



Le Pavois

OSEZ
le Pavois

OSEZ explorer...

OSEZ étudier...

OSEZ travailler...

OSEZ en parler...

OSEZ partager...

OSEZ entreprendre...

OSEZ vous dépasser...

OSEZ donner...

**Rapport
annuel**

2014-2015



TABLE DES MATIÈRES

Notre mission, nos valeurs.....	2	L'intégration au travail.....	12
Mot de la présidente	3	Mieux vivre avec les voix	14
Mot de la directrice.....	4	Le comité Souffle et les développements	15
Les statistiques.....	5	Le Club Hors-Piste.....	17
L'accueil	6	Les Cafés et la vie associative.....	20
Les ateliers socioprofessionnels	7	Les entreprises d'économie sociale.....	23
Les activités informatiques.....	10	Nos implications	26
Le soutien aux études	11	Remerciements.....	28

Le Pavois

Au Pavois, nous centrons nos échanges sur les aspects positifs du présent et de l'avenir tout en reconnaissant la richesse des événements passés. Nous insistons sur l'importance de donner un sens à la vie. Nous pensons, fondamentalement, que la personne peut et doit reprendre du pouvoir sur sa vie.

Notre mission - Nos valeurs

Notre organisme vise le soutien et l'accompagnement des personnes ayant un problème de santé mentale dans l'actualisation de leurs rêves socioprofessionnels et scolaires dans une perspective d'accroître leur qualité de vie.

Nous croyons au plein potentiel de la personne et en sa capacité à réaliser ses rêves et ses aspirations. Nous valorisons son unicité dans l'expression de ses qualités, ses savoirs et ses expériences. L'équipe et les personnes en processus de rétablissement unissent leurs compétences à la poursuite d'objectifs communs et personnalisés.

Au Pavois, les membres sont des citoyens à part entière. Nous sommes convaincus que chaque personne a la capacité de se créer une vie satisfaisante et épanouie avec ou sans symptôme, avec ou sans médication: une vie qu'elle choisit et à l'intérieur de laquelle elle s'investit activement.

CROIRE EN LA PERSONNE

- Nous croyons que toute personne peut réaliser ses rêves et ses aspirations.

RECONNAÎTRE L'UNICITÉ DE LA PERSONNE

- Nous reconnaissons les qualités, les compétences et les expériences de la personne.

ACCOMPAGNER LA PERSONNE DANS L'APPROPRIATION DU POUVOIR

- Nous accompagnons la personne dans la recherche d'informations lui permettant de faire des choix éclairés et d'agir sur sa vie.

ADOPTER DES ATTITUDES POSITIVES

- Nous centrons nos échanges sur les aspects positifs du présent et de l'avenir tout en reconnaissant la richesse des événements passés.

S'ENTRAIDER

- Nous reconnaissons la complémentarité, la solidarité et la richesse expérientielle des personnes, des partenaires et de la communauté.

DONNER UN SENS AUX ACTIONS ET À LA VIE

- Nous reconnaissons l'importance de donner un sens à la vie.

Notre équipe

Une des grandes forces du Pavois est son personnel. Nous sommes reconnus pour être une équipe dynamique, créative et à l'écoute de ses membres. Le soutien et l'accompagnement des personnes en cheminement sont des priorités que tous partagent. La créativité et les nombreuses compétences du personnel nous permettent d'offrir une gamme de services aussi diversifiés que possible. Chacun de nous avons à collaborer avec de nombreux partenaires, que ce soit dans le réseau public, privé ou communautaire, tant sur le plan des échanges, des partages d'expertises, des alliances fructueuses que pour l'intégration en stage et en emploi.



Une partie de l'équipe des trois Pavois



Mme Louise Drolet

Bonjour à vous tous membres, employés, partenaires et amis du Pavois.

Lorsque notre chère directrice, Lisette, m'a demandé de faire mon mot annuel, je ne pouvais croire qu'une autre année était déjà passée. Eh oui, encore une année pleine de joies, de peines, de réalisations et de célébrations.

Nous avons célébré cette année les 25 ans du Pavois. Je me demande si la cofondatrice, madame Jobidon, se doutait en 1989 que le Pavois deviendrait cette grande organisation qu'elle est devenue au fil du temps ainsi qu'un modèle pour plusieurs. C'est le 6 novembre dernier que nous nous sommes réunis, parents, amis, partenaires, membres et employés au Pub La Chapelle pour souligner le quart de siècle de notre organisation. Lors de ce grand rassemblement, nous en avons profité pour rendre hommage à trois personnes extrêmement importantes pour nous car elles célébraient leurs 25 ans de service et de fidélité au sein du Pavois. Je parle ici de notre directrice Lisette Boivin, de Francine Cyr, coordonnatrice et Anne Walsh, agente d'intégration. De magnifiques textes ont été adressés à ces pionnières, dressant un portrait du travail accompli durant toutes ces années. Que de réalisations! Félicitations.

Nous avons aussi souligné le dévouement d'un homme d'exception, d'un homme de cœur, monsieur Pierre Raymond, notre secrétaire au conseil d'administration depuis plus de 14 ans. Nous faisons le souhait de le garder le plus longtemps possible avec nous car il est passé maître dans la rédaction des procès-verbaux et ses interventions sont toujours justes et remplies de sagesse.

Nous ne pouvions pas compléter notre soirée sans parler de notre maison d'édition, soit L'Hybride. Éric Bertrand et son équipe en ont profité pour en faire son lancement ainsi qu'un magnifique livre, et en présenter son auteur. Félicitations à vous tous.

Tant de personnes sont passées par notre organisation et se sont rétablies soit par le travail, les études ou les ateliers socio-professionnels. Tant de membres ont trouvé au Pavois du soutien, des amis et une vie sociale enrichissante.

Les membres du conseil d'administration et moi-même sommes tous extrêmement fiers d'apporter notre modeste part au succès du Pavois.

Merci à notre chère Lisette qui nous quitte et c'est le cœur gros que nous la laissons partir, elle va enfin profiter d'une retraite méritée.

Merci à vous tous pour votre gentillesse, votre appui et votre dévouement. Je me sens privilégiée de faire partie de cette formidable organisation que sont les Pavois et les entreprises sociales et je vous souhaite à tous des vacances bien méritées.

Louise Drolet, présidente



Mme Lisette Boivin



M. Pierre Raymond



Mme Anne Walsh



Mme Francine Cyr

Conseil d'administration

Nous avons la chance de pouvoir compter sur une bonne stabilité des membres du conseil d'administration. En effet, à eux seuls, ils totalisent une cinquantaine d'années d'expérience au sein du Pavois et de ses entreprises d'économie sociale. Nous pouvons donc nous appuyer sur des personnes dont les compétences et les connaissances sont reconnues et complémentaires. Ils assurent une gestion transparente et efficace ainsi qu'une vigie axée sur le développement et le bien-être de la clientèle.

Présidente:	Louise Drolet	Vice-président:	Raymond Moisan
Trésorier:	Michel Tremblay	Secrétaire:	Pierre Raymond
Administratrice:	Édith Fortin	Administrateur:	Hugue Parent
Administrateur:	Roland Bouchard		

Mot de la directrice

Après plus de trente ans de travail en santé mentale, dont plus de 25 ans au Pavois, le temps est venu pour moi de passer à une autre étape de ma vie. Malgré des petits pincements au cœur, c'est avec sérénité et la satisfaction du devoir accompli que je prends ma retraite.

Tout au long de ces années, j'ai côtoyé des personnes merveilleuses, des personnes passionnées et dévouées à la cause de la santé mentale. Nous avons toujours eu un conseil d'administration composé de personnes engagées et généreuses et qui par leur fidélité, ont assuré une stabilité à notre organisation. J'ai également eu le bonheur de diriger une équipe de travail, tant dans les Pavois que dans les entreprises d'économie sociale, compétente, extraordinaire et qui m'a été fidèle jusqu'à la fin. Vos forces et votre talent ont fait en sorte que nous sommes devenus des incontournables en santé mentale.



Bien sûr, il y a eu quelques milliers de membres, des personnes, tantôt vulnérables, tantôt d'une force inébranlable, mais qui tout au long de ces années n'ont jamais abandonnées. Vous nous avez fait confiance, vous vous êtes investies, vous m'avez beaucoup appris. C'est auprès de vous tous que j'ai grandi. Merci!

Évidemment, j'ai également côtoyé des partenaires formidables. Nous avons mené des batailles, nous avons défoncé des portes, nous avons été quelquefois impertinents, mais tout ça parce que nous étions des passionnés, parce que nous croyons fermement au potentiel des personnes en rétablissement. J'ai le sentiment qu'ensemble nous avons fait une différence pour les personnes que nous desservons.

J'ai eu la chance de me réaliser, de créer, d'innover, tout ça parce que vous avez cru en moi, vous m'avez donné votre confiance. Vous resterez tous gravés dans mon cœur.

C'est mon dernier rapport annuel. Encore une fois, je suis fière du travail accompli par mon équipe de travail exceptionnelle, par des coordonnateurs compétents et par des membres du conseil d'administration engagés.

Dans ce rapport annuel, vous retrouverez notre mission, nos valeurs et bien sûr, quelques statistiques. Nous vous parlons également des services offerts dans nos trois Pavois.

Vous pouvez y lire également la progression du service de Soutien aux études ainsi que de celui de Mieux vivre avec les voix. Vous avez également des nouvelles de la transformation de notre maison d'édition, L'Hybride. Nos entreprises d'économie sociale ont également leur mot à dire en plus des Cafés qui vous informent sur les activités qui ont eu lieu dans le courant de l'année.

Je vous souhaite donc bonne lecture et à vous tous, regardez vers l'avant et continuez à être des visionnaires et à croire que tous et chacun, à notre façon, nous pouvons faire une différence dans la vie d'une personne quelle qu'elle soit.

Lisette Boivin, directrice



Gâteau de retraite!

Statistiques et répartition de la clientèle des trois Pavois selon les services

Cette année, les Pavois et ses entreprises d'économie sociale ont offert des services à **671 personnes**.

Sexe	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Femmes	192	53	42	287
Hommes	272	70	42	384
Total	464	123	84	671

Scolarité	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Secondaire non complété	72	0	18	90
D.E.P.	48	22	9	79
D.E.S.	143	37	34	214
D.E.C. (AEC)	107	23	12	142
Certificat	16	5	2	23
Bacc. ou plus	78	36	9	123
Total	464	123	84	671

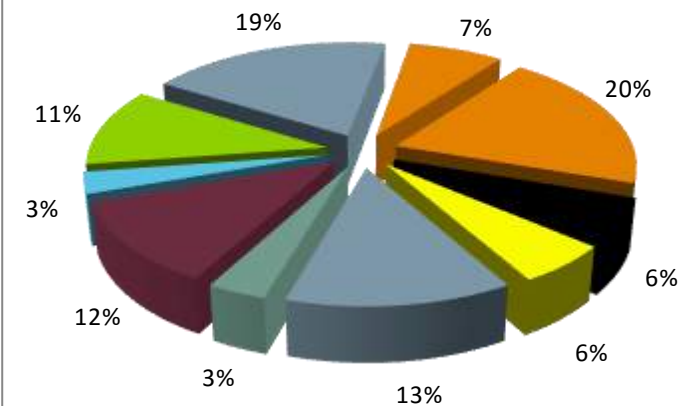
Âge	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
20 ans et moins	11	2	4	17
21 à 30 ans	100	22	12	134
31 à 40 ans	128	36	8	172
41 à 50 ans	84	21	27	132
51 ans et plus	141	42	33	216
Total	464	123	84	671

Type de résidence	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Logement / Maison	331	80	51	462
Résidence familiale	42	24	20	86
Résidence étudiante	4	0	0	4
Appartement supervisé	27	3	4	34
Chambre et pension	28	11	4	43
Famille d'accueil	6	0	0	6
Centre de réadaptation	4	5	0	9
Autre	22	0	5	27
Total	464	123	84	671

Provenance	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Beauport	67	0	0	67
Charlesbourg	77	0	0	77
Loretteville	15	0	5	20
Québec	254	41	26	321
Sainte-Foy / Cap-Rouge	43	77	46	166
Rive-Sud, autres	8	5	7	20
Total	464	123	84	671

Répartition des membres actifs selon les services

- Activités informatiques (133)
- Mieux vivre avec les voix (35)
- Cafés (Le Globe, L'Odyssée) (120)
- Entreprises (Copies, Friperie, Cafétérias) (31)
- Soutien aux études (114)
- Ateliers socioprofessionnels (196)
- Emploi (77)
- Stages (205)
- Club Hors-Piste (61)
- Orientation (57)



Certains membres ont bénéficié de plus d'un service pendant l'année 2014-2015

Le service d'accueil

Le service d'accueil est d'une grande importance dans nos Pavois. C'est la principale porte d'entrée pour obtenir des services. C'est l'étape qui nous permet de présenter nos services et d'échanger avec la personne sur ses attentes et ses aspirations.

Dans les trois Pavois, nous privilégions l'approche de l'entrevue individuelle. Il arrive à quelques occasions que la personne désire être accompagnée d'un proche ou d'un intervenant. Le service d'accueil doit aussi répondre à plusieurs demandes d'information et des visites de nos services nous venant de partenaires extérieurs. Nous avons constaté cette année une augmentation de demandes au service d'accueil.

La personne est au cœur de nos actions

Le rétablissement, l'intégration socioprofessionnelle et scolaire sont au cœur de nos actions. Le profil de notre clientèle se transforme graduellement au cours des années. Les participants sont de plus en plus jeunes et ont un réel désir d'intégrer la communauté et d'exercer leur pleine citoyenneté rapidement. Au cours de l'année 2014-2015, nous avons intégré **250 nouvelles personnes** au sein de nos services dont 184 au Pavois de Québec, 40 au Pavois de Sainte-Foy et 26 au Pavois de Loretteville.

Service d'entrée dans les Pavois

Considérant les nombreuses demandes reçues et l'importante liste d'attente, les responsables au service d'accueil et d'entrée au Pavois, ont redoublé d'efforts pour permettre à plus de personnes d'intégrer nos services. Cette année, nous avons répondu à plus de 300 demandes d'entrevues et d'information pour les trois Pavois.

Beaucoup de temps est également accordé par les responsables d'accueil afin de fournir au téléphone des informations sur nos services. Une centaine de personnes, suite à une évaluation téléphonique, ont été référées vers d'autres organismes. Nous avons pris soin de référer ces personnes si afin de répondre à leurs besoins.

Le Pavois de Sainte-Foy

40 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil:
1 personne a été référée.
39 personnes ont été acceptées.

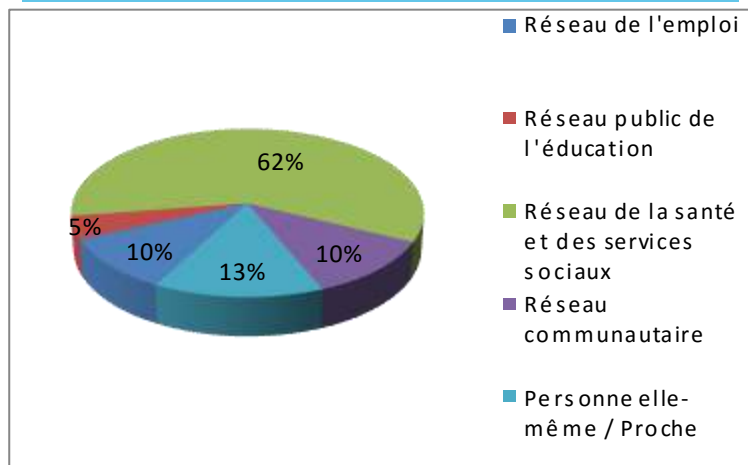
Le Pavois de Loretteville

36 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil:
6 personnes ont été référées.
30 personnes ont été acceptées.

Le Pavois de Québec

304 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil pour tous les services (incluant le soutien aux études, le Club Hors-Piste et «Mieux vivre avec les voix»):
54 personnes ont été référées.
250 personnes ont été acceptées.

Sources de référence



Nos référents sont nombreux et diversifiés. Au cours des années, nous avons su nous faire connaître et reconnaître.

Présentation des services

Notre offre de services est riche et diversifiée. Nous nous assurons année après année qu'elle réponde aux demandes et visées de chacun des participants. Nous espérons que chaque personne y trouve un ou des services qui correspondent à ses besoins.

L'entrée au Pavois

Dès l'entrée au Pavois, nous travaillons avec les différentes sphères de vie et ce, suivant le modèle des forces. La personne identifie ses rêves et ses aspirations. Nous l'accompagnons également dans la recherche d'informations lui permettant de faire des choix éclairés et d'agir sur sa vie. La planification des actions à poser, l'accompagnement et les ressources mises à sa disposition sont autant de sortes de soutien offerts pour concrétiser les projets exprimés. Nous favorisons une intégration personnalisée et travaillons à la fois sur sa situation actuelle et sa situation désirée. Un accompagnement par les agents d'intégration et de rétablissement est offert tout au long du parcours.

Les trois Pavois, une action commune

Cette année nous avons offert 4 programmations d'activités aux **196 personnes** inscrites. Plus de **40 ateliers différents** figurent au sein des programmations, ce qui permet de répondre aux besoins de chacun, et ce, selon leur parcours. Ainsi, les ateliers leur ont permis de mettre de l'avant leurs compétences, leur potentiel, d'expérimenter et de développer leur sens pratique, de faire des choix et de se rétablir.



Josée Goupil, agente d'intégration



Réception - Pavois de Québec

Liste des ateliers socioprofessionnels offerts en 2014-2015 pour les trois Pavois

Chaque personne détermine son horaire et ses engagements. Pour une personne, il s'agit de se mettre en action et de réaliser des projets dans une perspective de rétablissement. Pour une autre, il s'agit d'établir son profil professionnel et ses expériences de travail afin de faciliter l'arrimage de son développement de l'employabilité au marché du travail actuel. Pour une autre personne, le besoin exprimé est d'être accompagnée et appuyée par son agent d'intégration. Ensemble, ils font équipe!

Pavois de Québec

À la découverte de son leadership
ABC de la recherche de stages ou d'emplois
Anglais
Atelier de bijoux Bling! Bling!
Bureautique
Club de marche
Cuisine collective
Enjeux au travail, parlons-en!
Explorateurs urbains
Formation sur la caisse (Maître D)
Français écrit
Groupe de soutien communautaire
Hiver et bonheur - Vie saine et active
Le travail d'équipe, ce n'est pas sorcier!
Ma vie à ma façon
Partage et rétablissement
Profil professionnel
Projets individuels
Terre et jardin
Visite d'entreprises
Yoga

Pavois de Sainte-Foy

Art culinaire
Atelier cognitif
Atelier de français - écriture
Atelier de méditation
Club de marche
Connaissance de soi
Explorateurs urbains
La créativité dans ma vie
Osez s'apprécier, osez s'exprimer
Projet collectif (organisation d'un circuit découverte)
Réalisation autonome d'un projet personnel
Rétablissement
S'affirmer au quotidien

Activités spéciales:

Brunchs au début des programmations
Circuit découverte à l'Île d'Orléans
Party de Noël traditionnel

Pavois de Loretteville

Apprivoiser vos émotions
Communication - expression
Cuisin'art
Donnez au suivant
Explorateurs urbains
Gestion du stress
Groupe de soutien communautaire
Jouons avec les mots
Mobilisons-nous!
Osez défier le quotidien
Osez l'expression
Osez vous exprimer!
Partage et rétablissement
Partageons!
Penser par et pour soi-même
Profil professionnel
Projet de vie
Vie saine et active

Les trois Pavois, une action individualisée

Le Pavois de Québec

Atelier Bling Bling!

Dans une ambiance conviviale et amusante, **16 participantes** sont venues expérimenter et apprendre la fabrication de bijoux. Plusieurs techniques ont été enseignées telles les nœuds et le macramé, le travail du fil de cuivre coloré, l'attache artisanale, la cage à bille, le tissage et la cote de maille.



Divers matériaux comme le verre, les coquillages, les perles, les pierres fines, le bois, le cristal, les différents métaux, les plumes et le cuir ont été rendus disponibles aux participantes dans la réalisation de leurs projets. Les bijoux réalisés par les apprenties sont, entre autres, le bracelet Shamballa, le collier en Tigertail, le bracelet brésilien, la bague, le bracelet, le collier de perles, le pendentif et les boucles d'oreilles. Une exposition des produits finis a été organisée en décembre 2014. Félicitations à Catherine Lepage pour ses compétences!

Cours d'anglais pour débutants

Pour répondre à la demande, deux sessions d'anglais pour débutants ont été offertes au cours de l'automne 2014 et de l'hiver 2015. Jeux, conversation anglaise et exercices ont fait partie de cet atelier. Certaines personnes sont venues relever un défi personnel ou acquérir les bases usuelles en anglais. Pour d'autres, ce fut un nouvel atout pour le marché du travail ou tout simplement pour le plaisir de sociabiliser et de communiquer. Deux membres bilingues ont accompagné le groupe.

Ma vie à ma façon

Ce nouvel atelier permet aux nouveaux arrivants de se familiariser avec le Pavois, de connaître les possibilités qui s'offrent à eux et de choisir des cheminements correspondant à leurs besoins dans les différents parcours possibles au Pavois. On y présente les types de stages, le bénévolat, les études, le travail ainsi que les différents ateliers et services.

De plus, les personnes reçoivent des notions de rétablissement et font des exercices leur permettant d'améliorer leur connaissance de soi et leurs forces afin de favoriser le développement de leur projet de vie. Divers témoignages ont également fait partie de cet atelier, dont celui d'une pair-aidante qui a témoigné sur l'espoir d'une vie meilleure, l'appropriation du pouvoir d'agir et d'une vie plus satisfaisante et épanouie. **25 personnes** desservies en 2015.



Un nouveau partenaire - Yoga InVivo

Le Pavois collabore maintenant avec le centre de yoga InVivo pour vous offrir des cours de yoga tous les vendredis après-midi au complexe Jules-Dallaire à Sainte-Foy. Le yoga crée un espace propice à la réflexion et à la concentration. Le yoga travaille sur 3 dimensions: le corps, le souffle et l'esprit. Il tend à atténuer les tourments intérieurs et à laisser se développer la paix intérieure. Une agente d'intégration experte en yoga ainsi qu'une personne dont le rêve est d'enseigner co-anime ce groupe.

Les petits pots Mason

Pour une deuxième année, l'atelier des petits pots Mason a offert une variété d'activités fort appréciées par les participants. Nous avons commencé l'année par la cueillette de têtes de fougères que nous avons par la suite cuisinées et dégustées. Nous sommes allés cueillir des fraises dans une ferme de l'Île d'Orléans et des framboises dans une ferme de St-Augustin. Tous ces beaux petits fruits ont été transformés en confiture. À notre sortie automnale, nous avons récolté des pommes dans un vergé de l'Île d'Orléans qui sont devenus rapidement des tartes aux pommes. Entre **10 et 15 personnes** étaient présentes à chaque activité et chacun repartait avec le produit cuisiné.



Atelier intégrative communautaire

Le Pavois de Sainte-Foy

L'innovation dans les ateliers socioprofessionnels

Comité de développement de la Fondation

Afin de mettre à contribution les compétences des membres, un comité de travail a été constitué afin de contribuer au rayonnement de la Fondation des Amis du Pavois. Ce groupe de travail a démarré en septembre 2014 et a poursuivi son travail à l'hiver 2015. Neuf membres se sont impliqués sous la supervision de David Joly à raison d'une journée par semaine. Nous souhaitons remercier l'ensemble des participants pour leur contribution au développement de notre organisation. Les principales réalisations du comité:

- Appropriation de la mission et des enjeux,
- Création d'outils pour le fonctionnement du comité,
- Cahier pour l'intégration des bénévoles,
- Ébauche d'un plan de développement.

Parcours de vie

À l'hiver 2015, nous avons offert un atelier qui abordait les différentes sphères de vie d'une personne. Bien que notre mission soit l'intégration sociale, scolaire et professionnelle, il est important de prendre en compte la globalité de la personne. Ces ateliers, animés par Julie Lavoie, ont permis aux participants de faire le point sur leur situation et de prendre un temps pour réfléchir et identifier leurs visées. À travers la démarche, les participants sont invités à répertorier leurs expériences passées et reconnaître les ressources qu'ils possèdent pour s'actualiser. Cette démarche de groupe a été grandement

appréciée, car ce fut l'occasion de partager des expériences souvent oubliées ou banalisées et de créer des alliances entre les personnes en fonction de leur parcours.

Atelier de français

Plusieurs membres ont pour but d'intégrer le marché de l'emploi, nécessitant des connaissances en écriture. Afin de les outiller, des ateliers de français ont été offerts sur deux programmations. Nous souhaitons remercier Naomi Bouffard pour le partage de ses connaissances en la matière et Évelyne Audet pour son animation.

L'Équipée

Ce volet a pour objectif d'organiser des activités diversifiées favorisant le mieux-être des participants par le biais d'activités physiques, sportives et de plein air. Treize personnes ont participé régulièrement aux activités.

- 21 randonnées dans 12 lieux différents
- Volleyball
- Course
- Initiation à la méditation

Le Pavois de Loretteville

Osez l'expression!

Dans cet atelier, le titre prend tout son sens! En effet, c'est par l'entremise d'exercices physiques, pratiques et créatifs que les participants ont «osez l'expression» malgré la gêne ou les craintes qui ont pu se manifester. Au final, ils ont graduellement appris à prendre confiance en eux et à exprimer leur potentiel intrinsèque.



Le personnel s'amuse

Penser par et pour

Vous êtes curieux et vous aimez donner votre opinion? C'est ce que les personnes qui ont fréquenté l'atelier «Penser par et pour» ont expérimenté durant l'année. Ce fut également l'occasion de se munir d'outils qui leur ont permis de développer une bonne capacité d'analyse tout en leur permettant d'exprimer clairement leurs idées et opinions.

Cuisin'art

On mange bien au Pavois de Loretteville. À chaque semaine, l'équipe de cuisine réalise en moyenne 4 plats différents, de l'entrée au dessert, qui sont par la suite vendus aux personnes présentes à coût modique. Chacun participe à toutes les étapes de la confection du repas. Dans un premier temps, il faut établir le menu, planifier les achats, et finalement cuisiner chacun des plats. Tous ont l'occasion de s'actualiser dans un contexte de travail agréable et convivial.



De la nourriture santé

Les Pavois, une action commune

La collaboration se poursuit avec deux centres d'éducation aux adultes! Le Pavois de Québec et de Sainte-Foy ont offert à **133 personnes** des activités d'apprentissage informatique. Les ateliers sont dispensés par des professeurs qualifiés qui sont attentifs au cheminement et au rythme de chaque personne. Les logiciels enseignés sont: Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, Microsoft Publisher, Adobe Photoshop, Adobe Dreamweaver MX et Simple comptable.

Les Pavois, une action individualisée

Le Pavois de Québec

Des projets d'implication

- Conception et mise à jour d'un site Internet pour l'atelier «Les Créations du Pavois». Prise de photos et suivi constant des nouvelles productions réalisées à l'atelier.
- Mise en place d'un courrier électronique pour les Créations du Pavois.
- Consultation Internet par courrier électronique.
- Conception et réalisation d'affiches lors d'activités spéciales.
- Promotion du Pavois: suivi des commandes et expédition des volumes sur les entendeurs de voix et le rétablissement.
- Compilation des ventes de repas de la Nutricoop et du Café Le Globe.
- Inventaire régulier du congélateur de la Nutricoop.
- Mise en place du suivi des commandes des Éditions L'Hybride

Le transfert de compétences

Le «Projet entreprise» mis en place il y a deux ans s'est poursuivi afin de faire le suivi budgétaire des Créations du Pavois: compilation des ventes, calcul des caisses, compilation des factures, bilan, etc. La réalisation des tâches et les responsabilités de chacun au sein de ce projet ont permis plusieurs apprentissages et englobent notamment certains métiers connexes aux opérations d'une microentreprise.



Centre du Nouvel-Horizon

Le Pavois de Sainte-Foy

Deux ateliers par semaine sont offerts à **26 personnes** dans les locaux du Pavois par un membre. L'animateur offre des ateliers individualisés ainsi que des capsules sur les techniques de l'information et de la communication. L'ensemble des logiciels de la suite Office sont enseignés. Les participants sont invités à mettre en pratique les apprentissages via la réalisation de projets individuels.

En moyenne, **8 personnes** assistent à chaque l'atelier.



Vente au Marché de Noël - Les Créations du Pavois



Michel Tremblay, agent de promotion

Les Créations du Pavois, une collaboration du Centre du Nouvel-Horizon



Prix - Projet innovateur

L'année 2014-2015 a été fructueuse en terme de projets. À l'automne, les membres de l'atelier ont débuté la mise en conserve: salade d'hiver, relish aux zucchinis, gelée de pommes, fruits dans le sirop, confiture de prunes et sauce aux canneberges. Puis ce fut au tour des bougies, des cartes et des enveloppes avec de la tapisserie, des allume-feu, des mangeoires d'oiseaux et d'autres petits cossins. Ils sont enfin prêts à vendre leurs créations. Plusieurs kiosques de vente se sont tenus ainsi que le Marché de Noël. Presque tout a été vendu. Félicitations!

soumis un projet novateur au concours Québécois en entrepreneuriat, volet étudiants. Ils ont présenté des sacs recyclables et des sacs à main confectionnés avec des cravates qu'ils ont recyclé. Ils se sont classés en première position dans leur catégorie. Quel beau succès!

Enfin, une personne de l'équipe a créé un site web pour les Créations du Pavois qui décrit bien les objectifs de cet atelier. Vous pouvez trouver ce site à l'adresse suivante: lescreationsdupavois.wordpress.com.

De plus, il y a toujours la possibilité de nous joindre par courriel à l'adresse qui suit: creationsdupavois@lepavois.org.



Comme les membres de cet atelier sont très actifs, ils ont

Le service de soutien aux études offert dans nos trois Pavois vise l'intégration ou le maintien des personnes désireuses d'obtenir un diplôme d'études reconnu par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport.

Cette année notre service a desservi **114 personnes** selon les besoins présents. Le service d'accueil, d'évaluation et de référence a rejoint **47 personnes** pour l'année 2014-2015. Ces rencontres permettent de questionner le projet socioprofessionnel et de vérifier les connaissances de la personne en lien avec le champ d'études ciblé et l'ouverture et la réalité du marché du travail dans ce domaine. Le rythme d'études et la question financière sont également abordés avec eux afin de les informer sur les normes, règlements et programmes en vigueur pour le réseau de l'éducation et celui de l'emploi et de la solidarité sociale. Nous pouvons suggérer à la personne des moyens concrets afin de s'engager dans le processus de retour à l'école. Nous avons connu au cours de l'année une augmentation des références provenant des établissements scolaires. Nous sommes heureux de pouvoir intervenir plus rapidement dans la trajectoire des jeunes étudiants. Les défis sont différents pour ces étudiants qui découvrent qu'ils ont un trouble de santé mentale.

Le volet de soutien et accompagnement a desservi **62 personnes**. Ce service est offert dans la communauté, c'est-à-dire dans les établissements scolaires et pour la grande majorité, les étudiants sont rencontrés dans un restaurant. La mobilité des agents est grandement appréciée par ces derniers. Les rencontres permettent à la personne de partager sur son vécu en lien avec les études et les différentes sphères de sa vie pouvant influencer le maintien et la réussite scolaire.

Des ateliers préparatoires aux études ont été offerts à l'hiver 2015 à **7 personnes**. Nous avons tenu huit rencontres dans lesquelles nous avons abordé des stratégies pouvant favoriser la réussite des études. Les participants se sont vus remettre une banque d'outils pour soutenir leur projet.

Nous avons **7 personnes** qui ont reçu un diplôme dans la dernière année. De ce nombre, **2 personnes** ont intégré un emploi, **3 personnes** ont intégré un ordre supérieur d'études et **2 personnes** fraîchement diplômées sont en recherche d'emploi.

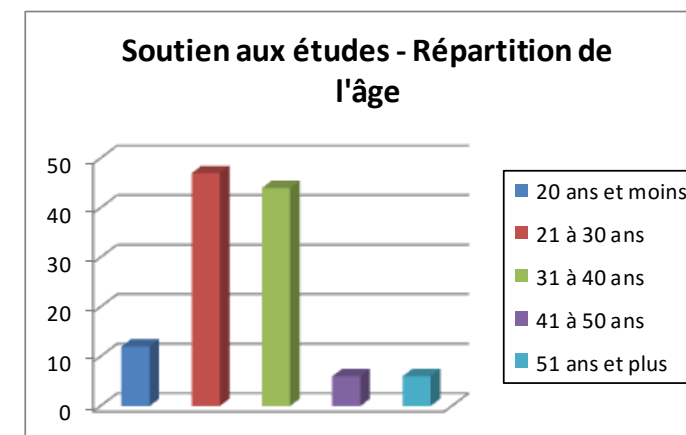


Jérôme et Mélanie, agente d'intégration

Partenariat Pavois - Cégep Sainte-Foy

Depuis quelque temps, l'équipe du soutien aux études avait la préoccupation de rejoindre et soutenir les étudiants en parcours régulier. Bien que nous collaborons avec l'ensemble des établissements scolaires de la Capitale-Nationale, c'est d'abord avec le Cégep de Sainte-Foy que nous avons partagé notre désir de bonifier notre offre de services. Le principal enjeu que nous observions était la réticence des jeunes à interpeller un organisme communautaire en santé mentale.

Nos échanges avec les responsables des services adaptés et de psychologie nous ont incités de part et d'autre à développer un projet d'expérimentation. Pour le Pavois, il s'agissait de dégager une ressource afin qu'elle soit présente dans le cégep. Depuis septembre 2014, une agente d'intégration est donc sur place le mercredi matin. Cette initiative a permis de rejoindre **21 étudiants**. Un bilan final sera réalisé à la fin de l'année scolaire, mais déjà les retombées sont positives pour les étudiants et pour le personnel du cégep.



RÉPARTITION DES SERVICES

Accueil / évaluation / référence	47
Actif à l'école (soutien)	62
Stage d'exploration	5
114 personnes ont utilisé plus d'un service	

Comité de travail CAMO

Le coordonnateur du service de soutien aux études a poursuivi son implication à un groupe de partenaires du monde de l'éducation concernés par la question de l'accessibilité aux études des personnes en situation de handicap. La collaboration avec différents partenaires a permis de documenter l'impact de la présence de plus en plus grande d'étudiants avec divers troubles au postsecondaire. La participation à ce comité nous a permis de nous initier à la conception universelle des apprentissages qui pourrait faire une différence dans le parcours scolaire des personnes ayant des besoins particuliers.

Encore cette année, le service d'intégration au travail a été fort sollicité dans nos trois Pavois. **169 personnes** en stage et en emploi ont reçu des services de notre équipe d'agents d'intégration. **100 personnes** sont inscrites au parcours du bénévolat. Tous les participants ont accès à un service personnalisé et ont bénéficié de l'aide de deux conseillères en orientation. Ces services leur permettent d'identifier leur projet socioprofessionnel ou scolaire, d'en connaître les avantages et de se mettre en action.

- Rencontre d'orientation Québec: **35 personnes**
- Rencontre d'orientation Sainte-Foy: **16 personnes**
- Rencontre d'orientation Loretteville: **6 personnes**

Le virage de la dernière année étant amorcé, nous constatons une demande grandissante de la clientèle qui souhaite rapidement intégrer le marché du travail qu'il soit à temps plein ou à temps partiel. Ainsi, quatre trajectoires sont offertes: le bénévolat et trois types de stages sont disponibles ainsi que plusieurs ateliers de formation.

Les ateliers préparatoires - Pavois de Québec

Intégration au marché du travail et en stage



Pascal en stage

Cet atelier vise à soutenir et à accompagner les personnes dans la réalisation de leur projet de stage, d'étude ou de travail. Différentes thématiques sont abordées: la connaissance de soi et l'exploration pour cibler un projet, l'information utile à sa réalisation (information scolaire, mesures financières, réalité du marché du travail, etc.) et finalement, les étapes de la mise en action du projet (CV, lettre de présentation, pratique d'entretien, recherche de stage, plan d'action). **7 personnes** ont participé à cet atelier.

Enjeux au travail, parlons-en!

Cet atelier donne l'occasion d'acquérir des connaissances sur les différentes réalités du marché du travail et les enjeux que peuvent vivre les personnes qui intègrent un emploi ou un stage. L'atelier est avant tout un lieu d'échange et de réflexion. Les participants ont la possibilité de discuter entre autres de la stigmatisation en milieu de travail, du travail d'équipe, des relations interpersonnelles au travail et de la divulgation. **10 personnes** ont assisté à cet atelier.

Mon profil professionnel

Cet atelier vise à aider les participants à se situer et à mieux se connaître face au marché du travail. Il est un espace privilégié pour faire le point et pour donner un sens à son expérience. L'emphase est mise sur l'exploration et la compréhension de soi en lien avec le marché du travail. Les thèmes sur les valeurs et les croyances, sur les besoins, les intérêts et les compétences, les ressources personnelles et environnementales et sur ce que l'on veut réaliser sont abordés. **13 personnes** se sont inscrites à cet atelier.

Collaboration - Projet SPHÈRE-Québec



Le Pavois a référé **6 personnes** au projet de formation de commis dans un marché d'alimentation offert par SPHÈRE-Québec. Cette formation sur mesure incluait un stage en entreprise et un accompagnement personnalisé pour une intégration en emploi réussie.

Nos parcours - Les trois Pavois

Nouveaux parcours

Créés il y a un an, nous avons mis en place des parcours favorisant le passage graduel vers le bénévolat, le marché du travail ou vers les études. Ainsi, les objectifs sont bien définis et amènent les personnes à porter un nouveau regard sur leur avenir socioprofessionnel et scolaire et de s'engager graduellement vers des démarches concrètes. Nous favorisons l'autodétermination face au processus de rétablissement. Ces personnes bénéficient également de l'accompagnement du Pavois.

Le bénévolat et l'implication sociale au cœur de la pleine citoyenneté

Ce parcours s'adresse aux personnes en rétablissement qui veulent s'actualiser et s'impliquer dans la communauté sans toutefois avoir une visée d'emploi à salaire. Ce bénévolat se retrouve exclusivement au sein des organismes communautaires ou d'économie sociale.

Le stage de développement de l'employabilité

Le parcours de pré-employabilité permet à la personne de valider un choix, de développer des compétences spécifiques et des connaissances et d'aller chercher une expérience récente à inscrire à son CV.



Paul en entreprise

Le stage de consolidation de l'employabilité

Ce stage est réservé aux personnes souhaitant obtenir une formation tout en consolidant leurs compétences liées à un métier. La trajectoire de consolidation de l'employabilité permet d'intégrer une entreprise privée, d'économie sociale, ou un organisme à but non lucratif. La durée ne peut pas excéder 1 an.

Les métiers semi-spécialisés

Ce stage comprend 450 heures de travail en entreprise et 75 heures consacrées à la méthode dynamique de recherche d'emploi ou nous parlons de la culture du marché du travail, de la construction d'un curriculum vitae, de la pratique d'entretien, des emplois disponibles. C'est en collaboration avec la commission scolaire de la Capitale que les personnes peuvent bénéficier du programme d'intégration socioprofessionnelle (ISP).

Le Pavois de Québec

Une pair-aidante au sein de l'équipe

Nous avons eu le bonheur d'accueillir Mélanie Poulin au sein de notre équipe. Grâce à la Fondation SIS, nous avons pu, en partenariat avec La Maisonnée, procéder à l'embauche de Mélanie. Elle s'est jointe aux deux équipes de travail et de par son expérience et son rétablissement devient un modèle d'espoir pour les membres tout en travaillant avec eux sur leur projet de vie. Bienvenue dans notre équipe Mélanie.



Emploi-Québec

La mesure PAAS-ACTION d'Emploi-Québec offre un soutien financier aux personnes désirant s'inscrire dans une démarche socioprofessionnelle. Cette année, **75 personnes** ont participé à cette mesure dans l'ensemble des Pavois et de ses entreprises d'économie sociale. Cette mesure est essentielle afin de permettre aux personnes qui en bénéficient de réaliser leurs objectifs et ainsi développer leur employabilité. Nous tenons à souligner la précieuse collaboration que nous avons établie avec les agents des différents centres locaux d'emploi.

Colloque de la FFAPAMM 2014

Le Pavois a été invité à présenter un atelier-conférence dans le cadre du colloque annuel de la FFAPAMM 2014. La conférence était intitulée, le travail et les études, oui c'est possible! L'accompagnement une clé pour la réussite.

Les conférencières, Julie Trudel et Pénélope Daigle, ont proposé aux participants d'explorer les stratégies d'accompagnement et les facteurs favorables qui facilitent le parcours scolaire et professionnel des personnes en santé mentale. En première partie, elles ont démystifié les enjeux que peuvent rencontrer les personnes dans leur trajectoire professionnelle et les pistes d'interventions possibles. Des exemples concrets ont été présentés et ont permis aux personnes présentes de mieux s'outiller lorsqu'elles font face à des difficultés. Par la suite, elles ont expliqué l'ensemble des services et des programmes disponibles, tant au niveau des études que du travail qui permettent de soutenir et d'épauler les personnes vivant avec un problème de santé mentale. Plus d'une quarantaine de personnes ont participé à cette conférence.



Pénélope Daigle, présentatrice

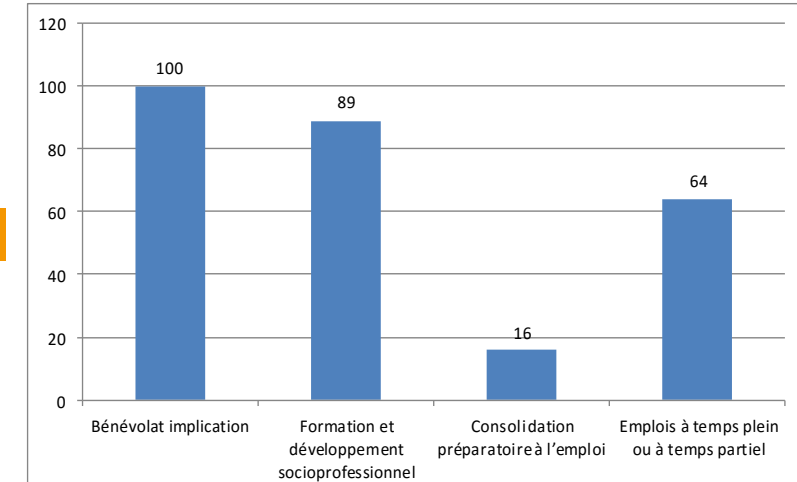
Le Pavois de Loretteville

Cette année, nous avons fait le focus sur la préparation à l'intégration au travail. Par le biais d'ateliers et de suivi individuel, de nombreuses démarches ont été effectuées avec les membres dans la réalisation de leur projet de vie socioprofessionnel. Cette année, **6 personnes** ont bénéficié des services de la conseillère en orientation. Plusieurs personnes ont intégré un milieu en bénévolat ou en stage de développement de l'employabilité. De plus, **4 personnes** sont passées à l'emploi au cours de la dernière année.

Profil professionnel

À quoi dois-je penser avant un retour en emploi? Comment faire une lettre de présentation? Comment me préparer à une entrevue de sélection? Voilà quelques exemples de questions qui ont été répondues durant cet atelier donné par une conseillère en orientation.

Répartition des stages et emplois en milieu de travail



Le Pavois de Sainte-Foy

Au cours de la dernière année, le soutien et l'accompagnement pour l'intégration en milieu de travail s'est donné de façon individuelle. Ces rencontres permettent de définir avec la personne les visées et les possibilités pour actualiser le rêve. L'avantage de cette formule est que l'agent d'intégration est interpellé dès l'émergence d'un projet. Afin de répondre à des besoins communs, nous avons à quelques reprises tenues des rencontres de groupe. Nous avons invité une représentante de Libre-Emploi et des visites d'entreprises ont été offertes. Lorsque nécessaire, la personne est référée à une conseillère d'orientation. Le soutien offert à la personne se module en fonction de l'autonomie de la personne. L'intégration en milieu de travail se réalise par le biais d'une implication bénévole ou par la réalisation d'un stage de développement d'employabilité ou de consolidation. C'est par ces opportunités que **9 membres** ont intégré un emploi à salaire dans la dernière année.

Les objectifs

Le service «Mieux vivre avec les voix» a donné de l'appui à **35 entendeurs de voix** dont voici les objectifs:

- Se réunir pour échanger librement sur ses voix ou sur d'autres perceptions sensorielles (visions, tactiles, olfactives, gustatives);
- Découvrir d'autres explications au phénomène des voix que celles liées aux symptômes psychiatriques;
- S'informer sur les recherches et les expériences portant sur les personnes qui entendent des voix dans d'autres pays;
- Explorer différentes techniques et approches pour mieux connaître ses voix, leur donner un sens, pour en diminuer les conséquences négatives, pour les maîtriser ou pour mieux composer avec celles-ci;
- Donner son appui aux membres du groupe;
- S'entraider et s'enrichir mutuellement;
- Développer et valider chez les participants une structure de pensée personnelle au regard de leurs perceptions permettant une plus grande aisance à composer avec les voix ou d'autres perceptions sensorielles;
- S'approprier un pouvoir sur sa vie en prenant, entre autres, un plus grand contrôle sur ses voix à son propre rythme et à sa propre manière.

Afin de faciliter le processus de rétablissement, ces personnes ont été accompagnées individuellement dans l'optique de réaliser leurs rêves au sein de notre société.

Nous avons référé une douzaine de personnes aux deux autres groupes à Québec et plus d'une quinzaine de personnes dans les groupes localisés dans les autres régions de la province.



Le réseau d'entendeurs de voix québécois

Le REVQuébécois a pour mission de promouvoir une approche, auprès des personnes qui entendent des voix, qui accueille, appuie et intègre leur vécu et différentes perceptions en relation aux voix. Cette approche considère le phénomène des voix comme porteur de sens pour chacune des personnes et lui permet de reprendre du pouvoir sur ses voix et sa vie. Ce réseau offre des services, des références, de la formation, de l'information et des consultations.

En 2014, le Pavois a transféré ce service à l'AQRP. Sa portée provinciale et internationale croissante a orienté ce choix. Ainsi, Sandrine Rousseau devient chargée de projet pour le REVQuébécois dont voici les objectifs:

- Favoriser le développement des groupes d'entendeurs de voix à l'intérieur de chacune des régions du Québec.
- Enrichir le site Internet «Entendeurs de voix», favorisant l'accès à l'information, aux ressources et aux références.
- Sensibiliser et former les ressources en santé mentale à cette nouvelle approche auprès des entendeurs de voix.
- Promouvoir le mouvement international des entendeurs de voix et s'y impliquer.
- Faire connaître les nouvelles initiatives liées aux entendeurs de voix: ressources, articles, volumes, DVDs, recherches, pratiques et services.
- Valoriser l'expertise des entendeurs de voix.
- Participer aux événements provinciaux, nationaux et internationaux afin de faire connaître les réalisations et de s'enrichir mutuellement.

Le REVQuébécois compte maintenant presque 20 groupes répartis dans la province. En février, plusieurs de ces groupes se sont réunis pour partager leurs défis et leurs bons coups quant à leurs avancées. Différents témoignages inspirants ont été partagés et une collaboration avec le Dr Marius Romme s'est amorcée pour répondre à un sondage descriptif des groupes au Québec.

Cette année, **800 personnes** et plus de 20 milieux hospitaliers, universitaires, collégiales, communautaires et CSSS ont reçu la formation «Mieux vivre avec les voix». **24 personnes** souhaitant démarrer un groupe sont venues observer les rencontres du groupe d'entendeurs de voix au Pavois. Nous avons également accueilli quelques membres de la famille de personnes qui entendent des voix afin qu'ils puissent comprendre le vécu de leur proche ainsi que l'approche que nous préconisons.

Nous avons également donné de l'appui individuel, des conseils et des orientations aux proches, aux intervenants du réseau de la santé et des services sociaux et aux personnes qui entendent des voix du Québec et de différents pays francophones. Ces demandes démontrent bien l'importance de l'émergence de ce type de service.



Pierre et Brigitte ainsi que Sandrine et Diane de l'AQRP



Brigitte Soucy et Serge Tracy

Comité Souffle

Ce comité s'est formé dans l'optique d'explorer un service alternatif offrant un accompagnement personnalisé et différent aux personnes ayant un problème de santé mentale se trouvant à l'intérieur d'un vide de service. Nous avons établi les bases du projet en définissant, entre autre, le type de clientèle et de service que nous voulons mettre en place. Les échanges, la documentation et la complémentarité de l'équipe d'accompagnement et d'orientation sont de belles richesses.

Ce comité est composé de Lisette Boivin, directrice du Pavois, de Réjeanne Bouchard, paire aidante, de Jason Bowles, éducateur de PECH, de Bernard Deschênes, retraité de l'Agence de la santé et des services sociaux, de Marie Gagné, paire aidante, de Claudie Pouliot, psychiatre communautaire, d'Huguette Savard, coordonnatrice du centre de crise, d'Éllie St-Amour, intervenante psychosociale autonome et de Lydia Trahan, coordonnatrice de PECH et est coordonné par Brigitte Soucy, agente de développement du Pavois.

Les réflexions, découvertes et avancés du comité ont amené certains de ses membres à explorer des réalisations et des formations nationales et internationales:

- Nous avons également découvert les services novateurs réalisés par l'Ensolleillée avec Linda Gendreau qui introduit des pratiques chargées de sens pour les personnes vivant des phénomènes non ordinaires.
- Un recensement des écrits portant, entre autre, sur la phénoménologie et les expériences non ordinaires ou subjectives a été réalisé par Florence Vinit, professeure au département de psychologie de l'Université du Québec à Montréal, ayant une formation de psychologue et de sociologue, se joindra à nous pour l'actualisation d'une recherche lors de l'implantation d'un nouveau service.
- Nous avons débuté une formation portant sur la psychologie sacrée donnée par Claudine Papin afin d'appuyer les personnes que nous accompagnons dans leurs démarches spirituelles et dans la quête de sens si précieuse au sein du processus de rétablissement des personnes.

Travailler avec la paranoïa



Peter Bullimore, fondateur du réseau international portant sur la paranoïa

Découverte du réseau international portant sur la paranoïa et particulièrement l'approche de Peter Bullimore à Paris avec la collaboration de Yann Derobert, psychologue et fondateur du REV France.

Associé à de nombreux troubles de santé mentale, le vécu paranoïaque constitue, en lui-même, un défi considérable. En effet, la paranoïa est extrêmement pénible pour la personne concernée et ce, d'autant plus qu'elle a tendance à isoler des autres et à mettre en danger ses relations qui, dans un autre contexte, auraient pu être des soutiens. Pour l'entourage comme pour les professionnels de la santé mentale qui tentent d'intervenir, la paranoïa, accompagnée souvent de convictions non-partagées, rend les interactions particulièrement difficiles, voire périlleuses.

L'expérience montre pourtant que le vécu paranoïaque se nourrit de situations bien réelles et que leur prise en compte, en permettant d'établir une relation de confiance avec la personne concernée, ouvre la perspective d'un travail commun constructif. Le questionnaire de Maastricht, conçu par le Dr Marius Romme, le Dr Sandra Escher et Peter Bullimore, constitue un outil puissant pour aider la personne à retrouver le sens de ce qu'elle vit et à reprendre en main son existence.

Mieux vivre avec la paranoïa

En janvier 2015, à titre exploratoire, Brigitte Soucy et Dr Claudie Pouliot, psychiatre communautaire, ont mis en place un petit groupe de soutien portant sur la paranoïa. Voici les principaux objectifs:

- Se réunir pour échanger librement sur ses expériences persécutrices;
- Découvrir un sens lié à ses expériences persécutrices, autre que celui lié uniquement aux symptômes psychiatriques;
- S'informer sur les recherches et les expériences portant sur les personnes qui vivent des épisodes persécutrices d'autres pays;
- Connaître et explorer différentes techniques et approches pour mieux connaître ce type d'expériences persécutrices, pour leur donner un sens, pour les diminuer, pour les maîtriser ou pour mieux composer avec celles-ci;
- Donner de l'appui aux membres du groupe vivant ces expériences;
- S'entraider et s'enrichir mutuellement;
- Développer et valider chez les participants une structure de pensée personnelle au regard de leurs perceptions permettant une plus grande aisance à composer avec ces expériences persécutrices;
- S'appropriier du pouvoir sur sa vie en prenant, entre autres, un plus grand pouvoir sur ses expériences persécutrices, à sa propre façon.

Nous prévoyons nous enrichir de la formation de M. Peter Bullimore en mai 2015, portant sur l'accompagnement des personnes vivant de la paranoïa.

L'approche de Soteria

Congrès portant sur les communautés thérapeutiques (Bruxelles; particulièrement les réalisations de M. Luc Ciompi, Soteria).

Perception de la psychose:

- C'est la tension émotionnelle excessive qui provoque la psychose. Il y a un maximum de tension qu'une personne est capable de gérer.
- L'augmentation du niveau émotionnel des personnes ayant une vulnérabilité spécifique (biographique) deviennent psychotiques.
- L'irruption de la psychose est significativement associée à un seuil de tension critique.
- Dans l'état psychotique tendu, si nous diminuons la tension, nous diminuons la psychose. L'inverse est vrai également.
- Si la tension psychique provoque la psychose, essayons la détente. Faire tout ce qui diminue la tension.
- Éviter tout ce qui augmente la tension.
- Éliminer la coercition, l'enfermement, la confiscation d'objets personnels, la déshumanisation, l'humiliation, la désidentification qui augmentent la tension et la psychose.
- Il ne s'agit pas d'une approche psychanalytique, ni systémique, ni behavioriste, ni thérapeutique; il s'agit d'une approche qui préconise la diminution de la tension.
- Tout est abordé de façon ouverte (personne, famille, intervenants). Le langage est universel, compréhensif et simplifié: un langage unique et uniforme.
- L'approche est intégrative, consensuelle avec le moins de contraintes et elle recherche le sens.
- La durée moyenne du traitement est de 45 jours.

Cette approche est plus naturelle, plus individualisée, sans effet secondaire, moins coûteuse et accueille le vécu subjectif de la personne.

Les recherches sur Soteria démontrent que:

- Le vécu pour la famille et la personne est moins traumatique et mieux intégré.
- La crise est perçue comme la recherche d'une évolution et de progrès.
- Recherche long terme démontrent que 25 à 30% des personnes sont gravement touchées, 25 à 30% ont eu une amélioration et 25% sont guéries.
- Les personnes qui ont fréquenté Soteria prennent de ¼ à ½ moins de médication à comparer à la norme.
- Les personnes qui ont eu des services de Soteria prennent 5 fois moins de neuroleptiques.
- De 2 à 10% moins onéreuse que dans un hôpital.
- Les effets thérapeutiques correspondent aux effets des neuroleptiques sans effets secondaires.

Références: Colloque: Les communautés thérapeutiques, Bruxelles, 2014. Wikipédia: Luc Ciompi. Actualité des communautés thérapeutiques d'Yves Lecompte et Francis Maqueda (2013). Page 195 à 223.



Luc Ciompi, 1929, Psychiatre et auteur scientifique

Prof. Dr. med. émérite, Dr. honoris causa de l'Université de Lausanne, spécialiste suisse de psychiatrie et psychothérapie FMH. Ancien directeur médical de la clinique sociopsychiatrique universitaire de Bern / Suisse et codirecteur du département de psychiatrie de l'Université de Berne.

Le Club Hors-Piste est un club d'activités sportives et de plein air destiné aux jeunes de 18 à 34 ans en rétablissement d'un problème de santé mentale. Ce club fait une différence pour les jeunes qui viennent de recevoir un diagnostic de maladie mentale. Nous utilisons l'activité physique, les saines habitudes de vie et le plein air comme tremplin à une intégration socioprofessionnelle ou scolaire.

Cette année, le Club a eu à composer avec plusieurs changements de ressources humaines. Une vraie course à relais! Catherine Fiset, agente d'intégration au Pavois a passé le flambeau à Line Vaillancourt, qui est maintenant responsable du Club depuis la programmation estivale. Notre partenaire, l'Institut universitaire en santé mentale, a pour sa part relayé plusieurs éducateurs physiques en l'absence de Brigitte pendant la période estivale. Le défi était de garder un esprit d'équipe, défi qui a été relevé brillamment.

L'équipe de communication

Bravo à toute l'équipe pour votre implication et votre excellent travail. Merci à Joé et Christian pour votre présentation avec les **60 étudiants** finissants en technique d'éducation spécialisée du Cégep de Sainte-Foy. Bravo également pour votre brio à répondre aux questions et commentaires des **7 jeunes** du CJE, que vous avez grandement impressionnés. Merci à Philippe qui, 3 fois par semaine, contacte les jeunes pour les inviter aux activités, faire la réservation des salles et rechercher des commandites. Comme Philippe et Daniel effectuent un retour aux études en septembre, ces postes seront à combler. Pour Joé, il s'est inscrit au Cégep en éducation spécialisée. Ce comité se renouvelle régulièrement car ses membres passent rapidement à l'emploi ou font un retour aux études. Au club, réaliser ses rêves, c'est possible!

Cette année, le Club a accueilli **36 nouveaux membres**, soit 26 hommes et 10 femmes.



Line, Brigitte, Sébastien et Philippe

De l'action en toute saison

Le Club a offert une programmation très diversifiée d'activités à pratiquer en gang été comme hiver. Les jeunes ont le choix de pratiquer des sports qui entraînent une poussée d'adrénaline, comme la marche en montagne, qui permet au dépassement de soi ou le hockey cosom, qui demande beaucoup de cardio. L'entraide et l'esprit d'équipe sont des valeurs auxquelles chaque membre adhère. **61 personnes** ont participé au Club.

- 33 randonnées en montagne ont eu lieu dans les plus beaux espaces nature aux alentours de Québec. Nous

parlons de la Montagne à Deux Têtes, du sentier des Caps, du Mont-St-Anne, des Chutes Jean-Larose, du Mont Bélaïr, du sentier Mestashibo, etc.

- Volley kin-ball, avec la participation des nouveaux, **17 jeunes** ont participé
- Randonnée de 30km et plus en vélo, période estivale
- Tennis au parc Bardy avec la collaboration de Denis Boulanger, éducateur physique, **10 participants**
- Soccer en plein air, 11 rencontres, **10 personnes**

Les activités spéciales permettent aux membres du Club de vivre des journées bien spéciales et de découvrir un nouveau sport. L'esprit d'équipe est toujours au rendez-vous. S'encourager, valoriser les efforts, célébrer les victoires. Voilà de belles occasions pendant les activités spéciales du Club.



- Boxe au Club Pro Am, Limoilou, **4 personnes**
- Abraska (arbre en arbre) et paddleboard (planche sur l'eau), **11 personnes**
- Rafting, Vallée de la Jacques-Cartier, **11 personnes**
- Brunch de Noël et bubble-football, **22 personnes**
- Tournoi de balle-molle, collaboration avec l'organisme l'Échelon, Montréal, **10 joueurs**
- Tournoi de hockey, collaboration avec l'organisme l'Échelon, Montréal, **11 joueurs**
- Escalade, Le délire, **10 personnes**
- Ski de fond, **8 personnes**
- Patin, Lac-Beauport, Plaines d'Abraham, Pointe-aux-Lièvres, **9 personnes**
- Circuits d'escaliers de la ville de Québec

Spinning

Encore cette année, notre collaboration s'est poursuivie avec le Cégep de Limoilou. 15 cours de vélo avec un entraîneur qualifié ont été offerts. Le spinning est ultra-efficace lorsqu'il s'agit de perdre des graisses rapidement et de refaire le plein d'énergie en période de stress. Les bienfaits ne s'arrêtent pas là! Pratiquer cette discipline régulièrement permet de garder la forme et de diminuer les risques cardio-vasculaires. Des jeunes du Club, maintenant aux études ou au travail, ont pu bénéficier de ces cours en soirée et ainsi garder une excellente forme et concentration.



Cégep Limoilou

Projet «Dream Team» en grande tournée

Grâce à la générosité du «Fonds d'aide au développement du milieu» de la Caisse populaire Desjardins de Sainte-Foy, le projet «Dream Team» a poursuivi sa phase deux. Ce projet vise à sensibiliser les personnes rencontrées dans les centres et les écoles sur la maladie mentale, la stigmatisation et sur l'utilité d'une intervention précoce. Ce projet a permis de faire connaître le Club et ses bienfaits et d'offrir des services à plusieurs jeunes du territoire de Sainte-Foy. Les conférenciers ont insisté sur l'importance d'aller chercher de l'aide en cas de détresse psychologique et ont surtout parler d'espoir.



Baseball au parc Bardy

Le Club Hors-Piste a organisé un tournoi de baseball au parc Bardy. Nous avons pu ressusciter la rivalité Nordiques-Canadien car des équipes de Montréal ont accepté l'invitation. Le Pavois s'est occupé de la vente de hot-dogs, d'eau et de liqueurs, ce qui fut grandement appréciée. Une belle journée où le sport et la joie étaient au rendez-vous.



Équipe de hockey cosom

Cette année, notre équipe de hockey cosom a été très active. Elle a joué 32 parties au centre Monseigneur-Marcoux. 37 joueurs ont participé. Ils ont reçu dès le début de la saison de l'aide d'un kinésologue. Au mois d'avril dernier, l'équipe a également participé à un tournoi de hockey qui se tenait à Montréal avec l'organisme l'Échelon. Encore une fois, une belle rivalité s'est installée. Les joueurs sont revenus avec la médaille d'or. Félicitations.



Célébrons nos vainqueurs, nos modèles inspirants

Ces jeunes sont des modèles d'espoir et de détermination. Entourés de leurs équipes, ils ont cheminé vers leur projet de vie. Trois des membres du Club ont été invités à la prestigieuse soirée-bénéfice «Vins et festin» au profit de la Fondation de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec qui vise à sensibiliser la population et les entreprises de la région à la santé mentale. Pour leur parcours et leur accomplissement extraordinaire il s'agit de:

- Christian Morin, pour son investissement au Club Hors-Piste. Il a su persévérer et passer son examen de l'Ordre des agronomes. Il travaille maintenant dans son domaine et apporte toujours sa contribution au Club.
- Mélanie Poulin, participante assidue au Club, a fait un retour aux études à l'Université Laval et a participé à plusieurs événements tels; présentation au colloque de l'AQRP, rencontre de jeunes nouvellement hospitalisées et leur parler d'espoir et coanimation au symposium des pharmaciens. Maintenant, elle travaille comme pair-aidante au Pavois de Québec et à La Maisonnée.
- Joé Bergeron, agent de développement et de sensibilisation au Club Hors-Piste, a fait la tournée «Dream Team» et a également donné plus de 35 témoignages et présentation dans les écoles, les organismes, CSSS, cégeps de la région, etc. Il a complété le marathon des Deux-Rives. Maintenant le sport fait partie de sa vie. il est présentement au cégep en technique d'éducation spécialisée. Comme quoi au Club et au Pavois, réaliser ses rêves, c'est possible.



Préparation à la course du 5 kilomètres

En collaboration avec le PEPS de l'Université Laval, 12 jeunes, accompagnés de leur entraîneur d'athlétisme M. Richard Chouinard, ont pris part à la course «Courons pour la cause». Ils ont eu 8 semaines d'entraînement dont 4 fois au stade intérieur et 4 fois à l'extérieur. Ils ont reçu des conseils sur la façon de courir, de rester motivé et sur l'entraînement. Merci à l'équipe.



Piste de course de l'Université Laval



Kiosque d'inscription

Saint-Jean-Eudes: «Courons pour la cause!»



Jeudi le 14 mai dernier, vous avez été très nombreux à répondre à notre invitation: «Courons pour la cause!». Merci de votre appui et de votre participation au 5km de Saint-Jean-Eudes. Grâce à vous, l'événement a été un franc succès!

Plus de 900 personnes, dont près de 300 marcheurs et 525 coureurs, ont participé à l'événement et nous ont permis d'amasser au-delà de 5 850\$. Ces fonds iront à la Fondation du Pavois pour le Club Hors-Piste, pour aider les jeunes dans leur projet de vie et financer les activités sportives et de plein air.



Sébastien Villeneuve, directeur des services aux élèves et Marilou Ferland-Daigle, présidente d'honneur



Ces activités permettent de déstigmatiser les personnes qui vivent des problèmes de santé mentale et ont un impact positif et concret sur la vie des gens en rétablissement, tout comme sur celle de leurs proches et de la communauté.

Bravo à tous les jeunes, qui se sont surpassés et ont terminé les 5 kilomètres en un temps record! Mention spéciale à Yannick et Mélina du Club Hors-Piste pour s'être retrouvés sur le podium suite à leur excellente performance.



Remise de médailles

Merci aux restaurants Ashton, à Best Western, à la Boutique du Skate, au restaurant le Bureau de poste, au bar Le Cercle, à Énergie Cardio, à la boutique Exo, au Groupe Perspective, à l'épicerie Maxi Lebourgneuf, à l'épicerie IGA Charlesbourg, à l'importateur de thé Monsieur T, au restaurant Soupe et Cie ainsi qu'aux restaurateurs St-Hubert d'avoir commandité l'événement et offert eau, nourriture et de nombreux prix de présence aux coureurs.



Mme Drolet, présidente du Pavois

Saint-Jean-Eudes: Une école exceptionnelle

Les enseignants ainsi que les étudiants de l'école Saint-Jean Eudes ont organisé trois défis sportifs au profit de la Fondation des Amis du Pavois et du Club Hors-Piste.



Mais avant les défis sportifs vient la sensibilisation et l'information. À quelques reprises durant l'année, des membres du Club ont rencontré tous les élèves de l'école dans l'auditorium pour démystifier la santé mentale et parler de rétablissement. Ils ont reçu un accueil chaleureux de tous.

Malgré les grands froids de cet hiver, 400 étudiants ont relevé le défi d'une randonnée en raquettes qui les a menés au sommet de la Montagne à Deux Têtes à Sainte-Brigitte-de-Laval. Comme deuxième activité, un parcours de 27km en vélo avec les jeunes du Club Hors-Piste et du 2^{ème} secondaire s'est tenu malgré le froid et un peu de pluie. Lors d'une soirée de présentation du programme PEI, en présence de parents et professeurs, un chèque au montant de 1600\$ a été remis à la Fondation des Amis du Pavois par les jeunes du 2^{ème} secondaire. Merci à vous les étudiants et les professeurs de partager nos objectifs.

Sommet scolaire 2015 sur la santé mentale

13 jeunes du Club ont témoigné sur leur vécu en apportant un message d'espoir, réaliste et inspirant, au premier Sommet scolaire 2015, intitulé «La tête haute». Plusieurs jeunes des écoles secondaires, professionnels scolaires et parents de la région de Québec ont été conviés à participer à des ateliers dynamiques ayant pour objectifs de défaire les préjugés, d'informer, et d'outiller chaque personne afin de mieux agir dans sa vie. Plusieurs thèmes étaient disponibles; trucs pour prendre soin de sa santé mentale, des ateliers de coaching pour développer des compétences parentales, les troubles alimentaires, la prévention des psychoses et bien plus. Plusieurs personnalités significatives pour les jeunes étaient au rendez-vous, dont Mathieu Cyr, humoriste.



Des jeunes du Sommet et Anne-Marie Day, député de Charlesbourg Haute-St-Charles

Cette journée a été réalisée avec la collaboration de la Commission de la Santé mentale du Canada, le Pavois, l'Institut universitaire en santé mentale, l'école Saint-Jean-Eudes; le tout coordonné par l'AQRP.



Kiosque au Sommet - Bruno et Daniel

Les trois Pavois, une action commune

Les cafés de soirée sont des lieux de rassemblement, d'expression, d'entraide et surtout de détente qui permettent aux membres de participer à la planification des événements et à son animation.

Cette année, **81 personnes** se sont données rendez-vous. Une fois encore, les animateurs se sont surpassés pour répondre aux attentes des participants. Des liens se tissent et une belle complicité se développe tout au long de l'année. Les Cafés offrent en soirée des repas de qualité à coût modique.

Les trois Pavois, une action individualisée

Le Pavois de Québec

Café Le Globe

Plus de 117 activités et projets durant l'année! Un total de 34 activités différentes! Environ **1387 participants** aux activités! Moyenne de **10 personnes** par activité. Plus de 1459 repas servis (souper et déjeuner).

Atelier de peinture

L'atelier de peinture est toujours très apprécié. Elle réunit chaque semaine environ une **dizaine de participants**. Quoi de mieux que la peinture pour exprimer nos états d'âme. Le Québec regorge de talent!



Mot de Martin, animateur de l'atelier de peinture

Je m'attendais à donner trois ateliers et puis ça serait terminé. Après une année et 34 soirées, je peux dire succès! Des êtres sensibles n'ayant jamais peint ont évolué et produit de grandes œuvres. Des gens d'expérience ont également évolué. Je crois que cet atelier est ma plus grande réalisation en vingt années de création. J'en vois les bienfaits avec tous ceux qui m'ont permis de vivre cette expérience. Merci!



Fête de l'été et encan de peinture

Comme à chaque fin de saison estivale, nous organisons une grande épiluchette de blé d'Inde afin de permettre aux gens de se rencontrer et de savourer du maïs fraîchement cueilli. Nous avons profité de ce rassemblement pour lui jumeler un encan de peinture. Ce fut un succès. Les gens ont pu acheter des toiles à prix abordable afin de décorer leur chez-soi! Parents et amis étaient au rendez-vous.



Club musical

Après la peinture, vive la musique! Nous ne pouvons pas passer une année sans bien sûr parler du club musical. Sous l'habile direction de Marie-France Paré, le club musical est plus que jamais vivant au sein du Pavois. Entre **10 et 15 personnes** se présentent aux pratiques. En plus de procurer de la joie aux oreilles des membres du Pavois, le club s'est produit à la Croix-Blanche lors de la fête de la St-Jean et au Pavois de Québec lors d'un événement spécial. Afin de se récompenser, le groupe est allé à deux reprises partager un bon repas au restaurant. Cette activité a été rendue possible grâce à la vente de petits cornets de sucre d'érable et de biscuits maison. Bravo aux musiciens.

Sortie à l'Aquarium de Québec

30 personnes ont participé à cette belle sortie. Comme le soleil était au rendez-vous, nous avons pu pique-niquer. Bref une belle journée d'été dans laquelle nous avons pu assister au spectacle de phoques et visiter les grands bassins. Que du plaisir pour tous!

Les soirées conférences

60 personnes ont assisté aux différentes conférences qui se sont tenues au Pavois: le centre de crise de Québec, le centre CASA, un témoignage d'espoir par Marie-Ève Croteau, paracycliste olympienne et technicienne en comptabilité au Pavois, le dépistage du cancer du sein avec le CSSS de la Vieille-Capitale, et une soirée d'information sur la ménopause, l'andropause et la contraception avec l'organisme S'explique. Des conférences inspirantes qui nous amènent à être plus vigilants face à notre santé. Des réflexions pour nous permettre de ne pas oublier que la personne la plus importante dans notre vie, c'est NOUS.

Cuisine collective avec Cuisine collective Beauport

Cette année, nous avons établi une entente avec l'organisme «Cuisine collective Beauport». En plus de repartir avec 5 à 7 mets différents, cet atelier a permis aux participants d'apprendre à cuisiner avec un budget restreint. En effet, un vendredi par mois, nous allons faire de la cuisine pour la modique somme de 5\$. Cette activité est tellement populaire que nous avons dû déterminer un ordre de priorité parmi les personnes inscrites.



La directrice de Cuisine collective Beauport, Karina Bédard, en compagnie de Marie-Josée Rodrigue, intervenante communautaire, et Maya Olivier, stagiaire.

Sortie aux pommes à l'Île d'Orléans

Comme à chaque année, la sortie aux pommes est toujours très appréciée des participants. Encore cette année le soleil était au rendez-vous. Plus de **30 personnes** ont fait des provisions de pommes, car une pomme le matin éloigne le médecin.

On fête en grand au Pavois

Bien sûr, notre party du temps des fêtes est un incontournable. Encore une fois, **90 personnes** sont venues festoyer, danser et manger le repas traditionnel concocté par la Nutricoop et servi par les intervenants du Pavois. La disco de Paul Poirier et l'animation de Dominic Martel ont contribué au succès de cette soirée. L'équipe de Bruno a sollicité plusieurs commanditaires afin de remettre des cadeaux qui sont forts appréciés. Bravo à toi Bruno et à ton équipe et merci aux nombreux commanditaires.



Après notre party de Noël s'est tenu également deux autres soupers, soit le 23 décembre et le 30 décembre. Plus de **30 personnes** y ont participé. Le souper d'Halloween a réuni **20 personnes** et le repas de Pâques **25 personnes**. Les repas dégustation de La Baratte a permis de faire connaître ses services à une vingtaine de membres. Notre incontournable BBQ dans les jardins du Pavois pour ouvrir notre saison estivale a encore fait fureur. Plus de **75 personnes** étaient présentes.

Des sorties mémorables

Cinéma Beauport (entre **8 et 10 participants**), soirée méditation (**5 participants**), soirée scrabble et jeux de société (**4 participants**), soirée d'actualité (**14 participants**), rallye dans le Vieux-Québec avec notre stagiaire, Joannie (**7 personnes**), atelier découverte de l'informatique avec Simon (**8 personnes**), atelier de découverte du thé (**12 personnes**), visite du Marché de Noël (**12 personnes**), pique-nique et feu de camp dans la cour du Pavois (**8 personnes**), journée aux pommes à la Ferme R. Giguère de l'Île d'Orléans (**38 personnes**), Domaine Maizeret pour la Fête de Québec (**5 personnes**) et trois sorties aux Capitales de Québec (**6 personnes**).



Camping sauvage

À la fin d'août dernier, cinq jeunes du Pavois, Jonathan, Michaël, Dominic, Marie-Josée et Cloé ont proposé à Éric Bertrand et Catherine Parenteau, intervenants au Pavois, d'aller faire une nuit de camping sauvage. Ils ont choisi d'aller camper dans le magnifique Parc de la Jacques-Cartier et d'en profiter pour aller marcher les nombreux sentiers pédestres et sillonner la rivière de la Jacques-Cartier. Cette vallée est un milieu protégé et encore sauvage. Ce fut pour tous une première expérience formidable qu'ils ont bien l'intention de refaire.



Un bel été avec le jardin du Pavois

Avec l'expertise de Brigitte Lassalle et l'ingéniosité de Maxime, charpentier, ainsi que l'aide d'un groupe de passionnés, nous avons créé le premier jardin du Pavois dans sa belle et grande cour. Plusieurs apprentissages (tester la semence, ensemercer suivant un plan, identifier les plantes existantes, aménager les plates-bandes et balconnières à fines herbes, planter des légumes et des fleurs pour embellir le jardin et permettre à ces occupants d'en profiter. Il y avait tant de travail à faire que l'équipe a même organisé une corvée. À la fin de l'été, nous avons fêté les récoltes. Le projet a permis d'aller découvrir les jardins d'ailleurs et de se documenter. Merci au centre Bourbeau, aux Ateliers à la terre, aux Urbainculteurs, aux jardins du Grand-Théâtre, aux jardins Jeanne d'Arc et à la façade de l'Église St-Jean-Baptiste



Journée aux Ateliers à la terre

Le groupe du jardin a également participé pendant une journée aux Ateliers à la terre du Centre Jacques-Cartier. Ce fut une journée de ressourcement. En effet, nous avons pu visiter le jardin avec un guide, récolter des légumes, prendre le temps de mettre la main à la terre, découvrir ce fabuleux monde de

l'horticulture et même goûter au miel de leurs abeilles. Ce fut une journée riche en découvertes.

Le droit à l'alimentation saine

Brigitte Lassalle a animé au sein du Café le Globe une formation très appréciée. Il s'agit de la présentation d'une «Trousse d'animation pour passer de l'insécurité alimentaire à une saine alimentation» réalisée par le Partenariat Solidarité Familles Limoulu (PSFL), les Ateliers à la terre du Centre Jacques-Cartier, l'Évasion Saint-Pie-X et Mères et monde.



La formation de groupes est axée sur le droit à l'alimentation, des activités pour faire ressortir les forces, les trucs et astuces pour se nourrir, les compétences des personnes qui vivent ou ont vécu des périodes d'insécurité alimentaire, des situations de pauvreté et ainsi favoriser l'accès à une saine alimentation

Déjeuner au Manoir Montmorency (mot de Line)

Arrivée 10h15. On nous dirige vers nos tables sur la terrasse. Les 24 personnes sont toutes là. Et quel déjeuner on nous a servi! Tout à fait délicieux! Onze heures trente; on se sépare en petits groupes pour la visite du site. Une partie se dirige vers le téléphérique (je remarque que ce sont surtout les plus jeunes d'entre nous) et les plus vieux sont allés gaiement sur le pont au-dessus de la chute On l'a traversé, pris des photos et on a admiré le magnifique paysage et l'arc-en-ciel formé par la chute. On a eu la chance de voir des alpinistes gravir le côté droit de la chute et on a descendu les 400 marches. Quelle belle sortie!



Vie associative

Le 17 juin 2014, nous avons tenu l'assemblée générale annuelle des membres. Tout près de **110 participants** étaient présents à cette importante rencontre. Cette assemblée est un moyen fort de la démocratie qui existe dans notre organisme. Stéphane Fortier et Bruno St-Pierre ont partagé la richesse de leur formation sur la thérapie communautaire reçue au Brésil. Le cœur de la rencontre fut les travaux en sous-comité où deux questions furent posées aux participants.



Qu'est-ce que vous appréciez du Pavois et de ses entreprises d'économie sociale? Qu'est-ce que vous souhaiteriez voir améliorer au Pavois et dans ses entreprises d'économie sociale? Nous avons clôturé l'assemblée par la nomination des représentants des membres au sein du conseil d'administration.

Pavois de Sainte-Foy - Café L'Odyssee

Le Café L'Odyssee rejoint régulièrement plus d'une vingtaine de personnes les mercredis en soirée. Les personnes sont invitées à participer aux activités prévues à l'horaire qui, rappelons-le, sont élaborées par les membres. Les activités sont aux 8 semaines. Notre préoccupation est de demeurer un milieu accueillant offrant une occasion de socialiser, de maintenir des contacts, de recevoir des partages et d'expérimenter de nouvelles expériences. Une pair aidante est venue partager son histoire de vie et une conférence sur la rigolothérapie a également été offerte. Cette année encore nous avons réalisé des activités dans la communauté: le billard, les quilles, le Festi Lumière à l'Aquarium de Québec et des sorties aux restaurants et à la cabane à sucre.



Pavois de Loretteville - Vie associative

Chorale Les 100 voix

Que c'est agréable de mettre du soleil dans le cœur des amoureux de la musique. Le 8 décembre dernier, notre chorale a donné un spectacle de Noël rétro au Pavois de Loretteville. Le 14 mai dernier, au Tam Tam Café, nous avons pu entendre les membres de la Chorale Les 100 voix donner un spectacle touchant. Ce fut une réussite. Lors de chacune des représentations, une trentaine de personnes étaient présentes. Tout le monde est reparti avec un peu plus de bonheur dans le cœur.



Le Café

Suite à la demande des membres, le comité Mobilisons-nous a, tout au long de l'année, organisé des cafés de soirée de façon mensuelle. L'ensemble des activités a été planifié et organisé par les personnes faisant partie de ce comité. Merci à chacune d'entre elles pour leur participation à la vie associative du Pavois de Loretteville.



Paniers de Noël

Merci à M. Philippe Bouchard et à toute son équipe de Desjardins sécurité financière d'avoir organisé, pour le Pavois, une cueillette de denrées non-périssables. Grâce à ces généreux dons, nous avons pu distribuer pour Noël 10 paniers parmi les membres. Encore merci pour ces gestes qui font une grande différence!



Le centre d'accès communautaire

Le Centre d'accès communautaire (CAC), subventionné par Industrie Canada, a pour mandat de rendre disponibles des postes informatiques aux membres d'une communauté pour naviguer sur Internet et à la sensibilisation de l'utilisation des technologies de l'information et des communications (TIC). Étienne Grandmaison a été embauché à titre d'animateur et agent de communication en lien avec le CAC. Il a notamment utilisé les TIC dans le cadre du cours d'anglais offert durant l'automne 2014 et l'hiver 2015 au Pavois de Québec. Il a aussi réalisé la publication des activités du Pavois à la fois sur le site web du Pavois, sur la page Facebook et via la conception d'affiches durant ce même laps de temps. Plus précisément, il a travaillé sur ces deux projets:

Infrastructure web

L'infrastructure des sites web a été mise à jour afin de préparer le terrain pour leur entretien et permettre de créer rapidement et facilement des sites connexes pour les entreprises du Pavois et certaines activités (par exemple, un projet de site web pour la Friperie et un calendrier événementiel). Ainsi, il sera possible de mettre le thème du jour sur le site du Pavois et des photos et d'y ajouter les fonctionnalités désirées.

Calendrier événementiel

Un calendrier événementiel a été mis sur pied sous forme de site web comme outil de communication et de partage pour rendre facilement accessible à tous les employés les événements qui ont un lien avec le Pavois, qu'il s'agisse d'activités organisées à l'interne, d'événements caritatifs et de levées de fonds pour le Pavois, de sorties, de conférences qui semblent pertinentes, et bien d'autres informations. Les employés peuvent et sont fortement encouragés à ajouter leurs événements au calendrier. C'est également une première étape vers une fonctionnalité de calendrier événementiel public sur le site officiel du Pavois.

L'équipe du Pavois et ses membres tiennent à remercier Étienne pour les services qu'il a rendu.

Abonne-Bus

Depuis plusieurs années, le programme Abonne-Bus est offert aux membres des trois Pavois. Il s'agit d'un programme permettant d'obtenir un rabais de 10% sur la passe d'autobus sur une période d'un an.



Voici les principaux critères pour être éligible:

- Être actif à 15 heures par semaine au Pavois depuis 3 mois;
- S'engager à acheter sa passe d'autobus pour une période de 12 mois;
- Autoriser le Pavois à effectuer un prélèvement bancaire à l'intérieur de votre compte tous les 1^{er} du mois;
- Remplir le formulaire d'adhésion.

23 personnes ont fait la demande d'Abonne-Bus Général.
23 personnes ont fait la demande d'Abonne-Bus Étudiant+.

L'implication active des membres à la planification, à l'organisation, aux réalisations, aux décisions et à l'appréciation de nos entreprises d'économie sociale est grandement encouragée. La solidarité, la richesse expérientielle des personnes, la complémentarité des partenaires et la communauté sont essentielles à notre philosophie. Les entreprises d'économie sociale ont une grande importance dans la structure du Pavois. Ce sont des milieux de formation dynamique qui offrent des stages et de l'emploi de qualité à des membres.

Nos entreprises d'économie sociale ont une double mission: l'intégration sociale et professionnelle des personnes qui y travaillent ainsi qu'un objectif de rentabilité. Ce sont des milieux de formation dynamiques qui offrent des stages et de l'emploi aux membres. Environ 50 personnes forment les équipes de travail. Le réseautage et l'implication dans la communauté constituent les fers de lance des entreprises d'économie sociale. De nombreux partenaires et collaborateurs nous soutiennent au fil des ans et font une différence dans l'atteinte de nos objectifs.



La Cafétéria des Commissaires

Le 26 octobre dernier, nous avons dû mettre fin à notre entente avec l'Office municipale d'habitation de Québec concernant la gérance de la cafétéria située dans l'édifice Wilfrid Lecours. Ce fut une décision difficile à prendre pour les membres du conseil d'administration mais nécessaire.

Nous avons travaillé pendant plus de 8 ans avec une équipe dévouée, dynamique, motivée qui, beau temps mauvais temps, Noël, Jour de l'An, Pâques disait toujours présente. Notre cheffe Nathalie Bilodeau a su, par son expérience, son savoir-faire et la formation qu'elle n'hésitait pas à donner à son personnel, diriger une équipe du tonnerre.

MERCI à vous tous, cheffe cuisinière, aide cuisiniers, plongeurs, serveurs pour votre excellent travail. Vous avez démontré, autant dans les périodes de réjouissances que dans les moments plus difficiles, un professionnalisme dont nous sommes fiers.



Dernière journée de travail et toujours le sourire

Les Copies du Pavois



Ça bouge aux Copies du Pavois!

Grâce au bon travail de Stéphanie qui a recruté plusieurs nouveaux clients qui nous ont fait confiance, nous pouvons offrir des meilleurs prix. En effet, l'augmentation du nombre de contrats nous a permis d'ajuster nos prix à la baisse et ainsi être très compétitif sur le marché de la reprographie couleur et noir et blanc. Félicitations pour ton bon travail Stéphanie.

Les copies Du Pavois

Après plus de dix ans de loyaux services, Stéphanie a choisi de faire un changement de carrière et de réaliser son rêve le plus cher, soit de devenir pâtissière. Nous savons que tu auras autant de succès dans ta nouvelle carrière que tu en as eu avec les Copies du Pavois.



Dominic et Luce, nouvelle gérante des Copies

Le départ de Stéphanie nous a amené à procéder à l'embauche d'une nouvelle responsable des Copies. Notre choix s'est arrêté sur Luce Gilbert qui a démontré beaucoup de potentiel lors des entrevues et une bonne expérience qui s'avère utile pour les Copies. Bienvenue Luce dans notre grande équipe.

Nous ne voulons surtout pas oublier notre fidèle Dominic qui, après quinze ans de loyaux services, ne perd pas sa flamme et son enthousiasme pour son travail et pour l'entreprise. Nous pouvons toujours compter sur sa disponibilité. Merci Dominic.

Surveillez nos publicités dans vos courriels, une équipe chevronnée d'agents en marketing vous contactera.

La Friperie du Pavois

Vous voulez que vos vêtements ou certains objets aient une deuxième vie? N'hésitez pas à nous les faire parvenir, nous en ferons bénéficier à d'autres personnes.



Des nouvelles de la Friperie. Commençons par l'équipe de travail:

Personnel

Beaucoup de changements ont eu lieu à la Friperie cette année. Tout d'abord, il y a eu le départ à la retraite de l'assistante gérante, Diane Leclerc, qui a travaillé pour nous pendant 15 ans. Son dévouement et son travail acharné au cours de toutes ces années nous ont permis d'avoir un magasin accueillant en plus de fidéliser la clientèle.

Puis il y eut l'arrivée de Roysbel Hernandez en tant que gérante et le retour de Joany Savard en tant qu'agente d'intégration. La collaboration et les forces de chacune au sein de la Friperie nous ont permis dans les derniers mois de faire de belles améliorations, tant au niveau de l'aire de vente qu'au niveau des standards de qualité qui ont été augmentés.

Nous tenons aussi à souligner l'excellent travail effectué par Richard et Yves-Marie qui ont poursuivi leur mandat au sein de l'équipe tout au long de l'année. De plus, Guylaine s'est ajoutée à l'équipe et accompagne Richard en tant que responsable de fin de semaine. Merci à vous trois pour votre beau travail.

Un gros merci à l'ensemble des bénévoles et stagiaires qui font de la Friperie un milieu accueillant et enrichissant. Un merci particulier à Jonathan et Daniel pour les travaux d'amélioration effectués en magasin.

Nouveautés

Avec l'équipe de travail, nous avons mis en place différents moyens afin d'augmenter les ventes en magasin. Nous avons diversifié nos

La Nutricoop



Nous avons accueilli cette année deux nouvelles personnes à titre d'aide cuisinier. Anne Walsh et le personnel de la Nutricoop offre des repas à tous les midis les jours de la semaine, sans oublier les demandes spéciales qui nous proviennent tant du Pavois que de l'extérieur. C'est

aussi l'occasion pour les participants de développer de nouvelles techniques de travail et d'apprendre, tout en sociabilisant.

Nous avons été sollicité par le Club Hors-Piste, la Friperie du Pavois, le conseil d'administration, le groupe des entendeurs de voix du Pavois, les bénévoles du bain de neige du Carnaval de Québec, le centre du Nouvel-Horizon et le centre de jour Feu vert à leur concocter différentes sortes de buffets. Cependant, notre plus gros contrat est celui du party de Noël

promotions en faisant une évaluation quotidienne des vêtements en stock afin de répondre aux besoins de la clientèle. De plus, nous accueillons davantage de stagiaires et de bénévoles, et ce au niveau des différents postes de travail, ce qui nous aide grandement.

Joany a aussi développé un programme de formation s'étalant sur une durée de 3 mois, où sont travaillés tant le savoir-faire que le savoir-être. De plus, la reprise des réunions d'équipe de façon bimensuelle favorise le développement d'un sentiment d'appartenance au sein de l'équipe.

Remerciements

- M. Bouchard et l'équipe Vie Santé de Desjardins Sécurité Financière qui ont amassé plus de 1000\$. Ce montant a été remis au club social des membres afin d'organiser différentes activités tel le party de Noël et profiter de cette occasion pour d'offrir des cadeaux pour les membres.
- M. Caron, de Desjardins Sécurité Financière, a choisi la Friperie pour remettre un don de 1000\$ reçu de Centraide. Cette somme servira à l'amélioration de notre magasin.
- M. Brassard, propriétaire de l'édifice qui, depuis plusieurs années, n'augmente pas le coût de notre loyer. M. Brassard est un propriétaire en or.
- L. Davis Textile de Granby, par le biais de Monsieur Rangé, qui ramasse nos surplus de marchandise. Cette implication nous permet de recevoir un certain revenu tout en contribuant à améliorer notre mode de fonctionnement.
- Des adolescents vivant avec un problème particulier de l'école Notre-Dame-de-Roc-Amadour qui s'impliquent à raison d'une demi-journée par semaine. Ce partenariat permet à ces adolescents le développement de compétences socioprofessionnelles en plus d'aider à notre bon fonctionnement.

du Pavois. Nous avons dû cuisiner pour **125 personnes** un repas traditionnel du temps des Fêtes. Ce qui veut dire que nous avons fabriqué une vingtaine de pâté à la viande, des fèves au lard, du ragoût de boulettes et un bon potage aux carottes. Pour la St-Valentin, ce fut l'occasion d'apprendre à confectionner des truffes. Vous voulez des bonbons à l'érable ou des petits cornets au sucre d'érable? Vous n'avez qu'à le demander à l'équipe. On ne chôme pas à la Nutricoop. 3092 repas ont été servis à la clientèle.

Poussé par la curiosité, nous avons entaillé notre seul et unique érable qui nous a quand même offert une petite pinte de sirop d'érable. Quel bonheur nous avons eu, à notre arrivée au bureau, d'aller vérifier notre quantité d'eau d'érable. La Nutricoop sait quoi faire quand il est question de nourrir sa clientèle.



La Cafétéria du Pavois

Ça bouge à la Cafétéria du Pavois

Nous avons eu à relever plusieurs défis cette année. D'abord, nous avons dû remplacer notre aide cuisinier Christian qui est présentement en rétablissement d'une grave maladie. Prends bien soin de toi Christian. Afin d'assurer la relève, nous avons procédé à l'embauche d'un cuisinier d'expérience, soit monsieur Pandzic. Nous avons également accueilli du nouveau personnel provenant de notre cafétéria des Commissaires. Notre chef Jean-François a su, avec brio, maintenir un bon esprit d'équipe si important en cuisine.

La Cafétéria a réalisé son dernier virage pour être conforme aux attentes de la politique alimentaire du MSSS pour une saine alimentation. Cette transformation a fait en sorte que notre équipe de cuisiniers a développé de nouvelles compétences tout en cuisinant de nouvelles saveurs. L'arrivée de monsieur Pandzic a permis d'apporter de nouvelles saveurs internationales que les clients apprécient beaucoup. Le virage santé fait en sorte que nous offrons des collations dans lesquelles on retrouve moins de sucres et de gras.

Actuellement, la Cafétéria éponge un déficit pour son année financière qui vient de se terminer. La hausse du coût de la nourriture, la perte des machines distributrices

ainsi que l'insécurité des clients concernant les coupures ont fait en sorte que nous avons un manque à gagner de plusieurs milliers de dollars. La direction du Pavois et son chef ont exploré plusieurs alternatives. Quelques mesures ont déjà été mises en place. Nous avons dû ajuster à la hausse le coût des repas et nous sommes maintenant membre d'un groupe d'achats, ce qui diminue la liste d'épicerie.

Bravo à toute l'équipe pour votre excellent travail et tous les efforts que vous faites afin que la Cafétéria devienne rentable. Merci de nous faire confiance.



Quelques cuisiniers de la Cafétéria, accompagné de Mme Boivin



Les Éditions L'Hybride

L'année 2014 a marqué le début des activités de la maison des Éditions L'Hybride. Celle-ci a été lancée le 6 novembre dernier lors du 25^e anniversaire du Pavois. Avec une toute nouvelle équipe, elle fait suite aux Éditions Claude Bussièrès et au Pavois Éditeur.



Une partie de l'équipe

- En résumé, durant ses premiers 6 mois, la maison d'édition:
- A publié deux livres:
 - **Schizographie**, lancé le 6 novembre 2014 avec un tirage de 150 exemplaires. 79 livres ont été vendus durant cette période.
 - **Soleil bleu**, lancé le 8 janvier 2015. Premier tirage de 100 livres écoulé et un second de 100 livres actuellement en vente.
 - A créé et a mis en ligne son propre site web: www.editionslhybride.com.
 - Est active sur les réseaux sociaux Facebook et Tweeter.
 - A accueilli pour un stage de 170 heures une étudiante au baccalauréat en communication journalistique, Justine Parent.
 - S'est enregistrée au registraire des entreprises en tant

qu'OSBL et prône un mode de gestion d'entreprise d'économie sociale.

- A embauché son premier employé, Étienne Grandmaison, qui agit à titre d'agent de communication.
- A commencé à distribuer ses livres dans ces librairies de la Ville de Québec:
 - Librairie Laliberté
 - Librairie Pantoute St-Jean
 - Librairie Pantoute St-Joseph
 - Librairie St-Jean Baptiste
- A reçu une dizaine de propositions de manuscrits de tous genres.

Sommaires toute, c'est énormément de démarches qui ont été réalisées pour faire des Éditions une réalité dont nous sommes fiers. Plusieurs projets sont actuellement en cours et nous vous convions à nous suivre via notre Facebook et notre site web. L'équipe est composée d'Éric Bertrand (éditeur), d'Étienne Grandmaison (agent de communication), de Justine Parent (relations publiques), de Jean-Sébastien Hogdson (lecteur), de David Bellavance (lecteur) et de Simon Hénaire (secrétaire). Nous tenons à remercier les personnes qui ont collaboré à l'essor de L'Hybride depuis ses balbutiements au début 2013.

Implications locales

- Comité pour la mise en place d'une centrale d'équipement sportif. Le projet, chapeauté par Accès-Loisir, se veut être un centre de distribution des équipements sportifs à la population ciblée ayant des besoins.
- Table territoriale en santé mentale de Sainte-Foy-Sillery-Laurentien.
- Implication lors de la semaine de prévention du suicide, avec l'AQPS.
- Participation à la journée de réflexion et d'action de l'Agir «Victime à conquérant».
- Comité de travail pour dresser un portrait des jeunes de 18 à 30 ans sur le territoire de Sainte-Foy.
- Comité de vie de quartier de Loretteville.
- Implication avec l'AGIR.
- Développement de l'offre de services avec la commission scolaire de la Capitale.
- Comité Rétablissement avec l'IUSMQ.

Implications régionales et provinciales

- Table de concertation intersectorielle pour la formation et l'emploi des personnes handicapées de la Capitale-Nationale.
- Participation et porte ouverte de la Friperie pour la semaine de l'économie sociale, CRÉ.
- Membre de la table SARCA/FB de la commission scolaire des Découvreurs.
- Comité santé mentale, volet travail, AQRP.
- Groupe d'experts stages/travail, AQRP.
- Communauté de pratique: «Faire du rétablissement une réalité au Québec».

Cercles de Philo

Ce projet émerge de la table territoriale en santé mentale du CSSS de la Vieille-Capitale. Le Pavois de Sainte-Foy, en collaboration avec Sherpa, innove par le développement d'ateliers de philosophie. Ces ateliers offrent un lieu de prise de parole et de développement de l'esprit critique sur des thèmes d'intérêts. Les ateliers visent les jeunes (18-35 ans) de façon plus spécifique, mais pourront intégrer des personnes plus âgées afin de permettre un échange intergénérationnel et une certaine mixité. Ce projet est une véritable collaboration entre partenaires.

Notre organisme a reçu un financement du Forum jeunesse qui a permis l'embauche d'une animatrice pour développer et animer ces rencontres. L'organisme Sherpa sera le lieu d'accueil pour ces ateliers qui auront lieu dès l'automne 2015 pour une durée de 12 semaines.

Brésil - Un espace d'écoute, de paroles et de liens

En mai 2014, Stéphane Fortier, coordonnateur du Pavois de Sainte-Foy et Bruno St-Pierre, intervenant au Café le Globe, ont eu la chance de vivre une expérience enrichissante. En effet, le Pavois, toujours soucieux de mieux répondre aux besoins de ses membres, a saisi l'opportunité d'être formé à la Thérapie communautaire intégrative du Dr Adalberto Barreto, psychiatre et ethnologue.

La TCI naît à la fin des années 80 dans la favela de Quatro Varas à Fortaleza, au Brésil. Face à l'importance des problèmes médico-sociaux de la population, Dr Barreto découvre que l'entraide s'avère plus efficace que l'intervention un à un. Malgré son titre, ce n'est pas une thérapie comme nous le concevons au Québec.

Cet espace de parole, c'est 90 minutes d'écoute, de partage, de soutien, de paroles et de liens. Placés en cercle, appelé la ronde, les participants s'ouvrent en toute simplicité sur leur histoire du quotidien, sur les petits cailloux que nous traînons tous dans nos chaussures: petits et grands problèmes, souffrances qui en résultent, mais aussi, et surtout, les expériences, les solutions, les petites et grandes réussites. Ces groupes sont ouverts à l'ensemble de la communauté. Vous pouvez vous joindre au groupe de Sainte-Foy le mardi en après-midi ou à celui de Québec le jeudi en après-midi. Des expérimentations se sont réalisées chez des organismes partenaires et des milieux scolaires.



Arrière: Thérèse Mara Pontes, Rosanne Énard, Sophie Lajoie, Fabienne Crousaz, Laurent Kapela, Stéphane Fortier.
Milieu: Anne-Marie Simon, Dr Adalberto Barreto, Bruno St-Pierre.
Avant: Rosalie Cyr, Mélanie Girard, Anna-Christina Sampaio.

Colloque de l'AQRP

Lors du XVII^e colloque de l'AQRP en novembre dernier, plusieurs employés du Pavois ont participé comme bénévole à la réalisation et au bon fonctionnement de celui-ci. Ce fut une expérience enrichissante, tant dans notre participation bénévole qu'au niveau des différents ateliers auquel nous avons assisté. Merci à l'AQRP de nous avoir offert cette opportunité.



Équipe responsable des bénévoles - Colloque de l'AQRP



Lancement des Éditions L'Hybride - Colloque de l'AQRP

Présentation du Pavois

- Centre de traitement dans la communauté Chanoine-Morel.
- CSSS Vieille-Capitale.
- Unité de médecine familiale de Sainte-Foy
- Équipe du CLSC La Source.
- Équipe Pacte de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec.
- Étudiants de différentes disciplines.
- Étudiants du Cégep de Lévis-Lauzon en technique en travail social.
- Étudiants du Cégep de Sainte-Foy en technique en travail social.
- Fête de la vie de quartier de Loretteville.
- Professionnels du Centre Saint-Louis.
- Services adaptés du Cégep Sainte-Foy.

Nous étions présent

- Porte ouverte de la clinique Notre-Dame des Victoires et l'équipe de suivi intensif (SIIP).
- La Baratte, 15^{ième} anniversaire et présentation du Pavois à la conférence: Conjuguer problèmes de santé mentale et travail 2014.
- Présentation des services collège Mérici.
- Semaine de l'économie sociale, la Maison des Entreprises de Cœur.
- Journée contre la stigmatisation: «Faisons éclater les préjugés! Pour contrer la stigmatisation». PECH.
- Mouvement RAIZE: La mission du Mouvement RAIZE est de soutenir le développement des communautés via le financement des organismes communautaires. Le mouvement se distingue en remettant 100% des dons générés par les entreprises RAIZE qui supportent une cause qui lui tient à cœur. Le Pavois est fier d'être partenaire avec le Pub Le Projet (spécialité microbrasseries, cuisine style pub, produits du terroir québécois). Un pourcentage des profits est remis sur la vente de bière à la Fondation des Amis du Pavois. Merci au Projet!



Des projets...

ÉMILIA, Agir

Le Pavois sera une fois de plus à l'avant-garde des pratiques en santé mentale. En collaboration avec l'Agir, cinq organismes ont été approchés afin d'accueillir le projet EMILIA dès septembre 2015. Il s'agit d'un concept européen qui s'inscrit dans une approche d'éducation populaire. Une pédagogie active qui intègre les parcours de vie, les contextes socioéconomiques, les environnements d'apprentissages et la réflexivité des apprenants. Le projet a déjà fait ses preuves dans 16 sites issus de 12 pays différents de 2005 à 2010. Parmi les 14 modules de formation, 5 seront disponibles et offerts à la clientèle. Ces modules de formation visent à favoriser le rétablissement et le développement du pouvoir d'agir. Ils proposent des exercices pratiques d'apprentissage. Une communauté de pratiques sera implantée et les animateurs seront accrédités pour dispenser EMILIA.

Stage à l'étranger

Le Pavois a accueilli Julie Cabrières, stagiaire de l'IFRASS (Institut de formation, recherche, animation, sanitaire, social de Toulouse). Elle a passé 8 semaines auprès de la clientèle.

Stage au Nicaragua

Le Pavois a donné soutien et appui à l'organisme Groupe d'entraide internationale Spirale, pour le projet de stage au Nicaragua pour 3 jeunes du Pavois.

Le Pavois en images



Fête de retraite de Diane Leclerc, fidèle employée de la Friperie du Pavois



Cabane à sucre



Marie-Ève Croteau - Responsable à la comptabilité et médaillé d'or à la Coupe du monde de paracyclisme disputée à Magiano, en Italie

REMERCIEMENTS

Merci au personnel

Cette année encore, l'équipe de direction insiste sur la qualité du travail accompli par l'ensemble du personnel des trois points de services du Pavois et des entreprises d'économie sociale.

C'est une grande fierté pour nous de travailler avec des personnes qui ont à cœur le respect des besoins des membres et qui les accompagnent dans leur parcours de vie avec énergie et conviction. Merci à toutes et tous pour votre implication!

Merci aux partenaires

Partenaires financiers

- Agence de développement de services de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
- Bureau des technologies d'apprentissage. Développement des ressources humaines. CAC Internet Industries Canada
- Caisse Desjardins de Sainte-Foy
- Centre du Nouvel-Horizon, commission scolaire des Premières-Seigneuries
- Centre St-Louis, commission scolaire de la Capitale
- Direction des ressources humaines Canada
- Direction régionale d'Emploi-Québec, Capitale-Nationale
- Janssen (Club Hors-Piste)
- La Fondation des Amis du Pavois
- La Fondation J Rodolphe La Haye
- La Fondation SIS
- Régie des alcools, des courses et des jeux

Ententes de collaboration

- APUR
- AQRP
- La Baratte
- Cégeps de la région
- Centre du Nouvel-Horizon
- Centre St-Louis
- Cuisine collective de Beauport
- Centre Jacques-Cartier
- École secondaire St-Jean-Eudes
- Emploi-Québec
- La direction générale de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec
- Office municipale d'habitation de Québec
- Patro Laval
- PEPS de l'Université Laval
- SPHÈRE-Québec
- Yoga InVivo

Merci aux membres

Des remerciements particuliers à tous les membres pour votre implication et votre participation à différents comités, projets, coanimation d'ateliers, etc. Merci de nous faire confiance et de vous faire confiance!

Liste du personnel

Le Pavois de Québec

Bertrand, Éric
Boivin, Lisette
Boudreault, Martine
Caron-Laberge, Joannie (stagiaire)
Côté-Gingras, Joëlle
Croteau, Marie-Ève
Cyr, Francine
De Bellefeuille, Marcel
Daigle, Pénélope
Duchesne, Joëlle (stagiaire)
Dupuis, François
Ferland, Amélie
Fiset, Catherine
Fortier, Stéphane
Gravel, Jonathan
Grandmaison, Étienne
Hains, Line
Jackson, Isabelle
Labbé, Sarah (stagiaire)
LeBlanc, Marie-Pier (stagiaire)
Lepage, Catherine
Mongrain, Isabelle
Parenteau, Catherine (stagiaire)
Poulin, Mélanie
Soucy, Brigitte
St-Gelais, Michel
St-Pierre, Bruno
Thivierge, Pierre
Tremblay, Mélanie
Trudel, Julie
Turcotte, Marie-Claude
Vaillancourt, Line
Walsh, Anne
Watt, Kathleen

Le Pavois de Sainte-Foy

Audet, Évelyne
Boily, Alexandre (stagiaire)
Boiteau, Jean-François
Fortier, Stéphane
Fournier, Martin
Joly, David
Lavoie, Julie
Morin-Paquet, Mélanie (stagiaire)
Saucier, Michel

Le Pavois de Loretteville

Demers, Mélanie
Drolet, Isabelle (stagiaire)
Genois, Cindy
Goupil, Josée
Grenier, Alexanne (stagiaire)
Mongrain, Isabelle
Morin, Audrey
Pelletier, Claire
Savard, Joany
Trudel, Julie
Villeneuve, Cindy (stagiaire)

La Friperie du Pavois

Boisvert, Patrick
Derguy, Anne
Dorval, Richard
Hernandez, Roysbel
Hudon, Yves-Marie
Larose, Stéphanie
Leclerc, Diane
Mérette, Céline
Moldovan, Héléne (bénévole)
Savard, Joany

Les Copies du Pavois

Gilbert, Luce
Martel, Dominic
Rousseau, Stéphanie

La Cafétéria du Pavois

Bélangier, Linda
Carrière, Diane
Fortier, Bertrand
Gravel, François
Grenier, Jean-François
Hudon, Yves-Marie
Lebel, Luc
Martel, Roselyne
Pandzic, Husein
Pouliot, André
Ratti, Jean-Sébastien
Tremblay, Christian

L'enseignante d'informatique et de français

St-Georges, Ginette

Le Club Hors-Piste

Bergeron, Joé
Caron, Sébastien
Fiset, Catherine
Gagnon, Brigitte (IUSMQ)
Jacques, Michaël
Leclerc, Maxime
Létourneau, Daniel
Mercure, Philippe
Vaillancourt, Line

Les Éditions L'Hybride

Bellavance, David
Bertrand, Éric
Bertrand, Dannie
Gagnon, François
Hénaire, Simon
Hogdson, Jean-Sébastien
Parent, Justine
St-Onge, Bertrand