



# **OSEZ** *le Pavois*

**OSEZ** *explorer...*

**OSEZ** *étudier...*

**OSEZ** *travailler...*

**OSEZ** *en parler...*

**OSEZ** *vous dépasser...*

**OSEZ** *partager...*

**OSEZ** *entreprendre...*

**OSEZ** *donner...*



TABLE DES MATIÈRES

Notre mission, nos valeurs ..... 3  
 Organigramme..... 4  
 La gouvernance du Pavois ..... 5  
 Nos ententes de collaboration ..... 7  
 Les statistiques ..... 8  
 L'accueil ..... 9  
 Les ateliers socioprofessionnels ..... 10  
 Reprendre du pouvoir sur sa vie ..... 11  
 Les activités informatiques..... 12  
 L'implication citoyenne..... 13  
 Le soutien aux études..... 14  
 L'intégration au travail..... 15  
 Un nouveau projet - Intégration en emploi..... 17  
 Mieux vivre avec les voix ..... 18  
 Le Club Hors-Piste ..... 21  
 La vie démocratique ..... 23  
 Les Cafés et la vie associative ..... 24  
 Les entreprises d'économie sociale..... 27  
 La Fondation des amis du Pavois..... 30  
 Nos implications ..... 31  
 Remerciements ..... 32

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 reprendre du pouvoir sur sa vie.

Notre mission - Nos valeurs

**Le Pavois vise l'intégration socioprofessionnelle et scolaire de personnes ayant un problème de santé mentale qui privilégie l'actualisation des rêves et l'amélioration de leur qualité de vie.**

Le Pavois exerce son dynamisme parmi sa liberté de choix d'offrir des services diversifiés qui font preuve de pratique citoyenne et d'approche axées sur les forces de la clientèle. Nous sommes fiers d'agir selon notre mission et libres de déterminer nos orientations incluant des approches novatrices. Nous travaillons en partenariat et en équipe et centrons nos forces et échanges sur les aspects positifs du présent et de l'avenir en tenant compte des besoins et des défis actuels. Nous insistons sur l'importance que la personne s'investisse dans un projet de vie qui la fait vibrer et unissons nos compétences pour l'accompagner.



Diane et Kathleen de la comptabilité



Notre équipe de travail



François du soutien informatique

Le Pavois prône des valeurs qui constituent ses références au quotidien

**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**

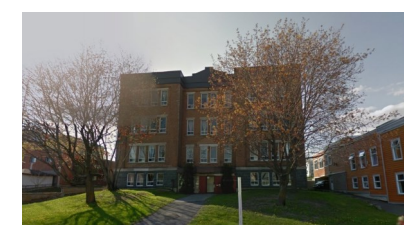
Nous centrons nos échanges sur les aspects positifs du présent et de l'avenir tout en reconnaissant la richesse des événements passés.

**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**

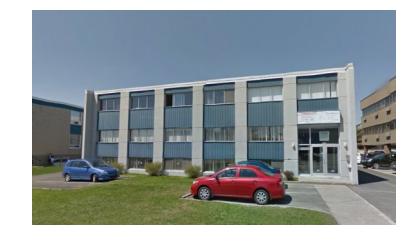
Nous reconnaissons l'importance de donner un sens à la vie.



Pavois de Loretteville

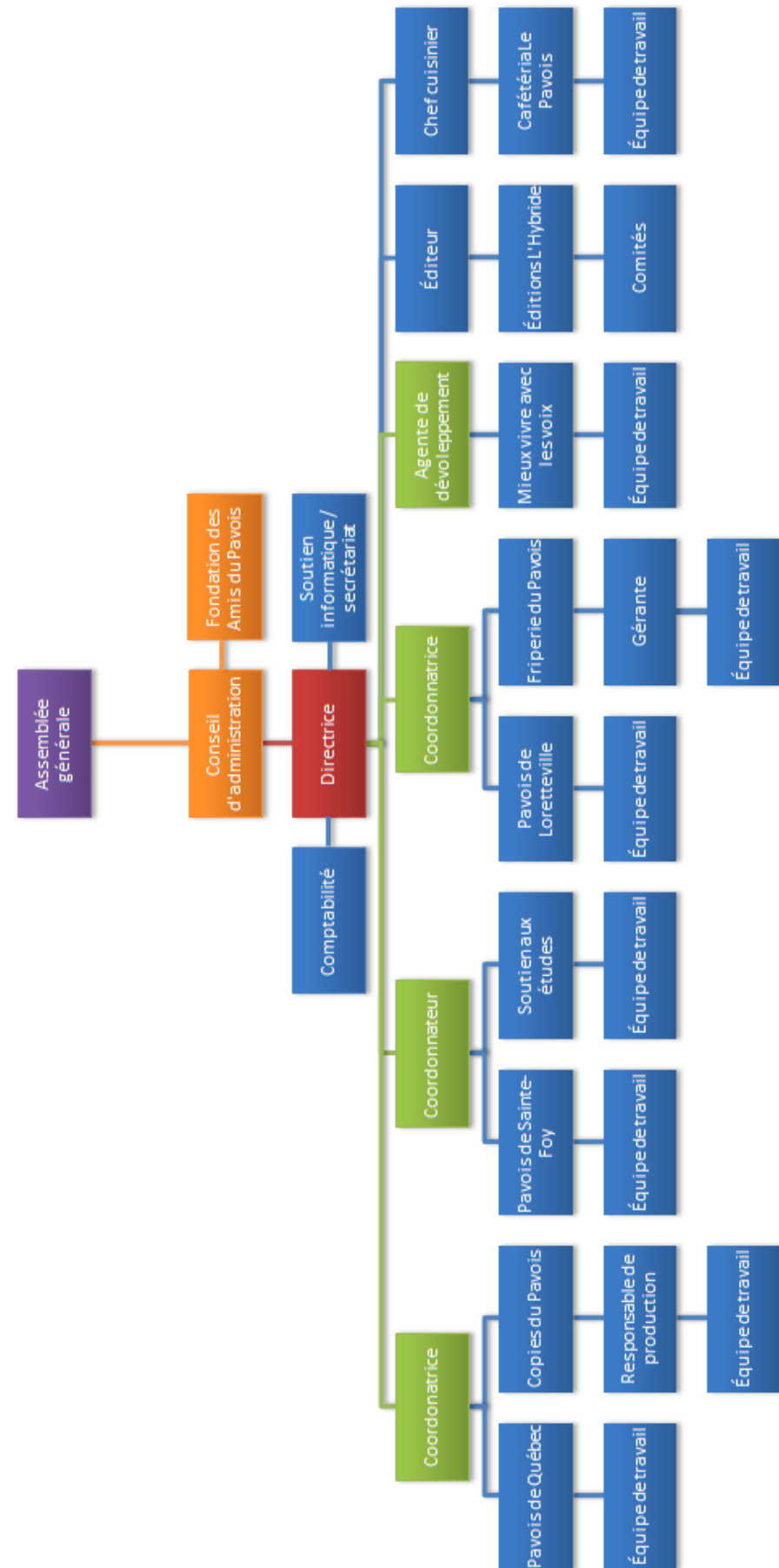


Pavois de Québec



Pavois de Sainte-Foy

Organigramme du Pavois et de ses entreprises d'économie sociale



Le conseil d'administration du Pavois est composé de 9 bénévoles, dont trois représentants des membres de l'organisme. Ce sont des personnes intègres et dévouées qui s'acquittent de leurs devoirs avec rigueur et diligence. Tous s'assurent que les Pavois et ses entreprises d'économie sociale respectent et réalisent leur mission. Ce qui les guide, ce sont les intérêts et les nouveaux besoins de la clientèle ainsi que les valeurs de l'organisation. Chaque mois, ils approuvent les orientations stratégiques et les budgets qui en découlent, ils supervisent les opérations, s'assurent que les lois qui lui sont applicables soient respectées et que les employés et les membres soient traités équitablement. Merci à vous tous pour votre engagement et votre dévouement. Laissez-moi vous les présenter:

M. Pierre Raymond, secrétaire; M. Hugue Parent, administrateur; Mme Marie-Ève Leblond, vice-présidente; Mme Louise Drolet, présidente; Mme Sophie Gingras, administratrice; Mme Édith Fortin, administratrice; M. André Blanchette, trésorier; M. Michel Tremblay, administrateur; M. David Bellavance, administrateur suppléant.



Mot de la présidente



Bonjour à vous chers amis, membres, employés et partenaires du conseil d'administration du Pavois.

Nous voici déjà arrivés à la fin d'une année qui fut encore une fois pleine de réalisations. Bien que nous soyons tous impliqués dans le succès du Pavois, aujourd'hui je désire souligner particulièrement le travail de notre chère directrice, Francine Cyr.

Notre directrice ne cesse d'impressionner le conseil d'administration par son ardeur à la tâche et son désir de faire rayonner le Pavois dans la communauté. Dès qu'un projet lui est proposé, elle répond favorablement et se fait un devoir de le mettre en place avec persévérance. Elle est toujours en recherche de nouveaux partenaires et commanditaires et son leadership et sa ténacité propulsent le Pavois vers les plus hauts sommets.

Bien sûr, pour réaliser tout cela elle peut compter sur une équipe exceptionnelle. Cette équipe, j'ai le plaisir de la côtoyer tout au long de l'année lors d'évènements. Je n'ai rencontré que de magnifiques personnes toutes souriantes et heureuses de faire partie de la solution, soit d'aider notre clientèle à reprendre le plein pouvoir sur leur vie.

Nous savons, chers amis employés, à quel point vous avez à cœur le bien-être des membres que vous desservez. Nous connaissons aussi votre valeur et sommes reconnaissants de tous les efforts que vous faites.

Et vous, chers membres, merci de nous faire confiance et de nous pousser à nous améliorer sans cesse. Votre chaleur et votre soutien nous sont nécessaires pour nous aider à mieux vous aider et vous servir.

En terminant, je désire remercier tous les merveilleux membres du conseil d'administration qui nous apportent tous leur expertise, leur temps et leurs connaissances.

Profitez bien tous de votre été et au plaisir de vous revoir en septembre.

*Louise Drolet*  
Louise Drolet

### Mot de la directrice



Honorer le passé, bâtir l'avenir, mettre la personne au cœur de toutes nos décisions; voilà ce qui pourrait résumer l'année 2017-18 du Pavois. C'est un quotidien marqué par de nombreux acteurs qui témoignent de rencontres étonnantes, de résilience, de dépassement de soi, de projets novateurs, d'engagement avec la clientèle ainsi que la création de liens durables avec nos partenaires et la communauté.

Les succès sont multiples, les ambitions sont grandes et notre volonté d'aider et d'innover en adéquation avec les demandes de la clientèle et notre plan d'action témoigne de notre leadership à entreprendre et à partager notre expertise tant ici qu'à l'étranger. Cette année, **724 personnes** nous ont fait confiance et nous saluons chaleureusement leur courage et leur détermination.

Le dévouement, l'unité et la cohésion dont font preuve les membres du personnel et du conseil d'administration sont quelques-unes des nombreuses qualités qui définissent notre milieu de travail. Je remercie cette belle équipe qui n'a jamais peur de retrousser les manches et qui prend beaucoup de plaisir à se renouveler constamment. Je suis très fière de tous les efforts déployés durant cette année.

Notre année en a été une particulièrement concluante, car nous avons mis en place d'ambitieux projets porteurs de nouvelles approches. Entre autres, avec l'aide du Fond Bell Cause pour la Cause et en collaboration avec le Centre de pédopsychiatrie, le service pour les jeunes (12-17 ans) ententeurs de voix a été démarré. Bientôt, des outils, dont un site Internet spécialisé ainsi qu'un livre, seront à la disposition des familles et des jeunes. Nous avons également uni nos forces dans le développement du programme intégré de soutien à l'emploi (PISE) qui répond à de nouvelles façons de desservir la clientèle désireuse d'aller en emploi. Ce modèle repose sur une approche partenariale entre le réseau et le communautaire. Par ailleurs, encore cette année, nous sommes très fiers de constater une augmentation notable du taux de diplomation et de qualification des étudiants dont le suivi est réalisé par le service d'accompagnement du programme de soutien aux études.

Cette année, nous avons animé une programmation variée pour les gens de la communauté en santé mentale dans les bibliothèques de quartiers. En plus d'offrir nos formations et nos livres à travers toute la province ainsi qu'à l'international; de quoi être fière! À la lecture de ce rapport, vous trouverez non seulement les nombreuses réussites de notre organisme, mais également une description des principaux ateliers et services offerts qui font du Pavois un milieu dynamique couvrant toutes les sphères du rétablissement et de la pleine citoyenneté.

Du point de vue des entreprises, cette année a été particulièrement florissante. Nous avons su garder le cap sur la réussite sociale et financière tout en favorisant une gestion rigoureuse et transparente de toutes nos ressources ainsi que des projets stimulants et inspirants pour les employés tels un 3e Marathon d'écriture et un lancement de livre aux Éditions L'Hybride, de nouveaux partenariats à la Friperie, le départ de notre chef à la Cafétéria et de nouveaux contrats pour les Copies du Pavois.

Par ailleurs, nous poursuivons toujours nos efforts pour déménager le Pavois de Loretteville. Plusieurs partenaires ont été interpellés et ce sont investis dans cette démarche. De plus, l'enjeu du financement demeure central pour nos deux points de services. En effet, cette année notre Fondation a été très active et un tout nouveau site Internet verra le jour prochainement. Nous tenons à remercier sincèrement tous nos donateurs.

Merci à tous nos partenaires, nos bailleurs de fonds, nos bénévoles et l'équipe de gestion qui sont d'une efficacité remarquable. Je remercie particulièrement la clientèle qui représente notre source d'inspiration quotidienne et qui nous amène à toujours nous dépasser.

Merci également aux membres du conseil d'administration pour leur appui et leur implication précieuse qui permet de soutenir, d'enrichir et de développer les orientations et les projets du Pavois et de ses entreprises.

Francine Cyr

Fier du partenariat tant au niveau d'ententes de services que d'ententes financières avec ses collaborateurs, le Pavois tient à remercier chaleureusement ces derniers, car chacune des mailles de nos forces communes contribue à offrir des services de qualité à la clientèle, à œuvrer en réseau et sont gages de la mise en place de meilleures pratiques et du partage des expertises au profit des personnes que nous desservons. Merci, votre implication et votre incontestable engagement s'avèrent indispensables au fil des ans.

### Le CIUSSS de la Capitale-Nationale

Le principal partenaire financier des trois Pavois est le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS). Notre financement est reconnu en soutien à la mission globale des organismes œuvrant dans le secteur de la santé et des services sociaux dans le cadre du programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).

### Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale

Le Pavois est partenaire avec Emploi-Québec pour les différents programmes d'employabilité tels que le contrat d'intégration au travail (CIT), la subvention salariale et le programme d'aide et d'accompagnement social (PAAS Action). Toutes ces mesures permettent la progression et l'insertion vers le marché du travail régulier ou adapté. Également la mesure de formation de la main-d'œuvre (MFOR).

### Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur

Une entente se poursuit avec trois centres d'éducation aux adultes. Le centre Saint-Louis et le centre Louis-Joliet de la commission scolaire de la Capitale et la Maison des Adultes de la commission scolaire des Premières-Seigneuries. Plusieurs projets sont mis en place, dont des ateliers informatiques et plus de 35 contenus de formation visant le développement d'habiletés sociales (IS). Également, le programme d'intégration socioprofessionnelle (ISP) permet de développer des compétences au travail tout en apprenant un métier directement en entreprise.

### Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, direction régionale d'Emploi-Québec

Depuis plus de dix ans, nous comptons sur une belle collaboration avec la direction régionale d'Emploi-Québec dans le cadre d'une entente de service pour le programme de soutien aux études. Permet le financement d'une agente d'intégration aux études qui travaille à l'évaluation, à la préparation et à l'accompagnement pour l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation.

### Institut universitaire en santé mentale de Québec du CIUSSSCN

Une nouvelle collaboration pour le programme intégré de soutien à l'emploi (PISE) de la Capitale-Nationale permet de développer le service à l'emploi accompagné. Le Pavois poursuit sa collaboration avec le programme «Santé globale» de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec. Il s'agit d'un prêt de service d'une éducatrice physique et le déploiement des services d'une équipe dédiée à l'amélioration des saines habitudes de vie offerts aux jeunes de 18 à 34 ans du Club Hors-Piste du Pavois.

### Développement des ressources humaines Canada

Le Pavois bénéficie d'une aide financière pour nos deux ententes qui permettent aux jeunes de 15 à 30 ans de travailler et ainsi, d'acquérir une expérience de travail dans leur domaine d'étude. Nos partenaires sont: Ministère de l'Innovation, des Sciences et du Développement économique et Emplois d'été Canada ainsi que Connexion compétences de la Stratégie emploi jeunesse (SEJ).

### Réseau de transport de la Capitale (RTC)

Le Pavois est reconnu dans le programme «Complicité» (Abonne-Bus) qui vise et encourage le développement et la promotion du transport en commun auprès de ses membres. Des réductions sont offertes à nos membres qui s'inscrivent à ce programme.

### D'autres précieux collaborateurs

Mentionnons l'Association des personnes utilisatrices des services en santé mentale de la région de Québec (l'APUR), l'Alliance des groupes d'intervention pour le rétablissement en santé mentale (l'AGIR), l'Association québécoise de la réadaptation psychosociale (l'AQRP), le réseau d'entendeur de voix québécois (REVQ), le Centre de pédopsychiatrie, les cégeps de la région, les Cuisines collectives de Beauport, l'école secondaire Saint-Jean-Eudes, le Patro Laval, le PEPS de l'Université Laval, le Bureau des affaires poétiques, M. Bruno Bourassa, chercheur et M. Yann Le Bossé, professeur titulaire au département des Fondements et pratiques en développement du pouvoir d'agir des personnes et des collectivités. Merci à M. Pierre Craig et M. Roger Archambault à la réalisation d'un podcast portant sur le phénomène humain des voix.

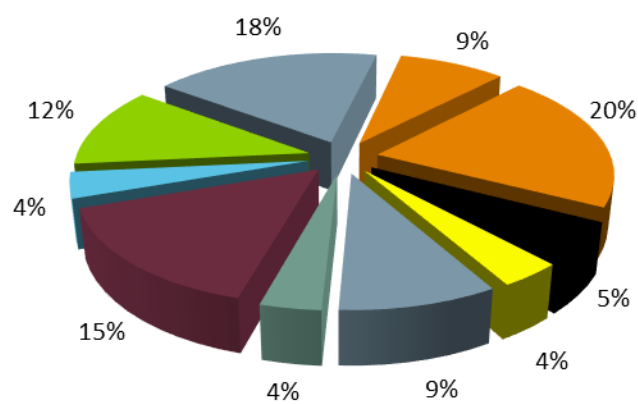
Statistiques et répartition de la clientèle des trois Pavois selon les services

Sexe	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Femmes	261	48	54	363
Hommes	261	61	39	361
<b>Total</b>	<b>522</b>	<b>109</b>	<b>93</b>	<b>724</b>
Scolarité	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Secondaire non complété	102	15	21	138
D.E.P.	72	18	26	116
D.E.S.	167	24	23	214
D.E.C. (AEC)	112	20	17	149
Certificat	3	3	3	9
B. ou plus	66	29	3	98
<b>Total</b>	<b>522</b>	<b>109</b>	<b>93</b>	<b>724</b>
Âge	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
20 ans et moins	15	2	2	19
21 à 30 ans	112	10	17	139
31 à 40 ans	105	29	16	150
41 à 50 ans	128	26	22	176
51 ans et plus	162	42	36	240
<b>Total</b>	<b>522</b>	<b>109</b>	<b>93</b>	<b>724</b>
Type de résidence	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Logement / Maison	349	86	61	496
Résidence familiale	73	14	19	106
Résidence étudiante	3	0	0	3
Appartement supervisé	16	0	1	17
Chambre et pension	29	7	4	40
Famille d'accueil	3	0	0	3
Centre de réadaptation	7	1	2	10
RI/RNI/RTF	9	0	4	13
Autre	33	1	2	36
<b>Total</b>	<b>522</b>	<b>109</b>	<b>93</b>	<b>724</b>
Provenance	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Beauport	86	0	2	88
Charlesbourg	72	3	4	79
Loretteville	1	0	39	40
Québec	285	28	38	351
Sainte-Foy/Cap-Rouge	40	68	0	108
Rive-Sud, autres	38	10	10	58
<b>Total</b>	<b>522</b>	<b>109</b>	<b>93</b>	<b>724</b>

Cette année, les Pavois et ses entreprises d'économie sociale ont offert des services à **724 personnes**.

Répartition des membres actifs selon les services

- Activités informatiques (78)
- Mieux vivre avec les voix (30)
- Cafés (Le Globe, L'Odyssée) (131)
- Entreprises (Copies, Friperie, Cafétéria) (32)
- Soutien aux études (100)
- Ateliers socioprofessionnels (157)
- Emploi (74)
- Stages (173)
- Club Hors-Piste (47)
- Orientation (31)



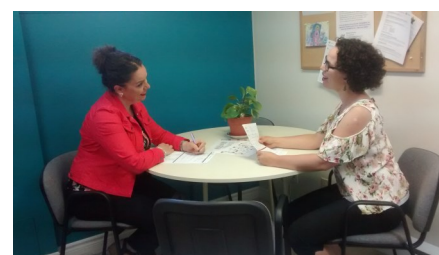
Certains membres ont bénéficié de plus d'un service pendant l'année 2017-2018

Le service d'accueil

Conséquemment à l'importance capitale de la qualité de l'accueil au Pavois, chaque intervenant, dans ses actions, priorise de faire naître l'espoir, de faire émerger les forces, d'explorer les rêves de la personne et enfin de l'informer sur la panoplie de services disponibles. D'abord, une rencontre individuelle nous permet d'échanger, d'informer et d'orienter sur le cheminement de la personne dans les différentes sphères de vie. Il est offert en tout temps à la personne d'être accompagné par un proche ou un tiers significatif lors de cette rencontre. Au cours de l'année, c'est **206 personnes** qui ont été reçues en entrevue.

Une intégration personnalisée

Au Pavois, l'accompagnement s'effectue de façon personnalisée et plusieurs actions sont mises en place dès l'intégration afin d'offrir un service chaleureux et convivial dans le but de répondre aux nombreuses demandes. Intégration individuelle ou en groupe, témoignages d'espoir, mise en action dans un projet, rencontres régulières avec son agent (dans la communauté ou dans les locaux du Pavois) sont autant de moyens concrets mis en place afin de favoriser l'intégration des personnes.



Des entrées continues

Le service d'entrée aux Pavois (SEP), trois lettres qui font une différence! Cette année, toutes les équipes ont mis davantage à offrir un service chaleureux, convivial et personnalisé afin de bien répondre aux nombreuses demandes. Ce service d'entrée au Pavois permet d'aller en profondeur quant aux besoins de la personne. Il permet également d'informer, d'orienter et de référer la clientèle vers un parcours et des ressources appropriées.

Club Hors-Piste

Pour le Club Hors-Piste, les jeunes sont rapidement référés à l'agente responsable du Club. Le formulaire d'accueil est également accessible en ligne sur notre Internet. Chaque jeune est rencontré rapidement afin qu'on lui présente les services et le calendrier d'activités du Club. Une évaluation de la condition physique est effectuée au besoin par un kinésologue de l'équipe de Santé globale du CIUSSSCN.

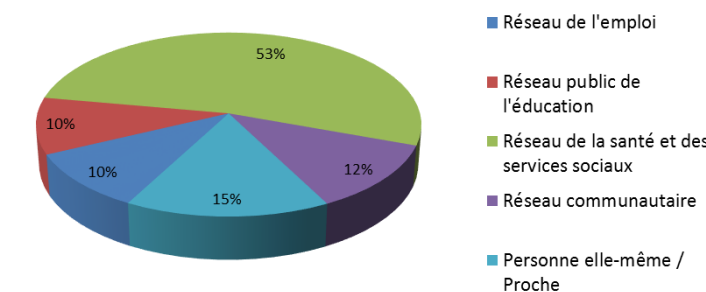
Soutien aux études

Les premières rencontres pour les personnes désirant intégrer le service de soutien aux études comportent l'accueil, l'évaluation et les références pour un projet scolaire. Ces rencontres permettent de discuter du projet scolaire, des perspectives de travail dans ce domaine, du rythme d'étude et des questions financières.

Programme «Mieux vivre avec les voix»

À propos de l'intégration au programme «Mieux vivre avec les voix», lors de la première rencontre nous visons principalement deux objectifs: celui de donner à la personne de l'information sur le programme et sur le groupe ainsi que de connaître davantage la relation qu'elle vit avec ses voix

Sources de référence



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

Le Pavois de Sainte-Foy

**32 personnes** ont été rencontrées en entrevue d'accueil:  
**4 personnes** ont été référées.  
**28 personnes** ont été acceptées.

Le Pavois de Loretteville

**48 personnes** ont été rencontrées en entrevue d'accueil:  
**4 personnes** ont été référées.  
**44 personnes** ont été acceptées.

Le Pavois de Québec

**126 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»):  
**2 personnes** ont été référées.  
**124 personnes** ont été acceptées.

Les ateliers socioprofessionnels permettent à la personne d'explorer, d'identifier et de réaliser son projet de vie. Différents parcours visant l'intégration sociale ou l'orientation vers le marché du travail sont offerts. Chaque point de service offre une programmation annuelle parmi nos 41 ateliers. Pour le Pavois de Loretteville, c'est 12 ateliers différents offerts. Le Pavois de Québec, 16 ateliers et le Pavois de Sainte-Foy, 13 ateliers. Une belle diversité de services.

Liste des ateliers socioprofessionnels offerts en 2017-2018 pour les trois Pavois

PAVOIS DE LORETTEVILLE	PAVOIS DE SAINTE-FOY	PAVOIS DE QUÉBEC
Atelier de créativité «C'est beau la vie» (3)	Art culinaire (4)	Autogestion de l'anxiété
Bienvenue au Pavois (2)	Atelier d'écriture	Bureautique (3)
Café-causerie (2)	Ateliers cognitifs	Cibler et réaliser son projet socioprofessionnel
EMILIA	Autogestion de l'anxiété	Création «Livres Objet» (2)
Explorateurs urbains	Création de fonds	Cultivons notre pensée (3)
J'existe	Développement du pouvoir d'agir	Danse ta vie
Ma santé m'appartient	Explorateurs urbains	Explo, cuistots et petits pots (4)
Osez défier le quotidien (4)	Informatique (3)	Français (3)
Osons communiquer	L'amitié	Informatique libre
Pleine citoyenneté	Liberté 60	Ma vie à ma façon
Rétablissement	Ma santé m'appartient	Magazine «Le Délire de lire»(4)
Vendredi artistique	Pleine conscience	Mon projet dans l'action
	Rétablissement (3)	Mon quotidien simplifié
		Recherche emploi stage bénévolat
		Rétablissement
		Un jardin au Pavois pour toi! (3)



Cultivons notre pensée

«Cultivons notre pensée» a pour but de cogiter et de partager des idées sur différents thèmes (sens de la vie, neuroplasticité, dépassement de soi...). Par des courts et longs métrages, les participants ont été amenés à échanger et à réfléchir sur les enjeux présentés. Nous tenons à remercier Mme Mélanie Carrier de MÖ films pour nous avoir gracieusement offert le visionnement de *Asiemut* et de *Québécoisie*. Une quinzaine de personnes ont participé à l'atelier au courant de l'année avec une moyenne de **12 participants** présents par atelier.

Le Délire de lire

Par ce magazine, c'est une **quinzaine de personnes** qui ont partagé avec les lecteurs leurs pensées et leur vécu autour d'un thème choisi en équipe. Cette année, deux numéros ont été publiés: *Les préjugés: pile ou face?* et *Deuil et réconfort* et c'est près de 150 exemplaires qui ont été vendus. L'équipe tient à remercier M. Frédéric Emond, initiateur du projet, qui a quitté suite au troisième numéro. Nous te souhaitons une bonne continuité dans tes projets. L'équipe du «Délire de lire» est toujours ouverte à recevoir des textes en lien avec le thème à venir. Pour informations: ledeliredelire@gmail.com.

Mon projet dans l'action

Pour les personnes qui aspirent être en action et marcher vers ses rêves, nous leur avons créé cet atelier pour les accompagner dans la construction de leur projet de vie. À travers des discussions sur des thèmes tels que: l'identification de nos forces, l'identification d'un projet, les obstacles à l'atteinte de celui-ci ainsi que les stratégies et les ressources pour y faire face, la divulgation (les avantages et les inconvénients), l'entrevue, etc. C'est sous l'encouragement et les félicitations de tous que les participants ont choisi un défi ou une action pour soi, et ce, tout au long des 5 semaines.



EMILIA: Une formation visant le développement du pouvoir d'agir

En collaboration avec l'AGIR et le GRIOSE, le Pavois était présent à toutes les étapes d'EMILIA. Qu'il s'agisse du comité de pilotage, de la lecture du matériel de formation, du recrutement et de la formation de nos trois animateurs, de l'animation des ateliers et de la participation à la recherche d'implantation.

C'est en 2016 que débutait la formation pour la première cohorte: 10 intervenants et des pairs-aidants de 5 organismes, dont le Pavois. Le 18 avril dernier avait lieu la soirée de lancement de l'évaluation de l'implantation du programme EMILIA par le GRIOSE. Depuis, c'est 30 animateurs de 15 organismes différents et deux communautés de pratique qui ont été formées. Dans le rapport d'évaluation, vous pourrez y retrouver l'appréciation des participants, les recommandations et les défis qui ont été relevés. Le projet continue: en collaboration avec l'APUR, un nouveau module «Des voix puissantes» débutera sous peu. Nous espérons revoir l'atelier à nouveau à notre programmation d'ici l'automne 2018. Restez à l'affût!! Bravo à nos animateurs.



Francine Cyr, Charles Rice de l'AGIR et nos animateurs(trices) Mélanie Poulin, Joany Savard et André Blanchette

Citation dans le rapport du GRIOSE: «Les deux partagent aussi leur vécu... ça fait qu'on ne se sent pas comme dans une place où ça serait un grand maître académique, etc.: «je détiens le savoir absolu», et vous êtes... Là, c'est plus d'égal à égal, comme mode d'échange, si on peut dire.»

Programme «J'avance!»

Prendre du pouvoir sur sa santé mentale - Des ateliers d'autogestion offerts au Pavois de Québec et de Sainte-Foy

Toujours à l'affût de ce qui peut outiller notre clientèle, le Pavois a saisi l'occasion de former trois personnes de son équipe afin de pouvoir animer les ateliers développés par l'organisme Revivre. Le programme «J'avance!» est constitué de cinq types d'ateliers qui visent le soutien à l'autogestion de la santé pour les personnes touchées par l'anxiété, la dépression ou la bipolarité. Nos premiers groupes ont débuté en février avec le thème de l'anxiété.

Cet atelier représente une démarche d'intervention de groupe s'échelonnant sur 10 semaines, à raison d'une rencontre de 2h30 par semaine. Nous avons formé un groupe à Sainte-Foy et un autre à Québec. Au total, nous avons rejoint **20 participants**. Au début de chaque rencontre, les coanimateurs remettent un fascicule aux participants, lequel contient de l'information théorique, des exercices, des discussions ainsi que diverses ressources.

Quelques thèmes abordés:

- Améliorer l'observation et la connaissance de soi et de l'anxiété.
- Identifier ses déclencheurs et les facteurs de maintien de l'anxiété.
- S'initier à des techniques pour diminuer l'intensité de l'anxiété.
- Se familiariser avec l'acceptation et se remettre en action.
- Viser une reprise du pouvoir sur sa situation et sur son anxiété.



Service de développement du pouvoir d'agir - Pavois de Sainte-Foy

- Mise en place d'un service de développement du pouvoir d'agir auprès des personnes en processus de rétablissement créé par Yann Lebossé.
- S'affranchir de l'impuissance. «La souffrance n'est pas uniquement définie par la douleur physique, ni même par la douleur mentale, mais par la diminution, voire la destruction de la capacité d'agir, du pouvoir faire, ressentie comme une atteinte à l'intégrité de soi.» - Paul Ricœur
- Un seul but: sortir de l'impuissance par la restauration du mouvement.
- Appui à 9 personnes.
- Appui et supervision de groupe de 35 heures par Yann Lebossé et Bruno Bourassa (DPA-pc niveau 2).

Par les activités informatiques, les personnes des trois Pavois ont l'occasion d'apprendre les nombreux logiciels informatiques, de travailler sur des projets spécifiques et de se perfectionner afin de progresser dans leur projet de vie. Les gens ont la possibilité de choisir le logiciel qu'ils souhaitent apprendre, le tout accompagné par une personne qualifiée qui s'assure du cheminement de chaque personne dans l'atteinte de leurs objectifs respectifs.

Les logiciels disponibles sont Word, Excel, PowerPoint, Publisher, Adobe Reader, Adobe Photoshop, Adobe Dreamweaver MX et Simple Comptable. Ces activités sont offertes à la Maison des Adultes ainsi qu'au Pavois de Sainte-Foy. Les gens ont donc la possibilité de choisir le lieu pour leurs apprentissages.

**78 personnes** se sont inscrites soit en informatique, en bureautique, en français et dans les ateliers de projets créatifs.

### Les Créations du Pavois



Les Créations du Pavois, c'est beaucoup d'idées, des nouveaux projets, une continuité des projets en cours, des activités spéciales et des sorties. L'année a débuté par un don de 2 000\$ de la Caisse Desjardins de Limoilou attribué aux Créations du Pavois suite à leur campagne de financement. Le prix a été remis lors d'une soirée au Cégep Limoilou le 12 juin 2017. Ce montant nous permet de renouveler le matériel nécessaire à la création de nombreux articles.

#### Les réalisations de l'année

- Collaboration au «Projet chiffons» avec la Friperie du Pavois et Intégration TSA par la confection de sacs en tissu pour emballer les chiffons.
- Poursuite des nombreux projets existants: confection de sacs avec des cravates, tabliers, sacs en tissu, cartes, décorations diverses en vue du Marché de Noël.
- Création de nouveaux produits comme des pochettes pour les marchettes, ce qui permet aux utilisateurs d'avoir les mains libres en transportant leurs effets personnels.
- Mise à jour du site Internet et du Facebook des Créations du Pavois, par M. Denis Blouin.
- Suivi rigoureux du budget et demandes de financement assuré par Mme Michèle Gosselin.
- Vente au Marché de Noël à l'école Odillon-Gauthier, qui a été un grand succès encore cette année.

Chacun de ces projets a permis aux personnes de se réaliser dans un projet qui fait sens pour eux, de développer des compétences et d'éprouver une fierté suite à ces nombreuses réalisations.



Sac fait de cravates

### Ginette

Nous devons souligner la précieuse collaboration avec notre enseignante dévouée, Mme Ginette St-Georges, qui prendra sa retraite des activités informatiques en juin 2018, et ce, après 18 ans de travail en collaboration avec le Pavois. Au fil des années, elle a su innover, faire avancer les nombreux projets, accompagner les gens dans leurs réalisations, faire partie prenante de l'équipe du Pavois, s'adapter aux nombreux changements qu'elle a dû vivre au fil des années et bien sûr être créative dans tout ce qu'elle a réalisé avec nous. De tout cœur, toute l'équipe du Pavois te remercie pour ces belles années et nous te souhaitons une retraite remplie de bonheur.



### Sorties

La totalité des revenus des ventes sert pour l'achat de matériaux de production ainsi que pour des activités culturelles et de plein air. Cette année, nous avons été **40 personnes** à aller visiter le site de Wendake, **30 personnes** pour la cueillette de pommes au Domaine Orléans, **20 personnes** pour la visite au Musée de la civilisation en plus de la sortie annuelle à l'érablière.



La possibilité de jouer un rôle actif en tant que citoyen, de créer des liens dans la communauté, de mettre à profit ses compétences et ses connaissances; voilà autant de raisons qui ont permis à **71 personnes** de se réaliser dans le cadre d'une ou de plusieurs activités bénévoles. Que ce soit dans un organisme communautaire, dans une entreprise d'économie sociale ou lors d'un événement, ces implications font sens pour les personnes et elles deviennent des facteurs de rétablissement. Ainsi, au cours de la dernière année, ces personnes se sont réalisées par le biais de ce parcours.

#### Club sportif Montcalm

L'été dernier, le Club sportif Montcalm a reçu une commandite de 1 000\$ de la part de la Caisse Desjardins du Plateau Montcalm. Ce montant a notamment servi à défrayer les coûts de transport et les tarifs liés aux différentes activités offertes par le Club afin d'en faciliter l'accès pour les membres. Le Club a entre autres offert tout au long de l'année une activité de marche hebdomadaire afin de promouvoir l'importance d'une bonne santé auprès des **12 participants**, et ce, tout en favorisant le rétablissement et l'inclusion sociale.



#### Colloque de l'AQRP

Les 14 et 15 novembre derniers à l'hôtel Sheraton Laval s'est tenu le 18e colloque de l'AQRP auquel **16 personnes** du Pavois ont participé activement comme bénévole. La contribution, la disponibilité et l'efficacité de chacun ont fait de cet événement une réussite. Cette expérience a été très enrichissante pour tous, en plus d'avoir la chance d'assister à de nombreux ateliers inspirants.



#### Bénévolat Vélirium - Pavois de Sainte-Foy

Pour une troisième année, un groupe du Pavois de Sainte-Foy a participé à titre de bénévole dans le cadre du Vélirium 2017 au Mont Sainte-Anne. C'est avec enthousiasme et fierté que les personnes se sont impliquées les 3 et 4 août dernier. Le Vélirium, c'est une course contre la montre dans laquelle les athlètes négocient une succession de passages très rapides à travers des racines, des bosses, des sauts et autres obstacles naturels. Les bénévoles du Pavois sont responsables de surveiller les chutes et d'aviser les autres coureurs du danger en piste. Cette implication a permis de récolter 200\$ pour nos activités spéciales.



#### Kiosque à St-Jean-Eudes

C'est le 7 mai dernier que se tenait un kiosque d'information et de sensibilisation à l'école St-Jean-Eudes dans le cadre de la Semaine nationale pour la santé mentale. Les différents services du Pavois y ont été présentés et Mathieu a témoigné de son parcours inspirant.



#### Impliqué dans la collectivité - Pavois de Loretteville

Cette année, le Pavois de Loretteville a participé à l'élaboration de quelques fêtes de quartier en collaboration avec plusieurs partenaires. Au total, c'est près d'une **vingtaine de personnes** du Pavois qui ont participé par le biais d'affiches promotionnelles, de préparation de nourriture, de représentation et d'implication bénévole lors des activités.



#### «Pleine citoyenneté» - Pavois de Loretteville

L'année dernière au Pavois de Loretteville, **11 personnes** ont assisté à l'atelier «Pleine citoyenneté» qui avait pour but de favoriser le rétablissement par le biais de témoignages inspirants. Au total, ce sont **5 personnes** qui sont venues parler d'eux, de leur parcours en tant que personne ayant eu des services en santé mentale et la façon dont la reprise de leur pleine citoyenneté les ont aidés dans leur rétablissement. Tout au long de cet atelier, plusieurs participants ont travaillé à la mise sur pied d'un kiosque afin de sensibiliser les employés d'une résidence pour personnes âgées à l'importance de la santé mentale. Quelques participants ont également partagé leur vécu par le biais de témoignages.



Je tiens tout d'abord à remercier les personnes qui ont sollicité notre service pour leur confiance et leur collaboration à travailler avec un agent d'intégration. Notre service vise le soutien et la réussite académique des personnes désirant obtenir un diplôme reconnu par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur. Pour 2017-2018, ce sont **100 étudiants** que nous avons accompagnés à travers leur projet. Au cours des dernières années, nous identifions deux groupes de personnes que nous accompagnons.

Le premier groupe est composé de personnes qui ont connu un arrêt de leur parcours, bien souvent pour des raisons de santé, et ce, depuis quelques années. Une fois le processus de rétablissement avancé, le désir d'acquiescer une formation en lien avec leur intérêt refait surface. S'entremêlent alors souvent l'espoir, le possible, l'appréhension et la crainte de l'échec. Nous sommes privilégiés d'être témoin de la réussite de bon nombre de ces étudiants qui, avec leur détermination, actualise leur projet. Notre rôle est de les aider à garder le cap, la motivation et à identifier des stratégies ou des adaptations pour soutenir la persévérance.



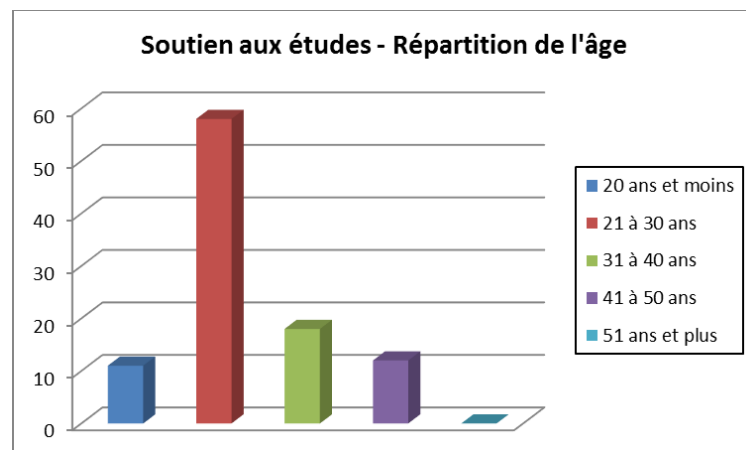
Le deuxième groupe est composé d'étudiants en parcours régulier, c'est-à-dire qu'ils n'ont pas connu d'interruption de leur parcours. Ces étudiants apprennent l'existence de notre service par les professionnels des établissements d'enseignement. Les défis diffèrent du groupe précédent. Souvent, l'étudiant est à l'étape de reconnaître et d'apprendre à composer avec les difficultés liées à la santé mentale. Le rôle de l'agent est d'aider le jeune à miser sur ses ressources et celles disponibles tout en l'outillant à trouver et à maintenir l'équilibre nécessaire pour la réussite.

Il nous apparaît toujours aussi important de collaborer avec l'ensemble des partenaires impliqués dans le parcours des personnes. Que ce soit le personnel de l'éducation, de la santé ou de l'emploi, la disponibilité, la concertation et la croyance envers la réussite sont des ingrédients importants pour les personnes que nous desservons. Nous expérimentons de plus en plus, avec l'accord du jeune, de travailler avec la famille et nous constatons à quel point cela fait une différence.

Toujours soucieux de soutenir la diplomation des jeunes, nous avons amorcé au cours des derniers mois une collaboration avec la pédopsychiatrie. Par cette collaboration, nous souhaitons intervenir plus rapidement dans le parcours.

Survot en chiffres

Personnes desservies	100
Évaluation de projet	42
Nombre de diplômés	9
Poursuite à un niveau supérieur	4
Nombre d'intégré en emploi	3
Nombre en recherche d'emploi	2



Équipe du soutien aux études: Mélanie, Stéphane et Isabelle

Le volet d'intégration au travail constitue un parcours important pour la clientèle. Les requêtes de services dans ce parcours se multiplient, voilà pourquoi nous présentons un choix de volets de services qui permettent de rencontrer les besoins spécifiques de chacun. De plus, des partenariats engagés avec des entreprises et des organismes de la région de Québec représentent notre point culminant et répondent aux exigences du marché du travail. Ils accueillent, ils forment, ils évaluent, ils apprécient, ils reconnaissent et ils engagent les personnes ayant fait un cheminement au sein de leur entreprise.

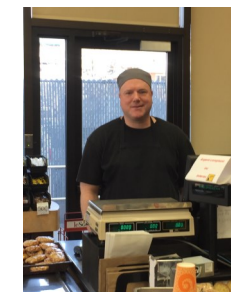
Service d'orientation - Tous les Pavois



Gabriella Hamelin

Depuis maintenant 6 ans, le Pavois dessert la clientèle du Pavois qui désire faire un processus d'orientation afin d'entreprendre une démarche de réflexion sur un projet de vie, d'étude ou de travail. Une conseillère d'orientation, Mme Pénélope Daigle et une stagiaire à la maîtrise, Mme Gabriella Hamelin, ont répondu aux différentes demandes de la dernière année. Des entrevues d'orientation, la passation de tests psychométriques de même que des questionnaires d'intérêts, de personnalités et de valeurs peuvent être utilisés dans le cadre de ce processus. Elles ont aussi eu à accompagner des personnes dans la rédaction de leur C.V. et de leur lettre de présentation ainsi que dans la pratique d'entrevues d'emploi.

Au total, **31 personnes** ont fait une demande d'orientation dans l'année 2017-18. Sur ce nombre, **19 personnes** ont bénéficié de rencontres en orientation. La moyenne du nombre de rencontres par personne se situe entre 3 et 6 rencontres selon les besoins de chacun. Le service est disponible pour les trois points de services du Pavois.



Paul, travaillant au Ministère

Projet «Ose l'emploi»

Un projet de soutien à l'emploi a été mis en place grâce à la subvention du groupe Co-operators. Des ateliers préparatoires à l'emploi sur la divulgation, les méthodes de recherche d'emploi et les programmes financiers disponibles ont été donnés dans le cadre du projet. De plus, les personnes bénéficiaient de rencontres individuelles et de soutien à la recherche d'emploi. **8 personnes** ont participé au projet et **4 personnes** ont intégré un emploi régulier par la suite.



Projet Connexion compétences - Pavois de Québec

Le programme de Connexion compétences fait partie de la Stratégie emploi jeunesse (SEJ). En offrant un soutien financier aux organismes, le programme Connexion compétences vise à aider les jeunes à surmonter les obstacles à l'emploi et à acquiescer un éventail de compétences et de connaissances afin d'intégrer le marché du travail. À la fin de l'année 2017, le Pavois a reçu une subvention de Service Canada pour accompagner des jeunes de 17 à 30 ans.

Suite à la phase de recrutement, **5 participants** ont débuté des ateliers en groupe le 28 janvier 2018. Durant une période de cinq semaines, la conseillère en emploi, Mme Shannon Roberts, a préparé les jeunes pour leur transition sur le marché du travail. Ils ont participé à des ateliers de connaissance de soi afin d'identifier leur motivation à travailler, leurs intérêts et leurs forces. Puis, ils ont reçu plusieurs conseils sur les techniques de recherche d'emploi. Leur C.V. ainsi que leur lettre de présentation ont été revus et corrigés.



Shannon Roberts

La conseillère a effectué des contacts avec des employeurs afin d'aider les participants à décrocher un emploi. Certaines personnes ont également fait des démarches de recherche d'emploi de façon autonome. Il y a également eu des ateliers de croissance personnelle portant sur la confiance en soi, l'affirmation et la gestion de conflit pour ne donner que quelques exemples. Puis, des thèmes en lien avec la santé mentale ont également été abordés: les accommodements en milieu de travail, la divulgation de la problématique et le rétablissement. Au terme de la période en groupe, les jeunes devaient entamer une expérience de travail. Pour certains participants, la recherche d'emploi a été plus longue, mais la majorité des jeunes ont pu débuter un emploi. En ce qui concerne le volet de maintien, ils furent accompagnés par la conseillère en emploi afin de mettre en place des stratégies pour conserver leur emploi et s'adapter à leur nouveau milieu de travail. Leurs expériences leur ont permis d'en tirer des leçons et de mieux définir leurs besoins. Somme toute, le programme fut un succès. Bravo à vous tous!



Suivi individualisé

Toutes les personnes en développement de l'employabilité bénéficient d'un suivi individualisé avec leur agent d'intégration. Les agents sont disposés à accompagner les personnes dans la détermination des objectifs et leur mise en action, à répondre aux questionnements liés au marché du travail, à discuter des enjeux possibles, à informer des mesures financières possibles et tout autre questionnement ou besoin que les personnes manifestent.

Le Pavois offre ce suivi, mais également une orientation individualisée selon le profil du demandeur. Il peut s'agir d'accompagnement et de rencontre directement dans la communauté. Plus de 50 % des rencontres se réalisent dans un petit café du coin, en milieu scolaire, directement chez les employeurs et même à l'occasion à domicile. Le suivi individualisé est basé sur le modèle des forces.

Collaboration avec Emploi-Québec

Encore cette année, Emploi-Québec a été un collaborateur clé en offrant un soutien financier aux personnes en parcours d'intégration socioprofessionnelle. En effet, ces mesures soutiennent le développement de l'employabilité et facilitent le passage à l'emploi pour les personnes. Dans la dernière année, c'est **50 personnes** qui ont bénéficié des 34 programmes PAAS Action attribués au Pavois afin de soutenir leur projet d'intégration socioprofessionnelle, le tout combiné à l'accompagnement par un agent d'intégration qui a pour objectif de soutenir la personne dans son projet afin d'être davantage prêt à intégrer un emploi et ainsi avoir la possibilité d'accroître sa qualité de vie et accéder au marché du travail, avec ou sans mesures d'aide à l'emploi.



De plus, cette année des personnes ont pu bénéficier d'autres mesures offertes par Emploi-Québec tel que le contrat d'intégration au travail et la subvention salariale.

Les cuisines

Cette année, dans les cuisines des 3 Pavois, plusieurs projets ont eu lieu. Préparation de repas quotidiens, de mets congelés et de buffets pour des réceptions sont autant d'opportunités qui ont permis aux gens de se réaliser et d'exploiter leurs talents culinaires. Soulignons également les activités de cuisine collectives en plus de l'utilisation des produits de saison.



Collaboration avec Cuisine collective Beauport



Sorties aux fraises

Programme intégré de soutien en emploi (PISE)



Depuis sa création, le Pavois soutient le développement de l'employabilité par différents services et croit fermement que l'emploi peut être accessible à tous. Ayant pris connaissance de la volonté du CIUSSS de la Capitale-Nationale de mettre en place dans la région un service d'aide à l'emploi inspiré du modèle IPS («Individual Placement and Support»), nous avons interpellé l'AGIR et constitué un comité qui, suite à plusieurs discussions, a manifesté son intérêt à participer à ce développement. De ces rencontres est né le modèle hybride inspiré par le milieu communautaire en santé mentale au Saguenay-Lac-Saint-Jean. Considérant que des membres que nous desservons manifestent clairement le désir d'intégrer un emploi régulier, il nous apparaissait important de joindre les partenaires du milieu afin d'ajouter un service à notre région pouvant faire une différence.

Les 23 et 24 octobre 2017, nous avons reçu une formation par Mme Mireille Valois, conseillère en adaptation au travail et formatrice pour le Programme IPS du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal. La direction a revu son organisation de service et a ouvert deux postes de conseiller en emploi. Mme Pénélope Daigle du Pavois de Québec et M. David Joly du Pavois de Sainte-Foy assument leurs nouveaux mandats depuis décembre 2017. M. Stéphane Fortier assure une coordination pour l'implantation du service en partenariat avec Mme Annabelle Leclerc du CIUSSS.



C'est donc en décembre 2017 que le projet novateur de collaboration voyait le jour entre le Programme de réadaptation en santé mentale (PRSM) du CIUSSS, de l'organisme Croissance Travail, de l'Arc-en-ciel et du Pavois. Les premiers mois de 2018 ont permis de développer et de bonifier les outils d'intervention et de suivi et de promouvoir le service auprès de différentes équipes sur le territoire. En février 2018, les conseillers ont suivi une formation en ligne traduite en français de Rockville Institute afin de parfaire leurs connaissances en matière d'intégration, de soutien et de recrutement d'employeurs.

Les conseillers en emploi de PISE desservent des personnes qui souhaitent intégrer rapidement un emploi régulier à temps plein ou à temps partiel, avec ou sans divulgation. Pour différentes raisons, ces personnes rencontrent des difficultés pour intégrer ou maintenir un emploi. Ils ont un besoin d'une intensité d'accompagnement pour l'actualisation et le maintien en emploi. Le modèle propose que chacun des conseillers intègre une équipe de traitement ou de suivi dans la communauté. Pour le Pavois, Mme Daigle a intégré l'équipe de la Clinique Notre-Dame des Victoires et une amorce de collaboration a débuté afin que M. Joly intègre l'équipe SIV de l'organisme Océan. Autres conseillers en emploi PISE: Karell Couture-Côté, Josée Duquette, Maude Guillemette et Jason McCarthy.

Principes de PISE:

- Critère d'exclusion zéro
- Emploi compétitif (sans subvention salariale et au moins au salaire minimum)
- Services intégrés avec l'équipe clinique
- Respect des préférences et des choix de la personne
- Assistance pour la planification des prestations
- Recherche d'emploi rapide
- Développement de l'emploi - employeurs
- Soutien individualisé et continu

Statistiques générales pour tous les 6 conseillers PISE jusqu'au 31 mars:

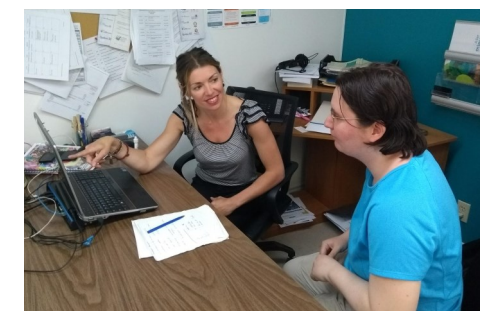
Références	42
Suivi actif	30



Annabelle Leclerc et Stéphane Fortier, coordonnateurs



David Joly



Pénélope Daigle

Le service «Mieux vivre avec les voix» a donné de l'appui à **30 adultes** et **5 jeunes** dont voici les objectifs:

- Se réunir pour échanger librement sur ses voix ou sur d'autres perceptions sensorielles (visuelles, 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, pour 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.

Groupe d'entendeurs de voix adulte

- Participation de **18 personnes** au groupe.
- Référence de **25 personnes** aux 30 groupes du REVQuébécois.
- Référence de **10 personnes** dans d'autres pays.
- Appui téléphonique et par courriels de **12 personnes** au Québec et en France.
- Accueil des membres de la famille au sein du groupe pour les aider à comprendre le vécu de leur proche; **5 personnes**.
- Accueil d'intervenants au sein du groupe pour les sensibiliser et donné un suivi à la formation d'implantation du service «Mieux vivre avec les voix».
- Embauche d'une agente de rétablissement, Mme Anick Ford.



Le groupe et Anick

Groupe de jeunes entendeurs de voix (12-17 ans)



Le 15 novembre 2017, le conseil d'administration et la direction du Pavois ont été très honorés de recevoir un don de 20 000\$ du Fonds communautaire Bell Cause pour la cause. Cette somme permettra de mettre en place le premier service au Québec qui a comme but d'aider les adolescents qui vivent avec des hallucinations auditives sous l'angle d'un phénomène humain. Un service pour que le jeune ne se sente plus seul, incompris et impuissant en relation au fait d'entendre des voix et qui amène le jeune à passer de victime à vainqueur de ses voix!

Voici quelques actions:

- Partenariat avec Marie-Josée Marois, psychologue au Centre de pédopsychiatrie, pour le développement du Groupe de jeunes entendeurs de voix (12 à 17 ans) avec l'appui de Martine Gauthier, chef de service en pédopsychiatrie.
- **5 jeunes** participants au sein du groupe.
- 4 appuis aux parents par téléphone.
- 2 appuis aux professionnels du milieu scolaire.
- Soutien et conseils de l'équipe du premier groupe de jeunes entendeurs de voix de Londres.
- Réalisation d'un dépliant pour le groupe (voir ci-contre).
- Coordination de la traduction et de l'élaboration d'un site Internet pour les enfants et les adolescents qui entendent des voix.

**Groupe de jeunes entendeurs de voix (12 - 17 ans)**

Tu entends des voix ou tu vis d'autres phénomènes perceptuels (vision- toucher-odeur-goût) et tu souhaites :

- Échanger librement avec d'autres jeunes vivant le même phénomène
- Explorer différentes interprétations au phénomène des voix
- Connaître différentes stratégies pour mieux vivre avec ces phénomènes
- Vivre une expérience de groupe favorisant l'entraide et le plaisir
- T'approprier un pouvoir sur ta vie et tes voix

Tu te demandes si le groupe est pour toi? Fais le test! Coches les situations que tu vis :

- Tu te sens seul face à ces phénomènes;
- Tu te sens incompris;
- Tu te sens impuissant;
- Tu essaies de ne pas y penser;
- Tu subis cette expérience qui nuit à ta vie;

Si tu as coché une ou plusieurs cases, nous pouvons t'aider!

Si tu souhaites de l'aide pour réaliser un projet :

- d'études ■ de travail ■ de budget
- de loisirs ■ d'amitiés ■ ou autres

On peut aussi t'accompagner!

**Ça t'intéresse?**  
 Brigitte Soucy  
 B. en psychoéducation  
 Le Pavois  
 (418) 622-9779, poste 213  
 b.soucy@lepavois.org

Marie-Josée Marois  
 psychologue  
 Centre de pédopsychiatrie de Québec  
 (418) 529-6851, poste 20253  
 marie-josée.marois.ciussn@ssss.gouv.qc.ca

Groupe de jeunes entendeurs de voix (12-17 ans) (suite)

- Coordination de la traduction du volume de Sandra Escher et de Marius Romme ayant une section pour les jeunes et une autre pour les parents.
- Présentation avec Marie-Josée Marois à l'équipe des médecins du centre de pédopsychiatrie.
- Recherche de financement pour finaliser la traduction.
- Promotion du service par courriel et par courrier aux hôpitaux, CLSC et organismes communautaires.
- Embauche, formation et supervision d'une agente de rétablissement, Mme Ariane Pichette, offrant du soutien aux jeunes en relation à leurs voix et leur vie.
- Exploration des possibilités de recherche avec Caroline Cellard de la Chaire de recherche Richelieu.
- Don de Pizza Royale pour partager un repas avec le groupe à chaque rencontre.



Ariane Pichette

Les formations

«Mieux vivre avec les voix», donnée par Brigitte Soucy:

Nouvel Essor à Chicoutimi	25 personnes	6h
Ouvert à tous au CILL à Laval	25 personnes	12h
Ouvert à tous au Pavois	15 personnes	12h
Ancre et ailes à Ormstown	25 personnes	12h
Ensoleillée au Lac Mégantic	20 personnes	12h
CLSC St-Henri à Montréal	23 personnes	12h



En direct: le groupe Mieux vivre avec les voix:

au congrès de l'AQRP	45 personnes	3h
----------------------	--------------	----

Vivre avec un proche qui entend des voix:

Formation réalisée pour les familles et les proches qui vivent ou sont en relation avec une personne qui entend des voix.

La Boussole	10 personnes	2h
La Boussole	12 personnes.	2h30

Le rétablissement:

Collège Lafleche, éducation spécialisée	100 personnes	2h
Le rétablissement une préoccupation au cœur de notre famille	100 personnes	1h

Vente de volumes

Ventes de volumes: au Québec, à Toronto, au Nouveau-Brunswick. Les volumes sont vendus à l'international: France, Belgique, Suisse, Martinique.

- Vivre son rétablissement (Brigitte Soucy et Mireille Bourque): **45**
- L'itinéraire du rétablissement (Ridway et coll.): **41**
- Mieux vivre avec les voix (Brigitte Soucy et Myreille St-Onge), **59**
- Accepter les voix (Marius Romme et Sandra Escher), **31**
- Documentaire: Vivre avec les voix (Le Pavois et Scénarimage) **28**
- Affiches **6**

Total: **210 articles**



Développement et exploration de nouveaux projets



**Réseau d'entendeurs de voix québécois:**

- Collaboration au sein du comité visant à créer une formation pour les entendeurs de voix à animer un groupe.
- Implication de participants du groupe «Mieux vivre avec les voix» à des témoignages pour le REVQuébécois.
- Participation avec **5 entendeurs de voix** au REVQuébécois à la journée du 21 septembre à Montréal.
- Participation du groupe adulte à la journée de Réseautage des groupes d'entendeurs de voix/spiritualité et quête de sens ayant eu lieu à Yamachiche, organisé par le REVQuébécois.



**Média, articles de journaux, films et autres:**

- Article d'Isabelle Gingras, d'Autopsy portant sur deux témoignages de personnes qui entendent des voix.
- Collaboration avec Julie Girard et **6 personnes** pour un projet portant sur le rétablissement.
- Collaboration avec M. Pierre Craig et M. Roger Archambault à la réalisation d'un podcast portant sur le phénomène humain des voix avec **6 personnes** qui entendent des voix.
- **Bell Cause pour la cause:** remise d'un don de 20 000\$ pour le projet des jeunes entendeurs de voix lors du Congrès de l'AQRP et communiqué de presse.

**Relations nationales et internationales:**

- Communications et ententes avec Dre Sandra Escher et Dr Marius Romme pour la traduction française et l'édition du livre «Young People Hearing Voices».
- Communications et ententes avec Paul Baker du réseau international des entendeurs de voix pour la traduction du site Internet «Voice Collective» avec l'autorisation de publier.
- Communications, conseils et entente avec Mme Eve Mundy et Rachel Waddingham pour être conseillé en relation à la mise sur pied et au développement du groupe de jeunes entendeurs de voix.
- Membre du réseau international d'entendeurs de voix Intervoice.



M. Paul Baker



Brigitte Soucy, agente de développement et formatrice

**Développement de l'accompagnement avec l'entretien de Maastricht:**

- Accompagnement de personnes vivant de la paranoïa ou de l'audition de voix avec l'Entretien de Maastricht développé par Peter Bullimore, Marius Romme et Sandra Escher afin qu'ils puissent donner un sens à cette expérience humaine.

C'est par une programmation d'activités diversifiées que **47 jeunes** se sont encore une fois dépassés cette année. Par la randonnée en montagne, la raquette, le ski de fond, le vélo, le spinning, le hockey cosom et la course, l'activité physique a été au rendez-vous. En groupe, les jeunes se sont entraînés à atteindre les sommets et à oser dépasser leurs limites. Parmi ces **47 personnes**, c'est 20 nouveaux membres qui ont joint le club (16 hommes et 4 femmes).

Les randonnées c'est: 45 sorties effectuées, 23 lieux différents dans les plus beaux espaces nature à proximité de la ville et un total de 190 participations. Voici quelques exemples de ces endroits: Parc national de la Jacques-Cartier, le camp Mercier, le canyon Sainte-Anne, le sentier des Caps, le RNF du Cap-Tourmente, la montagne à Deux Têtes, la croix Tremblay, le mont Saint-Louis, les Trois Sommets, le Sentier du Moulin, etc.

5 randonnées de 30 km et plus à vélo ont été réalisées en période estivale avec une participation moyenne de **3 jeunes** par semaine. L'activité vélo et canot a cependant été la plus populaire; c'est **7 jeunes** qui y ont participé.



Line Vaillancourt et quelques membres du Club

Encore cette année, le tennis au parc Bardy s'est poursuivi pour la saison estivale avec la collaboration de M. Denis Boulanger, éducateur physique au CIUSSSCN, site IUSMQ.

Les activités spéciales ont permis à plusieurs d'expérimenter de nouveaux sports. Ces activités ont su solliciter l'ensemble des muscles de leur corps et les ont amenés à se dépasser et à constater que l'esprit d'équipe est toujours au rendez-vous. Bref, de belles occasions pour s'encourager, valoriser les efforts et célébrer les victoires.

- Vélo et canot Légaré, **7 personnes**
- Dîner de Noël et escalade au Délire Escalade de Beauport, **10 personnes**
- Ski de fond et fatbike, **10 personnes**
- Ski Hok, **6 personnes**



**Spinning**

Encore cette année, le cardio-vélo était au rendez-vous dans notre programmation. Cette activité, offerte en soirée, a permis à deux travailleuses de continuer à être actives physiquement, et à prendre soin de leur santé mentale par le biais d'une activité physique tout en poursuivant leur projet professionnel. Elles ont participé à 27 séances d'entraînement dirigées par les entraîneurs qualifiés du Cégep Limoilou.



**Équipe de hockey**

Le hockey cosom a été à la programmation de l'automne 2017, mais a pris congé pour la saison d'hiver 2018. En effet, le départ de notre super responsable M. Daniel Létourneau et la plage horaire du vendredi après-midi qui ne convenait pas à tous ont amené une baisse de participation. Ce sont **13 jeunes** qui y ont participé pour un total de 7 parties qui ont eu lieu au Centre Monseigneur-Marcoux. Merci à Mme Marlène Élément pour sa précieuse collaboration et à M. Daniel Létourneau pour l'organisation de cette activité.



## Saint-Jean-Eudes



Mathieu, Francine, Louise et M. Michel Delamarre, président-directeur général du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale, qui ouvrent la course



**sports experts**  
PEPS - UNIVERSITÉ LAVAL



Remise du chèque en présence de Julie Lesage et Nathalie Coulombe du CIUSSS et de Louise Drolet, présidente



M. Pierre Magnan



Brigitte Gagnon et Sébastien Villeneuve de St-Jean-Eudes

## 5e édition

Pour une 5e édition consécutive, le 5 km de l'école Saint-Jean-Eudes s'est déroulé le 24 mai dernier. C'est sous un soleil tapant que près de **600 marcheurs** et coureurs se sont dépassés.

«Courons pour la santé mentale» a permis d'amasser 4350\$ au profit de la Fondation des amis du Pavois, ce qui permettra l'achat d'équipement et d'offrir de nombreuses activités aux jeunes du Club Hors-Piste. Un merci particulier à M. Michel Delamarre, PDG du CIUSSS de la Capitale-Nationale, qui a lancé l'invitation aux nombreuses équipes de participer à ce grand événement. Encore une fois cette année, merci à tous les participants sans qui cet événement ne pourrait avoir un tel succès.

## Conclure des partenariats

La participation de nos fidèles partenaires est primordiale dans le succès de cet événement. Nous remercions à nouveau cette année la générosité de New Balance et du Sport Experts du PEPS qui ont offert 21 paires d'espadrilles afin de permettre aux jeunes du Club d'être bien chaussés pour réussir ce défi. Merci à Accès-Loisirs qui a offert des chandails à tous les jeunes du Club.

C'est aussi grâce à la contribution des commanditaires majeurs que nous avons pu offrir des barres santé, fruits et eau aux participants. Merci à Maxi Beauport, Costco et Agence Vicky Jobin.

## L'entraînement est primordial pour réaliser notre défi 5 km

Cette année, **32 jeunes** ont participé aux entraînements, encadrés par M. Gabriel Tremblay et M. Louis-Daniel Sarazin, étudiant en kinésiologie, pour être prêts à relever le défi du 5 km. Ils se sont investis au cours des nombreuses séances afin de maximiser la réussite de ce défi pour chacun des jeunes. Plusieurs d'entre eux ont aussi participé à des entraînements au niveau des escaliers afin d'être fin prêts pour le 24 mai. C'est avec fierté que grâce à cet entraînement ils ont passé le fil d'arrivée. Félicitations à chacun d'entre eux!

## Nos collaborateurs

Comment ne pas remercier, encore cette année, nos précieux collaborateurs sans qui notre mission auprès des jeunes serait difficile à atteindre. Merci au Patro de Charlesbourg qui nous offre la possibilité de nous déplacer à bord de leur minibus pour se rendre en randonnée. Merci particulier à Pierre Magnan, notre bénévole extraordinaire qui nous accompagne et nous conduit à chaque semaine en plus de s'impliquer activement au sein du club avec les jeunes.

Merci à l'équipe des Sentiers du Moulin qui nous accueille chaleureusement et nous permet d'utiliser leur équipement à prix d'ami ainsi qu'au Parc national de la Jacques-Cartier pour la gratuité d'accès que vous nous offrez.

Finalement, un gros merci à Mme Brigitte Gagnon et l'équipe du programme de Santé Globale du CIUSSSCN pour leur importante implication au sein du club.



Le Pavois, conformément à son fonctionnement, ses pratiques, sa composition de son conseil d'administration et ses divers comités, accorde une grande importance à la démocratie et à la parole de ses membres.

Au cours de la dernière année, plusieurs consultations ont été effectuées dans l'ensemble des points de service. Dîners-causerie, rencontres d'équipe, distribution de sondages et l'Infolettre du Pavois sont autant de moyens utilisés afin de connaître l'opinion des personnes et ce, afin d'ajuster les services et/ou les bonifier en fonction des besoins exprimés.

## Assemblée générale annuelle des membres

L'assemblée générale annuelle 2016-2017 du Pavois s'est déroulée le lundi 19 juin 2017. **62 personnes** ont pu échanger sur diverses questions dans le cadre d'une vaste consultation concernant le Pavois. De plus, ceux-ci ont pu assister à une conférence de M. Frédéric Tremblay qui a livré un témoignage inspirant à propos de son trouble obsessionnel compulsif. Merci à toute l'équipe du Pavois ainsi qu'aux membres pour cette magnifique année!



## Consultation au Pavois de Sainte-Foy et au Pavois de Loretteville

En novembre 2017, l'équipe du Pavois de Sainte-Foy a sondé les personnes fréquentant le Café L'Odyssee. Une grille d'appréciation a été complétée par **19 membres** présents à un souper et 4 appréciations nous ont été retournées par courriel. Ce processus nous a permis de connaître la satisfaction des personnes en regard de quatre volets; l'accueil et l'ambiance, les activités proposées et l'animation, les repas et l'implication personnelle. Le résultat obtenu nous indique que le service et la qualité des repas sont appréciés avec un taux de 94 % des participants, ce qui donne la mention d'excellent. Merci à tous pour votre implication. Notons également qu'une consultation et un dîner de reconnaissance ont eu lieu au Pavois de Loretteville.



Isabelle Mongrain et Vanessa Boily, animation

## Implication dans des comités de travail et table de concertation

L'implication du personnel du Pavois dans des actions citoyennes est importante. Ainsi, au cours de la dernière année, le Pavois s'est impliqué dans la mise en place et le déploiement de plusieurs actions communautaires concrètes via des tables de concertations, des comités de travail, des fêtes de quartiers, des distributions alimentaires et des initiatives locales favorisant ainsi l'ajout et l'implantation de nombreux services qui font une différence auprès des citoyens de la ville de Québec.

## Café-causerie «Parlons-nous!»

En septembre 2017, grâce à la collaboration de plusieurs partenaires, dont le CIUSSS et le réseau des bibliothèques de Québec, le Pavois de Loretteville a mis sur pied un «Café-causerie» à la bibliothèque Jean-Baptiste-Dubergier. Cette activité s'adresse à tous les citoyens de la ville de Québec et elle est animée par une intervenante du Pavois de façon hebdomadaire. Elle a pour but de briser l'isolement, de faire connaître les ressources de la communauté et d'acquérir des notions en lien avec les saines habitudes de vie et du rétablissement. Au total, ce sont **22 personnes** ont fréquenté le Café-causerie au cours de la dernière année.



## Et vous, que faites-vous pour être bien?

Dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale qui a eu lieu du 7 au 13 mai dernier, le Pavois a organisé une activité de sensibilisation où des personnes ont livré des témoignages inspirants sur les actions qui font une différence dans leur rétablissement. Ce sont **32 personnes** qui ont participé à cette vague d'espoir collective à la bibliothèque Aliette-Marchand.



## Le Pavois de Loretteville participe à un projet de jardin

L'été dernier, **6 personnes** du Pavois de Loretteville, en collaboration avec Intégration TSA, ont participé à la création du Jardin de la Place éphémère de l'arrondissement de la Haute-Saint-Charles. Au total, les personnes se sont déplacées à 34 reprises afin de participer à l'entretien de cette Place éphémère. À la fin de l'été, une activité a été réalisée auprès des citoyens de l'arrondissement afin de leur présenter ce projet et de les sensibiliser à la santé mentale.



Une programmation diversifiée et intéressante s'offre aux habitués et aux nouveaux arrivés du Café Le Globe du Pavois de Québec et du Café L'Odyssée du Pavois de Sainte-Foy. D'une part, ils peuvent se délecter d'un bon repas à coût abordable et d'autre part, participer à des activités thématiques préparées en collaboration avec les animateurs hors pair: souper-conférence, sorties découvertes, activités artistiques, cuisines collectives et bien d'autres encore. Les nombreuses présences aux sorties de groupe attestent bien de l'intérêt de sortir de la vie de tous les jours et d'expérimenter de nouvelles passions. Bilan annuel 2017-2018: **161 activités** durant l'année, **36 activités** différentes, **1876 participants** aux activités, moyenne de **11 personnes** par activités. **1649 repas servis** (souper et déjeuner).



### Érablière

Une année au Pavois n'est pas complète sans la traditionnelle érablière. Repas copieux et tire sur la neige! Les gens se sont régalés. **46 personnes** ont participé cette année.



### Barbecue estival des membres

C'est le 29 juin qu'a eu lieu le barbecue estival au Pavois de Québec. C'est **45 personnes** qui se sont réunies dans la cour extérieure. Tous ont pu échanger ensemble, en plus de déguster de délicieux hamburgers. Cette journée était une excellente manière d'amorcer la saison estivale.



### Buffet chinois au Pavois

Le 22 novembre dernier, un buffet chinois a eu lieu au Pavois de Québec où une ambiance authentique a pu être recréée avec de la musique, de la décoration et un menu inspirés par la Chine. Lors de cette soirée, **28 participants** ont également pu en apprendre davantage sur l'histoire de ce pays grâce à de la documentation mise à leur disposition.

### Les «100 voix»

Le 28 juin dernier avait lieu au Tam Tam Café le spectacle annuel des «100 voix», la chorale du Pavois de Loretteville. Les **9 artistes** ont interprété plusieurs pièces de leur répertoire, allant de Robert Charlebois à Elvis Presley. De plus, étant composée d'auteurs-compositeurs-interprètes, la chorale a profité de l'occasion pour présenter au public sa toute dernière composition qui porte sur le thème de la différence.



Pour le temps des fêtes, les «100 voix» se sont produits dans 3 résidences pour personnes âgées afin d'égayer leur temps des fêtes. Au total, ce sont **107 personnes** qui ont assisté à leur spectacle.



### Noël au Pavois de Sainte-Foy

Le 20 décembre dernier, **45 personnes** du Pavois de Sainte-Foy ont célébré Noël avec toute l'équipe. Un délicieux souper, des jeux, de l'animation et des prix de présence ont été offerts aux participants. Rires et plaisir étaient au rendez-vous!



### Financement - Karine Gravel

À l'automne 2017, **4 étudiants** en techniques administratives et gestion de commerce du Cégep de Limoilou ont choisi notre service de soutien aux études pour remettre les profits d'un dîner spaghetti. Grâce à leur implication et aux participants, ce sont 227\$ que nous avons reçu. Merci pour votre reconnaissance.

### Un jardin au Pavois, pour toi!

Encore une fois cette année, un immense jardin a pris place dans la cour extérieure du Pavois de Québec pour le plus grand bonheur de tous. **12 personnes** ont donné vie à ce projet en participant à chacune des étapes de la production des fruits et légumes ce qui leur a permis de faire de nombreux apprentissages en lien avec le travail maraîcher. Par la suite, les participants ont pu déguster fièrement le fruit de leurs efforts.



### Cueillette de fraises

En juillet, nous avons fait notre cueillette annuelle de fraises. Nous avons eu beaucoup de plaisir à amasser nos fraises et à les cuisiner en revenant au Pavois. Une belle activité extérieure auquel **11 personnes** ont pu être rassemblées.



### Épluchette de maïs

En août, nous avons organisé notre traditionnelle épluchette de maïs. Les épis étaient goûteux, juteux et savoureux, ce qui a permis de faire plaisir à **31 personnes**.



### Paniers de Noël

Encore une fois cette année, grâce à la grande générosité de nos donateurs, le Pavois a offert des paniers de Noël contenant des denrées alimentaires à **7 personnes** qui fréquentent notre organisme. Un énorme merci à tous ceux et celles qui ont fait un don.



### Noël du Pavois de Québec

C'est le 21 décembre dernier que nous avons tous ensemble célébré le temps des fêtes lors d'un souper de Noël grâce auquel **95 personnes** ont pu être rassemblées. Un copieux repas a été offert à tous et de nombreux prix ont été tirés parmi les participants. Encore une fois, cette fête de Noël a été une très belle façon de terminer l'année.



## Autres activités d'importance

### Cuisine collective avec Cuisine collective Beauport (10 cuisines)

Cette collaboration a permis à **65 personnes** de cuisiner des mets santé à faible coût et ainsi pouvoir développer des habiletés.

### Déjeuner du samedi (372 déjeuners servis)

Chaque samedi, un déjeuner est servi par Line, Marcel, René et Annie qui se sont joints à l'équipe cette année, ce qui permet à plusieurs de bien manger à faible coût tout en rencontrant des gens pour jaser et développer des liens forts entre eux.

### Souper au Café Le Globe (1277 repas servis)

Chaque mardi, mercredi et jeudi, un souper est servi par nos cuisiniers au Café Le Globe. Ainsi, les gens peuvent se sentir moins seuls et partager un bon repas à faible coût en bonne compagnie.

### Nos activités régulières

Des activités pour tous les goûts, que ce soit le club musical qui regroupe en moyenne **15 personnes** chaque semaine, les soirées de jeux vidéo, de Donjons et Dragons, des jeux de société ou les bulletins de nouvelles, voilà un aperçu des activités que l'on retrouve dans notre programmation régulière.





**La Fournée Bio**  
Boulangerie et Pâtisserie Artisanale

Encore cette année, le Pavois a poursuivi sa précieuse collaboration avec la boulangerie La Fournée Bio. Ainsi, chaque semaine, nous avons reçu une grande variété de pains qui ont pu être distribués aux personnes des trois Pavois.



Le 20 juillet dernier, l'équipe du Pavois de Sainte-Foy a tenu un barbecue devant le Village des Valeurs situé à quelques pas de ses bureaux. Plusieurs personnes se sont présentées à cet événement commandité par le Provigo Deschamps de Sainte-Foy, ce qui a permis d'amasser la somme de 537\$. Ce montant a servi à soutenir financièrement différentes activités offertes au Pavois de Sainte-Foy.

**Café L'Odysée les mercredis**

Le Café L'Odysée rejoint régulièrement 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. Le calendrier d'activité est aux 8 semaines. Notre préoccupation: demeurer un milieu accueillant offrant une occasion de socialiser, de maintenir des contacts, de recevoir des partages et d'expérimenter de nouvelles expériences. Une soirée «Prendre soin de soi» a été vécue à l'automne dernier. Une rencontre d'information sur le dépistage du cancer du sein a également été offerte. Cette année encore, nous avons réalisé des activités dans la communauté: les quilles, des sorties aux restaurants une fois par mois, la cabane à sucre et le souper de Pâques.



**Passez l'espoir au suivant**

Passez l'espoir au suivant est un projet de parrainage où une personne partage son expérience et ses démarches à un autre en voie de rétablissement par l'entremise de sorties, d'échanges téléphoniques ou de courriels. Lors de la dernière année, **10 personnes** ont été rencontrées afin de participer à ce projet. De plus, chaque mois, il y a un témoignage présenté ayant pour but de favoriser l'espoir des personnes qui y assistent. Cette année, les 12 témoignages ont permis de rejoindre près de **213 personnes**.



**Noël au Pavois de Loretteville**

Quant au Pavois de Loretteville, **50 personnes** se sont rassemblées le 21 décembre afin de célébrer l'arrivée du temps des fêtes. Par ailleurs, l'année 2018 s'est amorcée du bon pied avec un brunch le 15 janvier dernier.

**Le centre d'accès communautaire**



C'est en collaboration avec le ministère de l'Innovation, des Sciences et du Développement économique et le programme de «Stages pour les jeunes» favorisent l'appropriation des nouvelles technologies de l'information et de la communication (TIC).

**L'Abonne-Bus**



Fidèle à son engagement de faciliter le transport en commun, le Pavois offre à sa clientèle, les employés et leurs familles, le programme Abonne-Bus. Celui-ci offre un 10% d'escompte sur la passe d'autobus pendant une période d'un an.

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

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. **32 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 Le Pavois**

**Une année de transition**

En plus d'avoir offert les meilleurs cafés gourmets cette année à notre comptoir dès le matin, notre service et notre accueil offerts par nos employés ont été remarquables. Ils n'hésitent pas à offrir le meilleur de chacun jour après jour et de donner un service courtois à notre clientèle. C'est une équipe qui travaille dans la bonne humeur et la complicité. L'augmentation des ventes représente bien la fidélité de notre clientèle qui se renouvelle à l'égard de nouveaux arrivés au Ministère.



Jean-François Grenier

C'est après 7 ans de loyaux services que nous avons dit au revoir à notre chef cuisinier M. Jean-François Grenier qui est parti nourrir ses autres passions culinaires. Jean-François était un chef apprécié de tous, jovial et passionné. Nous lui disons encore «Merci!» et bonne chance dans ses projets!

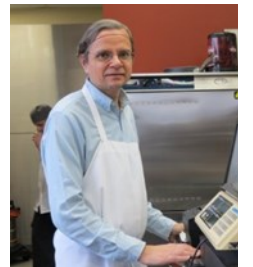
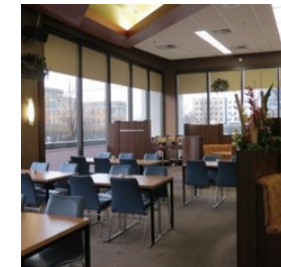
Ce n'était pas simple de remplacer notre chef tant apprécié avec la conjoncture de pénurie de main-d'œuvre. C'est avec joie que nous avons accueilli parmi notre équipe M. Guy Lamy, chef expérimenté qui cumule une grande expérience dans le domaine alimentaire. Ce changement fut donc une opportunité d'établir de la nouveauté. Toute l'équipe s'est soudée et a doublé d'efforts pour créer une complicité et amorcer les changements avec positivisme. Dès son arrivée, Guy et l'équipe ont travaillé l'ergonomie des espaces de la

cuisine, modernisé nos équipements, déterminé de nouveaux menus, affiché ceux-ci sur l'intranet du MSSS, redéfini les postes de travail, etc. Pour la direction, une rencontre avec notre vis-à-vis a permis d'établir les balises de notre entente, d'établir un lien direct de communication et de valider la satisfaction de la clientèle en regard de ce changement.



Nouvelle équipe

La Cafétéria demeure un milieu stimulant d'apprentissage et d'emploi pour nos personnes. Il sait s'adapter et faire preuve d'ouverture et de reconnaissance à l'endroit du talent et du potentiel des personnes qui sont en cheminement au travail. La clientèle est aimable et compréhensible. Cette année, **4 nouvelles personnes** se sont jointes à nous. C'est un réel travail d'équipe jour après jour et nous sommes fiers de notre croissance. Nous allons redoubler d'effort pour créer des ententes et offrir de nouveaux produits. Merci à vous tous.



Luc



**Les Copies du Pavois**

Notre année a débuté par la décision d'actualiser notre logo et de bonifier notre site Internet en plus d'y ajouter une section commentaire, car pour nous la satisfaction de notre clientèle est une priorité. Nous avons par la suite eu le bonheur d'accueillir Mme Ludmila Maftai, infographiste et stagiaire avec nous pour une durée de 4 mois. À partir des commentaires de notre fidèle clientèle, elle a refait du début à la fin l'intérieur de notre agenda, produit qui est tant apprécié par tous. Surveillez cette nouvelle version améliorée qui saura sans aucun doute répondre à vos besoins. Ayant un nouveau logo, elle a également créé une nouvelle carte d'affaires pour les Copies. De plus, cette année, Les Copies du Pavois a fait un retour sur Facebook après de nombreuses années. Surveillez nos

promotions exclusives et venez aimer notre page ([www.facebook.com/copiesdupavois](http://www.facebook.com/copiesdupavois)).

Comment ne pas mentionner le travail exceptionnel qui a été effectué par l'ensemble de l'équipe afin de répondre aux besoins de notre clientèle tout en faisant un travail d'équipe extraordinaire. De plus, nous avons fait appel aux personnes du Pavois en période de débordements, l'appel a été entendu et plus de 10 personnes sont venu porter main forte. Merci à tous pour cet excellent travail!



Luce et Dominic



La Friperie du Pavois

Au cours de la dernière année, il est sans contredit que la Friperie peut compter sur une équipe dévouée et proactive qui a à cœur le rétablissement des personnes tout en contribuant à la réalisation de plusieurs projets novateurs tant au niveau des ventes que de la visibilité.



Une année sous le signe de la visibilité et du renouveau!

Au cours de l'année, la Friperie s'est dotée d'un guide de formation permettant l'obtention d'un diplôme, nous avons mis à jour nos règles de fonctionnement, élaborer un plan de ventes et de visibilité. Nous avons également travaillé sur une nouvelle image tout en poursuivant les formations auprès des employés.

Un défilé de mode à la Friperie du Pavois

Le 16 août dernier, La Friperie du Pavois a organisé un défilé de mode auquel **17 personnes** ont participé. Cette soirée avait pour but de présenter au public les vêtements en vente à la Friperie et a permis aux membres du comité organisateur de vivre une expérience enrichissante, en plus de développer des compétences entrepreneuriales. De plus, des bouchées, des prix de présence, des maquillages et des jeux pour les enfants étaient au menu pour cette soirée.



Seconde vie aux vêtements

Afin de redonner un second souffle aux vêtements qui n'étaient pas propices à la vente, la Friperie du Pavois, en collaboration avec Intégration TSA, a poursuivi le projet de vente de chiffons à la Friperie du Pavois. Cette année, les Créations du Pavois ont également participé à la fabrication des sacs de chiffons.



Vente de vêtements neufs

La Friperie a également fait des collaborations avec les CFER des Premières-Seigneurie en se procurant des vêtements de travail neufs qui seront vendus sur place à moindre coûts.



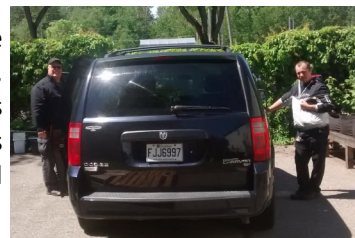
Médias sociaux

Afin d'augmenter sa visibilité sur les médias sociaux, l'équipe de la Friperie du Pavois a réalisé un calendrier de l'aveugle original. Ainsi, chaque jour de décembre un ensemble de vêtements idéal pour les fêtes et disponible à la Friperie était présenté aux abonnés de la page Facebook. Plusieurs personnes de même que des employés tant du Pavois que de la Friperie ont participé à ce projet en jouant les mannequins le temps de quelques photos.



Merci à nos précieux commissionnaires

Saviez-vous que vos dons font la différence pour des centaines de personnes et leur famille? Nos deux chaleureux commissionnaires, Marcel et Jérôme, parcourent les rues de Québec pour recueillir vos dons en plus d'effectuer les livraisons et les commissions pour les Pavois et les entreprises. Merci à vous deux pour votre travail d'équipe.



Les Éditions L'Hybride

Une année passionnante!



Le 14 juin 2017 eut lieu le lancement du recueil du Marathon 2016 «Idées noires à emporter» à la Maison de la littérature. L'événement a attiré plus de **100 personnes** de tous les horizons du monde littéraire.

De juin à août 2017, une étudiante à la maîtrise en communication de l'Université Laval, Émilie Godin, a œuvré comme adjointe aux communications. Elle s'est consacrée aux réseaux sociaux ainsi qu'au recueil «Idées noires à emporter» et participait au comité.

Le 18 septembre 2017, Catherine Gauthier fût engagée comme agente de communication et d'événements. Elle occupait les mêmes tâches qu'Émilie, mais elle anime également le comité de L'Hybride et coordonne les étapes de publication.



Le 28 octobre 2017 eut lieu la troisième édition du Marathon d'écriture de Québec. L'Hybride s'est associé à des partenaires, dont le Bureau des affaires poétiques qui agissait en tant qu'organisateur. Se sont également ajoutés le Pavois, la Librairie Pantoute, le théâtre La Bordée, Ma Station Café, la Maison pour la danse, Guépard Communications, ABM designer graphique et Esthétique spécialisée. Ce marathon a fait vivre une expérience unique et rassembleuse à plus de **60 marathoniens**. Confidences d'auteurs professionnels, discussions, concours d'écriture et ateliers se sont déroulés dans un décor paisible qui favorise la création. Merci à tous nos collaborateurs.



Les meilleurs textes sont ensuite sélectionnés par un jury pour la conception d'un recueil vendu dans les librairies indépendantes de la ville de Québec. 55 textes ont été soumis et 23 ont été choisis. Le comité de sélection était composé de Virginie De Champlain du Bureau des affaires poétiques et de Marie-Luce Bellemare et Catherine Gauthier de L'Hybride. Les 2 membres de L'Hybride se sont basées sur les recommandations du comité de lecture; David Bellavance, Jean-Sébastien Hodgson, Émilie Montpas, Marie-Luce Bellemare, Naomi Bouffard et Catherine Gauthier. Les textes qui ont été choisis sont tous d'une très belle qualité littéraire et tous différents les uns des autres.



Par ailleurs cette année, avec l'aide du chef cuisinier M. David Forbes, la nourriture offerte aux marathoniens a été préparée par la cuisine du Pavois. Salades, sandwichs et desserts, tous plus originaux les uns que les autres, ont été servis aux marathoniens, leur apportant ainsi l'énergie nécessaire pour écrire pendant de longues heures. Un grand merci à tous les participants de s'être impliqués et d'avoir accompli cette belle réussite.

En février, le conseil d'administration a donné l'orientation de fusionner avec les Éditions Claude Bussières. Désormais, les livres de cette collection («L'itinéraire du rétablissement», «Mieux vivre avec les voix» et «Accepter les voix») sont dorénavant sous les Éditions L'Hybride. Nous en sommes très fières et croyons que cette fusion enrichira mutuellement notre maison d'édition L'Hybride.

Cette année, les ventes de livres ont encore augmenté. Nous avons vendu 73 «Idées noires à emporter», 16 «Clair-Obscur» et 9 «Soleil Bleu». Nous vous invitons à visiter notre nouveau site Internet au [www.editionslhybride.com](http://www.editionslhybride.com).

Nous débuterons notre prochaine année avec le lancement tant attendu du recueil de Bernard St-Onge, «Attendre après son psy: et autres courts récits», un livre sensible et un événement à ne pas manquer.



Le comité lors du départ d'Éric

La Fondation des amis du Pavois joue un rôle important dans l'amélioration de la qualité de vie des gens. Grâce à différents fonds, à de nombreux donateurs et aux activités philosophiques du Pavois, plusieurs dons permettront d'offrir de nouveaux services. Merci à nos donateurs de cœur! Par votre geste, vous nous aidez à favoriser le rétablissement, le bien-être et l'amélioration de la santé mentale de centaines de gens. Qui plus est, le soutien que vous offrez à cette cause a un impact concret et positif sur la vie de ces derniers, sur celle de leurs proches de même que sur toute la communauté. Par ailleurs, un tout nouveau site Internet consacré entièrement à celle-ci sera en ligne prochainement.



### Don de 10 000\$ de «J'ai ma place!»

Le 15 mai, dans le cadre d'un cocktail, «J'ai ma place» remettait sous forme de dons les surplus générés par la vente de sièges du Centre Vidéotron. Le Pavois et sa fondation ont reçu lors de cette soirée la généreuse somme de 10 000\$. Merci à M. Luc Paradis, président du conseil d'administration et M. Mario Bédard, fondateur de «J'ai ma place».



### Don de la Caisse Desjardins de Limoilou

C'est le 12 juin que la Caisse Desjardins de Limoilou, par l'entremise de son Fonds d'aide au développement du milieu, a remis un don de 2 000\$ au Pavois qui a servi à l'achat de matériel pour les Créations du Pavois. Merci à Michèle Gosselin et Ginette St-Georges pour leur important travail auprès de ce projet.



### Bell Cause pour la Cause

L'automne dernier, le Fonds communautaire de Bell Cause pour la cause a offert un appui financier de 20 000\$ au Pavois pour la réalisation du premier service au Québec ayant pour but d'aider les jeunes de 12 à 17 ans qui entendent des voix, sous l'angle d'un phénomène humain. Ce service permettra à ceux-ci de ne plus se sentir seuls, incompris et impuissants face à leurs voix. Par ailleurs, ce projet s'enrichira de partenariats avec une psychologue du Centre pédopsychiatrique. Le conseil d'administration et la direction du Pavois étaient très honorés de recevoir ce don de Bell Cause pour la cause.



### Appui financier de Bell Cause pour la cause

Par ailleurs, le Pavois était présent lors de la deuxième édition du concert Bell Cause pour la cause du Festival d'été de Québec qui se tenait à l'Impérial Bell et qui était animé par Étienne Boulay, l'un des porte-paroles de cette campagne de sensibilisation.



### Don de La Coterie

L'automne dernier, le Pavois a reçu une aide financière majeure de la part d'un partenaire de cœur, La Coterie, qui a remis au Pavois la somme de 20 000\$ pour le nouveau projet PISE ainsi que 5 000\$ destinés au fonds d'aide pour les personnes en intégration à l'emploi et aux études. Le programme PISE permet aux personnes d'être proactives dans la recherche d'emploi et d'être accompagnées dans ce processus. Par ailleurs, les 23 et 24 octobre derniers, Mireille Valois, formatrice accréditée de l'Institut universitaire en santé mentale Douglas, a offert au Pavois une formation IPS. Merci au conseil d'administration (M. André Lapierre, président et Mme Hélène Thibault, secrétaire).



### Don du Diocèse de Québec

Le Pavois a reçu un don de 5 000\$ suivant l'événement-bénéfice «À la table du Cardinal». Merci à Monseigneur Gérald Cyprien Lacroix, cardinal de Québec. Ce don va permettre d'offrir des services pour les jeunes dans les écoles.



### Commandite de RONA

Merci à RONA pour leur commandite qui nous a permis de changer nos comptoirs de cuisine. Nous soulignons également l'excellent service de M. Patrick Perron et de Madame Isabelle Giroux. C'est une entreprise de cœur qui contribue au bon fonctionnement de l'organisme. Grâce à leur soutien, c'est près de **100 personnes** qui pourront continuer leur cheminement d'intégration et de rétablissement.

## Nous étions présents

- Colloque L'AFESAQ.
- Lancement d'EspaceCollectif.org pour Limoilou.
- ROC O3 - Rencontre d'information PSOC.
- Consultation des organismes sur la situation des services offerts en matière de santé mentale dans la région de la Capitale-Nationale par Communautés solidaires.
- Dévoilement de la nouvelle image de L'Arrimage.
- Soirée-bénéfice à la table du Cardinal.
- La soirée d'un chic fou 2017 au profit de la Fondation CERVO.
- Soirée des Visionnaires au profit du Club des petits déjeuners.
- Table de concertation Duberger-Les Saules.
- Membres du comité emploi, services en développement de l'employabilité aux citoyens du secteur Duberger-Les Saules.
- Membre du comité des espaces communautaires afin de déménager le Pavois de Loretteville.
- Mise en place du Café-causerie en septembre 2017 et de la Place éphémère à l'été 2018.
- Participation aux rencontres mensuelles de la Table SANA / Projet Le Pont.
- Implication dans le comité d'évaluation des besoins pour la clientèle adulte, élaboration d'une page Facebook «J'habite Neufchâtel» dans le but de créer l'entraide, de faire connaître les ressources du milieu et développer l'offre de services.



## Les formations

Le Pavois se fait un devoir chaque année de participer à différentes formations dans le but de toujours améliorer nos services et de permettre l'équipe de tout savoir des nouveautés et changements dans le milieu. Au cours de la dernière année, nous avons participé à:



Colloque santé bien-être au travail CNSST

- une conférence offerte par Mme Chantale Lacroix au sujet du bien-être au travail par la CNSST.
- une formation donnée par M. Robert Bouchard de Conscientia qui avait pour titre «Communiquer efficacement avec son C.A.»
- un colloque sur la mobilisation qui a pour titre «Ensemble pour mobiliser nos clients!».
- une formation pour intervenir auprès des personnes immigrantes. Ils ont aussi assisté à une présentation sur la réalité des hommes offerte par AutonHommie.
- une formation de l'anglais.
- Une formation sur le développement du pouvoir d'agir des individus et des collectivités avec Yann Lebossé.
- Un cours de méditation.

### Atelier sur les commandites

Le 26 octobre dernier, le Pavois a participé à un atelier portant sur les pratiques gagnantes les astuces à privilégier lors de la recherche de financement. Cet atelier a été offert par Mme Silvana Pollacco, conseillère en développement coopératif pour la Caisse Desjardins.



Source: Journal Les Rivières.

## Mascarade pour la santé mentale



Le 9 septembre, le Pavois a eu le privilège de tenir un kiosque lors de la grande Mascarade pour la santé mentale au domaine Rideau Hall à Ottawa. En réunissant ainsi plus de 40 organismes canadiens œuvrant dans le domaine, la Mascarade, une

initiative de Son Excellence madame Sharon Johnston, a permis de sensibiliser et de lutter contre la stigmatisation. Par ailleurs, la journée s'est conclue par un spectacle où les participants ont été invités à retirer leur masque dans le but de témoigner de leur solidarité. La Mascarade a été une expérience très enrichissante pour le Pavois en plus de donner une grande visibilité à notre organisme.

## Représentation

Participation au comité consultatif et d'orientation local portant sur la parentalité et la santé mentale, initié par Marianne Benny, directrice de Parent Espoir.

## 20 ans au Pavois pour Stéphane Fortier

Le 18 août dernier marquait le 20e anniversaire de Stéphane Fortier au sein du Pavois. La passion de Stéphane ne s'est jamais éteinte et il continue de tous nous inspirer par ses qualités de leader, de collaborateur, de conseiller et son esprit d'équipe qui a mené au développement du Pavois de Sainte-Foy et de nombreux autres projets. Au nom de nous tous, la clientèle, les employés, la direction et le conseil d'administration, nous te disons merci Stéphane!





## REMERCIEMENTS

### Les ressources humaines

Les ressources humaines revêtent une importance capitale pour le Pavois. Elles sont le cœur de notre organisation et nous sommes fiers de compter sur une équipe qualifiée, efficace et engagée. L'organisation du travail, les bonnes relations au travail, l'entraide et la passion de se réaliser font partie de nos préoccupations. Le Pavois soutient l'enrichissement du développement humain. De ce fait, voici nos actions qui ont été priorisées.

- Accueillir, intégrer et former **10 nouveaux employés** au sein des trois Pavois et entreprises;
- Accueillir et former **8 étudiants** provenant des milieux d'enseignements;
- Mise en place d'une nouvelle assurance collective;
- Miser sur la formation continue;
- Participer à des colloques;
- Créer un comité social pour souligner les bons coups et les départs;
- Encourager la vie active et les saines habitudes de vie.



### Remerciements

Merci à nos collaborateurs, vous êtes tous des leaders et la notoriété de vos actions de cœur nous pousse à aller plus loin.

Une diversité de projets a favorisé l'implication de donateurs et de partenaires provenant d'une grande variété de milieux qui, sensibilisés à notre mission, ont contribué à donner de l'espoir aux personnes. Nous les remercions pour leur dévouement social.

Merci au fonds de développement économique communautaire de Co-operators pour le projet «Ose l'emploi» et à Connexion compétences. Merci à Mission Jardins urbains de Québec Philanthrope et Fondation GDG pour le programme «Une chance à portée de toit». Merci au Diocèse de Québec pour l'aide financière pour un agent jeunesse aux études. Merci à Bell Cause pour la Cause pour le programme des jeunes entendeurs de voix. Merci à l'école St-Jean-Eudes lors de la 5e édition de la course de 5 km pour la santé mentale. Merci à nos députés, M. André Drolet, député de Jean-Lesage, M. Sébastien Proulx, député de Jean-Talon et ministre de la Famille, de l'Éducation, du Loisir et du Sport, et M. Joël Lightbound, député fédéral de Louis-Hébert, Alupa Clarke, députée fédérale Beauport-Limoilou et M. Gérard Deltell, député fédéral Louis-Saint-Laurent.

Merci aux entreprises et organismes qui ont opté pour le virage vert et fait des dons de vêtements dans notre «Bac en entreprise». Merci aux Chevaliers de Colomb du Québec. Merci à la Fondation S.I.S. pour leur engagement envers les personnes en rétablissement et notre paire aidante.

### Liste du personnel

#### Le Pavois de Québec

Bertrand, Éric  
Boisvert, Lory (stagiaire)  
Côté-Gingras, Joëlle  
Cyr, Francine  
Daigle, Pénélope  
De Bellefeuille, Marcel  
Dupuis, François  
Ford, Anick  
Fortier, Stéphane  
Gagnon, Audrey (stagiaire)  
Gauthier, Catherine  
Godin, Émilie  
Hamelin, Gabriella (stagiaire)  
Jackson, Isabelle  
Lauzer, Marie-Ève  
Pichette, Alexandra  
Poulin, Mélanie  
Raymond-D'Amour, Marie-Claude  
Roberts, Shannon  
Soucy, Brigitte  
St-Pierre, Bruno  
Tohé, Diane Rosemonde  
Tremblay, Mélanie  
Trudel, Julie  
Turcotte, Marie-Claude  
Vaillancourt, Line  
Vézina, Elsa (stagiaire)  
Walsh, Anne  
Watt, Kathleen

#### Le Pavois de Sainte-Foy

Audet, Évelyne  
Boiteau, Jean-François  
Fortier, Stéphane  
Joly, David  
Lavoie, Julie  
Legros, Cynthia (stagiaire)

#### Le Pavois de Loretteville

Bérubé, Myriam (stagiaire)  
Boily, Vanessa  
Demers, Mélanie  
Fournier-Neault, Amélie (stagiaire)  
Genois, Cindy  
Jean-Allard, Béatrice (stagiaire)  
Mongrain, Isabelle  
Savard, Joany

#### La Friperie du Pavois

Asselin, Claudette  
Boily, Vanessa

Decoster, Charline (aide-responsable)  
Dorval, Richard (aide-responsable)  
Hardy-Berlinguet, Rachel  
Hudon, Yves-Marie (aide-responsable)  
Lamy, Geneviève (aide-responsable)  
Lucas, Nancy (aide-responsable)  
Pichette, Alexandra  
Walsh, Anne

#### Les Copies du Pavois

Gilbert, Luce  
Lamy, Marc  
Martel, Dominic  
Morin, Annie

#### La Cafétéria Le Pavois

Bélanger, Linda  
Duguay, Paul  
Fortier, Bertrand  
Gravel, François  
Grenier, Jean-François  
Guay, Kevin  
Lamy, Guy  
Lebel, Luc  
Létourneau, Sylvain  
Pouliot, André  
Roy, Anick  
Savard, Guylaine  
Valois, Yves

#### L'enseignante d'informatique et de français

St-Georges, Ginette

#### Le Club Hors-Piste

Gagnon, Brigitte (IUSMQ)  
Létourneau, Daniel  
Vaillancourt, Line

#### Les Éditions L'Hybride

Bellavance, David  
Bellemare, Marie-Luce  
Bouffard, Naomi  
Claveau, Louise  
Gauthier, Catherine  
Hodgson, Jean-Sébastien  
Maheux, Marcelle  
Montpas, Émilie  
Pelletier, Paul