

Groupe d'Entraide l'Entrain



Rapport d'activités 2018-2019

Table des matières

MOT DE LA COORDONNATRICE.....	3
MISSION, OBJECTIFS ET HORAIRE.....	4
CHAPITRE 1 : PROFIL DE LA CLIENTÈLE.....	5
CHAPITRE 2 : RAPPORT D'ACTIVITÉS.....	11
Activités Entraide	12
Activités Centre de Jour	15
Compilation	22
Activités « grand public ».....	24
Activités spéciales	25
Implication de la communauté au sein de notre ressource.....	26
Interventions individuelles	27
CHAPITRE 3 : RAPPORT DU PLAN D'ACTION 2018-2019	30
CHAPITRE 4 : REPRÉSENTATIONS, PROMOTION ET FORMATIONS	37
CHAPITRE 5 : RESSOURCES HUMAINES ET COMITÉS	41
CHAPITRE 6 : PLAN D'ACTION 2019-2020.....	43

Mot de la coordonnatrice

« Nos participants... un exemple de persévérance »

«L'erreur la plus commune et la plus lourde de conséquences est de s'imaginer que la réussite exige du génie, un miracle ou un talent extraordinaire qui nous est étranger. Le succès est plutôt le résultat de la ténacité et du refus d'abandonner ainsi que le fruit d'une décision suivie de la volonté de s'y rendre!» (*Maltbie Babcock*)

Nos participants de l'Entrain ont démontré, cette année, une persévérance hors du commun à différents niveaux tout au long de l'année. Que ce soit par l'entraînement physique, notre projet collectif, la création artistique et, sans oublier, nos comédiens de la pièce de théâtre qui sera présentée au Carré 150 le 8 mai 2019 et j'en passe...

Leurs actions me font penser à cette belle leçon de persévérance écrite par un auteur inconnu :

«Avez-vous déjà observé l'attitude des oiseaux face à l'adversité ? Pendant des jours et des jours, ils font leur nid, recueillant des matériaux parfois ramenés de très loin. Lorsqu'ils ont terminé et qu'ils sont prêts à déposer les œufs, les intempéries ou l'œuvre de l'être humain ou d'un quelconque animal le détruit et envoient au sol ce qu'ils ont réalisé avec tant d'effort. Que fait l'oiseau ?

Il se paralyse et abandonne la tâche ? En aucune façon. Il recommence encore et encore jusqu'à ce que les premiers œufs apparaissent dans le nid. Parfois avant que naissent les oisillons, un animal, un enfant, une tempête détruit une fois de plus le nid, mais cette fois avec son précieux contenu.

Cela fait mal de recommencer depuis zéro... même ainsi, l'oiseau ne se tait jamais, ni ne recule, il continue de chanter et de construire en chantant.

Plusieurs d'entre vous ont agi comme l'oiseau. Je ressens une grande fierté en vous voyant.

Véronique Lenoir

Mission, objectifs et horaire

Mission

L'Entrain est un organisme communautaire qui offre des activités d'adaptation et d'intégration sociale aux personnes aux prises avec des troubles sévères et persistants en santé mentale et qui habitent sur les territoires Arthabaska-Érable. Ces activités, qui peuvent se tenir le jour, le soir ou la fin de semaine, sont individuelles, de groupe ou collectives. Le plus souvent, elles prennent la forme d'activités de croissance et de soutien, d'éducation, d'apprentissage et d'activités ludiques, sportives, récréatives, artistiques ou culturelles.

Objectifs

- Briser l'isolement en offrant des activités de loisirs
- Favoriser l'entraide par les pairs, tout en suscitant l'implication de chacun
- Reconnaître le potentiel, les habiletés et les compétences des personnes et encourager celles-ci à reprendre du pouvoir sur leur vie
- Responsabiliser la personne
- Travailler en concertation avec nos partenaires

Horaire et heures d'ouverture

Bureau :

Lundi au vendredi : 8h30 à 11h30 et 13h00 à 16h30

Activités :

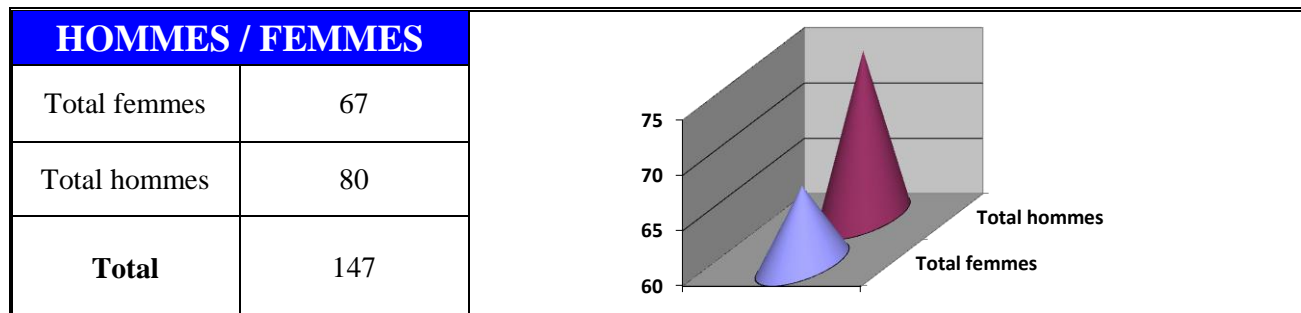
L'horaire des activités est variable, il est important de consulter le calendrier des activités.

- Habituellement les activités ont lieu du lundi au vendredi de 13h00 à 16h30.
- Il n'y a pas de plage horaire spécifique pour les activités Entraide et les activités Centre de Jour.

Chapitre 1

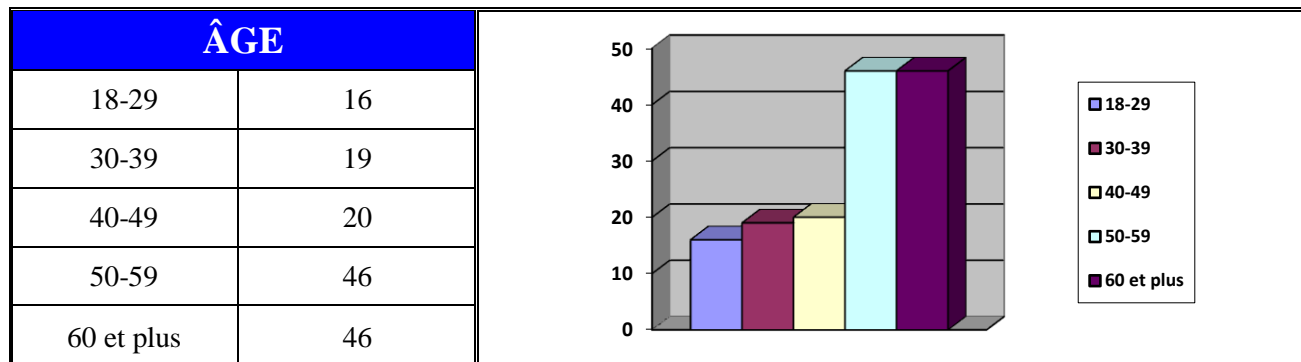
Profil de la clientèle

Répartition hommes / femmes



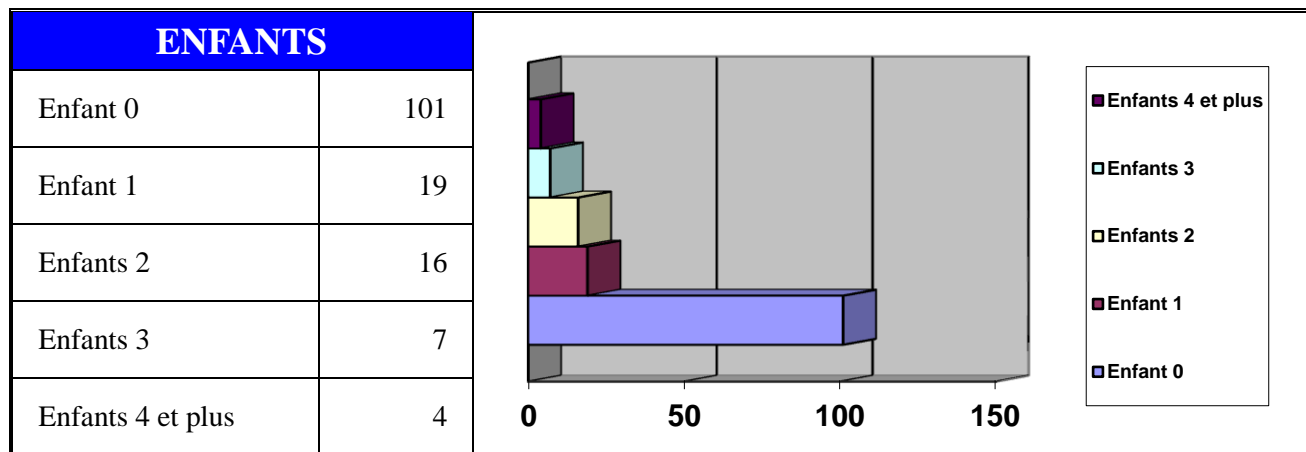
Selon notre tableau ci-dessus, vous pouvez constater que nous avons 147 participants. Parmi eux, 75 ont pris leur carte de membres pour l'année 2018-2019. Nous avons un peu plus d'hommes que de femmes qui fréquentent notre ressource.

Répartition âge

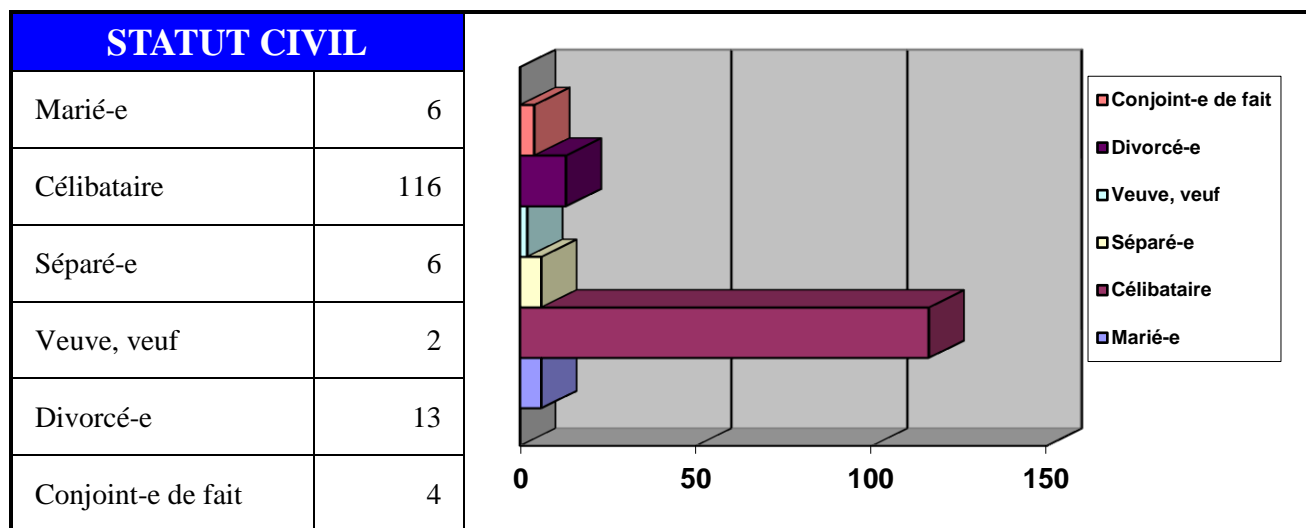


L'an dernier, 22 % seulement de notre clientèle avait moins de 40 ans. Cette année, près de 24% de notre clientèle fait partie de ce groupe d'âge, ce qui signifie que nous sommes parvenus à garder un peu plus les jeunes chez nous. De plus, par le biais de notre atelier Premiers PAS, nous rejoignons un grand nombre de jeunes entre 16 et 30 ans (Carrefour Jeunesse Emploi, Écoles aux adultes, étudiants à l'AEC, etc).

Répartition enfants

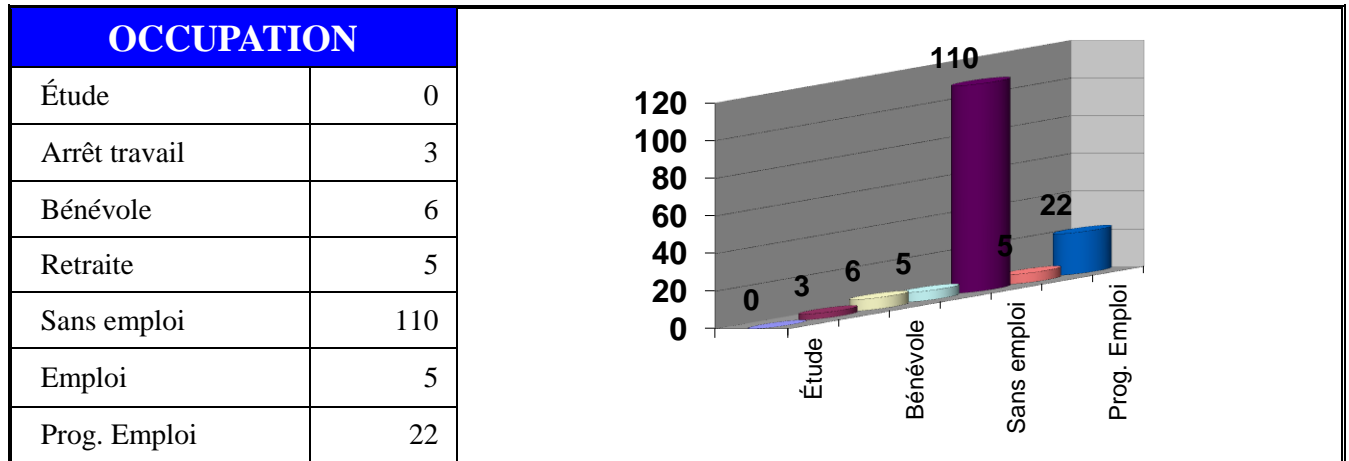


Répartition statut civil



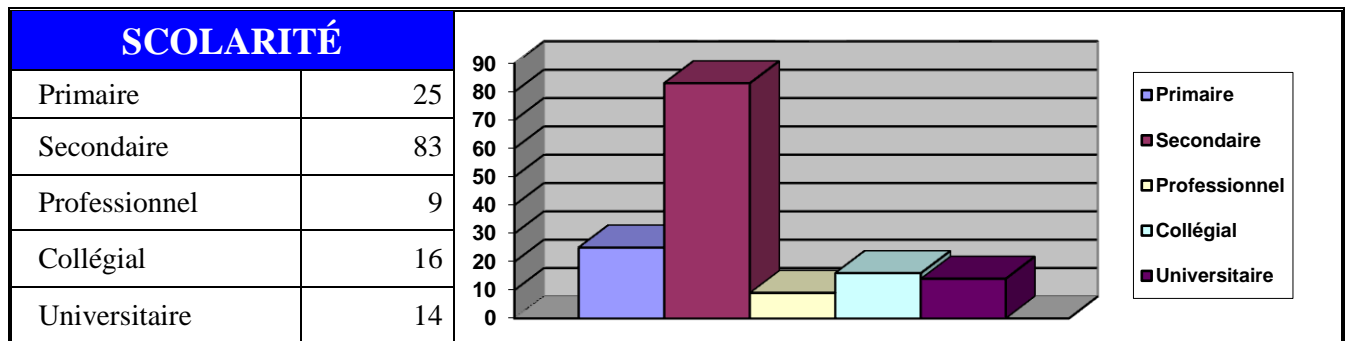
Ces tableaux représentent bien la situation vécue par la majorité de nos participants. Ceux-ci sont, pour la plupart, célibataires (79%) et sans enfant (69%), ce qui peut démontrer une grande solitude chez notre clientèle.

Répartition occupation

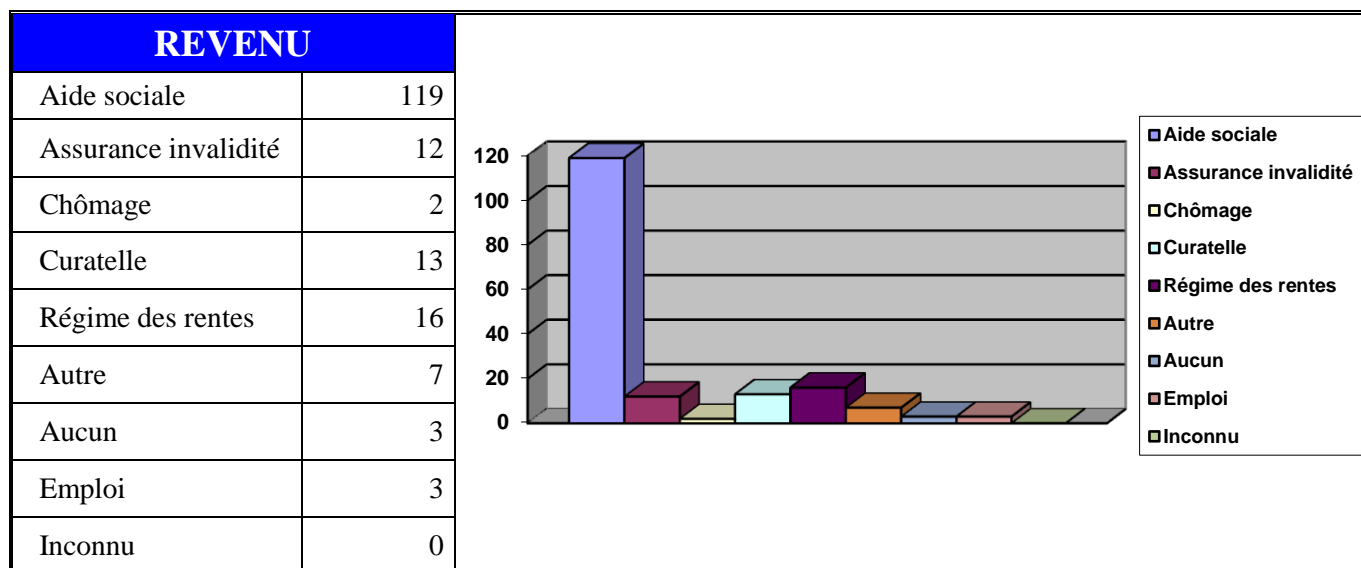


Malgré que la majorité de nos participants n'ont pas d'emploi, vous pouvez constater que près de 15% participent à un programme d'employabilité, ce qui est remarquable et leur apporte une belle fierté.

Répartition scolarité

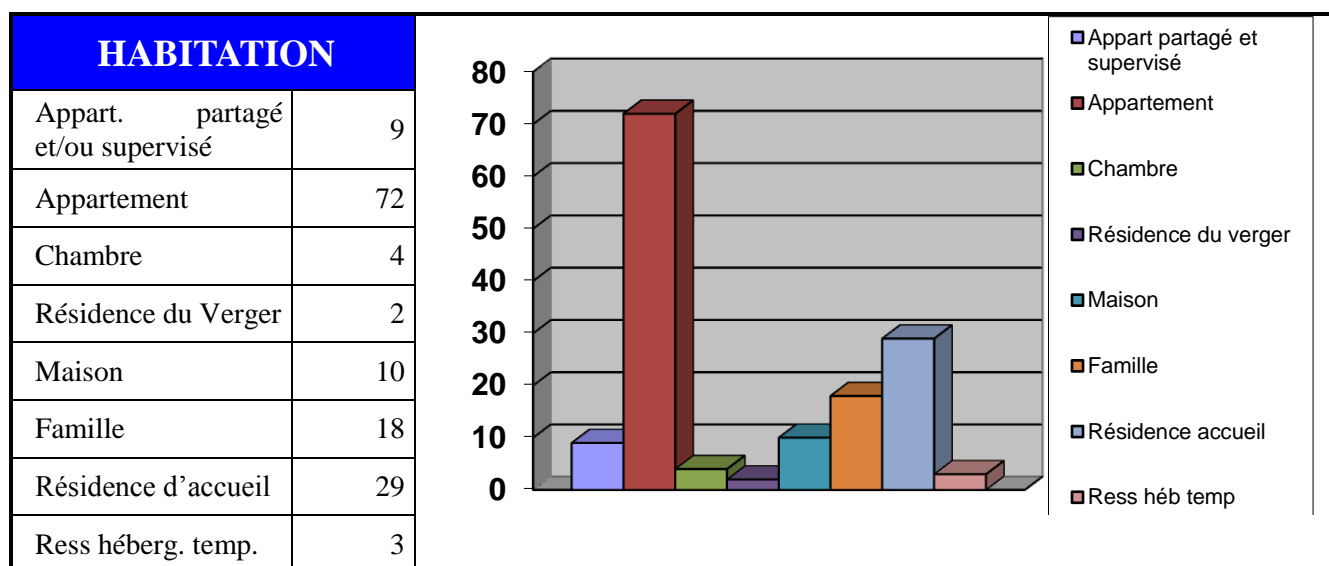


Répartition revenu

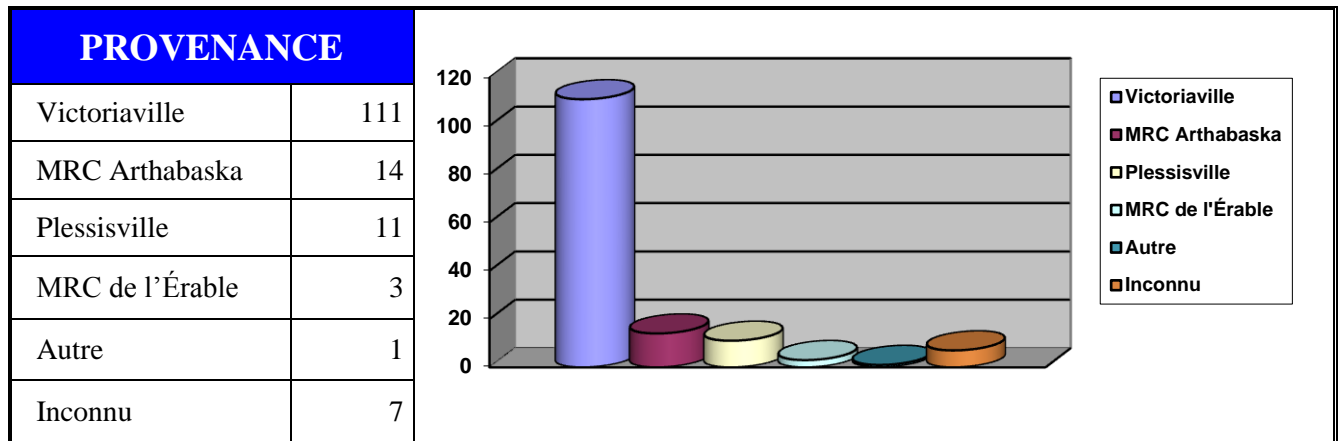


Si vous faites le total de cette catégorie, vous pourrez constater que le nombre n'équivaut pas à notre total de participants. La raison principale est que certains de nos participants ont plus d'un revenu (ex : aide sociale et rentes d'invalidité).

Répartition habitation

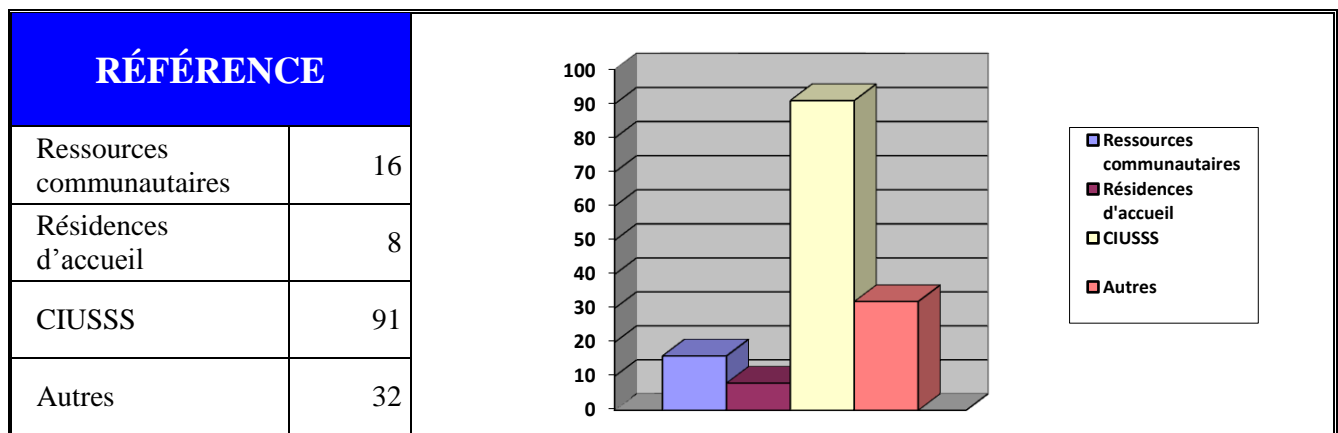


Répartition provenance



Les lieux de provenance inconnus s'expliquent par des déménagements dont les participants ne nous ont pas informés.

Répartition référence



Explications de la légende :

- **Ressources communautaires** : Entrain, Le PAS, Répit Jeunesse, Réverbère, Tremplin, autres organismes communautaires.
- **CIUSSS** : CSSS Érable, CSSS Suzor-Côté, HDA, SIM, RNI, CRDITED, Résidence du Verger, Info-santé et Info-social).
- **Autres** : Autonome, dépliant, famille, inconnu, internet, journal, participant.

Comme vous pouvez le voir, nous avons plusieurs lieux qui nous font des références mais la majorité provient du réseau de la santé et des services sociaux.

Chapitre 2

Rapport d'activités

Activités

Entraide

Dans ces catégories d'activités, nous retrouvons toutes celles où se réunissent des pairs afin de susciter la mise en commun, l'échange, le partage des expériences, des connaissances, etc. Voici donc un portrait des activités que nous avons classées dans l'entraide.

Entraide : objectif #1	
Description générale	Permet de briser l'isolement.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Inciter les participants à faire des activités entre eux lors des vacances et des fins de semaine. - Créer des activités que les participants peuvent reproduire chez eux, seul ou en groupe.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ateliers culinaires (muffins, master chef, collation santé, citrouille et biscuits de Noël) ▪ Jeux cartes / société ▪ Jeux de société animé par une personne ressource extérieure
Nombre d'activités différentes	3 activités différentes
Nombre d'activités total	13 activités au total
Nombre de présences	117 présences
Nombre de personnes différentes	35 personnes

Entraide : objectif #2	
Description générale	Pour ce type d'activités, le processus d'entraide est plus important que le contenu des activités.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Favoriser l'autonomie du groupe. - Favoriser l'esprit d'équipe. - Favoriser l'entraide entre les participants.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activités libres (une fois par semaine, les participants ont le choix de l'activité non structurée selon leur goût, ex : ping pong, wii, jeux de cartes, jeux de dés, jasette, etc). ▪ Atelier improvisation ou atelier musical ▪ Billard ▪ Créativité d'équipe (les participants doivent réaliser une créativité en équipe donc apprendre à communiquer et arriver à un consensus). ▪ Jeux divers / extérieurs (ex : rallye) ▪ Phare (accès à des ordinateurs) ▪ Tournoi (ex : ping pong, wii, quilles)
Nombre d'activités différentes	7 activités différentes
Nombre d'activités total	114 activités au total
Nombre de présences	1149 présences
Nombre de personnes différentes	72 personnes

Entraide : objectif #3

Description générale	Arriver à un but commun défini par les participants.
Objectif	- Arriver à un consensus de groupe.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Atelier de sensibilisation (ex : le groupe réalise des publicités sur un sujet x) ▪ Groupe fermé « mon livres de recettes » (le groupe a créé une livre de recettes personnalisé) ▪ Grand ménage
Nombre d'activités différentes	3 activités différentes
Nombre d'activités total	5 activités au total
Nombre de présences	31 présences
Nombre de personnes différentes	16 personnes

Entraide : objectif #4

Description générale	Axé sur le volontariat des participants.
Objectifs	- Participer activement aux activités et aux comités de l'Entrain.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Assemblée générale annuelle ▪ Ballon-quilles ▪ Comité journal (réunion des participants impliqués dans la réalisation de notre Journal L'Entraîneur)
Nombre d'activités différentes	3 activités différentes
Nombre d'activités total	8 activités au total
Nombre de présences	63 présences
Nombre de personnes différentes	28 personnes

Entraide : objectif #5

Description générale	Axé sur l'appropriation du pouvoir.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Choisir entre plusieurs options d'activités. - Utiliser les infrastructures municipales pour accéder à l'activité inscrite au calendrier. - Partager notre opinion face aux activités réalisées à l'Entrain.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activité bilan (permet de faire un bilan des activités de l'année avec les participants, de les informer des changements qui s'en viennent dans notre organisme et recueillir leurs idées pour des activités futures) ▪ Activité d'envergure (nous sommes allés dormir à l'Auberge Duchesnay) ▪ Conseil d'administration ▪ Fromagerie ▪ Projet collectif (réalisation de projets de création qui serviront à faire une œuvre collective exposée dans notre corridor) ▪ Réservoir Beudet (ex : jeux, marche)
Nombre d'activités différentes	6 activités différentes
Nombre d'activités total	20 activités au total
Nombre de présences	195 présences
Nombre de personnes différentes	48 personnes

Activités

Centre de Jour

Activités thérapeutiques...

Ateliers de réflexion	
Description générale	Ces ateliers permettent de traiter un thème en profondeur (ex : pauvreté, AVQ, AVD) en ayant une suite entre chacune des rencontres.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Permettre aux participants de faire des prises de conscience sur la pauvreté. - Permettre aux participants de faire des prises de conscience sur différentes facettes touchant les relations humaines. - Favoriser l'introspection et le jugement critique.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ateliers d'introspection (moments marquants de notre vie, la liberté, les couleurs, je me sens... et l'importance de penser à soi) ▪ Cré-Action (groupe fermé permettant de faire de l'introspection personnelle en utilisant différents médiums de créativité) ▪ Repas communautaire
Nombre d'activités différentes	3 activités différentes
Nombre d'activités total	18 activités au total
Nombre de présences	134 présences
Nombre de personnes différentes	35 personnes

Ateliers d'art et de créativité	
Description	Ces ateliers sont offerts aux participants sous différentes formes, dans le but de leur permettre de développer leur créativité avec différents médiums et favoriser l'expression de soi.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Favoriser la prise en charge de l'individu par lui-même. - Favoriser l'augmentation de la confiance en soi en soulignant les efforts et les réussites. - Favoriser l'introspection et l'expression de soi. - Développer sa créativité.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Créativité avec une personne ressource ▪ Créativité dirigée (on fait de la créativité avec notre groupe en expliquant les étapes, une à la fois) ▪ Groupe fermé de créativité avec une personne ressource (voir détail dans la section « activités spéciales », page 25) ▪ Groupe fermé « pièce de théâtre » (voir détail dans la section « activités spéciales », page 25) ▪ Mandala
Nombre d'activités différentes	5 activités différentes
Nombre d'activités total	48 activités au total
Nombre de présences	424 présences
Nombre de personnes différentes	35 personnes

Conférences	
Description	Régulièrement, nous invitons une personne ressource à venir partager son expertise sur un sujet donné afin de permettre à notre clientèle d'approfondir leur connaissance.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Favoriser l'introspection et la connaissance de soi. - Informer les participants sur différents sujets.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Café-rencontre (voir le détail, page 26) ▪ Conférences (le clown en soi, l'histoire de la manufacture, parcours d'un paracycliste et la cohérence cardiaque)
Nombre d'activités différentes	2 activités différentes
Nombre d'activités total	10 activités au total
Nombre de présences	106 présences
Nombre de personnes différentes	38 personnes

Formations	
Description	Certaines activités permettent aux participants d'acquérir de nouvelles notions pouvant leur servir dans leur vie quotidienne.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Informer les participants sur différents sujets. - Approfondir les connaissances des participants. - Favoriser l'autonomie des participants. - Éduquer les participants sur différentes sphères de leur vie courante. - Faire des activités pour stimuler la mémoire des participants.
Activité réalisée	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ateliers formatifs (atelier de cirque de Répit Jeunesse, les troubles anxieux, les troubles alimentaires, vos habitudes alimentaires et votre façon de magasiner) ▪ Atelier surprise (les participants apprennent l'activité sur place) ▪ Connaissez-vous votre animal ? ▪ Découvre un métier ▪ Groupe-échange (les arts, les rêves, mes objectifs, l'ancien temps et ses inventions, le bien-être physique, dans mes rêves les plus fous... qu'est-ce que j'aimerais visiter et pourquoi (dans le cadre de la journée mondiale du tourisme), la musique à différentes époques, les conflits et l'alimentation d'hier à aujourd'hui et les aliments transformés) ▪ Ouverture sur le monde (on apprend à connaître d'autres pays) ▪ Quiz ▪ Visites musées (Atoll « Les paysages volcaniques », Musée des Beaux-Arts, Atoll « Terre 2050 », Musée de la Civilisation, Hôtel des Postes « Raconter l'humain ») ▪ Zoothérapie avec une personne ressource
Nombre d'activités différentes	8 activités différentes
Nombre d'activités total	28 activités au total
Nombre de présences	316 présences
Nombre de personnes différentes	67 personnes

Activités de réadaptation

Activités AVQ - AVD	
Description	Puisque la majorité de notre clientèle reçoit de l'aide sociale comme principale source de revenu et demeure en logement, nous planifions des activités dans notre calendrier traitant de différents sujets pouvant être utiles dans la vie quotidienne.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Acquérir et maintenir de bonnes habitudes de vie et des habiletés sociales. - Éduquer les participants sur différentes sphères de la vie courante. - Favoriser l'autonomie des participants. - Informer les participants sur différents sujets.
Activité réalisée	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Atelier sur l'environnement ▪ Mise en forme
Nombre d'activités différentes	2 activités différentes
Nombre d'activités total	2 activités au total
Nombre de présences	26 présences
Nombre de personnes différentes	21 personnes

Activités de maintien des acquis

Ateliers de croissance personnelle et de discussion	
Description	Dans cette catégorie, nous retrouvons des ateliers permettant des discussions sur différents sujets. Ces activités sont parfois accompagnées de visionnement permettant d'approfondir le sujet traité.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Favoriser l'introspection et la connaissance de soi. - Sensibiliser les participants à prendre soin de leur santé mentale et physique. - Informer les participants sur différents sujets. - Développer l'estime de soi des participants. - Permettre aux participants de partager leur passion.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Atelier de soins ▪ Entraînement physique avec une personne ressource (voir détail dans la section « activités spéciales », page 25) ▪ Yoga ▪ Yoga avec une personne ressource
Nombre d'activités différentes	4 activités différentes
Nombre d'activités total	20 activités au total
Nombre de présences	127 présences
Nombre de personnes différentes	37 personnes

Animateur d'un jour	
Description	Ces ateliers permettent à nos participants d'animer une activité selon leur goût, leur capacité, leur compétence.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Valoriser les compétences de la personne en soulignant ses efforts et ses réussites. - Augmenter l'estime de soi des participants.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activités animées par un participant (jeux de mots, repas Méli-Mélo, pot de pensées positives, relaxation) ▪ Atelier de détente ▪ Atelier sur les émotions
Nombre d'activités différentes	3 activités différentes
Nombre d'activités total	6 activités au total
Nombre de présences	59 présences
Nombre de personnes différentes	29 personnes

Programme d'employabilité	
Description	Par le biais de programme d'employabilité, nous permettons à des participants de s'impliquer à la réalisation des tâches de la vie quotidienne de l'Entrain.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Développer des habiletés liées au travail. - Acquérir et maintenir des habitudes de travail. - Favoriser l'autonomie personnelle. - Favoriser l'intégration sociale.
Activité réalisée	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Programme d'employabilité PAAS
Nombre d'activités différentes	1 activité
Nombre d'activités total	14 activités au total
Nombre de présences	28 présences
Nombre de personnes différents	3 personnes

Activités d'intégration sociale

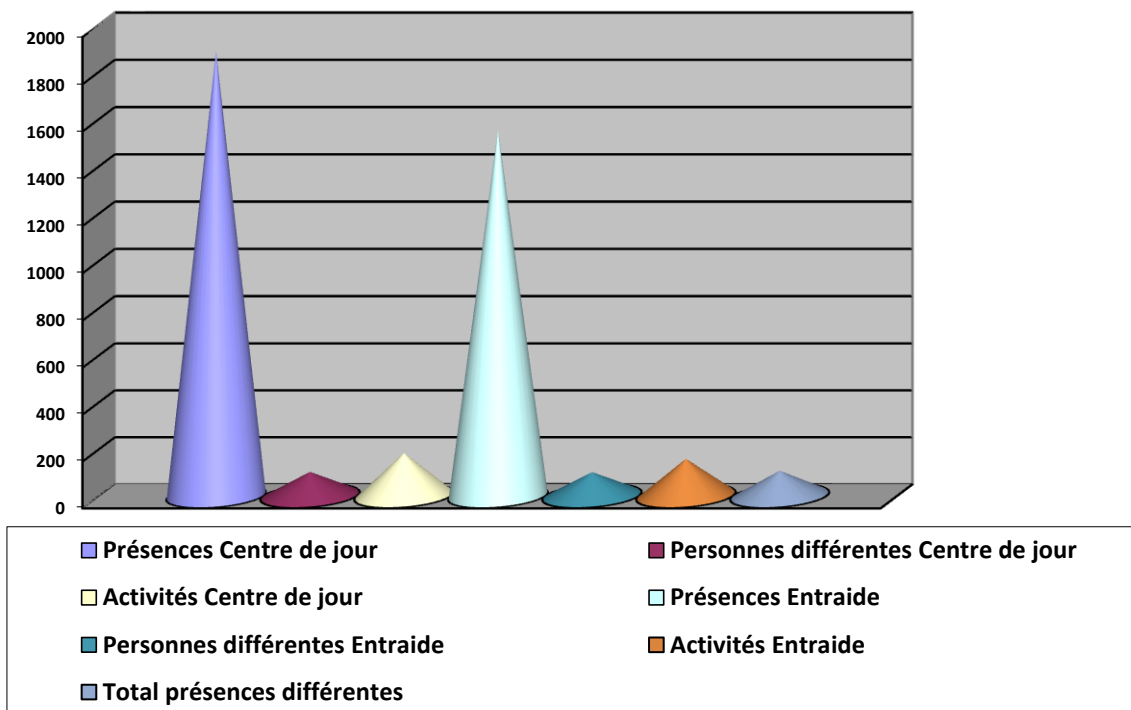
Activités sportives	
Description	Par le biais d'activités sportives, nous souhaitons démontrer aux participants l'importance de prendre soins de soi.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibiliser les participants à prendre soins de leur santé. - Assurer le bien-être et le développement optimal de la personne en développant sa créativité. - Favoriser l'augmentation de la confiance en soi. - Favoriser l'intégration des participants dans la communauté.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Badminton ▪ Marche ▪ Marche avec des animaux de la SPAA ▪ Mini-putt ▪ Pétanques ▪ Quilles
Nombre d'activités différentes	6 activités différentes
Nombre d'activités total	11 activités au total
Nombre de présences	95 présences
Nombre de personnes différentes	27 personnes

Activités d'insertion sociale	
Description	Afin de permettre aux participants de se réintégrer dans la société, nous faisons des activités où ils sont en contacts avec des gens extérieurs à notre ressource.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Briser l'isolement. - Développer un sentiment d'appartenance. - Permettre aux participants de réaliser que d'autres personnes vivent la même chose qu'eux. - Faire preuve de civisme lors de nos activités extérieures. - Favoriser l'intégration sociale des participants. - Encourager les participants à utiliser les infrastructures municipales (ex : transport en commun). - Acquérir et maintenir des habitudes de vie et des habiletés sociales en respectant les règles et règlements.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activité au Cégep (des étudiants d'éducation spécialisée nous avait organisé des ateliers divers) ▪ Cabane à sucre ▪ Centre d'achats ▪ Cinéma ▪ Tigres de Victoriaville ▪ Voyages
Nombre d'activités différentes	7 activités différentes
Nombre d'activités total	16 activités au total
Nombre de présences	317 présences
Nombre de personnes différentes	64 personnes

Activités thématiques	
Description	Au cours d'une année, plusieurs activités ayant des thématiques précises sont réalisées à l'Entrain.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> - Créer des liens d'appartenance. - Que les participants passent du temps ensemble sans devoir s'impliquer personnellement. - Impliquer les participants dans l'organisation et le déroulement des activités. - Permettre aux participants de donner leur opinion concernant nos activités. - Permettre aux participants de prendre part aux décisions concernant l'Entrain.
Activités réalisées	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fête du jumelage ▪ Fêtes saisonnières (on souligne les anniversaires des participants) ▪ Party thématique (Halloween, Noël) ▪ Visionnement
Nombre d'activités différentes	4 activités différentes
Nombre d'activités total	12 activités au total
Nombre de présences	259 présences
Nombre de personnes différentes	65 personnes

Compilation

Présences Centre de jour	1891
Nombre de personnes différentes Centre de jour	104
Activités Centre de jour	185
Présences Entraide	1555
Nombre de personnes différentes Entraide	103
Activités Entraide	160
Total de présences différentes (Entraide et Centre de Jour confondu)	109



Selon le tableau ci-dessus, l'Entrain peut se prévaloir d'avoir réalisé un total de **345 activités** au cours de l'année 2018-2019 (soit 18 de plus que l'an dernier) avec un nombre total de **3447 présences**. Ces chiffres vous démontrent que l'Entrain réalise de nombreuses activités répondant aux besoins grandissant de sa clientèle puisque nous comptabilisons 128 présences de plus que l'an dernier. De plus, nos statistiques sont comptabilisées en fonction des personnes ayant signées leur présence. Toutefois, il y a des participants qui oublient parfois de signer, ce qui nous fait dire que nous avons rejoint encore davantage de personnes au cours de l'année. L'Entrain a rejoint **109 personnes différentes**, ce qui démontre que la variété des activités proposées (67 activités différentes) par l'équipe plait à plusieurs personnes ayant des goûts différents. Félicitations à toute l'équipe pour votre belle créativité.

Activités « Grand public »

Atelier : Premiers Pas

- 1^{er} novembre 2018 (Pavillon André-Morissette) 6 personnes
- 7 novembre 2018 (École Monseigneur Côté) 15 personnes

Rencontre et témoignage en milieu scolaire

- 15 août 2018 (rencontre étudiants AEC) 11 personnes

Activité Portes ouvertes du communautaire pour les gens de la MRC

- 11 mai 2018 25 personnes

Formation (Santé mentale) donnée aux employés de la Ville de Victoriaville

- 17 et 19 septembre 2018 72 personnes
- 18 mars 2019 36 personnes

Comité stratégique (trouble de comportement) issue de la Ville de Victo

Définition : Ce comité issu de la Ville de Victoriaville est formé de plusieurs partenaires du milieu (ambulanciers, policiers, CIUSSS, Ville de Victo et plusieurs organismes communautaires). Le mandat du comité est de développer un plan d'action pour les personnes qui se présentent dans les infrastructures de la ville ou dans ses différents commerces avec des comportements problématiques pour répondre adéquatement à leurs besoins (ex : agressivité, incohérence, etc.)

- 6 février 2019
 - 12 mars 2019
- 16 personnes différentes pour les deux rencontres

Total des personnes rejointes

- 181 personnes

Activités spéciales

Au cours de l'année 2018-2019, l'équipe de l'Entrain a mis sur pied quelques activités spéciales à son calendrier. Voici donc un résumé de ce qui a été effectué au niveau de ces activités.

Entraînement physique :

Cette année, des séances d'entraînement physique ont été données par Madame Annie Lafleur, entraîneuse privée les mardis matins à l'Entrain, de 10h00 à 11h00. Le but de ces séances étaient de permettre aux participants de reprendre du pouvoir sur leur vie en prenant soin de leur santé physique (et mentale par le fait même) en faisant des étirements, des activités de cardio ainsi que de musculation et ce, sur une musique entraînante. Ces entraînements étaient adaptés à chaque personne, selon leur capacité. Par exemple, des exercices qui se font habituellement au sol pouvaient être adaptés sur une chaise afin que tout le monde soit en mesure de les faire. Madame Lafleur a une expertise avec la clientèle 50 ans et plus alors elle connaît bien la réalité de personnes en perte d'autonomie physique (ex : perte d'équilibre, arthrose, arthrite, etc). Au cours de l'année, nous avons donc reçu Madame Lafleur à 14 reprises pour un total de 64 présences. Treize personnes différentes ont participé à ces séances d'entraînement. Un DVD des différents mouvements sera aussi créé par l'équipe de l'Entrain et remis à chacun des participants afin que ceux-ci puissent répéter ces mouvements à la maison.

Créativité :

Un groupe fermé a été mis sur pied les lundis soirs, de 18h30 à 20h00 et ce, à 14 reprises pour un total de 114 présences et 10 personnes différentes. Ce groupe était animé par Madame Pascale Savard, artiste peintre de la région. Trois projets ont été réalisés par les participants, soit de la peinture sur une plaque murale, de la peinture sur bois ainsi qu'un dessin au pastel sec. Une exposition de ces œuvres aura lieu le 5 mai 2019 à la bibliothèque Charles-Édouard-Mailhot afin de présenter le résultat de ce beau travail au public.

Projet théâtre :

Un autre groupe fermé s'est déroulé à l'Entrain les mardis après-midi à 17 reprises, avec un taux de participation de 157 présences. Dix participants de l'Entrain ont eu la chance de préparer une prestation théâtrale avec l'aide de Monsieur Pierre Luc Houde, metteur en scène professionnel. Monsieur Houde a accompagné les participants dans leurs répétitions. Le résultat de ces répétitions sera présenté au grand public le 8 mai 2019 sur la scène du Cabaret Guy-Aubert au Carré 150. Le public aura la chance d'entendre des récitations de poésie, un SLAM, une partie de la pièce de théâtre « Les Belles-Sœurs » de Michel Tremblay ainsi que la pièce « Roméette et Julio », parodie de la pièce de Shakespeare. Ces 10 participants ont donc travaillé très fort afin d'apprendre leur texte et surtout, d'apprendre à l'interpréter.

L'équipe de l'Entrain tient donc à féliciter l'ensemble des participants qui se sont investis dans ces activités spéciales. Votre persévérance démontre que, lorsque l'on croit en soi, on peut réaliser de grandes choses et en être fier. Bravo !!!

Implication de la communauté au sein de notre ressource

Service (dons)

- 5000 photocopies gratuites offertes par la Ville de Victoriaville
- 30 billets pour les Tigres de Victoriaville offerts par le Colisée Desjardins
- Prêt gratuit de terrains de badminton offerts par la Ville de Victoriaville
- Réduction de 10% sur le matériel relié aux arts chez Escompte Lecompte

Activités dans le milieu

- Activité gratuite à la bibliothèque municipale

Personnes ressources

Café-rencontre

- | | | |
|-------------------|--------------------------------------------|--------------------------------|
| • 20 avril 2018 : | <u>Mon voyage autour du monde</u> | Invitée : Johannie Duluth |
| • 20 août 2018 : | <u>Mon parcours personnel d'entraîneur</u> | Invitée : Annie Lafrance |
| • 14 sept. 2018 : | <u>Les différences</u> | Invité : un immigrant |
| • 18 sept. 2018 : | <u>Présentation d'un projet théâtre</u> | Invité : Pierre Luc Houde |
| • 30 oct. 2018 : | <u>La légalisation du cannabis</u> | Invitée : Josiane Ratté |
| • 18 mars 2019 : | <u>Nouveau guide alimentaire</u> | Invitée : Angèle Martin-Rivard |

Jeux de société

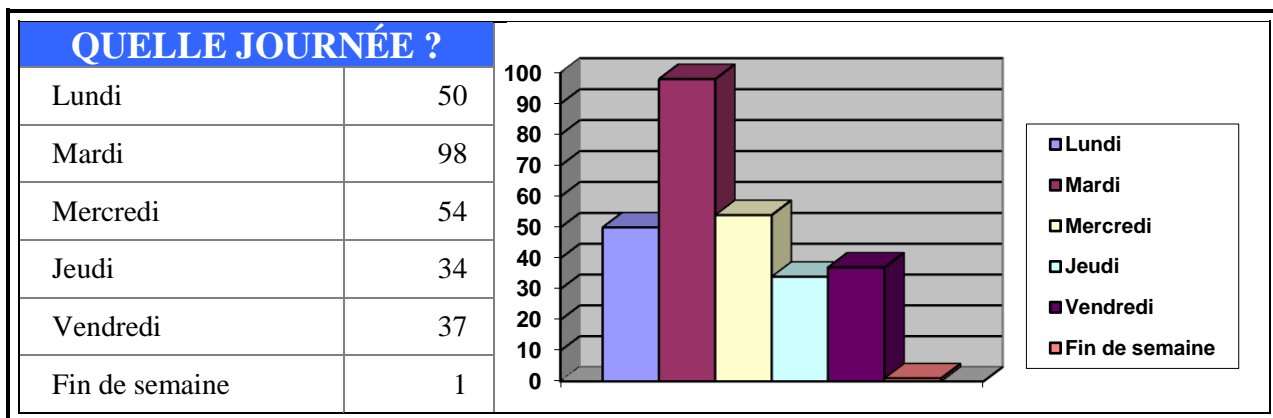
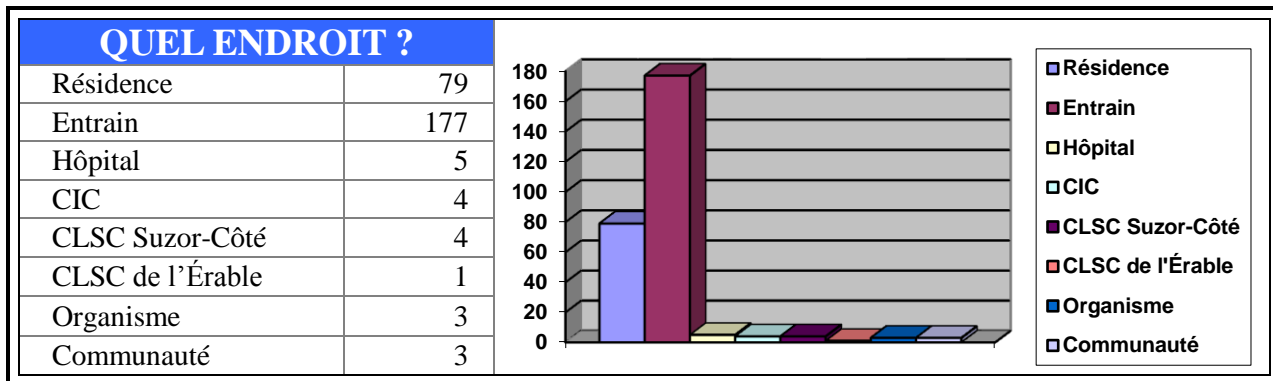
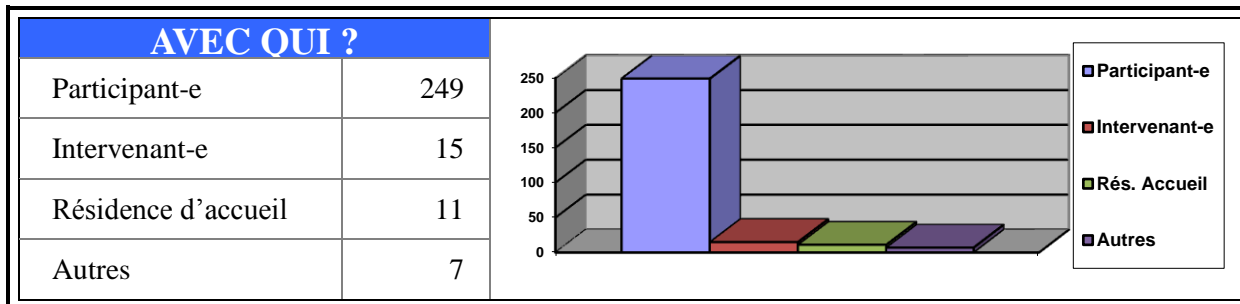
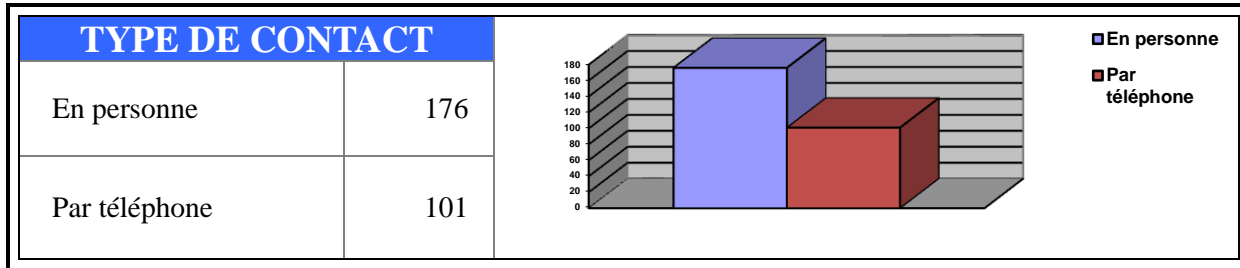
- Animation d'après-midi de jeux Point de Victoire

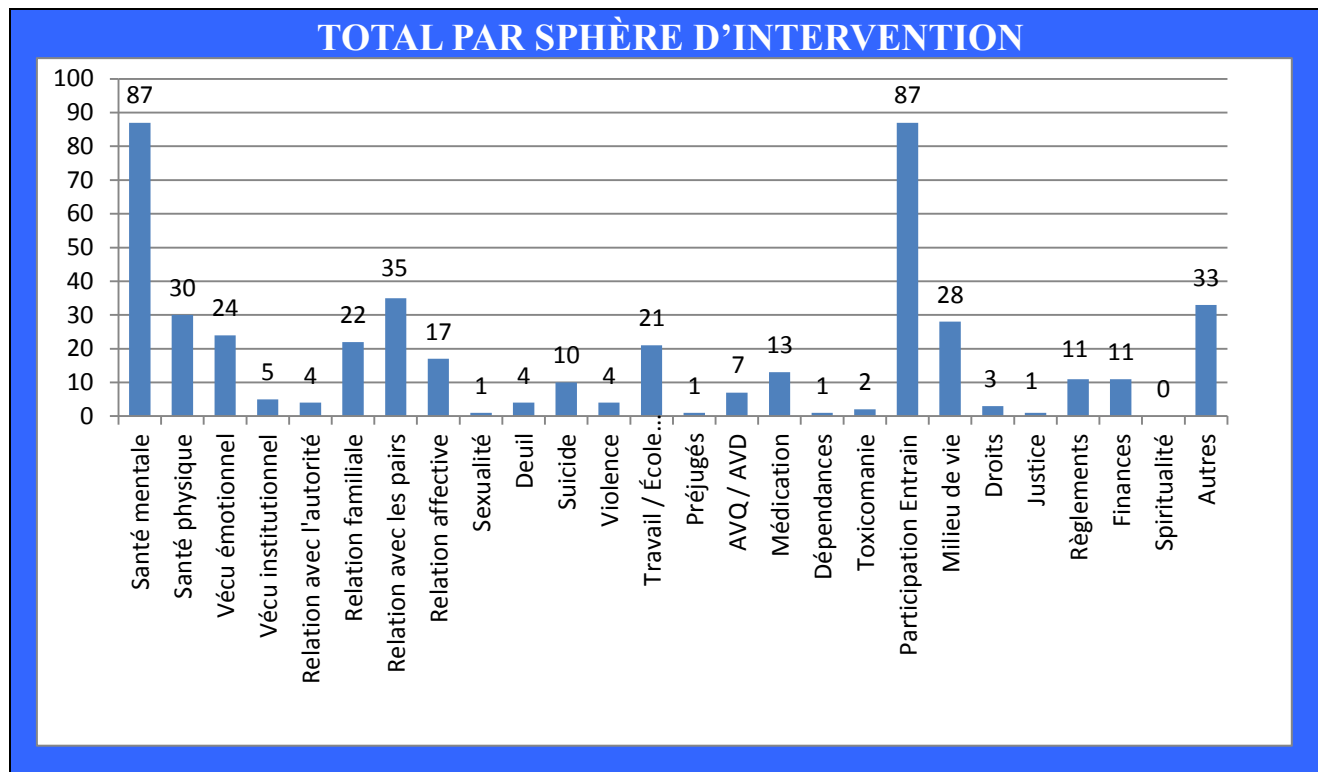
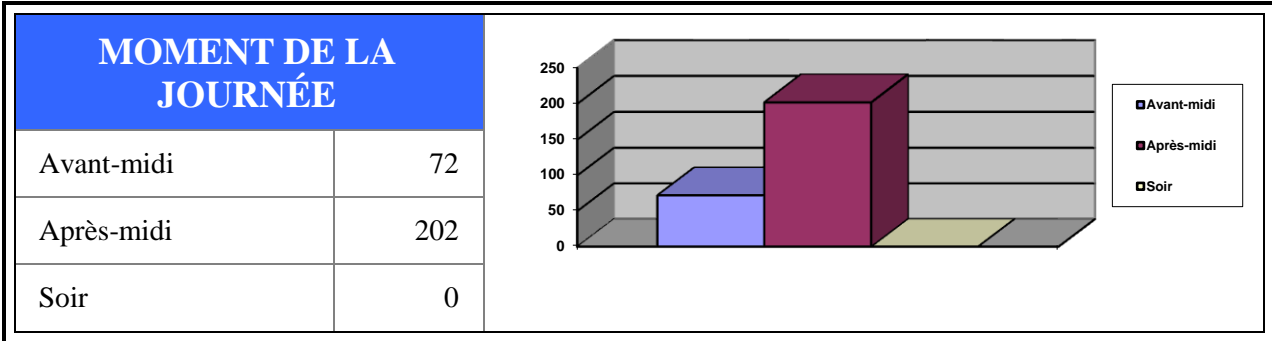
Créativité

- Projet collectif Lina Ross et Diane Lemieux

Interventions

individuelles





Voici visuellement, quels sont les sujets traités au cours des interventions individuelles. Nous avons donc comptabilisé **274 interventions individuelles** au cours de l'année 2018-2019 (du 1^{er} avril au 31 mars). Toutefois, plus d'un sujet peut avoir lieu au cours d'une même intervention, ce qui explique les 462 sujets traités au cours des interventions.

Chapitre 3

Rapport du plan d'action 2018-2019

Objectif 1

Bonifier notre formulaire de consentement

Considérant notre obligation et notre souci de préserver la confidentialité des informations reçues des participants de l'Entrain, notre ressource demande à sa clientèle la permission de divulguer certaines informations qui les concernent dans un but d'améliorer ses services.

Il y a plusieurs années, l'Entrain a conçu un formulaire d'autorisation pour s'assurer que le participant est en accord avec l'échange d'informations et qu'il fait partie prenante de sa démarche en acceptant de la signer.

Considérant que la majorité des formulaires sont signés avec des partenaires du CIUSSS, l'Entrain a pris la décision de s'inspirer du modèle conçu par les groupes de parents et proches et le CIUSSS pour bonifier notre formulaire déjà existant. Le conseil d'administration a proposé, appuyé et adopté à l'unanimité ce nouveau formulaire lors de sa réunion du conseil d'administration du 25 février 2019.

Le fait de bonifier le formulaire a aussi demandé un grand travail pour l'équipe de l'Entrain qui se devait de refaire signer ce nouveau formulaire à l'ensemble de ses participants, soit 147 personnes. L'équipe a donc rencontré plusieurs participants, un par un, afin de le remplir avec eux et d'obtenir leur signature. Au cours de la prochaine année, les intervenantes feront en sorte de rejoindre l'ensemble des participants.

Voici le nouveau formulaire de consentement :



 Nom du participant

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

Raisons pour lesquelles les intervenants désirent transmettre ou recevoir de l'information :

- Valider si le participant cadre avec les critères d'inclusion de la ressource et que l'ensemble des services offerts par celle-ci répondent à son besoin.
- Favoriser le rétablissement.
- Soutenir le participant suicidaire.
- Favoriser la sécurité physique et émotionnelle du participant.
- Favoriser une meilleure connaissance du participant et de sa situation de vie.

Intervenants concernés par le formulaire de consentement :

Nom de l'intervenant	Lien / Lieu de travail	Numéro de téléphone	Date du retrait du consentement	Initiales du participant

Autorisation de communication :

J'accepte que les intervenants nommés ci-dessus, que j'ai moi-même désignés, puissent recevoir ou transmettre de l'information à l'équipe de l'Entrain. Ce consentement est valide pour la durée de mon suivi avec cet intervenant et tant qu'il n'y aura pas de modification de ma part au présent formulaire. J'ai été informé que je peux retirer en tout temps mon consentement si je le désire et que les intervenants sont tenus au secret professionnel.

Signature du participant

Signature de la personne ayant
recueilli le consentement

(AAAA / MM / JJ)

En cas de refus :

L'intervenant doit informer le participant qu'il est tenu au secret professionnel, sauf en cas de danger imminent pour le participant ou une autre personne.

Signature du professionnel

(AAAA / MM / JJ)

Objectif 2

Évaluer la composition du membership du conseil d'administration

Durant l'année 2017-2018, le conseil d'administration de l'Entrain s'est questionné sur son membership. Il y avait plus de 5 ans à ce moment qu'un siège (membres affiliés) était vacant.

Plusieurs sollicitations avaient été faites pendant ces années pour combler celui-ci. Toutefois, depuis que le CIUSSS a pris comme position de retirer la délégation de ses travailleurs sur les conseils d'administration des organismes communautaires, il devient de plus en plus difficile de recruter des membres affiliés sur notre conseil d'administration.

Selon nos règlements généraux, la composition de notre conseil d'administration doit être de 4 membres usagés et 3 membres affiliés. Considérant notre composition actuelle, il nous a semblé judicieux de revoir celle-ci pour s'assurer qu'elle réponde toujours aux besoins de notre ressource.

Lors de notre dernière assemblée générale annuelle, le siège vacant a été comblé par une partenaire du milieu communautaire.

Lors de la réunion du conseil d'administration du 28 novembre 2018, celui-ci a pris la décision suivante : il a été proposé, appuyé et adopté à l'unanimité de reporter cette priorité lors d'une année ultérieure si le besoin se fait sentir à nouveau. Considérant que le siège vacant a été comblé lors de notre dernière assemblée générale annuelle, l'Entrain n'a donc pas fait de changement au niveau de son membership cette année.

Objectif 3

Revoir l'intégration des nouveaux participants

Au cours des dernières années, l'équipe de L'Entrain a accueilli de nombreux nouveaux participants. Toutefois, un bon nombre d'entre eux ne reviennent pas aux activités ou reviennent seulement 1 ou 2 fois. L'équipe s'est donc questionné à savoir ce qui pourrait être mis en place afin d'aider l'intégration de ces nouvelles personnes. Depuis plusieurs années, un service de jumelage est offert à tous les nouveaux lors de leur rencontre d'accueil.

Voici quelques statistiques pour illustrer notre questionnement. En 2016-2017, l'équipe a accueilli 26 nouvelles personnes. Sur ce nombre, 15 sont venus une fois ou moins. Deux ans plus tard, l'équipe a accueilli plus d'une trentaine de participants dont plus de 20 ne sont jamais revenus, soit plus du 2/3 des inscriptions. Un questionnement a lieu d'être fait par l'équipe.

Nous avons donc fait le choix de réaliser une analyse plus approfondie des nouvelles demandes au cours de la prochaine année. L'équipe de l'Entrain va prendre du temps pour vérifier qui fait des références à l'Entrain et quelle est leur connaissance de notre ressource, afin de s'assurer que les références effectuées prennent en considération les besoins de la clientèle et les services que l'on peut leur offrir. De plus, nous prendrons le temps de nous questionner sur le suivi à faire (auprès de qui et comment le faire). Devrait-on questionner davantage les personnes lorsqu'elles prennent rendez-vous avec nous en lien avec leur besoin ainsi que sur leur désir réel de participer à nos activités (vérifier le côté volontaire de leur inscription) ? Devrait-il y avoir des rencontres de faites avec les différents milieux nous faisant des références pour leur expliquer la situation et revoir le mode de référence ? De plus, suite à un accueil, l'équipe se questionnera sur les premières impressions (par exemple, je pense que cette personne ne reviendra pas et pourquoi)...

Suite à cette analyse approfondie de nos accueils, l'équipe pourra établir quelles seront les actions à mettre en place afin de faciliter l'intégration de nos nouvelles demandes.

Objectif 4

Consolider les forces de l'équipe

Nous avons par l'entremise de la recherche, la planification, l'organisation et la participation de formations au sein de l'équipe de travail, nous avons consolider les forces de l'équipe. Voici les actions qui ont été posées :

Formation : Sexes, genres et orientations sexuelles

Cette formation avait pour but de comprendre la diversité et d'adapter nos interventions aux réalités des personnes de la diversité sexuelle, leur couple et leur famille.

La formation a été suivie le 8 et le 15 novembre 2018 à Trois-Rivières. Celle-ci nous permet de mieux adapter nos interventions aux réalités des personnes de la diversité sexuelle. Depuis l'automne dernier, l'Entrain a accueilli des participants vivants cette réalité. Nous avons donc jugé important d'aller chercher les outils nécessaires afin de mieux comprendre la diversité sexuelle et ainsi, mieux orienter nos interventions.

Pour ce faire nous avons dû poser quelques actions pour avoir accès à cette formation ;

- En octobre 2018, nous sommes entrés en communication avec la Maison de Femmes des Bois-Francs pour échanger avec eux sur notre nouvelle réalité;
- Nous avons reçu la publicité concernant la formation prochaine sur la diversité sexuelle offerte par l'INSPQ.
- Inscription à la formation (2 intervenantes et 1 stagiaire)

Formation : Le trouble du stress post-traumatique

Des actions ont aussi été faites pour organiser une formation sur le stress post-traumatique avec Madame Évelyne Donnini. Le but de cette formation est de reconnaître, comprendre et intervenir avec ces personnes qui doivent vivre avec un choc post-traumatique.

La formation aura lieu les 23 et 24 mai 2019 et en plus de recevoir l'équipe de l'Entrain, elle sera aussi ouverte aux intervenants de notre région.

Cette formation de 12 heures, abordera les sujets suivants : Comment reconnaître le trouble de stress post-traumatique et aider les victimes, comment élaborer un plan d'intervention selon le type de personne, quels exercices ou techniques proposés à une personne qui présente des réactions dues au choc post-traumatique et comment éviter que l'intervention provoque une « retraumatisation ». Voici les démarches que nous avons faites :

- Août 2018, recherche d'un formateur/formatrice en lien avec le choc post-traumatique;
- Septembre 2018, contacte avec Madame Donnini à plusieurs reprises, afin d'avoir les informations nécessaires à la réalisation de cette formation.
- Rencontre avec Gestion.com pour définir le coût de la formation
- Création d'un syllabus sur la formation offerte
- Location d'une salle
- Promotion de la formation auprès des membres de la Coalition en santé mentale, des membres de la Table Intersolutions et des organismes communautaires en lien avec cette problématique
- Période d'inscription : octobre 2018 à avril 2019

Chapitre 4

Représentations, promotion
et formations

Représentations

Représentations régulières

Rencontres sectorielles 04-17 (Entraide et Centre de Jour)

Définition : Rencontres qui a pour but de partager la réalité des Centres de jour dans la région 04-17, d'harmoniser nos services et d'unir en une seule voix nos positions pour faire avancer les dossiers politiques.

Délégation : **Coordination**
Nombre de rencontres : **6**

Table de concertation en santé mentale adulte Arthabaska-Érable

Définition : Comité qui a pour but de planifier, discuter et évaluer la mise en œuvre des orientations régionales en santé mentale. Sur cette table, on retrouve l'ensemble des coordonnateurs du réseau et des organismes communautaires qui œuvrent en santé mentale.

Délégation : **Coordination**
Nombre de rencontres : **4**

Conseil d'administration de L'Autre Fabrik et comités

Définition : Dégagée par le conseil d'administration de l'Entrain, la coordonnatrice siège sur le conseil d'administration de la ressource «L'Autre Fabrik»

Délégation : **Coordination**
Nombre de rencontres : **12**

Conseil d'administration de l'Entrain

Définition : La personne au siège de la coordination assiste aux réunions du conseil mais n'a pas droit de vote. Elle est là pour alimenter le conseil de diverses informations concernant l'administration, les ressources humaines, les activités, les participants, etc.

Délégation : **Coordination**
Nombre de rencontres : **7**

Comité consultatif pour l'accessibilité universelle (CCPAU)

Définition : Comité issu de la Ville de Victoriaville. Ce comité consultatif a pour but de s'assurer de l'accessibilité des infrastructures de la Ville de Victoriaville pour toutes personnes vivant avec toutes formes d'handicap.

Délégation : **Coordination**
Nombre de rencontres : **2**

Coalition des intervenants en santé mentale

Définition : Regroupement des intervenants ayant une majeure en santé mentale. Ce comité a pour objectif de développer une action concertée afin de sensibiliser la population des Bois-Francs à la maladie mentale et promouvoir la santé mentale.

Délégation : **Intervenant**
Nombre de rencontres : **5**

Table Intersolutions

Définition : Rencontres des intervenants des Groupes d'entraide et Centre de jour de la région 04-17 ayant pour but de partager des informations sur nos activités, nos formations et discuter de cas cliniques.

Délégation : **Intervenant**
Nombre de rencontres : **2**

Promotion de nos services au CIUSSSMCQ (Unité de psychiatrie)

12 fois par année à raison d'une fois par mois

Promotion de nos services aux nouveaux intervenants du CIUSSSMCQ

7 octobre 2018

Formations du ROBSM et des CDC (Bois-Francs et Érable)

8-12-15 novembre 2018	Sexes, genres et orientation sexuelles : comprendre la diversité et adapter nos interventions
20-21 mars 2019	Intervenir auprès des hommes
29 mars 2019	Résilience

Formations d'équipe

19 avril 2018	Consolidation d'équipe
26 octobre 2018	Atelier Premiers Pas
27 février 2019	Lac-à-l'épaule

Chapitre 5

Ressources humaines et comités

Conseil d'administration

Président :	Ghislain Bergeron	(Usagé)
Vice-présidente :	Ginette Desrochers	(Usagée)
Secrétaire-trésorier :	Guy Jr. Roy	(Usagé)
Administrateurs :	Jeannine Boisclair	(Usagée)
	Isabelle Poisson	(Rés. accueil)
	Joanie Charrette	(Org. Com.)
	Laurence Poirier	(Org. Com.)

Le personnel

Coordonnatrice :	Véronique Lenoir
Intervenantes :	Shirley Tardif
	Marie-Claude Riverin
	Bohémie Lehoux Aubert
Stagiaires :	Sabrina Marcoux
	Jessica Houle

Programme PAAS

Myriam Côté, Louis Comtois, Richard Bilodeau

Comité jumelage

Louis Comtois, Johanne Poirier

Comité journal

Jeannine Boisclair, Ghislain Bergeron, Louis Comtois, Johanne Poirier, Paul Fradette, Ginette Desrochers, Diane Bériault, Myriam Fleurent, Pauline Desrochers, Cathy Bergeron

Chapitre 6

Plan d'action 2019-2020

Plan d'action

1. Refaire nos vidéos témoignage

Moyen :

- Identifier les participants qui acceptent de participer à ces vidéos
- Produire les vidéos
- Identifier de quelle façon maximiser la publication de ces vidéos

2. Identifier les champs d'intérêts de la clientèle de l'Entrain et maximiser le développement du sentiment d'appartenance à la ressource

Moyens :

- Mettre sur place des moyens pour recueillir l'information en lien avec les intérêts de la clientèle (ex : sondage)
- Créer un comité de participants qui sera responsable d'aller chercher l'information de leurs pairs
- Rencontres entre les intervenantes et ce comité pour recueillir l'information
- Rencontres d'équipe pour traiter l'information

3. Revoir les conditions de travail des employés

Moyens :

- Rencontres d'équipe pour évaluer les besoins et les possibilités
- Rencontres du conseil d'administration pour analyser, modifier et adopter les modifications aux conditions de travail des employés

4. Promouvoir la santé mentale et sensibiliser la population à la maladie mentale

Moyens :

- Évaluer la possibilité d'aller présenter notre atelier «Premiers Pas» aux étudiants de niveau secondaire
- Créer et alimenter une page Facebook pour l'Entrain
- Évaluer la possibilité d'avoir un espace dans les médias (ex : journal local)

« Goutte après goutte, l'eau finit par creuser le marbre »

Proverbe grec; Les maximes de la Grèce antique (1855)



59, rue Monfette (local 103) Victoriaville (Québec) G6P 1J8
Téléphone : 819 751-1922 Télécopie : 819 758-8270
entrainsm@hotmail.com
site internet : entrainsm.org