dans ces guides, on retrouve des conseils et des outils utiles pour exprimer et gérer ses émotions de façon plus constructive. Les nombreux exercices favorisent la compréhension de soi.

Cette année nous avons donné deux thèmes de La clé des champs soient apprivoiser son émotivité (10 ateliers pour 3 personnes) et cultiver son estime de soi (10 ateliers pour 8 personnes) pour un total de 104 participations.

Nouveauté

Activités thérapeutiques (suite)



Le groupe de soutien des entendeurs de voix « Sur la bonne voix »

Ce groupe est destiné aux personnes qui entendent des voix ou qui vivent d'autres perceptions sensorielles. Les participants apprennent à diminuer les conséquences négatives par les biais d'ateliers et de partages libres.

C'est en augmentant leurs connaissances sur le phénomène des voix, en le normalisant, en déstigmatisant leurs expériences ainsi qu'en développant de nouvelles stratégies qu'ils peuvent parvenir à mieux composer avec les voix et à reprendre du pouvoir sur celle-ci, par le fait même sur leurs vies. Le groupe de soutien est un lieu d'entraide, de partage et d'écoute où chacun peut aborder ouvertement sa réalité et retrouver sa propre identité.

Cette année, il y a eu 41 rencontres de 2h30 pour un total de 125 participations. Entre 3 et 4 personnes y ont participé.

Autres actions en lien avec la schizophrénie

Nous avons sensibilisé les cadets de la Sûreté du Québec sur la manière dont sont vécues les interventions policières par les personnes vivant avec une schizophrénie en les invitant à participer à un de nos ateliers.

Nous avons accueilli 4 étudiants en soins infirmiers sensibles à la réalité de nos membres à participer à un groupe d'entendeurs de voix pour les aider à se familiariser avec les différentes manifestations de la problématique de schizophrénie.

La communauté de pratique régionale des animateurs des groupes des Entendeurs de voix s'est réunie 2 fois cette année.

Nous avons accueilli Eva Racine, neuropsychologue au CISSSCA et Jérémie Bilodeau, infirmier au CISSSCA lors de la journée mondiale de la schizophrénie en mai dernier afin d'informer et de sensibiliser nos membres, des intervenants d'autres organismes, les travailleurs de rue et des étudiants en soins infirmiers des enjeux qui entourent la psychose et la schizophrénie.



Nouveauté

Le groupe de soutien de l'anxiété

Ce groupe est destiné aux personnes qui vivent avec l'anxiété. Ces groupes sont un milieu d'échange et de partage sur ce que vivent les participants, leurs outils, leurs obstacles, leurs ressentis, etc. L'intervenant(e) propose des outils selon les besoins du groupe. Il est souvent une continuité pour ceux et celles qui ont fait un autogestion de l'anxiété.

Cette année, il y a eu 23 rencontres de 1h15 pour un total de 100 participations.

Activités sportives



La santé de nos membres est très importante pour nous et il est plus stimulant de pratiquer des sports en groupe. De plus, faire de l'exercice et se sentir en bonne santé physique est un facteur de protection !



Voici quelques exemples d'activités sportives :

Après-midi dansante - Exercices - Quilles - Badminton -
Jeux extérieur - Marche - Ping-pong - Pétanque



Développement personnel

Ces ateliers permettent aux membres notamment d'augmenter leur confiance en soi, leur estime de soi, de mieux reconnaître leurs symptômes, de perfectionner certaines habiletés, de développer des compétences, de s'affirmer, d'être en mesure de poser des limites, augmenter leur pouvoir d'agir et de découvrir leurs forces.

Voici quelques exemples d'ateliers de développement personnel qui ont eu lieu cette année :

- Si ça m'arrivait ?
- Accepter ses émotions
- Tenir ses engagements
- Vivre ensemble
- Bien chez soi, bien dans sa tête
- Série d'ateliers: parole collective
- Notre pouvoir d'agir
- Faire sa roue des émotions
- Ma «bucket list» (objectifs/rêves)
- Croyances personnelles
- Suis-je heureux en ce moment? (rétroaction)



Ateliers de formation

Nos membres ont la possibilité de faire des apprentissages grâce à des formations qui sont données au Trait d'union ou en collaboration avec d'autres partenaires:



- Ateliers avec le GAM (6 ateliers) : recherche, valider les sources , rédiger et présentation orale. En mai, un atelier sur la liberté de presse.
- Le programme de formation PAAS
- Cuisine collective (un fois par mois)
- Tricot (1 à 2 fois par mois)
- Autodéfense (5) avec le réseau des éclaireurs et la Jardilec
- Mes finances mes choix avec le Carrefour région Montmagny (2)
- La ferme l'Apprentie (beurre et laine)



Le volet artistique

Le volet artistique permet aux membres de créer, d'apprendre et de s'exprimer à travers les arts. Cette année, les membres ont créé des œuvres à partir de différents médiums dont notamment la peinture du toile ou sur roche, le dessin, l'argile, vitrail, poterie et le papier mâché.

Les ateliers ont eu lieu majoritairement avec Lise Parent, intervenante, mais aussi avec Chantal-Jane Garant et Clément Montminy (vitrail).

Il y a également eu l'exposition à la bibliothèque, au Babel café et Les enfants perdus sur la stigmatisation. Projet d'art initié par Fanny Berthou.

Visite de l'exposition des paysages boisés du Québec à la bibliothèque de Montmagny.



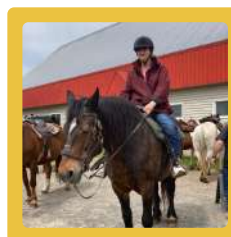
Les activités socialisantes

Que ce soit des activités intérieures ou extérieures, chacun trouve sa place. Cela permet aux membres de briser l'isolement et ainsi augmenter leur sentiment d'appartenance.

Cette année, nous avons eu plusieurs activités intérieures/extérieures :

Salon du livre de Québec
Équitation
Exposition paysage boisé du Québec
Sanctuaire de loups LUPO
Souper théâtre à la roche à veillons
Pique niques
Visite des jardins de Sonia Lanoé
Magasinage et cinéma aux Galeries de la capitale
Onhwa' Lumina
Magasinage à Lévis

Bingo
30ème anniversaire
Jasette et tricot
Festival de L'Oie Blanche
Mocktails
Accueil
Cabane à sucre
Jeux libres
Karaoké
Dîner au coin du monde pour la st-valentin
Activités : Pâques - Halloween - Noël



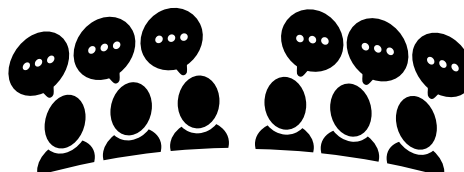
L'implication des membres

Le comité de vie associative se réunit chaque mois. C'est l'occasion de se mettre en action! Les membres sont appelés à donner leurs opinions et leurs idées afin d'améliorer la vie de groupes. C'est également le lieu pour partager les enjeux et trouver des solutions. Participer à ce comité, c'est participer aux décisions. L'implication des membres passe également par la confection de notre journal saisonnier L'UNION EN TÊTE. Le journal est fait par et pour les membres.



Nous y retrouvons pour l'année 2024-2025 :

- Le comité de vie associative (5 rencontres)
- L'assemblée générale annuelle (1)
- Journal du Trait d'Union (4 ateliers)
- Le comité 30e anniversaire (4 rencontres)
- Le comité Vert (3 rencontres)
- Le comité de Noël (3 rencontres)
- Le comité d'organisation des activités (7 rencontres)
- Halloween et St-Valentin à Mgr Deschênes (2 sorties)
- Représent'action intervention policière
- Cuisine solidaire



Les ressources extérieures

Merci à nos partenaires de venir donner des conférences ou des ateliers pertinents pour nos membres.

Nous avons reçu cette année :

- Le GAM (Groupe Alpha de Montmagny)
- L'A-Droit
- Le Carrefour Région Montmagny: mes finances, mes choix
- Maison l'Odyssée
- Zoothérapie Cathetpattes
- Santé Mentale Québec - Chaudière-Appalaches (SMQ-CA)
- Le VO2 Gym
- Une policière, Mélanie Côté et Valérie Moreau (intervenante du CISSSCA à la SQ)
- Jérémie Bilodeau, infirmier au CISSSCA et Éva Racine, neuropsychologue



“

Le trait d'union est pour moi une source de lumière. Il m'apporte de la joie dans mes journées les plus sombres. Ça fait 28 ans cette année que je fréquente le trait d'union. En vivant seul, j'aime aller au trait d'union pour rencontrer des gens et me changer les idées. Les activités à l'entraide sont pertinentes et éducatives.

Au fil des années, j'ai travaillé sur moi-même et j'y travaille encore. Quand j'ai besoin d'aide, je suis capable d'aller chercher l'aide nécessaire. Il ne faut pas être gêner d'aller chercher de l'aide, car l'équipe du trait d'union est bienveillante et toujours à l'écoute des membres.

Chaque fois que je vis une situation, je sais que je peux compter sur les intervenantes et ça m'apporte un sentiment de sécurité.

Merci à toute l'équipe du trait d'union, aux intervenantes et la direction générale pour tout ce que vous faites pour nous. Moi je le vois.

Bertrand Ruest

”

LES DIFFÉRENTS TYPES DE SERVICES EXPLIQUÉS

Interventions individuelles : Toute rencontre entre un(e) membre et un(e) intervenant(e) qui a pour objectif d'amener la personne à comprendre son état, son mode de fonctionnement, ses mécanismes de défense, d'adaptation et l'accompagner dans sa recherche de solutions et de stratégies.

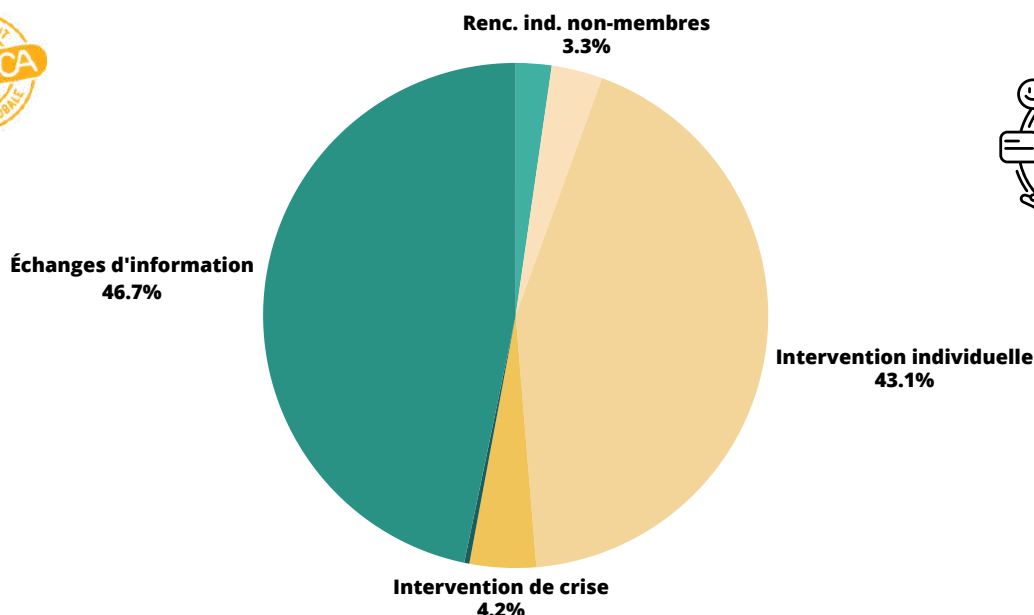
Interventions de crise : Toute intervention qui a pour objectif de stabiliser l'état de la personne, désamorcer une situation, accompagnement vers un service de première ligne.

Accompagnement : Toute rencontre qui a pour but un référencement ou un soutien lors d'une rencontre ou entrevue avec une tierce personne.

Échanges d'informations : Toute rencontre de collaboration interprofessionnelle entre la personne membre, l'intervenante du Trait d'Union, les professionnels de la santé du CISSS et/ou autres intervenants d'organismes partenaires. Ces rencontres sont nécessaires afin d'offrir des services de qualité aux membres puisque cette concertation peut aboutir à l'élaboration d'un plan de service permettant à la personne d'atteindre ses objectifs personnels.

Accueil : première rencontre avec des personnes qui souhaitent utiliser un service. Souvent ce sont des personnes qui ne fréquentent pas notre organisme ou qui souhaitent avoir un service particulier (ex: autogestion).

NOS STATISTIQUES : SERVICES DIRECTS AUX MEMBRES



- 21 Accueil (1^{ère} rencontre)
- 10 Rencontres individuelles aux non-membres
- 132 Interventions individuelles

- 13 Interventions de crise
- 1 Accompagnement
- 143 Échanges d'information



ENTRAIDE PAAS



PROGRAMME D'AIDE ET ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

Les PAAS permet aux personnes qui ne sont pas sur le marché du travail, de tendre vers une plus grande autonomie socioprofessionnelle, c'est-à-dire, la participation éventuelle à une mesure active d'emploi et ultimement l'intégration du marché du travail. Cette année, quatre (4) participants ont bénéficié de ce programme de pré employabilité. Nous souhaitons que les participants à ce projet acquièrent des connaissances, développe leur savoir-faire, qu'ils améliorent leur estime de soi et qu'ils apprennent à se connaître davantage. Les présences des PAAS-actions se retrouvent dans le volet entraide.

Quelques notions travaillées:

- Des activités formatives variées pouvant combiner des approches individuelles ou en groupe dans lesquelles les thèmes suivants sont abordés: la connaissance de soi, de ses droits, des lois et leur gestion du stress.
- Les relations interpersonnelles: la résolution de conflits, l'organisation de sa vie personnelle, la planification budgétaire et les habitudes de vie.
- La connaissance et le meilleur usage des organisme du milieu.
- Des activités axées sur l'acquisition des connaissances de base, par exemple: utilisation d'un ordinateur.
- Des activités réalisées dans un contexte où la personne est en situation d'apprentissage.
- Des activités sociales.

En plus du développement personnel et du développement des compétences mentionnées ci-haut, les participants réalisent des stages en milieu de travail.





QUELQUES STATISTIQUES POUR LES PAAS

Milieu de stage	Nombre de participant (e)s	Nombre d'heures par semaine	Nombre de semaine de stage	Total d'heures par participant(e)
Formaca	1	7.5h	6	45h
GAM	1	6h	6	36h
Total	2	13.5h/sem	12	81h

Cette année, quatre (4) participants ont bénéficié de ce programme de préemployabilité.

Chacun des participants PAAS est présent au Trait d'Union à raison de 80 heures par mois.

Cette année, 2 participant(e)s ont trouvé un emploi. BRAVO !



“

Bonjour à tous! Cela faisait environ un an que je fréquentais le Trait d'Union quand Chantal m'a offert de faire le PAAS-Action. Au début, j'étais un peu sur la défensive. Mais au fil du temps, je me suis surprise à aimer toutes les facettes de ce programme. Les ateliers de formation personnelle m'ont appris à mieux me connaître, à m'aimer plus, à avoir confiance en moi et à m'affirmer plus. À ma troisième année de PAAS, j'ai fait 3 stages de 10hrs/sem. Je me suis rendue compte que mes capacités à avoir un emploi s'étaient grandement améliorées! Je décidais donc de replonger dans le marché du travail. J'ai été embauchée chez un fleuriste depuis quelques mois. Je suis très reconnaissante envers le programme PAAS, à Chantal et à tout le personnel et les membres du Trait d'Union qui m'ont encouragé et /ou guider dans mon cheminement. Merci beaucoup! Édith

”



EMPLOI

OBJECTIFS

Le service développement et maintien à l'emploi (SDME) a pour mission d'accompagner dans leurs démarches notre clientèle désireuse d'intégrer, réintégrer le marché du travail ou avoir de l'aide pour maintenir son emploi. Nous offrons un service à moyen et long terme afin de favoriser le développement de compétences ainsi que le maintien en emploi. Les gens peuvent s'impliquer dans différents secteurs d'emploi tout en respectant leur rythme.

Le SDME propose un accompagnement soit dans le cadre de stages d'expérience et de programme de préemployabilité (PAAS-Action), de stage de quinze (15) heures, de recherche d'emplois ainsi qu'un accompagnement au travail. Par ailleurs, nous offrons du support aux employeurs et leurs équipes, entre autres, par la recherche de subvention salariale, par l'aide afin d'adapter les postes de travail et par l'accompagnement dans le développement et l'encadrement de la personne.



25 personnes ont bénéficié d'un suivi individuel

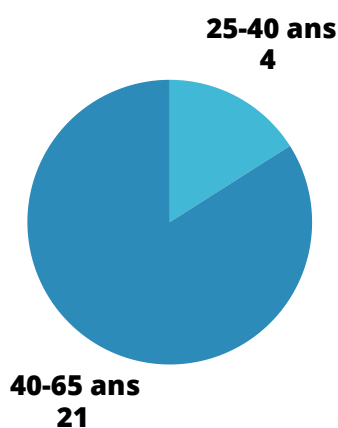




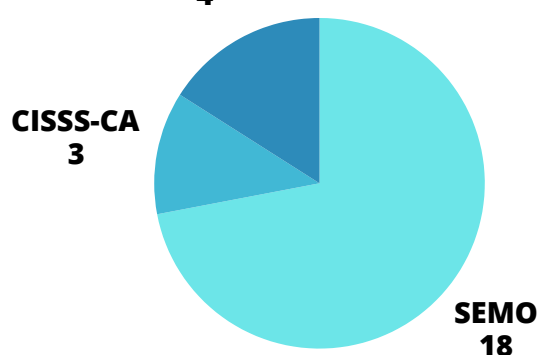
Profil des personnes

Provenance du référencement vers notre service

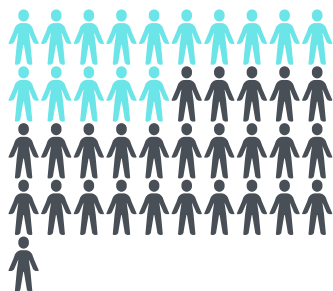
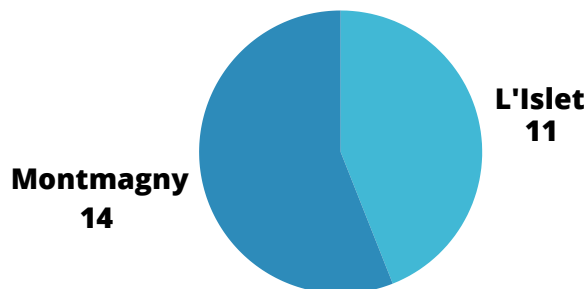
Groupes d'âge



Employeurs



Provenance



2/3 des personnes en suivi sont en
entreprises adaptées



DÉFIS LES PLUS RÉCURRENTS

18 à 30 ans : anxiété généralisée, problèmes reliés à la consommation de drogues et d'alcool sur les lieux du travail et problème de ponctualité.

30 à 50 ans: vivent beaucoup d'insécurité financière, travaillant souvent au salaire minimum. Pour la majorité, ils n'ont pas droit aux habitations à loyer modique et ont de la difficulté, pour plusieurs d'entre eux, à trouver un moyen de transport adapté à leur horaire de travail.

50 ans et plus: ils vivent aussi de l'insécurité financière concernant leur avenir. La retraite arrive et ils craignent de ne pas arriver financièrement.

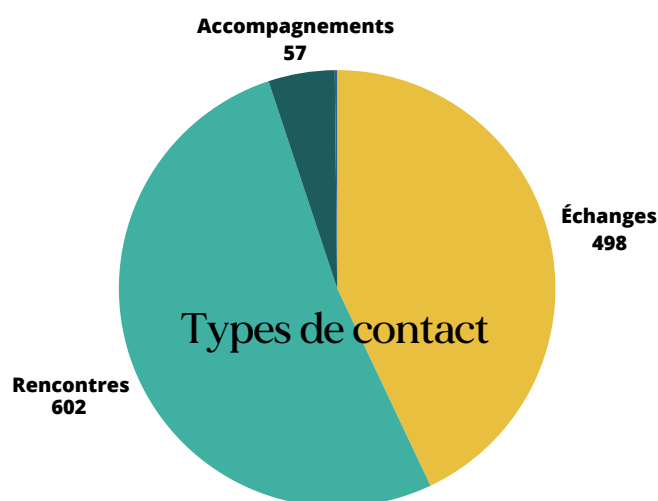
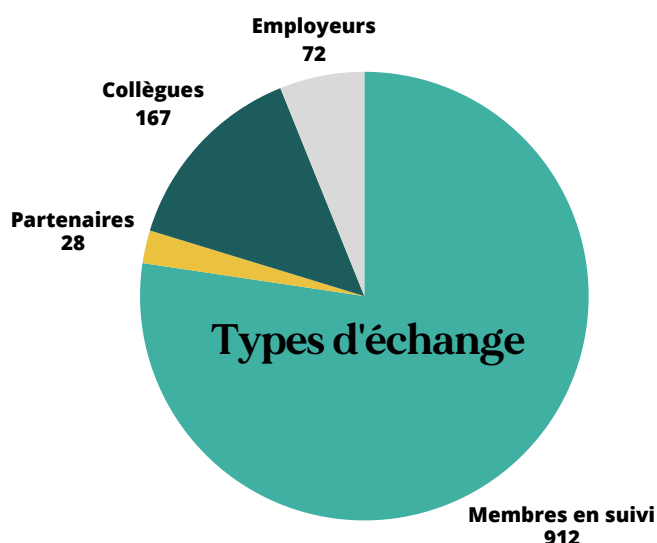
QU'EST-CE QU'ON TRAVAILLE ?

- . Développer des outils pour mieux gérer son anxiété;
- . Se responsabiliser dans le contexte d'un travail rémunéré;
- . Référencement pour les problèmes de consommation et de dépendance;
- . Accompagnement pour ceux et celles qui ont des comportements psychosociaux inadaptés au travail (respect des règlements, des autres, utilisation du cellulaire, etc.);
- . Mettre en œuvre des stratégies de prévention du stress liées à l'apprentissage d'un nouvel emploi, sur la résolution de problèmes.





QUELQUES STATISTIQUES



LES EMPLOYEURS

Encore une fois, les employeurs de Montmagny et de l'Islet se sont montrés ouverts à offrir à notre clientèle des postes de travail adaptés pour elle et ainsi accueillir l'intervenante SDME ce qui a permis de maintenant en poste ou d'améliorer les compétences et l'état de mieux-être psychologique des personnes en suivi.

Nous les remercions chaleureusement !

MRC MONTMAGNY

- Formaca
- Subway

MRC L'ISLET

- Transport A.C. Bourgault
- Promo Plastik
- Valorization
- Horisol





HÉBERGEMENT

OBJECTIFS

L'accès à un logement décent et abordable est reconnu mondialement comme étant un déterminant social de la santé pour tous. Il constitue l'une des principales préoccupations des personnes qui fréquentent les organismes offrant des services de soutien et/ou de suivi aux personnes vivant avec une problématique de santé mentale.

La Maison Rotary favorise donc la prévention, la réadaptation et le rétablissement en offrant à ses locataires des conditions optimales et le support d'une intervenante qui les accompagne dans leur cheminement.



SUIVI DES LOCATAIRES

La Maison Rotary regroupe actuellement deux (2) formes d'hébergement. Quatre (4) locataires sont en «transition», ces personnes vivront à la Maison Rotary pour un maximum de deux (2) années dans le but d'acquérir de l'autonomie et d'atteindre les objectifs qu'ils se sont fixés afin de pouvoir occuper un logement dans la communauté.

Afin de les aider et de les supporter dans l'atteinte de ces objectifs, un programme de suivi est instauré et des rencontres individuelles sont offertes à ces personnes selon leur besoin. De plus, six (6) locataires sont « permanents » et il n'y a pas de limite de temps à leur séjour.

STATISTIQUES DES INTERVENTIONS	
En collaboration avec les intervenant(e)s du CISSS	44
En collaboration avec les ressources de la MRC	44
Avec les locataires	108



L'ACCÈS À L'HÉBERGEMENT

Les personnes voulant avoir accès à un logement de la Maison Rotary doivent remplir une demande. La candidature sera ensuite analysée par un comité de sélection formé de professionnels du réseau, d'une personne ressource de l'Ancre, de la directrice générale du Trait d'union ainsi que de l'intervenante communautaire du volet Hébergement. Habituellement référés par les intervenant(e)s du CISSS-CA, les candidats potentiels à un logement proviennent de la MRC de Montmagny ou de la MRC de L'Islet. Aucun comité de sélection n'a eu lieu cette année. Nous en sommes à revoir nos critères d'inclusion, d'exclusion et les contrats d'hébergement.

En 2024-2025, les locataires de la Maison Rotary
comptaient 3 femmes et 8 hommes, âgés entre 23 et 72 ans.

STATISTIQUE SELON LES TRANCHES D'ÂGES	
Tranches d'âges	Nombres
18 - 35 ans	2
36 - 55 ans	5
56 ans et +	3
TOTAL	10

En 2024-2025, nous avons reçu 7 demandes d'hébergement dont une admission.
Nous avons également reçu 5 demandes pour un hébergement de dépannage.

STATISTIQUE DES DEMANDES	
Demandes	Nombres
Déposées	7
Admises	1



L'ENTRETIEN DU BÂTIMENT

Pour assurer la pérennité de l'immeuble, les travaux de rénovation et d'entretien suggérés dans le bilan de santé de l'immeuble sont effectués selon l'échéancier proposé. Afin de maintenir le bâtiment dans un état optimal et selon la réglementation de la SHQ, le bilan de santé de l'immeuble a été effectué le 14 mai 2024.

ÉTÉ – AUTOMNE

- Entretien des systèmes de gicleur
- Entretien du système d'alarme
- Révision et changement des extincteurs
- Changement du système de gicleur à eau
- Changement du DAR et inspection
- Changement de la laveuse et de de la sécheuse (incident dans la buanderie)

HIVER – PRINTEMPS

- Pose de caméras extérieurs
- Changement de la cuisinière de la salle commune
- Divers travaux comme du calfeutrage dans les logements (selon le bilan de santé de l'immeuble)

Implication dans les comités de soutien communautaire et lutte à l'itinérance

La Maison Rotary a été construite suite à l'identification d'un besoin en matière d'hébergement alternatif dans la région. Ce besoin étant toujours présent, nous sommes présent aux comités abordant les questions d'hébergement et de soutien communautaire tel que l'Équipe Locale Élargie (ELE) et la table itinérance. Cela nous permet d'évaluer et de connaître les besoins, de trouver des pistes de solutions, d'apporter notre expertise en logement social ainsi que de représenter nos membres (personne seul entre 18 à 50 ans).

Nous avons également contribué au dénombrement en itinérance. Nous avons également participé à la nuit des sans-abris le 17 octobre dernier à la Maison La Frontière.

Prévention Éducation Formation



- Nous souhaitons offrir de la formation sur la santé mentale afin de répondre aux besoins des partenaires, organismes et employeurs.
- Nous désirons également sensibiliser les membres de notre communauté aux enjeux actuels des personnes vivant avec une problématique de santé mentale.
- Nous voulons être plus visible dans les campagnes pour la prévention du suicide.
- L'éducation populaire auprès des collectivités, associations, groupe de personnes, nous permet d'être un acteur luttant contre la stigmatisation.
- De plus, cela nous permet d'éveiller les consciences, tout être humain à une santé mentale ! Il est possible d'agir en prévention notamment en misant sur les facteurs de protection.

Nos actions

Nous avons donné une conférence sur la gestion des émotions (26 novembre 2024) à la bibliothèque de Montmagny.

Nous avons continué nos ateliers sur le développement personnel (5 ateliers) au Centre d'éducation des adultes de Montmagny.

Nous avons donné une conférence en ligne avec ViesÂge sur la santé mentale des aînés en milieu rural.

Nous avons pris la parole à l'évènement, la nuit des sans-abris, le 18 octobre dernier à la Maison La Frontière.

Rencontre avec Mathieu Rivest et les autres organismes communautaires en novembre dernier afin de discuter des enjeux populationnels.

Des vernissages et expositions ont eu lieu à 3 endroits sur le territoire de la MRC de Montmagny afin de faire connaître notre exposition sur la lutte à la stigmatisation. Les œuvres ont été confectionnées par nos membres.

Conférence, panel sur les femmes dans le communautaire lors de la journée de la femme.

Nous avons participé à élaborer la stratégie pour le dénombrement, les intervenantes ont été formées et nous avons participé au dénombrement avec la Maison La Frontière.

Nous avons été invités par l'Association canadienne de la santé mentale et l'Everest à la mise au jeu protocolaire et à tenir un kiosque pour parler de santé mentale pendant un match de hockey local.



Prévention Éducation Formation



Nos actions (la suite)

En septembre, nous avons participé au salon de la 2e jeunesse en y tenant un kiosque. Nous avons également participé au salon des organismes organisé par la CDC ICI Montmagny L'Islet.

Nous avons participé au souper Smoke meat du Club rotary, le 19 février dernier, pour amasser des fonds pour la prévention du suicide.

Nous avons participé à l'assemblée générale annuelle de l'A Droit, la SRIC, la FROCHQ, le CYM, le GAM, le CAB, du COSME et de la TROCASM.

Nous avons fêté notre 30e anniversaire de l'organisme à l'Espace citoyen avec les membres ! Quel bel évènement !

Dans le cadre de la journée de la lutte à la pauvreté, nous avons organisé une soupe populaire accessible à tous à la Maison Rotary, le 17 octobre dernier. Une séance de vie active avec une intervenante du CAB des MRC de Montmagny et de L'Islet.

Radio Ciqi Fm : semaine de la prévention du suicide, semaine de la santé mentale, journée nationale de la santé mentale positive. Nous avons également débuté des chroniques sur la santé mentale tous les mardis à 7h50 depuis septembre.

Nous avons fait plusieurs chroniques à CMATV qui ont été diffusé dans les commerces et sur les réseaux sociaux. L'objectif étant de sensibiliser et d'informer sur les enjeux que les personnes peuvent vivre et pour que les membres de la communauté puissent connaître les astuces pour prendre soin de soi (prévention et lutte à la stigmatisation).

Le Trait d'Union a publié un article lors de la semaine de prévention du suicide qui a paru dans l'Oie blanche et qui a été diffusé dans nos réseaux sociaux.

Nous avons tenu un kiosque à Louis-Jacques Casault dans le cadre de la journée Respaix en vue de sensibiliser les jeunes à la santé mentale.

Nous avons souligné la Journée internationale de la schizophrénie, le 24 mai 2024, en invitant la Dre Eva Racine, neuropsychologue, et Jérémie Bilodeau, infirmier de l'équipe santé mentale du CISSS-CA Montmagny, à venir nous parler de cette problématique et des troubles associés. Nous avons organisé et rendu disponible à d'autres intervenant(e)s du milieu une conférence sur la psychose en collaboration avec des intervenant(e)s du CISSS-CA.



Promotion Éducation Formation



NOS PROJETS CONCERTÉS

Nous avons collaboré avec l'[AQDR](#) pour une conférence sur Mettre ses limites. Environ 60 personnes y étaient au Bistro Lafontaine. Conférence à Daquaam sur l'anxiété. Environ 10 personnes y étaient.

Projet éducatif en partenariat avec le [GAM](#) (6 ateliers) pour un projet en lien avec le centre de service scolaire de la côte-du-sud sur la recherche d'information juste et pertinence et comment la transmettre oralement aux autres partenaires.

Nous avons organisé avec l'[Ancre](#) et le [CISSS-CA](#) pour une deuxième année consécutive une activité en prévention du suicide pour toute la population des MRC de l'Islet et de Montmagny. Une centaine de personne y ont participé.

Nous avons continué une collaboration afin de donner des ateliers aux étudiant(e)s du [Centre d'éducation des adultes de Montmagny](#) sur différentes thématiques (5 ateliers).

Nous avons débuté avec le [Centre d'action bénévole des MRC de Montmagny et de l'Islet](#) une collaboration et entrepris une recherche action pour la santé mentale des aînés. Le projet est en cours. L'initiative Mosaic est présente dans ce projet.

Le 13 mars dernier, nous avons organisé une activité avec la [Ville de Montmagny](#) et l'[Ancre](#) pour la Journée de promotion de la santé mentale positive. Confection d'une batterie géante par la position, vox-pop, café et séance d'exercice.

Nous avons tenu, le 28 septembre dernier, l'activité de bibliothèque vivante avec l'[Ancre](#) et la [Ville de Montmagny](#). Les membres avaient été préparé à rendre témoignage dans nos ateliers sur la parole collective.



REPRÉSENTATION CONCERTATION



Concertation et comité de travail Niveau national

Total : 26 rencontres
Pour environ: 115 heures



Concertation et comité de travail Niveau régional

Total: 33 rencontres
Pour environ: 99 heures

Comité santé mentale Chaudière-Appalaches

3

TROCCA
7

TROCASM (CA)
15

TROCASM (membre)
8

Concertation et rencontres locales
Total: 103 rencontres
Ne comprends pas les courriels et les appels

Table santé mentale et dépendance de M...

CDC ICI Montmagny-L'Islet (membre)

CDC ICI Montmagny-L'Islet (CA)

Logement et soutien communautaire

Réseaux des éclaireurs et résilience com...

GRAP Club Rotary

Rencontre avec CISSS-CA

Table de développement sociale

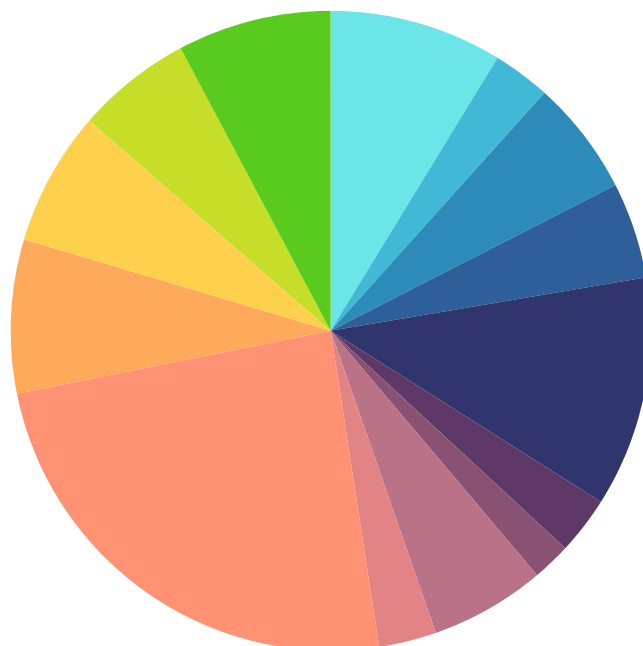
Rencontre avec organismes communauta...

Conseil d'établissement (CEA)

Service-Québec

Action sécurité bénévole

Mosaïc et recherche action



Nos affiliations



Merci

COMMANDITAIRES

Nos remerciements les plus sincères à tous nos commanditaires qui nous soutiennent dans notre mission, année après année. Votre soutien représente beaucoup pour nous. Nous vous remercions d'avoir la cause de la santé mentale à cœur!

Partenaires financiers incontournables

**Centre
de services scolaire
de la Côte-du-Sud**



**Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches**



**Société
d'habitation**



Services



Nos généraux donateurs



**SOCIÉTÉ DE
SAINT-VINCENT-DE-PAUL**
ÊTRE PRÉSENT, TOUT SIMPLEMENT



**FONDATION
Québec Philanthrope**

INVESTIR POUR DONNER ET PERPÉTUER

trait d'union

Entraide en santé mentale



MERCI