



Rapport annuel des activités

2021-2022

Mais quelle année!

Une autre année sous le signe de la pandémie où nos façons de faire et nos valeurs sont mises à l'épreuve. Malgré les restrictions nous limitant dans le nombre de personnes que nous pouvions accueillir, le Centre a continué à naviguer malgré les vents et marées provoqués par la pandémie et les mesures sanitaires.

Comment garder le cap et continuer à ramer ensemble? En croyant profondément dans la raison d'être et la mission du Centre aux Sources d'Argenteuil :

Offrir un lieu aux personnes ayant ou ayant eu des problèmes de santé mentale afin de briser leur isolement. Un lieu exempt de préjugés où tout le monde a sa place dans ses similitudes et ses différences.

Mes mots pour cette année:

ORGANISATION * ADAPTATION * NOUVEAUTÉ * CHANGEMENT

Et ce bateau, qui continue de voguer, porte sur sa voile les valeurs : autonomie, démocratie, solidarité, entraide et respect qui le propulse à découvrir et à s'accoster vers des îles connues et inconnus.

Je tiens à remercier les membres du conseil d'administration pour leur implication, leur soutien et leur engagement pendant cette deuxième année exceptionnelle.

Je veux reconnaître l'engagement de l'équipe de travail – Merci André Lemay, Aline Gravel et Karrine Morrison.

Ensemble, nous avons su aller au rythme des vagues.

Bonne lecture à toutes et à tous,

Karen St.James

Mot de la coordonnatrice



MOT DU PRÉSIDENT

Chers membres,

Je suis fier de vous représenter sur le conseil d'administration cette année. Cela a été pour moi, un grand plaisir et je suis très enthousiasmé de partager avec vous, notre rapport d'activités 2021-2022. Je vous remercie de me faire confiance et je reconnais les membre du C.A. et de l'équipe de la permanence pour leur support. Je veux féliciter Karen pour tout le travail de planification et de coordination des travaux de rénovation du Centre. Bravo Karen !!!!

Je voudrais aussi souhaiter la bienvenue à Karrine, notre nouvelle intervenante. Je te souhaite longue vie dans l'équipe.

Deux choses majeures sont arrivées au Centre depuis 2020. Premièrement la pandémie du Virus COVID-19. Ce vicieux virus a perturbé à peu près tout le monde dans notre société. Après deux ans, cette pandémie continue. Seulement dans notre province, ce virus a fait plus de 15 400 morts. Je voudrais que tout le monde regroupé ici, prenne un moment de silence en souvenir de ses victimes et leurs proches. Merci.

Deuxièmement, la belle rénovation du Centre... qu'en pensez-vous ?

Les valeurs du Centre aux Sources et l'approche alternative sont essentielles au bon fonctionnement du Centre. Elles maintiennent le bon équilibre également et assurent le respect de chacun tout en ayant beaucoup de plaisir à être ensemble. Je suis très content de bien m'entendre avec chacun des membres et intervenants. MERCI!!!

Lionel Laurin



NOS VALEURS

- Démocratie
- Respect
- Autonomie
- Entraide
- Solidarité



—

Pourquoi je
participe
au Centre
aux Sources?



Le Centre aux Sources est
pour moi, un rayon de soleil.
Les intervenants sont toujours
là pour nous aider. Mon
anxiété diminue car je suis
bien entourée.

Merci Centre aux Sources

Johanne L.



J'aime venir aux Centre aux
Sources pour les activités et
pour rencontrer les gens.

Merci !

Jean-Paul



J'aime venir au Centre
pour l'enrichissement, les
rencontres, le bien-être et
pour briser l'isolement.

Serge D.



J'aime venir au centre
pour la chaleur humaine,
pour briser l'isolement,
pour me sentir comprise.

C'est du soleil dans ma
journée.

Merci!

Danielle L.



Je viens au Centre aux Sources car ça brise l'isolement. Nous avons des activités que nous partageons en groupe.

Réjean A.



J'aime la belle équipe et
les gens que je rencontre.

Bravo pour tout!

Solange S.



Pour moi le Centre aux
Sources m'aide à ma santé
beaucoup.

Ça m'aide à ma santé
mentale.

Bonnie D.



Le Centre m'apporte une vie
quotidienne intéressante.

J'aime beaucoup parler avec
les gens.

Rachel R.



TRAME D'HUMANITÉ

Des liens et des lieux





MISSION ET MANDAT

Le Centre aux Sources d'Argenteuil est un groupe d'entraide œuvrant sur le territoire de la MRC d'Argenteuil qui offre aux personnes adultes ayant ou ayant eu des problèmes de santé mentale, un lieu de rencontre qui contribue à briser l'isolement, un lieu où elles peuvent faire des activités sociales et récréatives, participer à des échanges informels et recevoir de l'information sur les ressources du milieu afin de cheminer vers une adaptation et intégration sociale.

Basé sur le respect des personnes et une approche alternative, le Centre aux Sources soutient ses membres pour qu'ils développent un sentiment d'appartenance à un groupe d'entraide et qu'ils s'approprient leur propre pouvoir.

La participation au groupe d'entraide est libre et volontaire et l'objectif premier du groupe d'entraide, à travers ses diverses activités, est de permettre une amélioration de la qualité de vie des personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale, surtout sévères et persistants.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Notre conseil d'administration est composé de 4 représentant-e-s de la communauté, de 3 représentant-e-s des participant-e-s du Centre aux Sources et de la coordonnatrice qui siège d'office.

Voici les membres en date de l'AGA du 22 juin 2021

Aline Lavergne
Vice- présidente
Représentante des participant.es

Solange Fontaine Santini
Administratrice
Représentante des participant.es

Julie Desrosiers
Administratrice
Membre associée

Lionel Laurin
Président
Représentant des participant.es

Charles Lefebvre
Trésorier
Membre associé

Andrée-Anne Lefebvre
Administratrice
Membre associée

Yan Bourdages
Secrétaire
Membre associé



CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration a tenu 12 réunions régulières pendant l'année. Quelques-unes des décisions prises en cours de route:

- Réaliser un processus d'embauche afin d'engager un.e intervenant.e
- Revoir les conditions de travail des employé.es
- Réfléchir à l'organisation du travail en temps de pandémie
- Entreprendre des travaux de rénovation

MEMBRES DU PERSONNEL

Karen St.James
Coordonnatrice

André Lemay
Intervenant

Aline Gravel
intervenante

Karrine Morrison
Intervenante

L'année 2021-2022 a été marquée par des ressources humaines à effectifs réduits pendant un certain temps. La pandémie nous a obligés à revoir notre mode de fonctionnement afin d'accueillir le maximum de personnes dans notre espace réduit. En avril, une nouvelle intervenante débute au Centre. Elle apporte avec elle, un bagage d'expérience. En novembre, le Centre accueille une autre intervenante au sein de l'équipe. Elle arrive, elle aussi, avec plusieurs expériences. C'est une première depuis longtemps, l'équipe est complète.

Pendant cette année, nous avons pu mettre à profit nos différents talents : créativité, souplesse, optimisme et persévérance.

En janvier 2022, l'équipe a suivi une formation avec l'organisme Relief sur l'autogestion afin d'éventuellement offrir des ateliers sur des thèmes tels que : l'anxiété, l'estime de soi.

Nous avons continué à développer nos connaissances en lien avec différents logiciels de rencontres virtuelles.



Karen St.James, coordonnatrice



Karrine Morrisson, intervenante



André Lemay, intervenant



Aline Gravel, intervenante

RÉNOVATIONS

Je ne peux passer sous silence, le début des travaux de rénovations du rez-de-chaussée. Les travaux ont officiellement débuté le 28 février 2022.

Une surprise de taille nous attendait dès le départ. De l'amiante se trouvait au plafond du rez-de-chaussée. Le désamiantage a ajouté trois semaines à l'échéancier.

Au moment d'écrire ces lignes, nous réintégrons nos locaux en juin 2022 afin d'y tenir notre AGA.





PRISE DE CONTACT ET ACCUEIL

Les mécanismes de participation souples favorisent un accès facile au Centre aux Sources.

Cette année, nous avons accueilli 9 nouvelles personnes dont 5 sont devenus membres actifs. Lors de la première visite nous présentons une « trousse d'adhésion » à la personne et nous expliquons le fonctionnement du Centre aux Sources, notre philosophie, les valeurs, le code de vie et nous offrons l'horaire des activités du mois.

La participation au Centre est libre, volontaire et confidentielle.



APPELS AUX MEMBRES

Des appels quotidiens à tous les membres sont faits depuis le début de la pandémie.

Les personnes apprécient ce contact privilégié.

Ce sont plus de 920 appels qui ont été réalisés dans la dernière année.



A photograph of an outdoor seating area on a grassy lawn. There are several white rectangular tables and striped chairs. A red canopy is visible in the background with the text 'ville.lachute.qc.ca' on it. The title 'RENCONTRES DANS LA COUR' is overlaid in large white letters with a black outline.

RENCONTRES DANS LA COUR

Nous avons fait plusieurs rencontres dans la cours pendant l'été 2021.

Plusieurs cafés-rencontres sont organisés sur des thèmes variés tels que :

- Comment ça va ?
- Ma santé mentale aujourd'hui, comment elle va?
- Comment je m'adapte à la pandémie?

Nous avons également adapté certains jeux de loisir, pour le plus grand plaisir de toutes et de tous.

En moyenne, 4 participant.es étaient présent.es pour chaque activité.



PERSONNES DESSERVIES

Au 31 mars 2022, le Centre aux Sources a
25 membres actifs :

Hommes: 10 Femmes: 15

SOURCES DE RÉFÉRENCE:

- Clinique externe de psychiatrie et équipe SIV du Centre multiservice du SSS d'Argenteuil
- Emploi Québec
- Familles et proches de la personne
- Médecins omnipraticiens
- Centre du Florès (CISSS des Laurentides)
- Organismes communautaires
- Participant.es du Centre aux Sources
- Babillard de la Télévision Communautaire d'Argenteuil et la page Facebook du Centre



TERRITOIRE DESSERVI

Le Centre aux Sources a le mandat de desservir le territoire de la MRC d'Argenteuil.

En raison de l'absence du transport en commun sur ce territoire, nos activités sont plus accessibles pour les personnes qui résident dans les municipalités de Lachute, Brownsburg-Chatham et St-André d'Argenteuil.

Pour pallier à ce problème, le Transport Adapté et Collectif de la MRC d'Argenteuil est aussi un collaborateur précieux pour rendre notre groupe plus accessible aux membres.

Cette année, nos membres qui possèdent une voiture, n'ont pas pu offrir du co-voiturage à d'autres membres.

L'Organigramme du Centre

FINANCEMENT

- Ministère de la Santé
- Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides (CISSSL)

PARTENAIRES du RÉSEAU

- Centre multiservice de santé et de services sociaux d'Argenteuil
- Ville de Lachute
- MRC d'Argenteuil
- Centre local d'emploi
- CISSS des Laurentides

PARTENAIRES COMMUNAUTAIRES OU SANS BUT LUCRATIF

- Carrefour des Femmes
- Café Partage Argenteuil
- Centre d'entraide d'Argenteuil
- La Citad'elle
- L'Écluse des Laurentides
- La Maison des Jeunes de Grenville et Grenville sur la Rouge
- L'Univers Jeunesse
- La Maison Populaire d'Argenteuil
- Laurentian Literacy Centre
- Transport adapté et collectif de la MRC d'Argenteuil
- Droits et Recours Laurentides
- Centre de prévention suicide Le Faubourg
- L'Écluse des Laurentides

MEMBRES

CONSEIL D'ADMINISTRATION

7 places dont 3 réservées aux participantEs

Centre aux Sources

Groupe d'entraide et ressource alternative

EMPLOYÉ-ES

Coordonnateur/trice : 1

IntervenantEs : 3

« TABLES » et REGROUPEMENTS

dont le Centre Aux Sources est membre ou sur lesquels il siège

- Regroupement des Ressources Alternatives en Santé Mentale du Québec (RRASMQ)
- Regroupement des Organismes communautaires des Laurentides (ROCL)
- Alternatives Laurentides
- Coalition en santé mental Laurentides
- CLIA (comité local itinérance Arg.)
- Table adulte Argenteuil
- Coop santé mentale de la table adulte
- Comité régional inter-organismes Argenteuil (CRIA)
- Comité Logement Argenteuil

DROP IN

Le drop in est un lieu d'échange et de socialisation où les personnes peuvent briser leur isolement, créer des réseaux d'entraide, participer aux différentes discussions spontanées, jouer au Mississippi ou à des jeux de société autour d'un bon café !

Cette année, les activités libres ou de « drop in » ont été adaptées selon les mesures sanitaires en vigueur. Les mardis et mercredis matins étaient ouverts pour un café et muffin. En mars, le drop-in revenait dans sa forme originale.



ACTIONS COLLECTIVES ET MOBILISATIONS

Une activité, organisée par le CRIA, de mobilisation a eu lieu le 22 février 2022. C'était dans le cadre de la campagne : « Engagez-vous pour le communautaire » visant le rehaussement du financement à la mission des organismes communautaires autonomes.

Dans Argenteuil
plusieurs
organismes
communautaires
fermeront leurs
portes le
22 février
pour se faire
entendre!



ENGAGEZ-VOUS
COMMUNAUTAIRE

CARTON ROUGE
POUR LA CAQ!

LEGAULT AU BANC DES PÉNALITÉS

CONTRIBUTIONS DE LA COMMUNAUTÉ

Le Centre aux Sources existe grâce aux membres et à son enracinement dans la communauté. Nous tenons à souligner la contribution de la compagnie Cascades pour leur don de papier à main.

Cette année en mars, une collaboration spéciale est mise sur pied entre Univers Jeunesse et le Centre aux Sources. Le centre est hébergé dans les locaux de la maison des jeunes le temps des rénovations.

A close-up photograph of a person's hand holding a white rectangular card. The card features the word "Merci !" in a bold, dark blue font, positioned above a simple black smiley face consisting of two dots for eyes and a curved line for a mouth. The background is a plain, light-colored wall.

Merci !





VIE ASSOCIATIVE

La coordonnatrice a assisté à l'AGA du ROCL le 26 mai 2021 avec une membre du conseil d'administration.

Le 22 juin 2021, 7 participant-e-s (membres actifs), 3 membres associés du conseil d'administration et l'équipe de la permanence ont participé à l'AGA du Centre en présentiel.

La coordonnatrice a participé à l'AGA du RRASMQ le 17 juin 2021.

Cette année, l'activité cabane à sucre s'est tenue à la Cabane à sucre Charlebois le 24 mars 2022. Dix (10) membres ont participé à l'activité.

Chaque mois, habituellement nous tenons une réunion des participants. Cette année, nous l'avons adaptée.

Lors des activités de la dernière semaine du mois, les membres se prononçaient sur les activités qu'ils souhaitaient voir à l'horaire le mois suivant.

En mars, nous avons tenu notre première réunion des participants depuis février 2020. Douze (12) membres étaient présents.



Habiletés de la vie quotidienne

Nos activités « habiletés de la vie quotidienne » permettent aux participant-e-s de s'outiller et d'acquérir de la confiance en soi dans un climat de respect et de camaraderie.



Habiletés de la vie quotidienne

Les repas communautaires mensuels ont été adaptés afin de respecter les consignes sanitaires. À tous les mois, Café Partage Argenteuil prépare des repas pour les membres. Les personnes venaient chercher le repas au Centre selon un horaire précis et pour certains, il leur était livré. En mars, les membres ont préparé le repas communautaire, un bon spaghetti maison avec pain à l'ail.



Habiletés de la vie quotidienne

Nos activités « habiletés de la vie
Dans les activités offertes, le Centre
a maintenu les marches santé, la
relaxation ainsi que plusieurs
ateliers créatifs.

Nous avons été visiter la Galerie La
route des arts avec les membres lors
d'une marche.



ACTIVITÉS DE CONNAISSANCE DE SOI

Afin de développer la connaissance de soi, le Centre a offert plusieurs ateliers de discussion tels que : santé mentale, les émotions, le partage musical, les valeurs.

Au total, 14 ateliers ont eu lieu avec 71 personnes présentes.

De plus, les membres ont participé à des ateliers du Journal créatif qui favorise l'introspection dans le plaisir.

Ces ateliers permettent une meilleure connaissance de soi et sensibilise aux valeurs portées par le Centre.

Il y a eu plusieurs ateliers d'art pendant l'année. Cet activité permet de développer la connaissance de soi, la confiance et l'estime de soi. En moyenne, il y avait entre 4 à 6 personnes à chaque atelier.



FORMATIONS ET CONFÉRENCES

En janvier 2022, l'équipe a suivi une formation concernant l'animation d'ateliers d'autogestion.

Dans le cadre de la coop santé mentale Argenteuil, l'équipe a participé à une rencontre sur « prendre soin de soi en tant qu'intervenant.e ».





CONCERTATION ET PARTENARIAT

La coordonnatrice a représenté le Centre aux réunions suivantes:

- Alternatives Laurentides : 8 réunions virtuelles et présentielles + AGA
- Coalition des organismes communautaires en santé mentale des Laurentides : 12 rencontres en plus de deux rencontres avec le directeur du programme santé mentale du CISSS des Laurentides
- Comité local en itinérance Argenteuil : (CLIA) 7 réunions virtuelles
- Table adulte Argenteuil : 3 réunions virtuelles; coop santé mentale 5 réunions virtuelles
- CRIA - 4 réunions virtuelles + AGA virtuelle
- ROCL : 1 rencontre en présentiel et 1 en virtuel sur « Réfléchir en temps de crise » et l'AGA en virtuel
- RRASMQ : AGA
- Table crise du logement : 2 rencontres virtuelles



CONCERTATION HÉBERGEMENT ARGENTEUIL

De 1^{er} avril 2021 au 31 mars 2022, le Centre aux Sources a assumé la gestion administrative de ‘Concertation Hébergement Argenteuil’ (CHA), un organisme sans but lucratif qui offre de l’hébergement d’urgence aux adultes sur le territoire d’Argenteuil. Pendant cette période, le Centre (Karen St.James) était responsable de :

- ▶ Avoir un vue d’ensemble sur la gestion de l’hébergement : recevoir les demandes d’hébergement de la part des référents; être le répondant des diverses demandes et coordonner les entrées/sorties/suivis de l’hébergement d’urgence;
- ▶ La compilation des statistiques concernant l’hébergement d’urgence et de s’assurer que les formulaires soient remplis et les protocoles soient respectés;
- ▶ Représenter l’organisme au besoin
- ▶ La gestion des paiements/reçus pour l’hébergement, le fonds d’urgence (la petite caisse);
- ▶ La tenue de livres en ce qui concernent le budget (CHA) en collaboration avec l’Écluse des Laurentides;
- ▶ La rédaction des demandes de subvention (avec le c.a. du CHA) et des redditions de compte;
- ▶ Maintenir à jour les documents administratifs du CHA (livre des procès-verbaux, règlements généraux, formulaires).
- ▶ Encadrer, superviser la personne engagée comme intervenant - accompagnateur

NOS PARTENAIRES

Du Centre multiservice en santé et services sociaux d'Argenteuil

- L'Accueil psychosocial, l'équipe SIV (suivi à l'intensité variable)

D'autres partenaires :

- Le Centre d'Entraide d'Argenteuil
- Transport adapté et collectif de la MRC d'Argenteuil
- Café Partage Argenteuil
- Le Carrefour des Femmes du Grand Lachute
- Laurentian Literacy Centre
- La Maison Populaire
- La Citad'Elle de Lachute
- La Maison des Jeunes de Grenville et GSLR
- L'Univers jeunesse
- Centre de prévention de suicide le Faubourg
- La Ville de Lachute
- La MRC d'Argenteuil
- Le Centre local d'Emploi (Emploi Québec)
- Cap Emploi
- TVC (télévision communautaire d'Argenteuil)
- L'Université du Québec en Outaouais.
- Cégep St-Jérôme





SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

Le soutien communautaire est accordé aux membres du Centre aux Sources dans le but d'améliorer la qualité de vie de la personne en lui offrant, à moyen ou à long terme, support et accompagnement dans son milieu de vie.

Également, le Centre offre du soutien occasionnel aux personnes membres ayant signifié le besoin d'un support ponctuel. La démarche s'inscrit tout le temps de façon libre et volontaire.

Durant cette année, il y environ dix démarches qui ont fait l'objet d'accompagnement ou d'intervention.



ACTION 2021-2022



PAAS-Action est un programme d'aide et d'accompagnement social offert par le CLE (Centre local d'emploi) qui s'adresse principalement aux personnes qui sont sur la sécurité du revenu. Le Centre aux Sources s'est inscrit dans la démarche à condition que les participants-Es au programme soient en mesure de devenir membre de l'organisme et que cela doit s'inscrire dans une démarche favorisant l'appropriation du pouvoir.

Le programme « Action » du Centre a **débuté le 1 avril 2011**. Depuis il se renouvelle à chaque année. Le nombre de participant-Es prévu pour le Centre aux Sources cette année était de deux.

L'engagement des personnes consiste à participer aux activités du Centre ainsi que divers ateliers. Certaines activités se traduisent par des exercices, des discussions sur l'alimentation, l'hygiène de vie et la marche. Pour faciliter l'initiation à la technologie nous avons installé 2 tablettes disponible avec internet sans fil ce qui a rendu le tout plus accessible.

Une autre activité appelée « entretien ménager » se traduit par le lavage des planchers, l'entretien intérieur et extérieur par le pelletage de neige, la tonte de gazon et le ramassage des feuilles. Le programme d'aide et d'accompagnement social (PAAS) «Action» vise le développement de l'employabilité. Les objectifs des participant-es seront évalués à chaque année et pour une durée maximale de cinq ans par personne.



MILIEU
D'APPARTENANCE



PRIORITÉS 2022-2023

CENTRE AUX SOURCES D'ARGENTEUIL

- Maintenir et améliorer la vie associative de la ressource;
- Poursuivre, développer et préserver l'approche alternative en santé mentale à travers nos activités;
- Planifier la fête du 30^e anniversaire du Centre;
- Augmenter la visibilité du Centre en créant un site web ainsi qu'en renouvelant le matériel promotionnel;
- Finaliser les travaux d'amélioration locative entrepris.



Centre aux Sources d'Argenteuil

546, rue Sydney,
Lachute J8H 1L1

Tél: (450) 562-0673

Fax: (450) 562-2944

Courriel:

ctauxsources@videotron.ca