



L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

RAPPORT ANNUEL 2019-2020

Notre approche

RESSOURCE ALTERNATIVE EN SANTÉ MENTALE

- L'Approche alternative, c'est une façon "autre" d'accueillir la souffrance et de considérer les problèmes de santé mentale.
- L'Envolée RASM est une ressource qui accueille la détresse et ne cherche pas à la médicaliser. Nous tentons de créer un milieu de vie ouvert et enrichissant qui aide les personnes à s'épanouir à travers leurs aptitudes et leurs objectifs propres.
- Notre vision de la santé mentale est tout d'abord basée sur le sens que la personne donne à son vécu. Chacun a une histoire... pourquoi en faire une maladie ?
- Le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ) dont nous sommes membre, pose un regard critique sur l'approche biomédicale. Par conséquent, l'Envolée RASM ne tente pas de réduire l'expérience vécue à l'existence d'un diagnostic. L'Envolée RASM a à cœur de faciliter l'expression et la mise en action des désirs de dépassement de ses Participants.

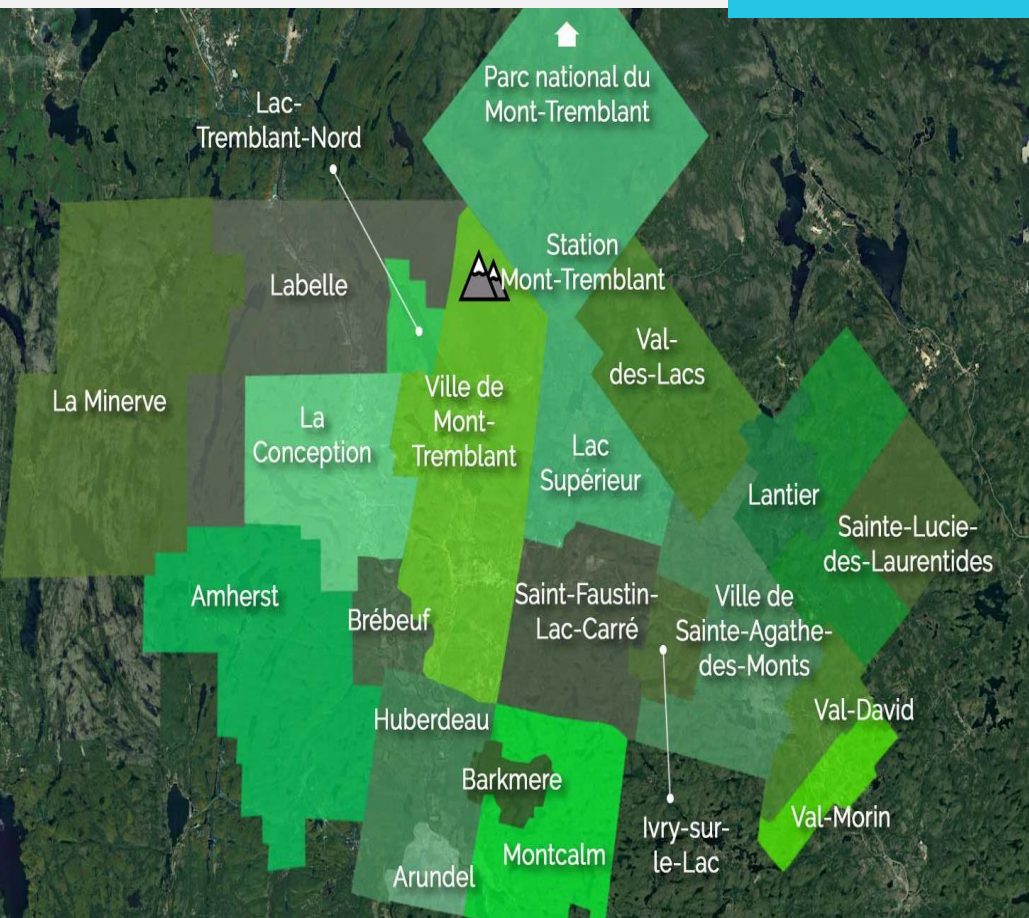
Notre mission

L'Envolée est un organisme communautaire et alternatif d'entraide et de réadaptation. Il aide les personnes qui vivent ou qui ont vécu des troubles de santé mentale à acquérir et à maintenir un état de bien-être personnel.

Korciak

Près de vous et avec vous

Des services pour les résidents de la MRC des Laurentides



Nos champs d'action

Promotion et prévention

Nous donnons de l'information aux membres et nous les aiguillons vers les services pertinents lorsqu'il nous est impossible de répondre directement à leurs besoins. Nous intégrons aux activités la promotion de saines habitudes de vie pour un mieux-être physique et mental.

Fréquentation libre

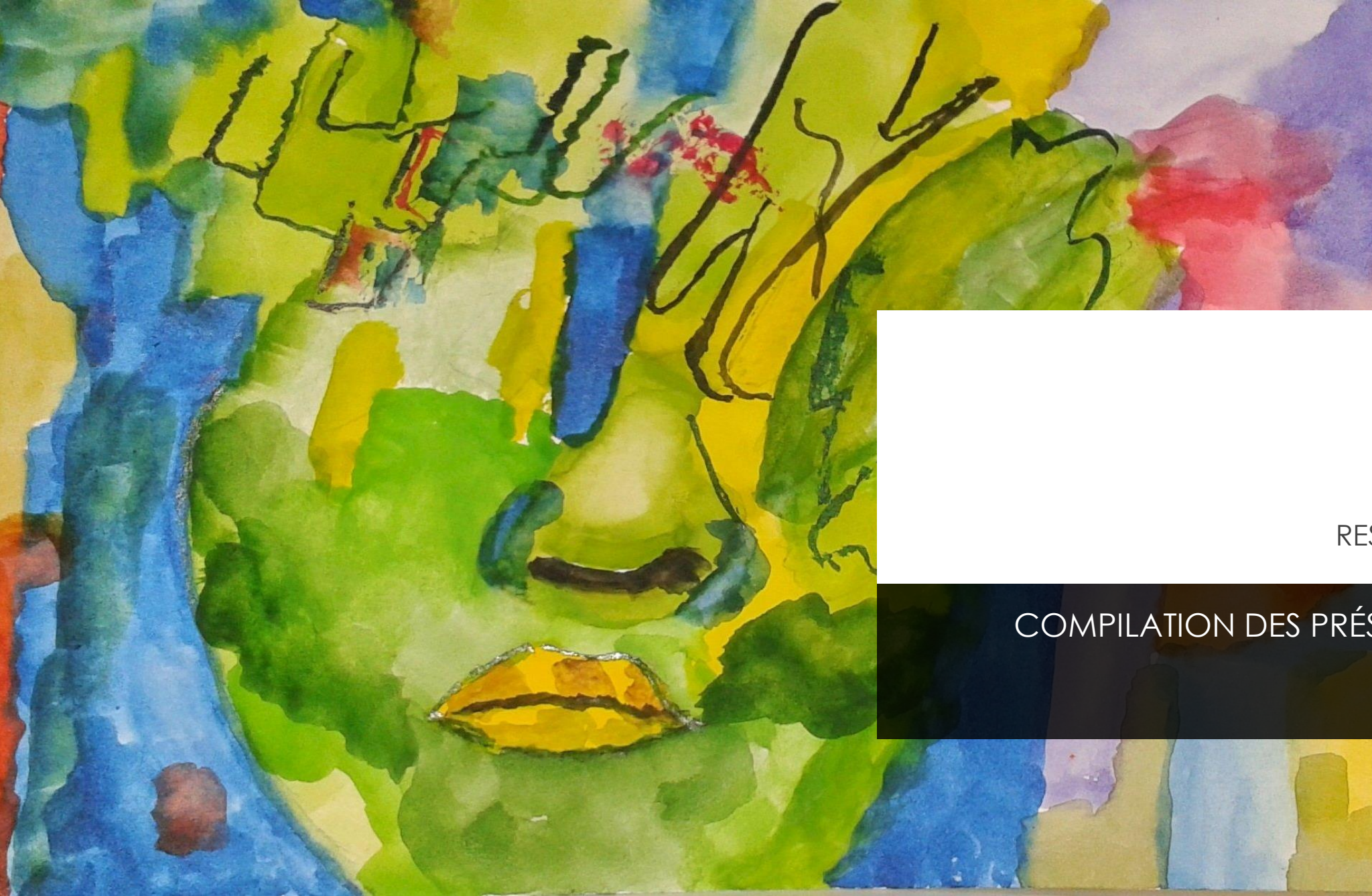
L'Envolée est un lieu ouvert et accessible où l'on peut rencontrer des gens, se faire des amis, échanger des services, se divertir et s'écouter. Les intervenant(e)s sont là pour aider les membres à se réaliser dans ce « laboratoire de vie ».

Entraide, soutien et accompagnement

Nous privilégions l'entraide comme moyen d'intervention. L'expérience de chacun n'est jamais à mettre de côté comme piste de solution. Elle apporte encouragements et aide à mieux traverser les difficultés.

Milieu de vie

Les activités sont organisées à partir des besoins des participants, dans un but de réadaptation. Ces activités visent l'identification des valeurs, le développement des forces et du pouvoir dans la situation de vie de chacun et dans son environnement. Chaque visite au centre de jour se veut une occasion de se découvrir un intérêt, un passe-temps, une passion pour quelque chose de nouveau.



L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

COMPILATION DES PRÉSENCES ET ACTIVITÉS

Fréquentation du milieu de vie

L'Envolée RASM est un organisme fort et dynamique. En plus d'augmenter nos périodes d'activités, afin répondre à une fréquentation en évolution, nous avons initié des projets d'envergure qui placeront l'Envolée RASM en tant qu'organisme phare en santé mentale, dans la MRC des Laurentides, au cours des prochaines années.

2018-2019

Participants inscrits ayant visité l'organisme durant l'année : 105

Présences aux activités : 3336

Nombre de périodes d'activités offertes : 577

2019-2020

Nombre de Participants inscrits ayant visité l'organisme durant l'année : **120**

Présences aux activités : **3564**

Nombre de périodes d'activités offertes : **584**

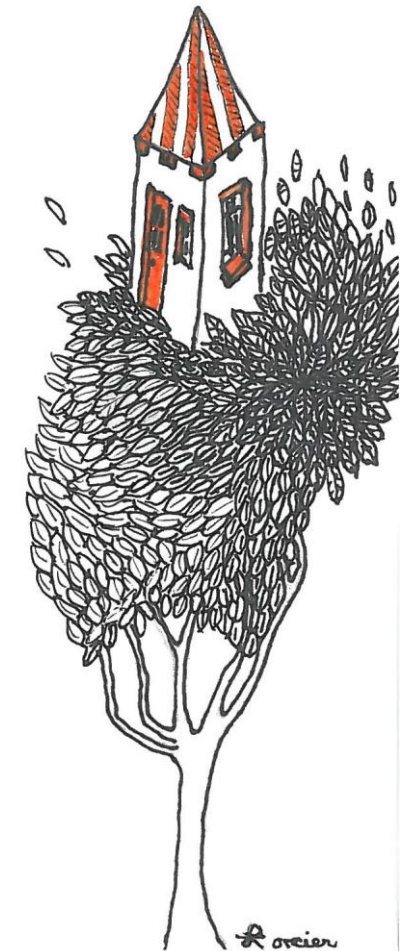
L'Envolée est ouverte toute l'année (sauf aux vacances de 2 semaines en été, 2 semaines au temps des fêtes)

Nous accueillons les personnes du le lundi le jeudi, de 9h à 16h

Participations aux activités 2019-2020

Titre de l'activités:	Présences	répétitions
Activités thérapeutiques		
Aquarelle Le Baz' Art	410	92
Activités d'apprentissage variées	118	24
Mouvement relaxation	100	30
Zoothérapie	136	25
Arts au soleil	28	6
Journal créatif	55	18
Soul Collage	80	35
Activités artistiques		
Ateliers de théâtre	284	67
Chorale	157	35
Chant individuel	149	43
Cuisine collective		
Comité Journal		
Dîner communautaire		
Céramique	275	50
Activités dans la communauté		
Exposition aux métiers d'arts de Ste-Agathe	15	2
Grande Guignolée des média	18	1

Activités de membership		
Assemblée générale 2019	35	1
Participation aux levées de fond	36	5
Rassemblement des membres	15	2
Activités sociales et de loisirs		
Sortie à la plage	70	4
Karaoké	64	3
Quilles	56	9
Sortie aux pommes	12	1
Funky Town	14	1
Mini-putt	9	1
Atelier d'improvisation	52	5
Bingo	199	14
Brunch	167	10
Cabane à sucre	21	1
Fête de Noël	36	1
Épluchette de la rentrée	31	1
Fête d'Halloween	23	1



Descriptions des activités 2019-2020

Activités sociales

Dîner communautaire - Brunch

Chaque mois, l'Envolée offre à très petit prix un dîner communautaire et un brunch. Deux occasions idéales de partager un bon repas complet avec les autres membres de la famille de l'Envolée.

Fêtes annuelles

À l'Envolée, nous soulignons les fêtes importantes : Halloween, Noël, Fête du Printemps (pour remercier nos stagiaires), Fête de la Rentrée (fin de l'été avec épluchette de blé-d'inde). Ces célébrations comprennent de bons repas. Mais c'est aussi l'occasion des danses, du karaoké et autres jeux à grand déploiement !

Anniversaires

En tant que participant(e), vous fait partie de notre grande famille. C'est pourquoi nous soulignons tous les anniversaires lors des repas communautaires mensuels. C'est l'occasion d'un menu spécial et d'un gâteau d'anniversaire !

Sécurité alimentaire

Cuisines collectives

Les cuisines collectives répondent à un des besoins fondamentaux : bien se nourrir. Les cuisines collectives vous assurent des plats pour la maison, que vous préparez vous-même. Elles permettent en outre de développer l'autonomie, la responsabilité et l'ouverture, dans le plaisir !

À savoir : Elles sont mises en place dans tout le Québec pour répondre à une des propositions d'un plan d'action provincial : la sécurité alimentaire.

Activités loisirs

Quilles

Une fois par mois, de septembre à avril, vous êtes invités au Salon de quilles de Ste-Adèle pour jouer deux parties. En mai, c'est le Grand Tournoi Final où, durant trois parties, les champions de l'année s'affrontent. Une activité qui s'offre à tous.

Bingo

L'Envolée organise un bingo par mois, tout au long de l'année. Une agréable occasion de se réunir, de s'amuser et courir la chance de gagner quelques dollars. Une activité très populaire.

Descriptions des activités 2019-2020

Activités Artistiques

Atelier de céramique

Venez prendre le temps de créer une pièce en tenant compte des techniques de la céramique. Cet atelier permet également l'expression, la connaissance de soi, la confiance en soi et, bien entendu, la fierté et l'accomplissement ! Un bon moyen de vous exprimer et de vous engager envers vous-mêmes.

Offert à tous... Bienvenue aux débutants.

Baz'art : Ateliers d'aquarelle

Ces cours d'aquarelle sont pour tous les niveaux. Animés par Josée qui nous partage sa passion pour l'art, le Baz'art est un endroit où créer en toute liberté ! Les autres médiums et styles artistiques sont bienvenus.

Apprivoiser l'aquarelle, faire des expérimentations, apprendre en s'amusant avec lâcher prise.

Activités d'expression

Atelier de théâtre Cet atelier est amusant et formidable pour l'entretien de la mémoire ! Vous y développerez aussi la communication, l'estime de soi et le langage. C'est une belle occasion pour prendre la parole sur scène, briser l'ignorance et arrêter les préjugés de ceux qui ne vous connaissent pas !

Le chant

Savez-vous que travailler sur sa voix peut agir comme une véritable thérapie, libérant stress, angoisses et autres sensations négatives enfouies...

Apprivoisez le chant individuel avec coaching de voix ou le chant en groupe. Vous découvrirez des montages originaux et amusants.

Un autre moyen de favoriser l'amélioration et l'entretien de la mémoire !

Activités Thérapeutique

Ateliers d'écriture

Découvrez différents exercices de création pour vous amuser en groupe et libérer votre capacité créative. Vous trouverez par exemple des jeux d'écriture, de la rédaction de courts textes avec thèmes imposés... Sans pression, vous pourrez jouer avec les mots et votre imagination !

Les Matinées Soul Collage

Cette activité de détente favorise le questionnement intérieur... Bienvenue à tous !

Qui a dit que la créativité était réservée exclusivement aux artistes ?...

Utilisez votre créativité pour découvrir différentes facettes de votre personnalité ou pour aborder une situation sous un angle nouveau. Vous serez étonnés de ce que vous découvrirez.

A watercolor painting of a butterfly with vibrant red, pink, and purple wings, set against a background of soft, blended colors like green, blue, and grey. The style is soft and artistic, with visible brushstrokes and color bleeding.

L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

COLLABORATION ET
FINANCEMENT 2019-2020

Contribution de la communauté à la réalisation des activités de l'organisme



Ville de Ste-Agathe-des-Monts : La municipalité nous offre chaque année la possibilité de profiter des installations de la ville, comme **les plages, la Place Lagny pour nos rencontres et la Piscine municipale**. Nous sommes reconnaissants de cette contribution.



Depuis 7 ans, **Les Métiers d'Arts de Ste-Agathe-des-Monts** accueillent les œuvres de nos artistes céramistes. Nous remercions sincèrement les organisateurs pour leur ouverture. Grâce cette fenêtre artistique, nos artistes ont l'occasion d'exposer leurs œuvres, démontrer leurs talents et transmettre leur passion. Se retrouver aux côtés d'artistes professionnels est pour eux un merveilleux privilège dont nous espérons bénéficier encore longtemps.



Bouffe Laurentienne, active sur le territoire de la MRC des Laurentides, œuvre dans l'amélioration de la sécurité alimentaire, dans le but de soulager les plus démunis. La Direction de l'Envolée travaille avec le Conseil d'administration de cet organisme pour l'amélioration de ses services et de ses installations. De plus, l'Envolée abrite depuis quelques années le secrétariat de Bouffe Laurentienne.

Contribution de la communauté à la réalisation des activités de l'organisme



Hébergement 159 rue Principale : La Coordination de l'Envolée travaille en étroite collaboration avec cet organisme d'hébergement en santé mentale. Nous avons travaillé notamment sur la diversification des services d'hébergement, par un partenariat avec le CISSS Laurentides et la MRC des Laurentides.



Moisson Laurentides : Cet organisme contribue grandement à nos activités culinaires. La majorité de nos réserves alimentaires proviennent de Moisson Laurentides. Ce généreux apport nous permet de tenir des cuisines collectives chaque semaine, en plus de 2 repas communautaires par mois.



La grande guignolée des Médias : Depuis 5 ans, l'Envolée participe activement à cet événement de financement provincial. Centraide, Moisson Laurentides et Bouffe Laurentienne organisent cette collecte unifiée qui rapporte beaucoup aux organismes participants. Cette année, participants, stagiaires et intervenants ont amassé, pour les cuisines collectives de l'Envolée, près de 800 \$, ainsi qu'une grande quantité de denrées. Merci à tous pour votre générosité !

Bailleurs de fond contribuant au financement de l'organisme

Agence de la santé
et des services sociaux
des Laurentides

Québec 

Le Programme de Soutien aux Organisme Communautaire est une contribution au financement des organismes communautaires en appui à la réalisation de leur mission globale. La contribution financière du PSOC versée à un organisme comprend notamment les montants nécessaires à son infrastructure de base et l'accomplissement de sa mission.

Services

Québec 

Services Québec et l'Envolée sont partenaires depuis plusieurs années. Ils nous permettent d'offrir Le Programme PAAS-Action et le Programme de Contrat intégration Travail. Ces deux mesures contribuent en partie au financement de l'Envolée, et facilitent l'embauche et de maintien à l'emploi pour certains travailleurs de l'organisme.



Centraide
Hautes-Laurentides

Centraide Hautes-Laurentides : Centraide nous apporte son soutien financier avec une subvention qui nous permet de réaliser plus d'ateliers d'apprentissage de qualité et de créer ainsi une vie de groupe dynamique.

Dons du public : Chaque année, nous recevons divers dons en provenance de la communauté. Ces gestes de générosité sont un apport considérable dans la réalisation de plusieurs activités à la programmation. Nous vous en remercions profondément.

Dynamisme et engagement dans le milieu

Table de concertation en sécurité alimentaire : L'Envolée a participé aux rencontres tenues par cette table qui vise à développer des ressources alimentaires dans la MRC des Laurentides et autres MRC environnantes.

Comité Logement et CA des Habitations du Monarque : Les membres de ce comité ont formé le Conseil d'administration des Habitations du Monarque. Un projet d'habitations sociales fièrement issu de la communauté.

Table de concertation santé mentale adultes - MRC des Laurentides : L'Envolée participe activement à cette table qui a pour but de supporter les interventions dans la communauté.

Alternative Laurentides : Les rencontres avec le regroupement des organismes alternatifs en santé mentale des Laurentides permettent la mise en commun du vécu dans la région et dans différentes ressources, ainsi que l'échange de diverses informations, tant au niveau politique qu'à celui de la santé mentale.



Dynamisme et engagement dans le milieu

Plusieurs personnes membres de l'Envolée sont impliquées dans les activités de la programmation. *Mouvement relaxation, Soul Collage, Cuisine Collective, Comité Journal* sont des exemples d'activités animées en partie ou complètement **par** des participants, **pour** des participants.

Plusieurs bénévoles et personnes bénéficiant du programme de travaux communautaires s'impliquent dans les activités de l'Envolée. Cette année, **5 bénévoles, 6 participants aux travaux communautaires** nous ont donné un fier coup de main pour les levées de fonds, l'accompagnement des participants, les déplacements et diverses tâches d'entretien. **Merci à vous tous !**

Être membre à l'Envolée, c'est une fenêtre qui s'ouvre sur l'accueil, l'acceptation & l'implication.
Avoir une place bien à soi dans un groupe qui t'accueille comme tu es.

L'Envolée aide aussi, depuis plusieurs années, les Mouvements AA et DAA en louant à faible coût la salle communautaire chaque semaine pour la tenue de leurs activités et services de soutien.

L'Envolée est fière d'aider Bouffe Laurentienne en aménageant un espace de bureau pour la Direction.



L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

L'ÉQUIPE DE L'ENVOLÉE ET SON
CONSEIL D'ADMINISTRATION
2019-2020

Présidente

Dominique Dussault membre active

Vice-Présidente

Monique Morin communauté

Trésorier

Robert Kingsley Communauté

Secrétaire

Mariette Ménard membre active

Administrateurs

Jocelyn Laverdure membre actif

Martin Busque membre actif

Mélanie Bolduc Communauté

Le Conseil d'administration est le gardien d'une saine gestion de l'organisme. Il veille à ce que le budget soit administré de la meilleure façon et que les priorités soit réalisées tel que prévu au début de l'année financière.

Activités du C.A. 2019-2020 :

Le C.A. s'est réuni à 6 reprises pour des séances régulières.

Composition du C.A. :

Minimalement 3 membres de la communauté, 3 membres actifs et 1 place variable. Idéalement occupée par un membre actif, la place variable pourrait toutefois être occupée par un membre de la communauté si ce dernier répond à des besoins spéciaux que l'organisme pourrait avoir momentanément. En tant que Directrice, je remercie grandement tous les membres pour leur si précieuse participation et la confiance qu'ils m'apportent. Plusieurs grands projets sont en développement et les membres du CA de l'Envolée sont toujours prêts à relever les défis que cela implique.

Objectifs communautaires

- Reprendre la présentation d'évènements promouvant la santé mentale avec les partenaires communautaires de la MRC.
- Poursuivre les actions de développement du projet d'habitations sociales "Les Habitations du Monarque".
- Continuer le partenariat de travail avec l'organisme *Le 159 rue Principale* dans le développement du Projet d'habitations.

Objectifs du groupe

- Promouvoir l'approche *Alternative dans notre groupe*.
- Promouvoir des ateliers et formations favorisant l'autonomie des personnes vivant avec des difficultés en santé mentale.
- Encourager l'engagement des participants aux différents groupes et comités pouvant les aider à améliorer leurs conditions de vie.

Objectifs administratifs

- Poursuivre les démarches avec le Comité Logement dans le projet d'habitations sociales.
- Solidifier les compétences de l'équipe d'intervention par des formations spécifiques.
- Poursuivre la recherche de subventions pour le développement des projets variés de services aux participants de l'organisme.

Directrice

Nancy Ponton

Animateur

Gilles Beauregard

Intervenante

Josée Charbonneau

Intervenante

Maritza Alvarez

Réceptionniste

Danielle Gervais

Personnel de soutien

Carole Martel, Secrétariat

Martin Busque, Aide-informatique

Lucie Raccicot, Animatrice

Yvon Bernier, Entretien

Denis Arsenault, Entretien

L'équipe de l'Envolée en est une de fiers professionnel qui œuvre dans le champs de la santé mentale depuis plusieurs années. Les Participants peuvent compter sur eux dans plusieurs situations et ce sentirons écouté en tout temps. De plus, le personnel de soutien est toujours présent afin de supporter les services aux Participants. Bravo à tous pour votre beau travail !