

RAPPORT  
ANNUEL  
DES ACTIVITÉS  
2022-2023





Ensemble  
Appartenance  
Entraide

Muraie collectiva  
Sophie Stella

# Mot du président

Chers membres du Centre aux Sources,

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 2022-2023.

Je vous remercie de me faire confiance et je reconnais les membres du Conseil et de l'équipe de la permanence pour leur soutien. Je veux féliciter Karen pour tout le travail de planification et de coordination des travaux du Centre. Bravo Karen!

Je voudrais souhaiter la bienvenue à Jennifer , notre nouvelle intervenante. Je te souhaite longue vie dans l'équipe. Je veux également souligner le départ d'André après 26 ans de loyaux services au Centre aux Sources.

Les valeurs du Centre et l'approche alternative sont essentielles à son bon fonctionnement . Elles maintiennent le bon équilibre également et assurent le respect de chacun 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

# Mot de la coordonnatrice

Célébration 2022-2023! Créer des lieux et des liens qui font la différence dans la vie des gens!

Un moment où la vie associative reprend son sens et où les relations d'entraide, de coopération, d'acceptation dans ses ressemblances et différences et de respect permettent de créer le sentiment d'appartenance nécessaire à son épanouissement. Telle une fleur qui éclôt pour apparaître dans toute sa couleur, senteur, avec des éclats multicolores différents. Cette année, le Centre bourgeoine d'activités depuis avril 2022.

Que dire de la murale collective réalisée avec Sophie Stella Boivin, artiste de la région où la création et l'émotion se joignent afin d'illustrer la mission du Centre aux Sources d'Argenteuil: briser l'isolement, créer un sentiment d'appartenance et milieu d'entraide où l'accueil chaleureux sans jugement habite.

Mes mots pour cette année:

ENTRAIDE – JOIE – APPARTENANCE – NOUVEAUTÉ – OUVERTURE

Je me sens choyée et privilégiée de côtoyer les membres à tous les jours me permettant de renouveler ma conviction dans l'empowerment individuel et collectif.

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

Je reconnais l'apport de l'équipe de travail dans la réalisation de la mission par leur engagement et savoir faire. Merci André Lemay, Aline Gravel et Jennifer Gagné-Trudel.

« La joie de vivre est une émotion contagieuse » D. Wymot

Bonne lecture à toutes et à tous,

Karen St.James

## Pourquoi je participe au Centre aux Sources?

J'aime le Centre aux Sources. Pour moi, c'est comme un croissant de soleil qui se partage, des sourires, du plaisir, faire des activités et recevoir des informations, de parler ensemble, d'avoir une paix dans notre cœur. Des intervenant.es mettent tout pour nous aider : André, Aline, Jennifer. Karen grande boss, qui travaillent beaucoup pour nous. Grâce au Centre je me sens bien et ma santé mentale se porte bien avec une lumière qui brille en continue. – *Johanne*

Je viens au Centre aux Sources car c'est un endroit où nous pouvons participer à toutes sortes d'activités en groupe et ça brise l'isolement. Nous apprécions les rénovations. – *Réjean*

Pour briser l'isolement, avoir des activités à faire, avoir une raison de vivre, de se lever le matin et croire qu'on est attendue à cet endroit. S'attacher à des personnes, à un endroit pour mieux vivre, avoir un but, avoir du soutien par des personnes qui essaient de leur mieux de nous faire prendre confiance en nous, en eux. De nous sentir valoriser, importante, avoir le sentiment de compter. Merci - *Sylvie S.*

Je participe au Centre aux Sources pour participer à des activités d'art que je ne fais pas à la maison. Et j'aime rencontrer les gens sympathiques et voir leurs beaux sourires. - *Julie*

## Pourquoi je participe au Centre aux Sources?

Je viens pour voir des amis surtout la cuisine. J'aime l'atmosphère et les monitrices sont épanouies. On peut s'asseoir dehors, mon moral est meilleur. - *Monique*

Je participe au Centre aux Sources pour plusieurs raisons entre autres pour le non jugement, l'ambiance. Tous et chacun participent aux créations des activités, recettes... mais aussi le plus important pour moi, l'entraide de tous et chacun. C'est pour ça que le Centre est ma rock star – *Anonyme*

Je participe au Centre parce qu'on est reçu avec un sourire et un allô qui vient du cœur. Ils s'occupent de nous en nous écoutant attentivement et jouent à toutes sortes de jeux. Ils sont professionnels dans leur métier. C'est que nous sommes tous sur le même pied d'égalité et sans jugement. Ils mettent du soleil dans nos cœurs par leur accueil et nous donnent confiance en nous. Je participe au Centre pour faire des tâches: cuisine collective, couper des légumes, faire la vaisselle. Je souhaite qu'il existe encore longtemps car il y a tant de monde qui en a besoin. Je peux vous dire sincèrement, que je vous aime parce que vous me faites tant de bien chaque jour. Merci encore! - *Serge*

# 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 supporte ses membres à développer un sentiment d'appartenance à un groupe d'entraide et vise l'appropriation de pouvoir de la personne.

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

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

Voici les membres en date de l'AGA du 21 juin 2022

<b>Lionel Laurin</b>	<i>Représentante des participant.es / président</i>
<b>Aline Lavergne</b>	<i>Représentante des participant.es / vice-présidente</i>
<b>Solange F. Santini</b>	<i>Représentant des participant.es / administratrice</i>
<b>Charles Lefebvre</b>	<i>Membre associé / trésorier</i>
<b>Andrée-Anne Lefebvre</b>	<i>Membre associé / administratrice</i>
<b>Julie Desrosiers</b>	<i>Membre associé / administratrice</i>
<b>Yan Bourdages</b>	<i>Membre associé / secrétaire</i>

Le conseil d'administration a tenu 7 réunions régulières pendant l'année. Quelques décisions prises en cours de route:

- Réaliser un processus d'embauche afin d'embaucher une co-coordination
- Revoir les conditions de travail du personnel
- Finaliser les travaux de rénovation entamés en février 2022
- Changer le système téléphonique

# Membres du personnel

<b>Karen St.James</b>	coordonnatrice
<b>André Lemay</b>	intervenant
<b>Aline Gravel</b>	intervenante
<b>Karrine Morrison</b>	intervenante (avril à août 2022)
<b>Jennifer Gagné-Trudel</b>	co-coordonnatrice (à partir du 24 octobre 2022)

L'année 2022-2023 a été marquée par des ressources humaines à effectifs réduits pendant près de deux mois. Nous avons comblé le poste de co-coordination en octobre. C'est Jennifer Gagné-Trudel qui co-ordonne depuis son arrivée. L'équipe est complète depuis plusieurs mois.

Cette année, nous avons fait preuve d'imagination, de créativité et de persévérance.

En novembre 2022, l'équipe suit une formation offerte par le Réseau des femmes des Laurentides « Bye Bye anxiété » donnée par Danie Beaulieu. Cette formation permet de découvrir de nouveaux outils. La coordination a suivi une formation intitulée « Superviser une équipe de travail » ainsi qu'une formation de base en Excel.

Nous continuons à développer nos connaissances en lien avec les différents logiciels et plateforme de rencontres virtuelles.

# L'équipe de la permanence

André Lemay, Karen St.James, Aline Gravel, Jennifer Gagné-Trudel



# LES RÉNOVATIONS

Les rénovations se terminent à la fin mai.

Les membres sont accueillis le 6 juin pour une célébration dans les nouveaux locaux. Ceci marque un nouveau départ!

Le Centre tient sa première AGA le 22 juin 2022 dans son nouvel environnement.



## Prise de contact et Accueil

Les mécanismes de participation souples favorisent un accès facile au Centre aux Sources. Cette année, nous avons accueilli 24 nouvelles personnes dont 13 ont participé à des activités. Lors de la première visite nous présentons une « trousse d'adhésion » à la personne et expliquons le fonctionnement du Centre aux Sources, la philosophie, les valeurs, le code de vie et présentons l'horaire des activités du mois. La participation au Centre est libre, volontaire et confidentielle.

## Responsables des ateliers

Le Centre est très reconnaissant envers les animatrices de la cuisine collective du Centre d'Entraide d'Argenteuil qui ont animé 3 cuisines collectives avec une participation moyenne de 6 personnes par atelier.

Merci pour votre précieuse collaboration

## Présentation d'organismes

À la demande des membres, il y a eu des présentations de services d'organismes partenaires:

- Droits et Recours Laurentides : présentation de leurs services
- Café Partage d'Argenteuil : présentation de l'épicerie communautaire

Merci pour votre contribution auprès des membres participant.es du Centre aux Sources

# CLIENTÈLE DESSERVIE

**Au 31 mars 2023, le Centre aux Sources a 23 membres actifs :**

Hommes: 11      Femmes: 12

## **Sources de référence :**

- Clinique externe de psychiatrie et équipe SIV du Centre multiservice de 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 suivi d'une démarche autonome

# TERRITOIRE DESSERVI

Le Centre aux Sources dessert 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 demeurant dans les municipalités de Lachute, Brownsburg-Chatham et St-André d'Argenteuil.

Afin de 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.

Parfois, nos membres qui possèdent une voiture, offrent du **co-voiturage** pendant certaines activités.

# Tableau de statistiques

## 2022-2023

<b>Présences des participant.es</b>											
AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC	JANVIER	FÉVRIER	MARS
112	121	104	44	95	127	125	164	109	119	162	153
<b>Jours d'ouverture - le Centre est ouvert l'équivalent de 4 jours par semaine</b>											
AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC	JANVIER	FÉVRIER	MARS
15	15	14	7	11	15	15	17	12	14	16	16
<b>Moyenne des présences des participant.es</b>											
AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPT.	OCT.	NOV.	DÉC	JANVIER	FÉVRIER	MARS
7	8	7	6	9	8	8	10	9	9	10	10
<b>Total des présences</b>				<b>Jours d'ouverture</b>				<b>Moyenne</b>			
1 435				167				9			

# L'Organigramme du Centre Aux Sources d'Argenteuil

## FINANCEMENT

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

## PARTENAIRES COMMUNAUTAIRES OU SANS BUT LUCRATIF

- **Carrefour des Femmes**
- **Café Partage Argenteuil**
- **Centre d'Entraide d'Argenteuil**
- **La Citad'elle**
- **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**

## MEMBRES

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

7 places dont 3 réservées aux participant.es

### Centre aux Sources

Groupe d'entraide et ressource alternative

## EMPLOYÉ-ES

Coordonnatrice : 1

Intervenant.es : 3

## 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**

## «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**
- **CLIA (comité local itinérance Arg.)**
- **Table adulte Argenteuil**
- **Coop santé mentale de la table adulte**
- **Comité régional inter-organismes Argenteuil (CRIA)**
- **CDSA (comité en développement social d'Argenteuil)**

## DROP IN

Cette année, les activités libres ou de « drop in » se sont déroulées l'équivalent de **12 heures** (environ) **par semaine**, avec des présences **de 4 à 12 personnes** à la fois.

**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 ou à des jeux de société autour d'un bon café et muffin !

## ACTIONS COLLECTIVES ET MOBILISATIONS

En moyenne, 5 participant.es participent à chaque activité de levée de fonds (dîner) pour le Centre d'Entraide d'Argenteuil.

Café Partage Argenteuil organise une levée de fonds au profit de Centraide Laurentides. Le Centre participe en achetant des billets et en les offrant aux membres intéressés. 10 personnes participent.

Le 13 octobre 2022, 4 membres du Centre aux Sources et l'équipe de la permanence participent au « 10 du 10 » avec d'autres groupes membres d'Alternatives Laurentides. Nous avons assisté à la diffusion du film « Apparaître » suivi d'une discussion entre les personnes présentes à la Place des citoyens à Ste-Adèle.

Le CRIA, dont le Centre aux Sources est membre, entame une démarche avec le ROCL afin de réaliser un balado portant sur, entre autres, la différence entre un OBNL et un organisme de l'ACA.

## 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.

Une collaboration spéciale est mise sur pied entre Univers Jeunesse et le Centre. Le temps des rénovations, Univers Jeunesse nous prête leurs locaux.

Afin de réaliser les cuisines du Centre, le Centre d'Entraide d'Argenteuil nous donne des denrées afin de concocter de délicieux repas.

Le Centre achète des fruits et légumes de Café Partage Argenteuil pour cuisiner la soupe et offrir des collations aux membres.

## PARTICIPATION À LA VIE ASSOCIATIVE

Le 22 juin 2022, 16 participant.es (membres actifs), 2 membres associés du conseil d'administration et l'équipe de la permanence ont participé à l'AGA du Centre.

Le 8 février 2023, la coordonnatrice a participé à la tournée du ROCL ainsi qu'une conférence de presse.

La coordonnatrice participe au comité mobilisation du RRASMQ. Au total, il y a eu 4 rencontres en présentiel et virtuel.

Les 15 et 16 juin, la coordonnatrice est présente à l'AGA du RRASMQ.

Le 21 avril, la coordonnatrice et une intervenante participe à une rencontre initiée par le Collectif en santé mentale des Laurentides portant sur les pratiques de la Gestion Autonome de la Médication (GAM).

## PARTICIPATION À LA VIE ASSOCIATIVE (SUITE)

Cette année, l'activité cabane à sucre s'est tenue le 23 mars à la Sucrerie Bonaventure avec les membres d'Alternatives Laurentides. Douze (12) membres étaient présents ainsi 3 membres du personnel.

Lors de la réunion des participant.es, les membres se prononcent sur les choix d'activités du mois suivant. Cet exercice permet de mettre en lumière notre pratique démocratique car ce sont eux (les membres) qui décident – votent pour chaque activité au calendrier mensuel. Il y a eu 10 réunions des participant.es avec une participation moyenne de 12 membres par réunion.

Une boîte à suggestions est mise à la disposition des participant.es pour le choix d'activités.

Cette année nous avons accueilli une stagiaire infirmière de l'Université du Québec en Outaouais (UQO). Elle a réalisé une animation suite aux propositions des membres.



## Habiletés de la vie quotidienne

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

Les repas communautaires mensuels sont préparés et servis avec les participant.es. Il y a eu 10 repas communautaires avec une participation moyenne de 10 personnes.

À partir du mois de novembre, les participant.es préparent une soupe pour le dîner du lundi aux deux semaines. Les mardis, des muffins sont mis au four donnant une odeur alléchante dans la maison.

Le Centre offre également des activités de mise en forme comme les « marches santé », de l'exercice, du yoga et de la relaxation, de la méditation ainsi que plusieurs ateliers créatifs.

Nous avons fait des sorties pendant l'année telles qu'une sortie au Parc Oméga et une visite au Centre d'art d'Argenteuil

## ACTIVITÉS DE CONNAISSANCE DE SOI

Cette année, d'avril 2022 à mars 2023, « le journal créatif » a eu lieu 7 fois avec 56 participations. Douze ateliers de discussion sur différents thèmes reliés à la santé mentale ont eu lieu avec 120 participations. Il y a eu plusieurs ateliers de discussion en lien avec les valeurs, le partage musical et une trousse de secours en cas de panne électrique avec une participation moyenne de 8 personnes. Ces ateliers permettent une meilleure connaissance de soi et sensibilise aux valeurs portées par le Centre.

Il y a eu 34 ateliers d'art pendant l'année. Cette activité, très appréciée par les membres, permet de développer la connaissance de soi, la confiance et l'estime de soi. En moyenne, 8 personnes participent à chaque atelier.

## FORMATIONS

En novembre 2022, l'équipe suit une formation offerte par le Réseau des femmes des Laurentides « Bye Bye anxiété » donnée par Danie Beaulieu. Cette formation permet de découvrir de nouveaux outils. La coordination a suivi une formation intitulée « Superviser une équipe de travail » ainsi qu'une formation de base en Excel.

## STAGES

Le Centre aux Sources d'Argenteuil est un milieu de stage reconnu par l'Université du Québec en Outaouais dans le cadre du cheminement DEC-Bacc. en sciences infirmières. Le Centre a accueilli une stagiaire infirmière pendant l'année (hiver). La stagiaire a réalisé un projet avec les membres du Centre aux Sources. Cette année, le thème de la présentation : l'alimentation et la santé mentale.

## CONCERTATION ET PARTENARIAT

### **La coordonnatrice a représenté le Centre aux réunions suivantes:**

- Comité en développement social d'Argenteuil : 1 réunion
- Alternatives Laurentides : 7 réunions + AGA
- Coalition des organismes communautaires en santé mentale des Laurentides : 4 réunions, et une rencontre avec le directeur en santé mentale du CISSS des Laurentides
- Comité local en itinérance Argenteuil : (CLIA) 2 réunions
- Table adulte Argenteuil : 4 réunions; coop santé mentale 7 réunions
- CRIA – 4 réunions
- RRASMQ : 2 journées d'AGA et 4 réunions du comité mobilisation
- ROCL : 4 rencontres dont deux réunions de tournées.

# CONCERTATION HÉBERGEMENT ARGENTEUIL

De 1<sup>er</sup> avril 2022 au 31 mars 2023, 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 une 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;
- 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 la commis-comptable
- La rédaction des redditions de compte;
- Maintenir à jour les documents administratifs du CHA (livre des procès-verbaux, règlements généraux, formulaires, membership).
- Encadrer, superviser la personne embauchée comme intervenant – accompagnateur et le contractuel

# NOS PARTENAIRES

- l'Accueil psychosocial, l'équipe SIV (suivi à l'intensité variable) Du Centre multiservice en santé et services sociaux d'Argenteuil
- 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

## Les membres d'Alternatives Laurentides

- Groupe La Licorne (Ste-Thérèse)
- L'Envolée RASM (Ste-Agathe-des-Monts)
- L'Échelon des Pays-d'en-haut (Ste-Adèle)
- Centre aux Sources d'Argenteuil (Lachute)
- Droits et recours Laurentides
- Collectif des Laurentides en santé mentale

## La Coalition en santé mentale des Laurentides

Les membres d'Alternatives Laurentides, plus :

- Harfang des Neiges (St-Jérôme)
- L'Arc-en-soi (Annonciation)
- L'Atelier Ensemble on-s'tient (St-Eustache)
- La Maison Clothilde (groupe parents et proches) – (Mont-Laurier)

# Projets spéciaux de l'année 2022-2023

## **Capsule vidéo**

Dans le cadre d'un projet porté par Alternatives Laurentides, regroupement des ressources alternatives dans la région des Laurentides, une capsule vidéo est filmée en septembre 2022 sur deux jours. Emmanuel Lavigne, vidéaste de Valmédia enregistre une capsule vidéo de 5 minutes. Tous les organismes membres, feront le même exercice afin de mettre en lumière comment se vit l'alternative en santé mentale dans leur milieu. Le tout devrait être présenté dans la cadre de la Journée mondiale de la santé mentale, souligné le 10 octobre.

## **Journée portes-ouvertes**

Le Centre a tenu une journée porte-ouverte le 28 septembre. À l'occasion, nous avons fait visiter les locaux fraîchement rénovés, présenté des œuvres réalisées par les participant.es et discuter de l'alternative en santé mentale. Trente-cinq visiteurs sont venus.

## **Murale collective**

Une murale collective est réalisée par les membres accompagnés par l'Artiste Sophie Stella Boivin suite à une rencontre de discussion entre les membres et Sophie afin de connaître ce que représente le Centre pour eux-elles. La MRC d'Argenteuil contribue financièrement à la réalisation de la murale dans le cadre des fonds de développement culturel.

## **Un pas dans ta brume**

Un collectif de citoyens de la région d'Argenteuil met sur pied un projet de créations musicales (paroles et chansons) afin de sensibiliser la population à la santé mentale. Le Centre aux Sources est invité comme organisme « vedette » au lancement de la première chanson intitulée « Un pas dans ta brume ». La coordonnatrice présente le Centre et deux membres du conseil font des témoignages.

## Action 2022-2023

**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.

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.

De plus, les participant-es ont été sensibilisés à l'implication citoyenne en participant à la journée de promotion de l'approche alternative en santé mentale: le « 10 du 10 » en octobre 2022, et aux activités de mobilisation dans les Laurentides. Nous avons favorisé la participation à des activités organisées par d'autres organismes du milieu tel que le Centre d'Entraide.



Centre aux Sources d'Argenteuil

546, rue Sydney, Lachute J8H 1L1

Tél: (450) 562-0673

Fax: (450) 562-2944

Courriel: [coordo@centreauxsources.org](mailto:coordo@centreauxsources.org)

## PRIORITÉS 2023-2024

### CENTRE AUX SOURCES D'ARGENTEUIL

- Maintenir et améliorer la vie associative de la ressource;
- Poursuivre, développer et préserver l'approche alternative en santé mentale lors de nos activités et mandat;
- Assurer la relève au sein de l'équipe de la permanence du Centre aux Sources;
- Célébrer le 30<sup>e</sup> anniversaire du Centre;
- Créer des outils promotionnels;