



L'Envolée

Ressource alternative
en santé mentale

L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

RAPPORT ANNUEL

2020-2021

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 l'Envolée est 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.



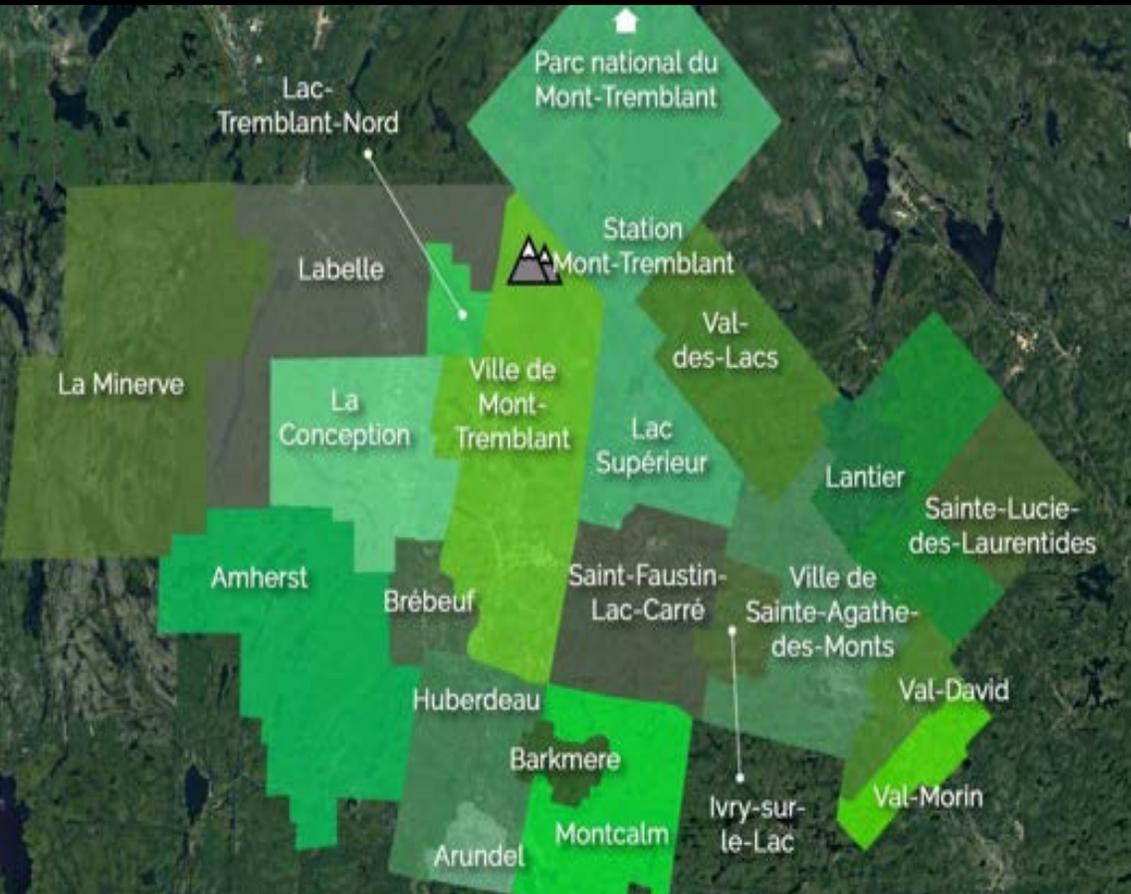
Notre mission

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.

Près de vous et avec

VOUS

Des services pour les résidents de la MRC des Laurentides



Nos champs d'action

3

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

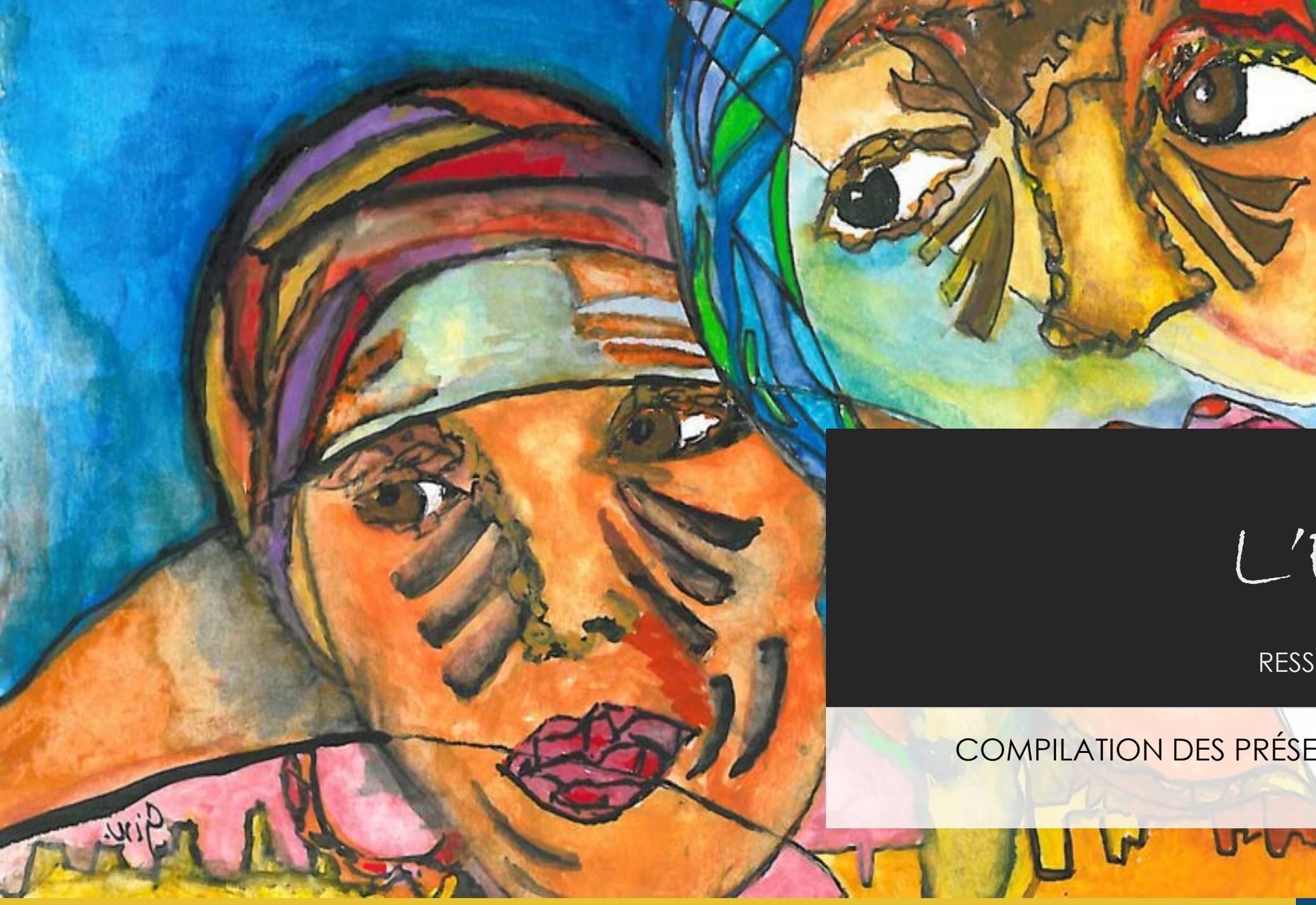
L'Envolée est un lieu ouvert et accessible où l'on peut rencontrer des gens, se faire des amis, échanger des services, se divertir et s'écouter. Les intervenant(e)s sont là pour aider les membres à se réaliser dans ce « laboratoire de vie ».

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

5

Durant la dernière année, la pandémie a grandement réduit la possibilité de recevoir les participants comme à l'habitude. Nous avons vécu une période de fermeture entre le 15 mars et le 1^{er} juin 2020. Par la suite, nous avons su adapter notre programmation aux besoins de soutien des participants. Le support psychologique a été très important dans un contexte particulier d'isolement et d'insécurité. Le personnel de l'Envolée a porté une attention particulière à la santé mentale des participants par des visites à domicile et des activités extérieures.

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**

2020-2021

Nombre de Participants inscrits ayant visité l'organisme durant l'année : **85**

Présences aux activités : **1657**

Nombre de périodes d'activités offertes : **326**

L'Envolée a offert des services téléphoniques du 15 mars au 1^{er} juin 2020. Par la suite, nous avons accueilli les participants de façon limitée en respectant les journées d'ouverture normales, soit du lundi au jeudi.

Fermé 2 sem. pour l'été et 2 sem. pour Noël.

Participations aux activités 2020-2021

6

Titre de l'activités:	Présences	répétitions
Activités thérapeutiques		
Atelier d'aquarelle	176	54
Mouvement relaxation	12	5
Atelier d'écriture	45	12
Soul Collage	117	34
Activités de type Art-Thérapie	82	18
Ateliers de théâtre	94	29
Chant de groupe	132	36
Chant individuel	86	30
Yoga du rire	26	10
Pique-nique	26	10

Activités de membership		
Assemblée Générale 2021	10	1
Participation aux levées de fond	5	1
Activités sociales et de loisirs		
Sortie à la plage	32	4
Quilles	7	1
Rythme et percussions	46	9
Ressourcement en nature	9	2
Bingo	85	9
Café rencontre	42	40
Cabane à sucre (virtuelle)	17	1
Café de Noël	22	6
Café Céramique	90	33



L'Assemblée générale 2021 a eu lieu par rencontre zoom, afin de respecter les consignes sanitaires. Cette façon de faire est nouvelle pour la plupart de nos membres qui sont moins à l'aise avec l'informatique. Il y avait donc 10 personnes présentes à l'AGA de l'Envolée.

1 membre du personnel

6 membres du CA

3 membres en règles de l'Envolée

Descriptions des activités 2020-2021

7

L'Envolée est un modèle d'adaptation. Même en des temps plus difficiles, nous avons réussi à mettre de nouveaux ateliers à la programmation. Pour répondre à la détresse psychologique, nous avons ajouté deux ateliers thérapeutiques, permettant aux gens de se raconter et de se sentir appuyés par leurs pairs.

Activités thérapeutiques

Ateliers d'art détente

Atelier de type « Art thérapie ». Carole vous prépare des ateliers sur des thèmes variés qui amènent le travail sur soi et la détente. Atelier de groupe très intéressant et à grand déploiement. Cette activité est tellement appréciée des participants que nous avons ajouté une période supplémentaire à la programmation afin d'accueillir plus de participants.

Projet : Laisse-moi comprendre ton histoire

Lou, un artiste remarquable qui a récemment rejoint l'équipe, invite les participants volontaires à raconter leur histoire personnelle à travers ses œuvres artistiques. Cet exercice permet de mettre en image des expériences parfois difficiles. Des œuvres artistiques très profondes prennent naissance dans ce travail de libération...

Descriptions des activités 2020-2021

8

Activités sociales

Dîner de cabane à sucre

La tradition du dîner de cabane à sucre est importante pour nos participants. Nous avons réussi à nous rassembler ce printemps de façon virtuelle avec la participation des autres ressources alternatives des Laurentides.

Fête de Noël

La fête de Noël a été soulignée cette année. Par des visites à tour de rôle, les participants sont venus chercher un bon dîner de Noël ainsi qu'un présent préparé par le comité de Noël.

Sécurité alimentaire

Les petits plats d'Anne-Marie

Les cuisines collectives devant être annulées durant la période de pandémie, nous avons pu compter sur la généreuse présence d'Anne-Marie qui nous a cuisiné de délicieux petits plats. Les participants sont venus se procurer des repas préparés pour compléter leur besoins alimentaires.

À savoir : Les aliments nécessaires à la fabrication des petits plats d'Anne-Marie ont été principalement fournis par Moisson Laurentides et livrés par Bouffe Laurentienne.

Activités loisirs

Bingo

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

Descriptions des activités 2020-2021

9

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.

Ateliers d'aquarelle

Ces cours d'aquarelle sont pour tous les niveaux. Animés par Josée qui nous partage sa passion pour l'art, ces ateliers sont 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.

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 thérapeutiques

Atelier 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.



Manette Ménard

L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

COLLABORATION ET
FINANCEMENT 2020-2021

Halte Chaleur

11

En décembre 2020, l'Envolée RASM a pris en charge la réalisation d'un refuge pour itinérants, afin de répondre à une nouvelle réalité à Ste-Agathe. La Halte Chaleur, née de la collaboration des acteurs municipaux, provinciaux et communautaires de notre territoire, est un exemple en matière de concertation du milieu. La Halte Chaleur reçoit, 7 soirs et nuits par semaine, depuis le **18 janvier 2021**, des personnes en situation d'itinérance et contribue à la bonne gestion de cette population. Une équipe de 8 intervenants veille à répondre aux besoins de ces personnes et facilite la référence aux services spécifiques, dans le but d'améliorer et de stabiliser leurs conditions de vie difficiles.

Résultats obtenus en date du **31 mai 2021**

Semaines en service : 19

Nuits en service : 161

Nuitées offertes : 724

Nombre de personnes différentes desservies : 47

Moyenne des séjours : 18 jours



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

12



Ville de Ste-Agathe-des-Monts : Partenaire dans le projet de Halte Chaleur, la ville nous accueille dans le local du groupe Bel Âge. Cette généreuse contribution nous a permis de mettre à l'abris les personnes en situation d'itinérance depuis février 2021. La ville de Ste-Agathe-des-Monts travaille aussi avec nous à réaliser un projet d'habitations.



Bouffe Laurentienne: Actif sur le territoire de la MRC des Laurentides, cet organisme 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. Bouffe Laurentienne est aussi la principale source alimentaire pour la Halte Chaleur.



CISSS des Laurentides: Précieuse collaboration pour la Halte Chaleur, les Intervenants du CISSS Laurentides apportent soutien et présence aux activités du refuge pour itinérants. Grâce à la présence d'une intervenante de milieu et d'une infirmière, les services de la Halte Chaleur sont plus complets pour la clientèle.



Fondation Liliane Bruneau : Cette nouvelle collaboration est née d'un élan personnel de Madame Bruneau voulant aider l'Envolée RASM à faire plus pour ses participants. Suite à la vente de vêtements issus de sa collection personnelle et de sa boutique, Mme Bruneau a remis tous les profits à notre organisme. Ces fonds répondent aux besoins particuliers des participants afin de les aider à traverser des situations difficiles. Merci pour cette générosité qui nous permet de faire encore plus en ces temps difficiles.

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

13



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 d'offrir des plats préparés chaque semaine à nos participants.



APHIL des Laurentides: La participation de l'organisme APHIL Laurentides a été précieuse au moment de la collecte de vêtements et denrées pour la Halte Chaleur. Le 2 février dernier, Aphil nous a généreusement accueillis dans ses locaux pour faciliter la collecte des nombreuses donations du public. Le personnel et les bénévoles de cet organisme ont même prêté main-forte durant cette journée très occupée.



Hébergement 159 rue Principale : La Direction 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.

Bailleurs de fond contribuant au financement de l'organisme

14

Agence de la santé
et des services sociaux
des Laurentides

Québec 

Le **Programme de Soutien aux Organismes Communautaires** est une contribution au financement des organismes communautaires en appui à la réalisation de leur mission globale. La contribution 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 le 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

15

Comité de Développement des Communautés des Laurentides : L'Envolée a participé activement aux rencontres tenues par la CDC. Ce comité a été précieux dans la réalisation de la Halte Chaleur. L'Expérience de ses membres a permis la création rapide et efficace du service et de son financement.

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

16

Plusieurs personnes membres de l'Envolée sont impliquées dans la réussite des activités. *Mouvement relaxation, Soul Collage, Les p'tits plats d'Anne-Marie, Art-détente avec Carole, Ateliers rythme et percussions* 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, **3 bénévoles**, **4 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 et de cuisine. **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 et te sentir utile à tes semblable peut faire toute la différence.



L'Envolée

RESSOURCE ALTERNATIVE
EN SANTÉ MENTALE

L'ÉQUIPE DE L'ENVOLEE ET SON
CONSEIL D'ADMINISTRATION
2020-2021

Présidente

Dominique Dussault membre active

V-Présidente

Monique Morin communauté

Trésorier

Robert Kingsley communauté

Secrétaire

Mariette Ménard membre active

Administrateurs

Jocelyn Laverdure membre actif

Anne-Marie Miron membre active

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. 2020-2021 :

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.

Directrice

Nancy Ponton

Animateur

Gilles Beauregard

Intervenante

Josée Charbonneau

Intervenante

Cynthia Roberge

Personnel de soutien

Danielle Gervais, Réceptionniste

Isabelle Leplâtre, Réceptionniste

Anne-Marie Miron, Adj. administrative

Yvon Bernier, Entretien

Denis Arsenault, Entretien

Carole Beaudet, Animatrice

Lou Tremblay, Aide-Intervenant

L'équipe de l'Envolée en est une de fiers professionnels qui œuvrent dans le champs de la santé mentale depuis plusieurs années. Les Participants peuvent compter sur eux dans plusieurs situations et se sentiront écoutés 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 !

Directrice

Nancy Ponton

Inter. responsable

Marc Meloche

Intervenants

Christian Doré

Olivier Auger

Jean-Cedérick Wilhelmy

Geneviève Clavel

Josée Légaré

Karine Guilbault

Chantal Leclerc

Jean-Philippe Clavel

La Halte Chaleur a pour mission d'accueillir des personnes en situation d'itinérance en leur offrant la sécurité pour la nuit et de l'aide pour retrouver une vie stable. Il s'agit d'une mission complexe qui exige de l'intervention professionnelle à plusieurs niveaux.

Collaborent à La Halte Chaleur :
Intervenants du CISSS Laurentides
Sûreté du Québec
L'Écluse travail de rue
Centre Sida Amitié
Bouffe Laurentienne
Partage Solidarité
Fondation Médicale

Objectifs communautaires

- Reprendre la présentation d'évènements promouvant la santé mentale avec les partenaires communautaires de la MRC.
- Continuer le partenariat de travail avec l'organisme *Le 159 rue Principale* dans le développement du Projet d'habitations.
- Stabiliser et poursuivre les services de la Halte Chaleur pour les personnes en situation d'itinérance.

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, tel que les ateliers d'autogestion.
- 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.
- Consolider les étapes de réalisation du projet d'habitations sociales "Les Habitations du Monarque" avec la Municipalité et la MRC des Laurentides.
- Poursuivre la recherche de subventions pour le développement des projets variés de services aux personnes vivant avec un trouble de la santé mentale.