



Le Pavois

Entreprise d'économie sociale

**RAPPORT D'ACTIVITÉS
2019-2020**



Le Pavois est un organisme à but non lucratif visant l'intégration socioprofessionnelle et scolaire de personnes ayant un problème de santé mentale. L'organisme privilégie l'actualisation des rêves et l'amélioration de la qualité de vie.

TABLE DES MATIÈRES

Notre mission, nos valeurs 3
 La gouvernance du Pavois 4
 L'organigramme 8
 Nos ententes de collaboration..... 9
 Les ressources humaines 10
 Les statistiques 11
 L'accueil 12
 Les ateliers socioprofessionnels..... 13
 Les activités informatiques 15
 Le rétablissement au cœur de notre mission..... 16
 Le soutien aux études..... 17
 L'intégration au travail..... 18
 Mieux vivre avec les voix 21
 Le Club Hors-Piste..... 25
 Les Cafés et la vie associative 27
 La vie citoyenne..... 30
 Les entreprises d'économie sociale 32
 La Fondation des amis du Pavois 37
 Nos implications 38

Le Pavois prône sa mission et ses valeurs qui constituent ses références au quotidien

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 approche

Le Pavois exerce son dynamisme parmi sa liberté de choix d'offrir des services diversifiés qui font preuve de pratique citoyenne et d'une approche axée 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'investit dans un projet de vie qui la fait vibrer et unissons nos compétences pour l'accompagner.



Pavois de Loretteville



Pavois de Sainte-Foy



Pavois de Québec

Nos valeurs

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.

Mot de la présidente



Bonjour chers amis, membres et employés du Pavois,

Comme vous le savez tous, ce fut une année bien spéciale pour le Pavois et tout le monde en général. L'année a pourtant bien débuté et quelques employés, membres et moi-même avons eu le bonheur de bénévoler, présenter et participer au 19e Colloque de l'AQRP et au 11e Congrès d'Intervoice qui se tenaient en novembre dernier à Montréal. Quelle fierté j'ai ressentie de voir à quel point notre organisation est à la fine pointe et reconnue comme chef de file au niveau des entendeurs de voix et d'entendre le partage de vie de la belle Juliette, ce fut très touchant et porteur d'espoir pour tous les jeunes. Belle reconnaissance du réseau de la santé en général pour nos programmes clientèles de soutien aux études, et le projet PISE (programme intégré de soutien à l'emploi), sans oublier notre maison d'édition L'Hybride qui rayonnait avec son kiosque de vente de nos livres.

Pour sa part, le conseil d'administration a continué à tenir ses assemblées mensuelles, et ce même depuis que l'épidémie de COVID-19 nous a tous forcés à nous isoler. Un grand merci à la technologie et aux membres du C.A. qui sont assidus et dévoués à notre organisation.

Félicitations à notre directrice, Francine Cyr, et son équipe qui ont tout mis en œuvre pour que vous, chers membres, continuiez à bénéficier de nos services. J'espère que, dans les circonstances, vous avez ressenti à quel point vous êtes importants pour nous.

Dès que la situation le permettra, nous serons tous tellement heureux de recommencer à nous voir en personne et à continuer d'appuyer la fabuleuse équipe du Pavois.

Merci d'être là et de nous faire confiance.

Louise Drolet

Un moment très émouvant pour le Pavois lors de la Journée internationale des entendeurs de voix Intervoice, le 11 novembre dernier



Louise Drolet (présidente du C.A. du Pavois), Dr Marius Romme (psychiatre néerlandais et professeur de psychiatrie sociale à l'Université de Maastricht) et Francine Cyr (directrice générale du Pavois)

Mot de la directrice



Notre mission est au centre de nos actions. Voilà pourquoi nous travaillons quotidiennement à faire du Pavois et ses entreprises des milieux stimulants, ouverts sur la société. C'est avec un sentiment de grande fierté et d'accomplissement que je vous invite à lire ce rapport annuel 2019-2020. Projets, concertations, démarches, comités conjoints, animations, fiertés, accomplissements, ateliers, lancements: voilà autant d'actes que vous serez à même d'apprécier. Par ailleurs, la richesse et la diversité de nos services sont un apport incontournable à l'innovation et à l'amélioration du bien-être de notre clientèle et des services et pratiques en santé mentale.

Encore cette année, le Pavois s'est investi à développer de nouveaux projets conjoints et des programmes qui s'enracinent de plus en plus dans les milieux. Ces réalisations sont le fruit d'une équipe concertée qui a à cœur le vécu de la clientèle, sans compter la nécessité d'une restructuration du comité de direction. C'est avec joie que nous avons accueilli la nomination de Stéphane Fortier à titre d'adjoint de direction, ainsi que la venue de Mélanie Tremblay et de Cindy Genois, coordonnatrices par intérim. Je tiens à leur exprimer ma gratitude et ma confiance.

Mes remerciements vont également à mon équipe pour leur idéalisme et leur aptitude mobilisatrice qui nous permettent de nous enrichir et d'offrir des services d'accompagnements personnalisés axés sur le développement humain. Tous ces changements nécessaires se sont inscrits dans la continuité de notre plan d'action et de la participation active et assidue de la clientèle. Merci à nos entreprises qui n'ont pas chômé cette année; en pleine expansion, elles offrent des opportunités de croissance.

En second lieu, nous ne pouvons passer sous silence notre début d'année 2020, que je qualifierais de planétaire. Combattre cette pandémie nous rappelle le sens même de la résilience, de la capacité à se renouveler à grande vitesse, de travailler aux besoins les plus essentiels et de veiller les uns sur les autres.

Les défis du confinement bouleversent notre façon de vivre et nos rapports avec l'autre. En revanche, ce virus n'ébranlera toutefois pas notre optimisme et notre force commune d'un Pavois solidaire et créatif devant l'adversité. Je remercie l'équipe qui a su rejoindre rapidement la clientèle par les nouvelles technologies et le télétravail. Tous ces nouveaux canaux d'animation et de communication numérique ne remplaceront jamais l'importance des contacts humains, de la proximité et du vivre ensemble. On s'ennuie d'être tous réunis.

Le temps est venu de saisir que nous sommes tous concernés par la santé mentale. La solidarité collective est au cœur de ce défi qu'est le rétablissement de la santé physique et mentale. Depuis plusieurs années, nous défendons les inégalités sociales et conjuguons avec les concepts de résilience et de déstigmatisation. Nous voilà donc au cœur d'une crise sans précédent qui nous force à prendre soin de nous et d'autrui et de solidifier nos liens, de dénouer les stigmas et les préjugés et, ultimement, de nous centrer sur l'essentiel: les valeurs humaines.

Je suis fière de l'équipe du Pavois et de ses entreprises d'économie sociale qui ont redoublé d'ardeur et d'ingéniosité afin d'assurer un filet de sécurité empreint d'empathie, de bienveillance et d'accompagnement pour les personnes les plus précaires. Saisissons l'opportunité de cette «pause» pour une transformation sociétale et, à l'évidence, nous fournir l'occasion de préparer cette transformation, ce retour.

Merci à nos membres, notre conseil d'administration et à nos précieux collaborateurs. Soyez assurés que nous sommes reconnaissants de la loyauté que vous nous témoignez. Merci à chacun de vous qui, malgré un contexte difficile, avez su garder la flamme communautaire.

Francine Cyr



Le conseil d'administration

Le conseil d'administration est composé de dix administrateurs, dont trois représentants des membres et un substitut. Cette année, le C.A. tient à remercier chaleureusement M. Pierre Raymond qui a occupé les fonctions de secrétaire pendant 19 années. Nous sommes extrêmement reconnaissants de la grande contribution de cet homme de cœur. Remerciements également à M. Hugues Parent, représentant des membres, qui a siégé au C.A. pendant trois mandats.

Voici les membres bénévoles du conseil d'administration. Ils sont de véritables défenseurs et gardiens de la mission. Ils discutent des orientations stratégiques et approuvent les budgets qui en découlent. Ils offrent du temps et s'acquittent des différents dossiers avec ardeur et dévouement. Merci de soutenir les projets de notre organisation avec passion et bienveillance. Chaleureusement, merci pour votre soutien et vos précieux conseils à résoudre des dossiers complexes avec intégrité, équité et humanité.

Le conseil d'administration a la responsabilité d'assurer une vigie du Pavois et de ses entreprises et de voir au bien-être et à la pérennité de notre organisation.



Louise Drolet,
présidente



Marie-Ève Leblond,
vice-présidente



André Blanchette,
trésorier



Gabriel Gagnère,
secrétaire



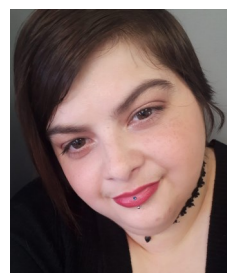
Sylvie Miller,
administratrice



Sophie Gingras,
administratrice



Samuel Marois,
administrateur



Mélanie Dufour,
administratrice



Anne Caron,
administratrice



David Bellavance,
suppléant

La vie démocratique - Assemblée annuelle

L'assemblée générale annuelle du Pavois est un rendez-vous incontournable avec les membres. Plus de **80 personnes** se rencontrent pour discuter des projets et des orientations futurs. De par son fonctionnement, le Pavois pratique la démocratie au centre de ses activités et orientations. Plus d'une fois par année, lors d'une journée thématique accompagnée généralement par un repas offert, les membres sont conviés à se réunir pour donner leurs appréciations des projets ou pour exprimer leurs besoins concernant les services et les ateliers. Ces rencontres sont autant d'occasions de recevoir de l'information sur les enjeux et les services que de discuter collectivement de ce qui est important pour leur cheminement et pour l'organisation. Cette dynamique de groupe permet d'être bien centré sur les besoins de la clientèle. C'est une grande force du Pavois qui lui permet de se renouveler et d'innover constamment.

Notre organisme met ses valeurs de l'avant et fait la promotion de l'égalité, de la justice sociale et du respect de l'unicité de chaque personne. Nous avons des projets de mixité sociale en collaboration avec la ville de Québec, le CIUSSCN, l'AGIR, les Éditions L'Hybride, PECH, les Bibliothèques de Québec et nombreux organismes communautaires. Nous sommes disposés à de nouvelles collaborations et régulièrement, les membres, les employés et la direction participent à des recherches, des sondages, des comités de pilotages et des comités pour l'amélioration des services. Nous sommes également impliqués lors d'événements locaux, régionaux ou nationaux. Notre priorité est la clientèle et nos partenariats sont nombreux. La vie associative est au cœur de nos actions.

Les actions

Le début d'année 2019 et sa fin furent ponctués de rebondissements qui ont généré une grande mobilisation et une bonne communication de nos administrateurs et de la direction à gérer des dossiers importants. Nous ne savions pas que nous allions vivre les défis de la pandémie mondiale. Voici les principaux mandats:

- Gérer une reconstruction partielle de la toiture du Pavois de Québec tout en demeurant fonctionnel dans l'ensemble de nos services;
- Amorcer plusieurs démarches pour la relocalisation de la Friperie. À notre grand bonheur, celle-ci poursuit sa mission dans les beaux locaux de l'ancienne Librairie canadienne;
- Restructurer notre équipe de direction avec l'accueil de Mmes Mélanie Tremblay et Cindy Genois à titre de coordonnatrices par intérim et nomination de M. Stéphane Fortier comme adjoint à la direction générale;
- Acquérir un nouveau photocopieur numérique professionnel pour les Copies du Pavois;
- Accueillir un nouveau chef, M. Stéphan Huot, et finaliser le cadre opérationnel et financier de la Cafétéria Le Pavois;
- Mettre en place une nouvelle politique d'équité salariale. Nous remercions M. Jean-François Pelletier de la firme Mallette;
- Gérer les postes en ressources humaines, CNESST et assurances collectives;
- Finaliser le code d'éthique en collaboration avec deux membres du Pavois;
- Transférer les Créations du Pavois dans un autre milieu;
- Déposer des demandes de subvention dans le cadre d'appels d'offres en socioprofessionnel.



M. Stéphane Fortier



Photocopieur numérique

Les services administratifs

Merci à Kathleen, Diane et François des services administratifs. Votre travail est très souvent dans l'ombre et pourtant si crucial. Il est le reflet d'une bonne gestion et de bonnes pratiques de vérification et de qualité pour le fonctionnement de tous les Pavois et de ses entreprises.

La communication est importante pour notre organisation. Elle nous rassemble, nous informe et nous oriente et diffuse nos belles réalisations. Merci à notre agente Catherine qui diffuse quotidiennement nos nouvelles et nos activités dans les réseaux sociaux et le site Web. Nous apprécions lire les infolettres et les communiqués et nous tenir informés. Merci d'assurer une veille pour les enjeux humains de la santé mentale.



Kathleen Watt



Diane Rosemonde Tohé



François Dupuis



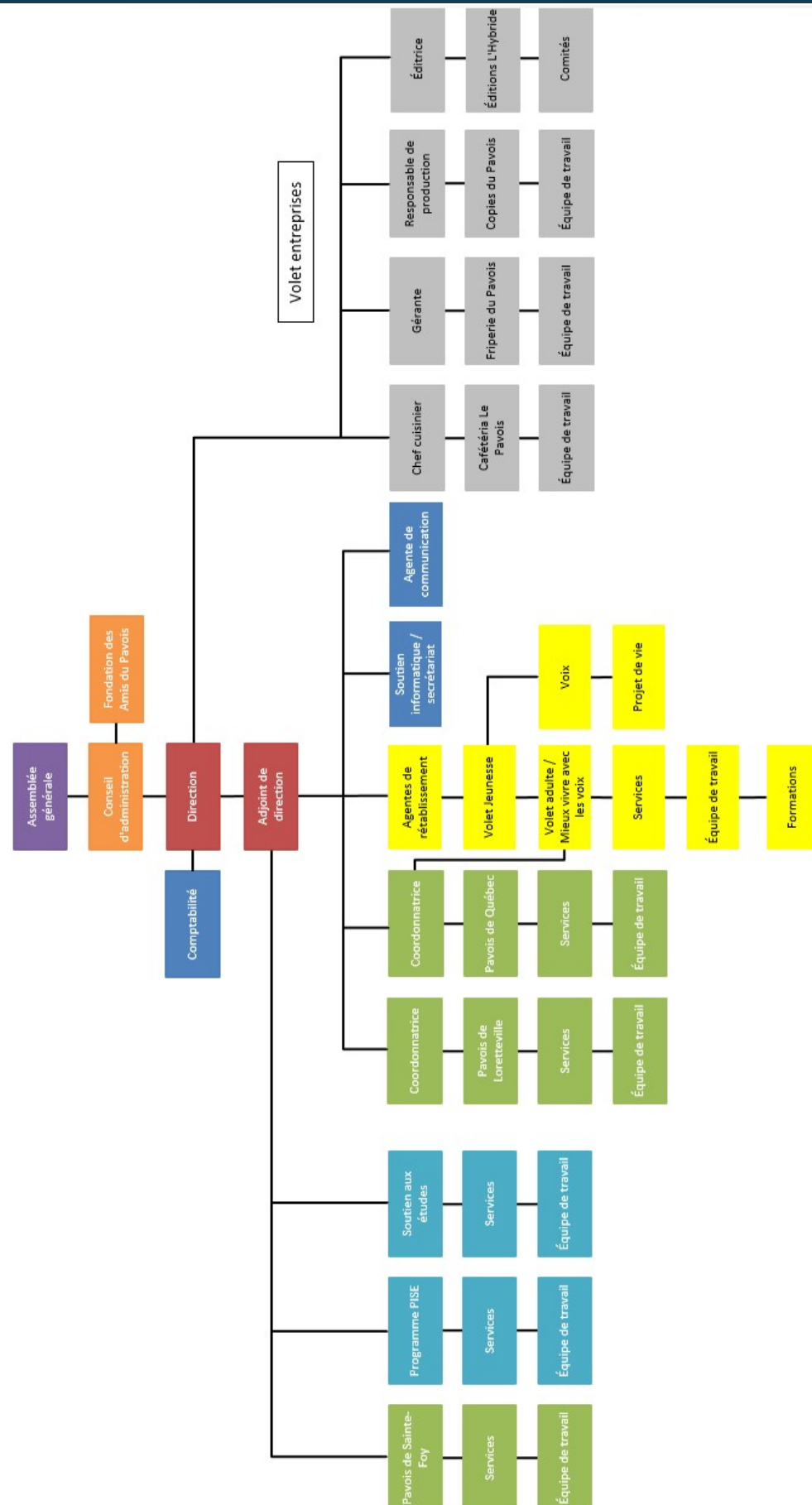
Catherine Gauthier



Marcel et Jérôme

Merci à nos commissionnaires Marcel et Jérôme qui sillonnent les rues pour faire la cueillette, la distribution et les commissions des Pavois et ses entreprises.

Organigramme du Pavois et de ses entreprises d'économie sociale



Nous sommes fiers de nos précieux collaborateurs et des ententes que nous avons établies au fil des ans. 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 et à bâtir en réseau et à multiplier le partage de nos expertises au profit des personnes que nous desservons.

Le CIUSSS de la Capitale-Nationale

Le principal partenaire financier des trois Pavois. 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) et du soutien spécifique pour le Pavois de Sainte-Foy et pour le Pavois de Loretteville.

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.

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur

Nos ententes se poursuivent avec tous ces établissements scolaires: le Cégep de Sainte-Foy, les trois centres d'éducation aux adultes (le centre Saint-Louis et le centre Louis-Jolliet de la commission scolaire de la Capitale, ainsi que la Maison des adultes de la commission scolaire des Premières-Seigneuries). Plusieurs projets permettent de soutenir la persévérance scolaire et le développement des compétences.

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 services pour le programme de soutien aux études. Cela permet le financement d'une agente d'intégration aux études qui travaille à l'évaluation, à la préparation et à l'accompagnement d'étudiants pour l'obtention d'un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation.

Institut universitaire en santé mentale de Québec

Deuxième année de collaboration pour le programme intégré de soutien à l'emploi (PISE) de la Capitale-Nationale. Poursuite d'une collaboration avec le programme «Santé globale» de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec pour 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. Merci à Mme Martine Gauthier du Centre de pédopsychiatrie de Québec pour le tout nouveau volet de service dédié aux jeunes de 12 à 17 ans.

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.

Le Réseau de transport de la Capitale

Le Pavois est reconnu comme partenaire dans le programme «Complicité» (Abonne BUS Travailleur) 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.

Ville de Québec

De belles ententes de collaboration ont vu le jour cette année avec la Bibliothèque de Québec qui ont permis au Pavois d'offrir des conférences à toute la population sur différents thèmes. De plus, une collaboration avec la Ville de Québec nous a permis d'offrir une programmation d'activités gratuites aux citoyens sur les places éphémères de Loretteville et de Duberger.

Les ressources humaines

Les ressources humaines sont essentielles à nos organisations. Elles en sont le cœur et les Pavois peuvent compter sur la richesse d'une équipe complémentaire et qualifiée. La coopération, les bonnes relations de travail et la passion du personnel se font sentir au quotidien. Voilà pourquoi notre équipe s'est renouvelée en début d'année. Nous avons accueilli des employés qui nous ont permis de nous enrichir, d'apporter une belle diversité et de nouvelles compétences de travail. Il en résulte des changements positifs pour notre organisation. Je souhaite chaleureusement remercier tout le personnel pour leur polyvalence et leur belle synergie d'équipe.



Le temps de la pause en équipe



L'équipe en comité de travail



Du plaisir en travaillant!

Nos coordonnatrices

Nos deux coordonnatrices, Julie Trudel au Pavois de Québec et Isabelle Mongrain au Pavois de Loretteville, ont quitté leurs fonctions respectives après plusieurs années de loyaux services pour aller relever de nouveaux défis. La mouvance dans nos ressources humaines en début d'année a permis de renforcer la solidarité de celle-ci et d'accueillir des nouvelles forces vives au sein de nos équipes. Mélanie Tremblay à Québec et Cindy Genois à Loretteville ont pris la relève de la coordination par intérim des Pavois. Votre fidélisation depuis des années et vos multiples compétences humaines et organisationnelles sont appréciées de tous.



Cindy Genois, Pavois de Loretteville



Mélanie Tremblay, Pavois de Québec

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

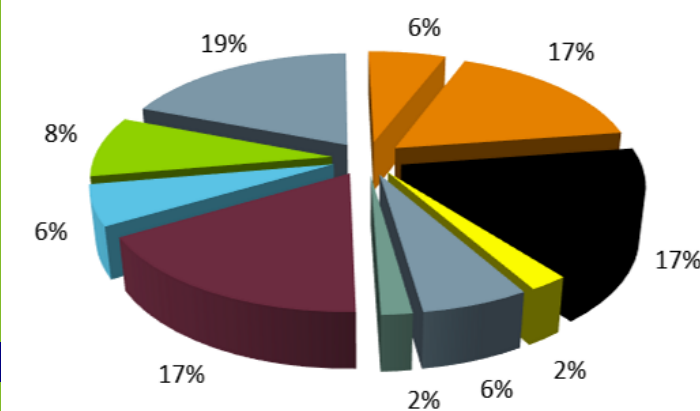
Sexe	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Femmes	165	50	48	263
Hommes	259	43	33	335
Total	424	93	81	598
Scolarité	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Secondaire non complété	33	6	12	51
DEP	67	14	21	102
DES	186	23	19	228
DEC (AEC)	65	17	19	101
Certificat	19	2	2	23
B. ou plus	54	31	8	93
Total	424	93	81	598
Âge	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
20 ans et moins	12	0	0	12
21 à 30 ans	130	8	13	151
31 à 40 ans	122	18	12	152
41 à 50 ans	75	29	25	129
51 ans et plus	85	38	31	154
Total	424	93	81	598
Type de résidence	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Logement / Maison	335	73	52	460
Résidence familiale	46	8	23	77
Résidence étudiante	1	0	0	1
Appartement supervisé	17	2	1	20
Chambre et pension	13	8	3	24
Famille d'accueil	1	0	0	1
Centre de réadaptation	2	2	0	4
RI/RNI/RTF	3	0	1	4
Autre	6	0	1	7
Total	424	93	81	598
Provenance	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	Total
Beauport	53	0	4	57
Charlesbourg	74	2	2	78
Loretteville	2		29	31
Québec	247	19	40	306
Sainte-Foy/Cap-Rouge	39	67	2	108
Rive-Sud, autres	9	5	4	18
Total	424	93	81	598

Cette année, les Pavois et ses entreprises d'économie sociale ont offert des services à **598 personnes**. S'ajoutent **101 personnes** desservies par le programme régional PISE et **12 jeunes** pour Les Acousmates.

Pour un total de **711 personnes** desservies

Répartition des membres actifs selon les services

- Activités informatiques (52)
- Mieux vivre avec les voix (15)
- Cafés (Le Globe, L'Odysée) (146)
- Entreprises (Copies, Friperie, Cafétéria) (49)
- Soutien aux études (74)
- Ateliers socioprofessionnels (161)
- Emploi (53)
- Stages (144)
- Club Hors-Piste (144)
- Orientation (19)



Certains membres ont bénéficié de plus d'un service pendant l'année 2019-2020

L'ACCUEIL

La qualité d'accueil au Pavois revêt une grande importance. Chaque intervenant se donne comme priorité de bien comprendre les besoins de la personne afin de l'orienter vers les services appropriés, que ce soit dans nos parcours au Pavois ou dans nos services à l'externe.

Dès son intégration, la personne est orientée vers un agent d'intégration. Une première rencontre individuelle permet d'échanger sur le cheminement de la personne et de ses aspirations futures dans ses différentes sphères de vie afin de faire ressortir les forces, d'explorer ses demandes et de débiter le processus d'accompagnement. Il est offert en tout temps à la personne d'être accompagnée par un proche ou un tiers significatif. Au cours de l'année, pour les trois Pavois, c'est **161 personnes** qui ont été reçues en entrevue d'accueil.

Outre ces entrevues, nous prenons le temps de donner de l'information par téléphone à propos de nos services, mais aussi ceux de nos partenaires complémentaires afin d'offrir à la personne différentes options correspondant à ses besoins. Nous accueillons également des intervenants et des professionnels de différentes ressources régionales et provinciales qui souhaitent découvrir les bases de notre organisation ou certains de nos services plus spécifiquement.

Des entrées continues

Au cours de l'année 2019-2020, nous avons intégré **146 nouvelles personnes** au sein de nos services. Notons que le profil de la clientèle est de plus en plus jeune et souhaite s'épanouir au sein de la société. Chacun des services présentés ici comporte son service d'entrée continue appelé le SEP. Cette année, toutes les équipes se sont adaptées aux nouvelles demandes provenant de communautés visant une approche de proximité. Ainsi, il n'est pas rare qu'un intervenant se déplace dans un milieu scolaire, une bibliothèque, un organisme de quartier ou autre afin de compléter la demande de service et d'établir un contact personnalisé.

Club Hors-Piste

Afin de pouvoir participer aux activités qu'offre le Club Hors-Piste, les personnes sont référées à Anne-Marie Poulin, l'agente d'intervention responsable du Club. La tranche d'âge à respecter pour faire partie du Club Hors-Piste est entre 18 et 34 ans. Une entrevue d'accueil est ensuite planifiée dans les jours qui suivent pour rencontrer la personne afin de savoir quels sont ses besoins et de lui présenter nos services offerts. Finalement, une évaluation de la condition physique est effectuée par Brigitte Gagnon, une éducatrice physique de l'équipe Santé globale du CIUSSSCN. Le nouveau membre du Club Hors-Piste est ensuite invité à participer aux activités qui lui conviennent le mieux.

Soutien aux études

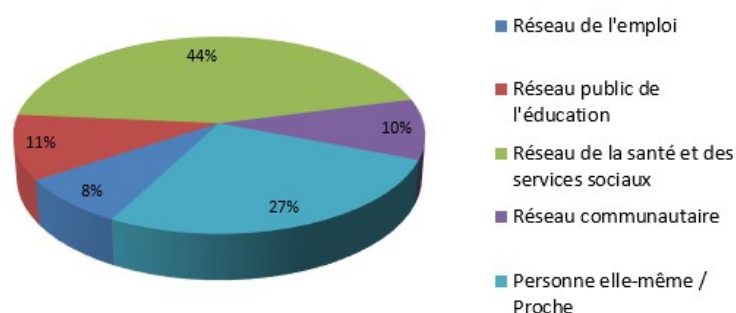
Les premières rencontres pour les personnes désirant intégrer le service de soutien aux études comportent l'accueil, l'évaluation et les références pour un projet scolaire. Ces rencontres permettent de discuter du projet scolaire, des perspectives de travail dans ce domaine, du rythme d'étude et des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

Programme Mieux vivre avec les voix

Pour ce programme, la première étape vise à donner de l'information sur le phénomène des voix, sur l'existence d'outils et de stratégies et sur l'importance de joindre un groupe d'échange d'entendeurs de voix.

- Pour l'intégration à nos groupes adultes de jour ou de soir, l'agente de rétablissement va par la suite vouloir connaître la relation que la personne vit avec ses voix afin d'offrir également un accompagnement personnalisé.
- Pour le volet jeunesse, l'agente de rétablissement se déplace pour rencontrer le jeune en compagnie de sa famille, d'une équipe en pédopsychiatrie ou d'un intervenant de la santé.

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

38 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil.

7 personnes ont été référées.

Le Pavois de Loretteville

39 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil.

2 personnes ont été référées.

Le Pavois de Québec

84 personnes ont été rencontrées en entrevue d'accueil pour tous les services (excluant les jeunes du Club Hors-Piste, car ils sont en entrée continue).

6 personnes ont été référées.

11 groupes, organismes ou intervenants ont été rencontrés par Joany, responsable de l'accueil, afin d'expliquer nos services et visiter les lieux.

Osez explorer

LES ATELIERS SOCIOPROFESSIONNELS

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. Pour le Pavois de Loretteville, ce sont 17 ateliers différents offerts; pour le Pavois de Québec, 17 ateliers et pour le Pavois de Sainte-Foy, 12 ateliers. Une belle diversité de services!

Liste des ateliers socioprofessionnels offerts en 2019-2020 pour les trois Pavois

PAVOIS DE LORETTEVILLE

Apprenons à se détendre
Art
Autogestion de l'anxiété
Autogestion de l'estime de soi
Autogestion en milieu de travail
Café-causerie (4)
Chorale «Les 100 voix» (4)
Club de marche (2)
Communiquer
Cuisin'art (4)
Jardin communautaire
Jeux de société animés (3)
Moi
Osez
Prendre soin de soi
Projet personnel
Rassemblons-nous
Souper des travailleurs

PAVOIS DE QUÉBEC

Atelier de conte oral et écrit
Autogestion de l'anxiété
Autogestion de l'estime de soi
Autogestion de la dépression
Autogestion en milieu de travail
Cinécène
Développement personnel par l'art (4)
Explo, cuistots et petits pots
Explorateurs urbains (3)
Français (3)
Géocaching et travail d'équipe (2)
Informatique libre
Les Créations du Pavois
Magazine «Le Délire de lire» (3)
Mieux vivre avec les voix (3)
Mon projet dans l'action (2)
Sorties vélo / implication

PAVOIS DE SAINTE-FOY

À la rencontre de soi à travers l'art
Art culinaire (4)
Atelier cognitif
Autogestion de l'anxiété
Autogestion de l'estime de soi
Informatique (4)
Mieux vivre avec les voix
Projet collectif
Projet personnel
Rétablissement (4)
Saines habitudes de vie
Vie saine



Les ateliers - suite



Les jardinets du Pavois

Cette année, nous avons modifié notre façon de faire pour le fonctionnement du jardin. Les personnes intéressées par le jardinage ont eu l'occasion d'avoir chacun leur propre petite parcelle de terre. De novice à avancé, tous étaient les bienvenues. Une dizaine de membres ont utilisé pelles et bêches pour travailler la terre. Tomates, poivrons, concombres et autres légumes ont fait la joie des jardiniers amateurs. Une attention particulière a été prise pour embellir les pourtours des jardinets et rendre les lieux plus agréables pour les yeux. Félicitation à tous ceux qui ont osé vivre ce défi et qui ont propagé couleurs et odeurs!



Géocaching

Nous avons eu beaucoup de plaisir et de bonnes rigolades en Géocaching! Un travail de collaboration et de communication s'est installé. Une belle chimie d'équipe s'est développée! Nous avons travaillé notre patience, nos notions d'orientation et notre lâcher-prise. Nous avons débuté avec des difficultés de recherche de niveau 1,5 et nous avons terminé avec des caches de difficulté de 2,5, voire 3 parfois. Un gros merci au Pavois d'avoir permis cette belle activité qui nous a amenés un peu partout, de l'île d'Orléans au mont Wright, en passant par les parcs et le stationnement du centre Fleur de Lys.... Ha! Ha! Ha! Un gros merci aux **10 personnes** pour votre belle collaboration et votre enthousiasme semaine après semaine.

Apprenons à se détendre

Dans le cadre de cet atelier, les gens étaient appelés à découvrir différentes méthodes afin de se détendre au quotidien. Ainsi, nous avons appris des techniques de respiration et de méditation. Nous avons expérimenté la pleine conscience ainsi que la cohérence cardiaque. Nous avons aussi bénéficié des connaissances dans ce domaine d'Isabelle Bouchard, massothérapeute, professeure de yoga et propriétaire de la Clinique Yoga de Loretteville, à 3 reprises durant la session. Les gens étaient ainsi invités à participer et à s'observer tout au long des ateliers.



Prendre soin de soi

À l'automne dernier, une membre du Pavois de Loretteville a développé un atelier qui s'appelle «Prendre soin de soi». Son désir était avant tout que les personnes découvrent des façons simples et accessibles de prendre soin de leur corps et de leur apparence physique afin qu'ils se sentent bien dans leur peau et de leur permettre de soigner leur apparence lors d'une entrevue d'embauche. À cette occasion, plusieurs professionnels ont offert gratuitement des ateliers informatifs à **6 personnes**. Une représentante de Mary Kay est venue 2 fois pour faire vivre aux gens des soins de visage et des techniques de maquillage de base. Le groupe est allé vivre l'expérience d'un massage facial au Centre de formation professionnelle Fierbourg par les étudiants en esthétique. De plus, une styliste est venue offrir des trucs de magasinage et d'agencements à la mode. Une coiffeuse est venue offrir de l'information sur les cheveux. Finalement, le groupe a produit des baumes à lèvres maison qu'ils ont pu apporter chez eux.



À la rencontre de soi

Le Pavois de Sainte-Foy a offert un atelier «À la rencontre de soi» à l'automne dernier. Nous avons fait appel aux services d'Annie Bergeron, accompagnatrice par l'art. Elle détient une maîtrise en arts visuels et a une formation en psychothérapie corporelle. Elle accompagne les personnes à développer leur potentiel artistique dans un but de rétablissement. **10 personnes** ont participé et ont créé plusieurs œuvres à partir d'un point en utilisant plusieurs médiums d'art. Les membres ont pu accrocher leurs œuvres favorites lors de la porte ouverte du Pavois. Plusieurs ont grandement apprécié cet atelier. Selon eux, les effets positifs étaient: contact avec le moment présent, diminution du stress et de l'anxiété et, pour certains, découverte d'une nouvelle passion.

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 ses 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. **35 personnes** se sont inscrites soit en informatique, en bureautique ou en français.

Les Créations du Pavois

Comme vous vous souviendrez, au printemps dernier déjà, l'équipe des Créations du Pavois avait tenu des pourparlers avec la direction du Pavois quant à la continuité de l'entente avec la Maison des adultes de la Commission scolaire des Premières-Seigneuries. Finalement, nous avons pris la décision de déménager nos pénates ailleurs et de faire cavalier seul.

Nous (la direction et quelques participantes de l'atelier) avons consacré les périodes printanière et estivale à la recherche d'un petit nid douillet pour notre groupe. Nous avons des restrictions en ce qui a trait à l'espace-personne et rangement, la situation géographique et le coût de la location d'un toit. Entre temps, des demandes de financement ont été placées çà et là et, surprise, le Parti solidaire nous a remis un chèque de 500\$ pour la poursuite de nos activités et nos besoins en matériaux et équipements. Enfin, septembre venu, Mme Cyr nous a déniché un petit local chaleureux et accueillant, mais disponible en novembre seulement: dans Le Carrefour St-Pascal-de-Maizerets. L'équipe a accepté, car bien qu'exigu cet espace s'avère très pratique.



Bravo les filles!

L'organisation des Créations est désormais constituée de Barbara Breton, responsable de l'atelier, de Michèle Gosselin, technicienne en administration et des participants; chacun se porte garant de recréer une bonne ambiance de travail. Éric Bertrand agit comme mentor, au besoin.

En novembre et décembre, l'aménagement du local et le rangement des inventaires ont substitué à la production habituelle. Par contre, le 18 décembre, un kiosque de ventes au Party des membres du Pavois et une autre table de ventes, en février, à la St-Valentin ont assuré des échos financiers intéressants.



Michèle, à la table de vente

La production du premier trimestre de 2020 s'est limitée à la réalisation de 25 très beaux sacs recyclables aux couleurs vives et motifs originaux pour honorer un contrat entre La Maison de charité sous le clocher, avec en tête M. Jacques Bilodeau, et les responsables de Les Créations du Pavois. Mis à part ces jolis sacs, quelques cartes de souhaits ont été entamées de même que certains articles de tricot et de bricolage surgissaient ne serait-ce que pour faire la main aux nouveaux artisans. C'était reparti! Et voilà que la COVID-19 vint mettre un frein à ce qui semblait nous relancer; nous avions deux activités de financement en vue, toutes deux reportées.

Que d'émotions vécues au cours de cette même année financière!

«Déjà maintenant 20 ans que notre organisme a adhéré à l'approche du rétablissement. Dès le départ, cette approche m'a rejoint et j'ai la chance d'animer ces groupes de partage. J'ai l'opportunité d'être un témoin privilégié des changements (transformations) des membres dans leur quête d'un mieux-être. Une fois par semaine, les membres partagent et influencent les autres par leurs expériences positives. Ces rencontres de groupe (**15 participants**) créent ainsi entre eux l'espoir, l'émergence de leurs forces, la possibilité de réaliser leurs rêves et suscitent l'engagement à relever les défis qui se présentent à eux.» Évelyne



Évelyne Audet, agente d'intégration au Pavois de Sainte-Foy

Merci au groupe pour la générosité, l'authenticité, la vulnérabilité dans l'émotion à chaque semaine, nous souhaitons poursuivre cet atelier avec joie et gratitude.

Témoignages



Ce que ça m'apporte, c'est un moment et un endroit...
 où je peux être moi-même, sans porter de masque ou faire semblant d'être quelqu'un d'autre
 ... où j'apprends des choses, entre autres sur la façon de gérer mon anxiété
 ... où je peux échanger avec mes semblables, en toute simplicité, sans peur d'être jugé
 ... où je suis compris, avec des personnes avec des problématiques semblables à la mienne
 ... où je me sens soutenu, entendu et même apprécié
 ... où j'ai la possibilité d'en apprendre sur moi, de réfléchir sur moi



Sébastien Roy

Pour moi le rétablissement c'est;
 S'exprimer,
 Se confier
 Du soutien (réconfort)
 N.A



Je commencerais par dire que les ateliers de rétablissement du Pavois m'ont beaucoup apporté, et ce, à deux niveaux: l'écoute et l'affirmation de soi. Les ateliers m'ont donné l'occasion de rencontrer des personnes compréhensives et qui ont du cœur. J'affirme que mon équilibre mental s'est aussi beaucoup amélioré. Je dois aussi dire que je n'ai jamais connu le même bonheur d'être avec des gens depuis la fin de mon école secondaire à la polyvalente. Il y a aussi le cahier «Vivre son rétablissement» qui nous sert de source de lecture et d'apprentissage et dont on fait le partage. Ce livre est rempli de textes riches, inspirants et encourageants. J'ai appris énormément et je me reconnais dans ces textes. Ce sont des outils que l'on nous donne et qui nous apprennent à mieux pêcher au lieu de demander du poisson.

Sebastian Matejek

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

Le service d'accueil, d'évaluation/référence a rejoint **29 personnes** pour l'année 2019-2020. Ces rencontres permettent de questionner le projet socioprofessionnel et de vérifier les connaissances de la personne en lien avec le champ d'études ciblé, l'ouverture et la réalité du marché du travail dans ce domaine. Le rythme d'étude et la question financière sont également abordés avec eux afin de les informer sur les normes, règlements et programmes en vigueur pour le réseau de l'éducation et celui de l'emploi et de la solidarité sociale. Nous pouvons suggérer à la personne des moyens concrets afin de s'engager dans le processus de retour à l'école. Nous avons connu au cours de l'année une augmentation des références provenant des établissements scolaires. Nous sommes heureux de pouvoir intervenir plus rapidement dans la trajectoire des jeunes étudiants. Les défis sont différents pour ces étudiants qui découvrent qu'ils ont un trouble de santé mentale.

Le volet de soutien et accompagnement a desservi **96 personnes**. Ce service est offert dans la communauté, c'est-à-dire dans les établissements scolaires et pour la grande majorité dans un restaurant. La mobilité des agents est grandement appréciée par les étudiants. Les rencontres permettent à la personne de partager sur son vécu en lien avec les études et les différentes sphères de sa vie pouvant influencer le maintien et la réussite scolaire.

Nous avons **6 personnes** qui ont reçu un diplôme dans la dernière année. De ce nombre, **4 personnes** ont intégré un emploi, **1 personne** a intégré un ordre supérieur d'études et **1 personne** fraîchement diplômée est en recherche d'emploi.

- Présentations:**
- Caravane des Découvreurs, CFP Maurice Barbeau
 - CFP Marie-Rollet
 - CEA Le Phénix
 - Journées des partenaires aidants au Centre Fierbourg

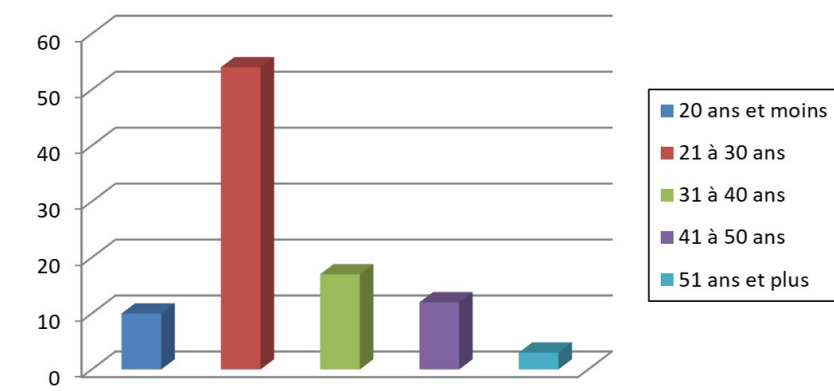


Myriam, étudiante en techniques de bioécologie, diplômée en 2020



Alexandre, étudiant en techniques de l'informatique (conception de jeux vidéo)

Soutien aux études - Répartition de l'âge

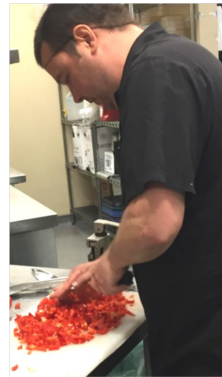


Le volet d'intégration au travail constitue un parcours important pour la clientèle. Les requêtes de services dans ce parcours se multipliant, voilà pourquoi nous présentons un choix de volets de services qui permettent de satisfaire les besoins spécifiques de chacun. De plus, des partenariats engagés 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. Cette année, **144 personnes** ont bénéficié de ces services.

Collaboration avec Emploi-Québec et SPHÈRE-Québec



Emploi-Québec et SPHÈRE-Québec sont des collaborateurs clés depuis plusieurs années. Ils offrent un soutien financier aux personnes en parcours d'intégration socioprofessionnelle. En effet, ces mesures soutiennent le développement de l'employabilité et favorisent le maintien en emploi. Dans la dernière année, ce sont **47 personnes** qui ont bénéficié des 34 programmes PAAS Action attribués au Pavois afin de soutenir leur développement de l'employabilité.



Des services d'orientation - Tous les Pavois

Lorsque les membres intègrent le Pavois, les agents d'intégration amorcent une démarche avec eux pour identifier leur projet de vie et leurs objectifs socioprofessionnels. Il arrive, toutefois, que certaines personnes ressentent de l'indécision ou des craintes qui les empêchent de se mobiliser. Par exemple, cela peut être parce que la personne a le sentiment de peu se connaître, qu'elle a des doutes sur ses capacités ou un manque de confiance en soi.

La peur de se tromper et le manque d'information sur le marché du travail peuvent aussi être des obstacles à la prise de décision et à la mise en action. Dans ces situations, il est possible de référer au service d'orientation du Pavois.

La conseillère d'orientation, Pénélope Daigle, s'assurera de bien évaluer le besoin de la personne et proposera une démarche et des stratégies afin qu'elle puisse atteindre ses objectifs socioprofessionnels. Plusieurs interventions et outils peuvent être utilisés selon les besoins. La durée moyenne du processus varie, mais cinq à six rencontres permettent souvent à la personne de se donner une direction ou de prendre une décision.



Qu'est-ce qu'une démarche d'orientation au Pavois?

Une démarche d'orientation a pour but d'orienter la personne sur le plan professionnel. Le conseiller d'orientation évalue la personne sous plusieurs angles et permet d'intervenir dans toutes les activités liées:

- À l'élaboration d'un projet d'insertion socioprofessionnelle dans le marché du travail (général, adapté ou non compétitif);
- Au cheminement psychologique dans le processus de deuil face au rôle de travailleur ou d'étudiant;
- Au soutien de la démarche de reconstruction identitaire de la personne;
- À la recherche et à la transmission d'informations scolaire et professionnelle;
- À l'adaptation au travail ou aux études en vue du maintien dans le milieu.

Cette année, **19 demandes de service d'orientation** ont été faites au sein des trois Pavois. Dix en provenance du Pavois de Québec, six du Pavois de Loretteville et trois du Pavois de Sainte-Foy.



Les ateliers J'avance



Le Pavois poursuit ses ateliers du programme J'avance, développés par l'organisme Revivre, soient l'autogestion de l'anxiété, l'estime de soi, la dépression et l'autogestion en milieu de travail. Des nouveautés cette année, telle que des ateliers offerts de soir pour une meilleure accessibilité pour les travailleurs. Un groupe de soutien aux travailleurs offert de soir a vu le jour au Pavois de Loretteville et un partenariat s'est développé avec la maison de la famille St-Ambroise où le Pavois a offert ses ateliers dans les locaux de la Maison de la famille aux citoyens du secteur. Cette formule d'ouverture et d'accessibilité à la population fut une porte d'entrée pour un accompagnement dans un projet de vie socioprofessionnel ou scolaire pour nombreux de ces citoyens.

Au Pavois de Québec, 5 ateliers ont été offerts durant l'année et ont touché **45 personnes**. De ce nombre, **10 personnes** venaient de la communauté et 4 d'entre eux ont intégré les services du Pavois par la suite. Au Pavois de Sainte-Foy, 2 ateliers ont été offerts durant l'année et ont touché **29 personnes**, dont **10 personnes** de la communauté; 2 d'entre eux ont intégré les services du Pavois par la suite. Au Pavois de Loretteville, 3 ateliers ont été offerts pendant l'année et ont touché **33 personnes**, dont 14 de la communauté. 9 de ces personnes ont intégré les services du Pavois par la suite.

«Depuis janvier 2018, le Pavois offre les ateliers du programme J'avance et ont animé de nombreux groupes à ce jour. Grâce au financement offert par la Caisse Desjardins et un partenariat avec la commission scolaire, il nous ait possible d'offrir gratuitement ces ateliers, ce qui permet de rejoindre une plus grande population et favorise une diversité de la clientèle. Animer ces ateliers est un réel plaisir tant par le contact direct avec les gens, mais aussi grâce à la qualité de l'information et du matériel. Il se dégage de ces groupes une forme admirable de soutien et de partage.»

Mélanie



Mélanie Demers, agente d'intégration au Pavois de Loretteville

Souper des travailleurs



«Le Pavois a été pour moi un refuge. J'y ai rencontré des gens comme moi, meurtris, blessés, vivant une situation difficile ainsi que des employés extraordinaires donnant beaucoup avec leur cœur. Très proche de leur membre, le soutien est là au moment où nous en avons le plus besoin. Que ce soit par des ateliers, rencontres individuelles, des activités ou des sorties, on se sent toujours les bienvenues et bien accueillis. Le Pavois et ses membres m'ont permis d'apprendre à mieux me connaître, à croire en moi, à me redonner confiance, à revivre et à recommencer à rêver. Merci du plus profond du cœur!»

Karine

Le Souper des travailleurs a été mis en place en janvier dernier dans le but de favoriser le maintien des acquis et de poursuivre le lien d'appartenance créé entre les gens lors de l'atelier «Autogestion en milieu de travail» donné à l'automne 2019. C'est alors que les gens se sont rejoints un soir par mois, avec leur lunch, au Pavois de Loretteville. Ils ont profité du moment pour faire le point sur leurs démarches des dernières semaines et se soutenir entre eux. Le tout se voulait convivial et chaleureux. Le souper du mois de janvier a réuni **7 personnes**. En février, **3 personnes** se sont ajoutées, pour un **total de 10**. Les gens désirent poursuivre ses rencontres à long terme, mais tout a été mis sur pause en mars dû à la pandémie.

Programme intégré de soutien en emploi (PISE)



Le programme intégré de soutien en emploi (PISE) est maintenant bien implanté dans la région de Québec et dans les services du Pavois. Ce programme est très particulier pour plusieurs raisons. Premièrement, c'est un modèle hybride, une toute première au Québec, car il est issu du travail collaboratif du secteur public et communautaire. Une seule équipe de travail formée de cinq conseillers en emploi provenant du CIUSSCN et des organismes communautaires (le Pavois et Croissance-Travail) et deux coordonnateurs. Les demandes d'aide proviennent de différents secteurs (CLSC, l'Institut Universitaire en santé mentale (équipes SIM, SIV unités de soins), les organismes communautaires, les cliniques médicales, etc.). Les demandes sont évaluées et acceptées par un seul coordonnateur afin d'uniformiser l'évaluation et de s'assurer que nous sommes le bon service. Ensuite, les candidats sont attribués à un conseiller en emploi. Au cours des derniers mois, chacun des conseillers s'est intégré à une équipe de soutien d'intensité variable (SIV) afin de tisser des liens étroits avec les autres intervenants pour maximiser les collaborations permettant de soutenir le projet de la personne. Nous avons également une conseillère rattachée à la Clinique Notre-Dame-des-Victoires. La participation de nos conseillers à ces rencontres d'équipe permet de jouer un rôle d'information sur les possibles afin d'actualiser la sphère travail pour les personnes qui le désirent. Leur présence soutient l'équipe à réfléchir au niveau de l'emploi, sphère souvent oubliée dans le parcours des personnes.

Le programme PISE se démarque par l'intensité de son suivi. Qu'est-ce que cela veut dire? Des rencontres bihebdomadaires pour la préparation, l'intégration et le maintien en emploi. La possibilité de se déplacer à la résidence du client ou à proximité de son lieu de résidence pour les rencontres. Pour les clients qui désirent divulguer leurs enjeux d'intégration et de maintien, nous prenons directement contact avec les employeurs et regardons avec eux les meilleures stratégies qui pourraient aider notre client à se maintenir en emploi. Nous pouvons aussi accompagner le client à son entrevue d'embauche, le reconduire au travail les premières journées, le visiter dans son lieu de travail et conseiller son employeur à tout moment. En tenant compte des besoins de la personne, notre objectif est qu'elle se sente en confiance et qu'elle vive une expérience d'emploi positive. Nous aidons la personne, même si elle présente des symptômes et aussi longtemps qu'elle nécessite un soutien pour se maintenir. L'avantage d'être intégré aux autres équipes permet au conseiller de se retirer du parcours de la personne lorsque notre service n'est plus requis. Cette fin de service se fait en concertation avec l'intervenant référant qui, lui, demeure actif auprès de la personne.

Nos actions et représentations

L'ensemble des conseillers a participé aux différents salons et rencontres en lien avec les emplois disponibles, et ce, pour différents territoires.

Le 12 novembre 2019, des représentants du Pavois et du CIUSSCN ont présenté un atelier au colloque de l'AQRP sous le thème: «Osez innover ensemble pour favoriser la participation citoyenne». Ce fut un privilège de démontrer les impacts positifs de notre programme par l'union des forces du CIUSSS et de deux organismes communautaires.

«Merci à l'entreprise
Les Éditions Passe-Temps pour
cet emploi.»



Kim



Stéphane Fortier, Pénélope Daigle, Richard Delisle, Julie Lesage et Francine Cyr

Le programme «Mieux vivre avec les voix» a donné de l'appui aux entendeurs de voix par le biais de deux groupes de soutien hebdomadaire, un au Pavois de Québec et un à celui de Sainte-Foy. De plus, afin de faciliter le processus de rétablissement, ces personnes ont été accompagnées en suivi individuel par une agente de rétablissement dans l'optique de réaliser des projets qui font sens pour eux. **17 adultes** à Québec ont bénéficié de ces services et **4 personnes** à Sainte-Foy. Ainsi, c'est par l'action et les réalisations concrètes au sein de la société que ces personnes prennent confiance et que les voix laissent place à l'émancipation personnelle et professionnelle.



Les objectifs du service

- Se réunir pour échanger librement des voix ou d'autres perceptions sensorielles (visuelles, tactiles, olfactives, gustatives);
- Explorer différentes interprétations au phénomène des voix que celles liées aux symptômes psychiatriques;
- S'informer sur les recherches et les expériences portant sur les entendeurs de voix d'autres pays;
- Développer chez les participants une structure de pensée personnelle en regard de leurs perceptions permettant une plus grande aisance à composer avec les voix;
- S'approprier un pouvoir sur sa vie en prenant, entre autres, un plus grand contrôle sur ses voix à sa propre façon;
- Découvrir différentes stratégies et approches pour mieux connaître les voix, leur donner un sens, les maîtriser ou mieux composer avec celles-ci;
- Favoriser l'entraide et l'enrichissement mutuel au sein du groupe.

Groupe pour les 18 à 50 ans au Pavois de Québec

- Participation de **17 personnes** au groupe de Québec.
- Référence de **32 personnes** dans le REVQuébécois.
- Accueil d'intervenants ou de membres de la famille au sein du groupe pour les aider à comprendre le vécu des entendeurs de voix et de leurs proches: **9 personnes**.
- Plusieurs sorties en plein air et dans la communauté. En voici quelques exemples: visite du Domaine Maizerets à Québec, sortie à la Baie de Beauport, art thérapie, zoothérapie à la bibliothèque Chrystine-Brouillette, physiothérapie en partenariat avec la clinique SPOT.

Groupe pour les 18 à 35 ans au Pavois de Sainte-Foy

Mme Sandrine Rousseau a poursuivi l'animation d'un groupe de personnes sur le territoire de Sainte-Foy, qu'ils soient étudiants ou travailleurs. Afin de les outiller pour mieux composer avec ce phénomène, Sandrine, elle-même entendeur de voix, a accompagné **4 personnes** en soirée au Pavois de Sainte-Foy. Nous sollicitons votre participation pour diffuser l'information auprès des personnes que vous connaissez et pour qui le groupe ferait une différence. Vous êtes les bienvenus!

Pour qui?

- Pour des personnes qui entendent des voix ou vivent d'autres phénomènes sensoriels.
- Pour des personnes qui souhaitent en discuter avec d'autres qui vivent la même chose.

Les bénéfices de participer aux groupes

- Apprendre à mieux se connaître pour mieux vivre avec les voix.
- Expérimenter des stratégies pour reprendre le contrôle de sa vie.
- Ne pas rester seul, sans appui et emmuré par les voix... il y a l'espoir d'une vie meilleure.



Le groupe de jeunes

Le groupe de jeunes entendeurs de voix a poursuivi sa mission auprès des ados durant l'été 2019. Un ajustement de l'âge a été fait, déterminant ainsi que 14 à 18 ans était préférable, considérant l'âge de consentement pour obtenir des services professionnels sans l'accord du parent. Durant l'automne, le groupe a pris une pause en raison de certains jeunes qui ont quitté le groupe à ce moment pour se concentrer sur de nouveaux projets. Nous devons donc faire la promotion du programme auprès de nos nombreux partenaires afin de recruter de nouveaux participants. Une modulation du groupe a été faite en équipe pour permettre de répondre à certains besoins soulevés. Au printemps, Anick Ford a coanimé le groupe avec Ariane Pichette et a participé au développement du nouveau groupe prévu en mars 2020.

Nouvelle identité automne 2019



Le logo du groupe de jeunes entendeurs de voix a changé durant l'automne 2019 grâce à la collaboration du designer graphique Simon Giguère. Le logo représente des ondes, une vague et un soleil. Cette symbolique amène une notion d'espoir à travers les vagues dans leur quotidien que les jeunes peuvent vivre lorsqu'ils entendent des voix. Le soleil jaune est la lumière et la force que chaque jeune possède en lui.

Nouveau site web en création par Catherine Gauthier pour les adolescents qui entendent des voix.

Médias sociaux

Ajout de nouveaux jeunes sur le groupe privé sur Facebook. L'idée est que les jeunes voient qu'ils ne sont pas seuls. Un partage d'outils et d'information se fait dans ce groupe et sur la page professionnelle d'Ariane Pichette. Un ajout cette année a été d'accepter les demandes venant des parents et des proches du jeune avec leur approbation.



Activités en groupe printemps-été 2019

- Zoothérapie avec Ambulance St-Jean: les jeunes ont eu la chance d'avoir la visite de Buddy et son maître. Un moment de complicité et de douceur entre les jeunes et le chien.
- Pique-nique à la Marina St-Roch: les jeunes ont voulu faire un souper tous ensemble au Parc. Ils avaient l'occasion d'aller se baigner ou d'avoir un moment, seul ou en groupe, dans cet endroit coloré.



Accompagnement individuel

L'accompagnement individuel a été davantage mis de l'avant durant l'automne. De nouveaux jeunes ont eu droit à un accompagnement par l'agente de rétablissement. Nous avons été encore plus actifs dans l'implication auprès des équipes multidisciplinaires entourant le jeune. La place du Pavois dans les services proposés aux jeunes est de plus en plus grande. L'agente participe aux plans d'intervention et aux rencontres de concertation dans les milieux scolaires, hospitaliers ou de réadaptation. Le travail de collaboration est primordial avec les différents partenaires. Toutes ces rencontres permettent de les appuyer dans leurs rêves et d'investir dans leur avenir.

L'agente a aussi un souci de rencontrer les parents et de leur faire parvenir de la documentation suite à la première rencontre. Un courriel regroupant de l'information sur le rôle de l'agente, des articles sur les entendeurs de voix et des documents porteurs d'espoir est envoyé systématiquement aux parents.

L'accompagnement se fait aussi avec des jeunes qui n'entendent pas de voix, mais qui vivent un épisode difficile en lien avec la santé mentale.

De nombreuses activités ont eu lieux:

- Atelier de création de savons.
- Atelier de zoothérapie avec le Pavois de Loretteville.
- Préparation de CV et application à l'emploi à plusieurs reprises.
- Promenades en nature ou près du fleuve.
- Accompagnement à un cours de patinage artistique.
- Séance de maquillage avec une artiste professionnelle.
- Préparation d'un discours d'ouverture avec une jeune.
- Cours de yoga extérieur à l'Industrielle Alliance.
- Rencontre dans un café canin.
- Visite d'une ferme familiale.
- Visite de bibliothèques.
- Demande à une auteure pour qu'elle envoie des livres dédiés à une jeune qui est très fan.
- Demande à la fondation pour permettre à une jeune de participer à son premier Comiccon à Québec.
- Accompagnement chez un éleveur pour adoption d'un animal de compagnie.
- Visite du Cégep de Sainte-Foy.



Merci à nos partenaires

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Clinique D.I.P.P. du centre de pédopsychiatrie de Québec • Hôtel-Dieu de Lévis, pédopsychiatrie • Centre St-Louis • CIUSSS • Intervenants du Cégep de Sainte-Foy et de l'école secondaire Roger-Comtois • Centre jeunesse de Québec • Marie-Laurence Chatigny, maquilleuse professionnelle • CRDI • Simon Giguère, designer graphique • Enseignant CFER • Marie Gray, auteure jeunesse | <ul style="list-style-type: none"> • Ambulance St-Jean • Patro Laval • Émilie Bergeron (Lady Savonette) pour le cours de fabrication de savon • Carrefour jeunesse emploi • Université Laval, Cégep de Sainte-Foy, formation continue • La Friperie du Pavois, milieu de stage |
|--|--|



11e Congrès international d'Intervoice

Félicitations pour votre belle représentation!

Quelle belle expérience ce fut de partager au 11e Congrès d'Intervoice sous la thématique «ALLIONS NOS VOIX, OSONS LES VOIES D'AVENIR!», incluant une journée internationale des entendeurs de voix. L'équipe du Pavois a assuré l'ensemble du bénévolat du colloque. Le groupe jeunesse a présenté ses services et Serge Tracy a vendu ses livres et témoigné de son histoire de vie. **4 membres** du groupe de soutien de Québec ont eu la chance d'y participer.

L'allocation d'ouverture de Juliette Soucy, du groupe des entendeurs de voix jeunesse, a été très touchante. D'une assurance remarquable, Juliette a témoigné et a su émouvoir son auditoire en parlant de son expérience avec les voix, qu'elle entend depuis ses 11 ans. Elle a partagé l'ouverture du congrès en compagnie de Marius Romme, psychiatre émérite et fondateur de ce mouvement.

Ce colloque a réuni plus de **400 personnes** (des formateurs, des conférenciers et des entendeurs de voix) de tous les réseaux internationaux: France, États-Unis, Angleterre et Australie ainsi que de l'Ontario et du Québec. Ce congrès fut une occasion unique où chacun à exprimer son vécu et son savoir, qu'il soit expérientiel ou théorique, dans un climat d'ouverture, d'écoute et de respect.



Du Québec à l'étranger

- Sensibilisation et formation des ressources en santé mentale du Québec à une approche auprès des entendeurs de voix.
- Formations d'intervention et d'implantation de groupes partout dans la province (Québec, Montréal, Saguenay-Lac-Saint-Jean, Côte-Nord).
- Plus d'une centaine d'intervenants du milieu de la santé du Québec ont été formés cette année!
- Nous avons un membre du groupe de Québec qui s'est envolé pour Sept-Îles lors d'une formation d'implantation de groupe afin d'y faire un témoignage.
- Ventes de volumes au Québec et à l'étranger.
- Membre du réseau international d'entendeurs de voix: www.intervoiceonline.org.



Serge Tracy



Mme Marie-Josée Marois, Juliette et Ariane Pichette à Intervoice



Anick Ford, formatrice d'une approche pour les entendeurs de voix

Une autre belle année diversifiée en terme d'activités sportives et de personnalités colorées au Club Hors-Piste. Cette année, **144 personnes** différentes ont eu la chance de se côtoyer, de partager des moments uniques en groupe et de relever des défis personnels; le tout en pratiquant différents sports et des activités de plein air.

Que ce soit en pratiquant la randonnée en forêt, printemps, été, automne comme hiver; ou en pratiquant le hockey, le vélo, le badminton et/ou le pickleball, il y en a eu pour tous les goûts! Plusieurs fois dans l'année, nous avons eu la chance de participer à des activités spéciales, entre autres: le Défi Laser, le kayak ou la trottinette des neiges. Le plaisir était au rendez-vous!



Les activités

Les randonnées

Plus de 40 randonnées pédestres ont été effectuées à différentes montagnes de la ville de Québec au cours de la dernière année. Parmi celles-ci, on peut nommer le parc national de la Jacques-Cartier, les chutes Jean-Larose, le Mont Sainte-Anne, le Cap-Tourmente, le Mont Wright et plusieurs autres! Le tout en collaboration avec Brigitte Gagnon et Denis Boulanger, tous deux éducateurs physiques au CIUSSSCN. Dans l'année 2019, c'est un total de **101 personnes** différentes qui ont participé aux randonnées du Club Hors-Piste. Un franc succès!



Les sorties à vélo

Durant la saison estivale, si la météo le permettait, nous avons fait plusieurs sorties à vélo chaque jeudi. Que ce soit en prenant le traversier tous ensemble pour aller faire la piste cyclable à Lévis, la promenade Samuel de Champlain ou simplement se promener dans le cœur de Limoilou; le plaisir et la beauté de la ville de Québec étaient toujours présents. Le tout en compagnie de Brigitte Gagnon, éducatrice physique au CIUSSSCN.

Les activités spéciales

Cet été, nous avons eu la chance de faire du canot et du kayak chez Canots Légaré lors d'une belle journée ensoleillée. Difficile de ne pas apprécier l'expérience! Pour Noël, nous étions plus de **20 personnes** à participer au Laser Game Évolution à Vanier. De belles heures à courir, à rire tous ensemble et à pratiquer notre jeu d'équipe. Nous avons terminé la journée avec un buffet offert par le Club Hors-Piste. Finalement, avant le début du printemps, nous avons eu la chance d'essayer la trottinette des neiges au Domaine de Maizerets. Nous avons débuté dans les pistes pour terminer en glissant avec les trottinettes à partir du haut des collines. Nul besoin de mentionner que ce fût un bon défi de rester debout sur la trottinette et de ne pas tomber en glissant. Fous rires garantis!



Le tennis au parc Bardy

Comme à chaque année, s'en est suivi de la saison du tennis avec la collaboration de Denis Boulanger, éducateur physique à CIUSSSCN. Une autre belle façon de relever un défi sportif!



Hockey, badminton et pickleball

Cette saison de hockey a sans doute été très populaire auprès des membres du Club Hors-Piste considérant la moyenne hebdomadaire de **16 à 18 joueurs** au centre Mgr Marcoux. Au total, **55 personnes** différentes ont participé au hockey dans la saison automne et hiver. Un sport qui demeure indétrônable auprès de nos membres! Le badminton et le pickleball ont aussi été fort appréciés auprès des jeunes, qui ont été environ 8 à participer à chaque jeudi. Au total, **37 personnes** différentes ont participé au badminton et au pickleball dans la saison automne et hiver du Club Hors-Piste. Le tout a pu être réalisé grâce à l'indispensable collaboration de M. Denis Boulanger, éducateur physique au CIUSSSCN, ainsi que trois bénévoles. Nous tenons à remercier Mme Marlène Élément pour sa précieuse collaboration et pour l'organisation de ces trois activités.

Nos collaborateurs

Nous tenons à remercier nos précieux collaborateurs avec qui notre mission auprès des jeunes en processus de rétablissement devient réalité! Merci au Patro de Charlesbourg qui nous offre la possibilité de se déplacer à bord de leur minibus à chaque semaine lors de nos randonnées. Un énorme merci à M. Daniel Morin qui nous a conduits chaque semaine et qui a participé avec nous à toutes les randonnées au cours de l'année.



Merci aux Sentiers du Moulin qui nous accueillent chaque année et qui nous permettent d'utiliser leurs équipements à un prix d'ami. Merci au Mont Saint-Sacrement et au Cap-Tourmente qui nous font également un prix d'ami afin de nous faire profiter de leurs belles montagnes. Finalement, merci au Parc national de la Jacques-Cartier qui nous offre la gratuité d'accès pour nos randonnées. Merci à Mme Brigitte Gagnon, à M. Denis Boulanger ainsi qu'à toute l'équipe du Programme de santé globale du CIUSSSCN pour leur grande implication au sein du Club Hors-Piste. Finalement, merci à Line Vaillancourt pour ses nombreuses années de dévouement envers les membres du Club et à Anne-Marie Poulin, agente d'intervention par le sport et responsable du Club Hors-Piste.



Lors de l'année 2019-2020, il y a eu de multiples preuves de mobilisation. Encore une année exceptionnelle! Plus de **114 participants** se sont adonnés à plus de 140 activités et sorties. Au total, 1500 repas ont été servis à Québec et 46 à Sainte-Foy. Une programmation renouvelant des activités phares, mais qui a aussi laissé place à des innovations. D'une part, les gens peuvent se délecter d'un bon repas à coût abordable et d'autre part, participer et organiser des activités thématiques préparées en collaboration avec des animateurs hors pair: soupers-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 du quotidien et d'expérimenter de nouvelles passions.



Papillons en fêtes (28 février)

Des milliers de papillons en liberté au Centre Jardin Hamel. Les participants ont pu découvrir et apprendre sur les différentes espèces des quatre coins du monde.

Érablière

Malheureusement, notre fameuse cabane à sucre annuelle a dû être annulée cette année en raison du COVID-19. Ce n'est que partie remise.



Épluchette de maïs

En septembre, nous avons organisé notre traditionnelle épluchette de maïs. Les épis étaient goûteux, juteux et savoureux, ce qui a permis de faire plaisir à **45 personnes** et de vivre ces moments avec bonheur et complicité.

Sortie aux pommes (6 septembre)

Une belle occasion de cueillir des pommes, mais aussi un plaisir de découvrir les commerces de l'île d'Orléans.



Chutes Montmorency

Plus d'une trentaine de personnes sont allées visiter ou revisiter les chutes. Ils ont pu sortir de leur quotidien et créer des liens dans un cadre merveilleux et serein.

Les pieds dans l'eau du 5 juillet

Avec une température de 28°C, nos participants ont pu se rafraîchir avec une boisson fraîche et les pieds dans l'eau. Un moment de fraîcheur et de chaleur humaine.



Cueillette de fraises (12 juillet)

C'est l'été, une bonne saison pour cueillir quelques fraises. Les participants ont pu cueillir quelques-unes à Sainte-Famille, sur l'île d'Orléans. Une belle demi-journée à se réunir, à partager un bon moment et à se créer de beaux souvenirs.

Activité de vélo (août)

Profitant de l'été, les participants se sont maintenus en forme en faisant du deux-roues. Un véritable exercice de dépassement de soi pour certain et un moment de pur plaisir pour d'autres.



Souper du Nouvel An (27 décembre)

L'année 2019 se clôture et l'année 2020 va bientôt débuter. Ce grand moment a donné lieu à un souper où une vingtaine de participants se sont rassemblés pour socialiser et partager un moment agréable, tous ensemble.





Laser Game (14 février)

Une activité à la fois ludique et sportive, les participants munis d'un équipement à la fine pointe ont pu se défier dans deux labyrinthes multinationaux.



Miller Zoo (5 juin)

46 participants ont pu s'émerveiller devant nos amis les animaux du Zoo. Une belle opportunité de mieux connaître les animaux et d'apprendre sur leurs histoires.

Bien sûr, il ne faut pas oublier d'autres activités qui permettent des liens de partage

Cuisine collective avec Cuisine collective Beauport (8 cuisines)

Cette collaboration a permis à **56 personnes** de cuisiner des mets santé à faible coût et ainsi développer des habiletés culinaires.



Donjons et dragons

Les parties du jeu de rôle Donjons et dragons 5e édition ont continué au Café Le Globe les mardis soirs. Éric Bertrand et Martin Parenteau se sont partagé l'animation à titre de maître du jeu. En moyenne, **six joueurs** ont été présents par soirée. Ainsi, les joueurs peuvent interagir dans un univers fantastique médiéval par le biais d'un personnage qu'ils ont chacun créé à partir du livre du joueur. Nain guerrier, humain sorcier ou elfe des bois archer, chaque joueur joue un rôle actif dans un monde imaginaire que le maître décrit comme un conteur. Le jeu de rôle permet donc aux personnes de s'amuser et de socialiser, tout en sortant de leur routine. Un joueur régulier en témoigne: «Ça change les idées et ça me fait penser à autre chose que ma maladie».

Souper au Café Le Globe (1500 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.



20 bulletins de nouvelles avec Paul Pelletier (120 personnes)

Atelier où les gens expriment leurs opinions sur l'actualité. Des discussions animées et appréciées de tous.

Une année de changement au Café Le Globe



Bruno St-Pierre

Cette année fut une année de changement pour le Café Le Globe. Notre cher Bruno St-Pierre nous a quittés au mois de septembre dernier. C'est le cœur rempli d'amour que plusieurs membres et collègues ont souligné son départ. Au fil des 10 dernières années, il a su planifier et organiser une tonne de repas et d'activités tout en créant des liens exceptionnels avec les membres et le personnel. Merci Bruno pour ton implication.

En octobre, Loïc Popote-Louisor est arrivé comme nouvel animateur. Il a su rapidement nous charmer avec son calme et sa profondeur. Bienvenue Loïc!



Loïc Popote-Louisor

Les samedis du Café, un par et pour

Chaque samedi, un copieux déjeuner est servi par Line, Marcel et le reste de l'équipe en cuisine, ce qui permet à des gens de bien manger à faible coût tout en fraternisant et en développant des liens. Environ 400 déjeuners ont été servis cette année. En moyenne, la fréquentation au Pavois le samedi est de **15 personnes**. Les déjeuners du samedi sont l'occasion de se partager des recettes et de créer de nouveaux menus. Deux catégories de menus figurent durant l'année, soit le menu d'hiver et celui d'été. Ça ne cesse d'augmenter au fil du temps. Encore une fois, bravo pour cette belle initiative!



Il y a toujours les restaurants le premier samedi du mois qui attire **20 personnes** et plus. Ils ont visité de nombreux restaurants tels que le Pacini, le Buffet des continents, le Petit coin latin, le Stratos (Charlesbourg) et le Café du monde.

Des activités pour tous les goûts et des animateurs engagés et investis



La fête de Noël

Le 18 décembre, plus de **81 personnes** ont pu fêter ensemble autour de plusieurs activités, d'un bon souper et de nombreux prix offerts. Une vingtaine de commandites nous ont apporté leur soutien. Le Pavois de Québec recevait ses membres à un souper préparé à leur intention. Le service aux tables fut assumé par l'équipe des employés du Pavois. Tous les plats ont été faits maison à l'exception du plat végétarien et ont été préparés par les intervenants, les stagiaires, les gens de la comptabilité, de la coordination, des stagiaires en cuisine et de quelques membres volontaires. Oh combien cette équipe fut efficace! Sourire, bonne humeur et investissement de soi furent les ingrédients d'un repas bien réussi. Encore une fois, ce fut une belle façon de terminer l'année.

Explorateurs urbains (166 personnes)

30 sorties dans des lieux de découvertes exceptionnelles pour nos globe-trotteurs qui se gardent actifs les vendredis. Visites de musées, marches, participation à des festivals, activités culturelles et sportives. 6 sorties au Cinéma Beauport (**49 personnes**), jeux de société (**8 personnes**), 6 soirées chansons et guimauves au feu de camp dans notre belle cour du Pavois (**60 personnes**), soirée billard au Dooly's Henri-Bourassa (**17 personnes**), atelier de dégustation de thé (**10 personnes**), souper des fêtes et échange de cadeaux, Remparts de Québec (**30 personnes**).



Le Café L'Odysée du Pavois de Sainte-Foy



En moyenne, le Café L'Odysée rejoint une quinzaine de personnes les mercredis en soirée. Ce moment de la semaine est l'occasion pour les participants de partager un bon repas cuisiné sur place et d'échanger dans un contexte de convivialité. Chaleur, simplicité et humour sont au menu! Les participants sont invités à se joindre à l'activité prévue à l'horaire qui, rappelons-le, est élaboré par les membres. Un noyau de **8 à 10 personnes** y participe quotidiennement (Jeu du dictionnaire, Fait-moi un dessin, Bingo, Jeu Pyramide, Guerre des clans, Jeu de la boulette, Jeu Scatlogories, Film, Jeu le Tricheur, Jeu Qui-suis-je?, Jeu du Loup-Garou, Soirée de Wii).

Sorties à l'extérieur

En moyenne, **10 participants** viennent au souper lors d'activités extérieures, dont **6-8 personnes** participent à l'activité (restaurant (**10-12 personnes**), cinéma, pique-nique (**12-15 personnes**)).

Activités spéciales

- Pâques (**25 personnes**)
- St-Valentin (**20 personnes**)
- Épluchette de blé d'Inde (**30 personnes**)
- Party d'Halloween (**25 personnes**)
- Party de Noël (**45 personnes**)

Le centre d'accès communautaire

C'est en collaboration avec le ministère de l'Innovation, des Sciences et du Développement économique que les Pavois offrent un centre d'accès communautaire en informatique. Merci à nos animateurs qui accompagnent les personnes qui ont des besoins au niveau informatique. Un centre qui est à la fois utilisé pour les ateliers sur le marché du travail, la recherche informatique, les étudiants ou simplement pour clavarder.

L'Abonne-Bus



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

- **21 personnes** ont fait la demande d'Abonne-Bus Général.
- **20 personnes** ont fait la demande d'Abonne-Bus Étudiant+.

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.

Porte ouverte du 9 octobre 2019 au Pavois de Sainte-Foy

Le 9 octobre, le Pavois de Sainte-Foy a accueilli les membres ainsi que leurs proches dans une formule 5 à 7. Le but étant d'expliquer ce que nous sommes en tant qu'organisme, notre mission ainsi que nos différents services offerts. De plus, les intervenants et professionnels de différents milieux (CIUSSS et organismes communautaires) pouvaient venir nous rencontrer entre 14h et 16h. Le but étant aussi de leur expliquer nos différents services, la mission du Pavois et de créer, s'il a lieu, un partenariat. Aussi, les personnes pouvaient contempler les différentes œuvres artistiques des membres produits durant l'atelier «À la rencontre de soi».

Nous avons accueilli une **cinquantaine de personnes**. Les membres et leurs proches pouvaient venir déguster des petites bouchées. Nous avons eu trois services. Nous avons formé un comité pour la nourriture et pour la préparation des salles formé de membres et d'agents d'intégration. Un grand merci à nos partenaires: les brochettes de poulet Les Savardises et la crème glacée du bar laitier Le Frisson. Après la dégustation, nous avons eu le plaisir d'entendre une personne salariée anciennement membre du Pavois de Sainte-Foy entamer un témoignage touchant sur son parcours socioprofessionnel. Cette personne avait comme but de susciter l'espoir chez nos membres ainsi qu'à leurs proches. Nous avons reçu d'excellents commentaires de la part des membres et de leurs proches concernant la porte ouverte.

Le Pavois de Loretteville, une entité unique!

En juin dernier, le Pavois de Loretteville a reçu la visite de Mme Polacco et du comité d'engagement de la Caisse Desjardins des Rivières de Québec dans leurs locaux. Cette rencontre avait pour objectif de faire connaître les services du Pavois. À la suite de cette rencontre, en octobre 2019, le Pavois était présent dans le Journal Des Rivières. Un grand merci au comité d'avoir choisi le Pavois lors de leur tournée des organisations.



Initiation au yoga avec Isabelle Bouchard

Des conférences pour vous

De mars à août 2019, le Pavois de Loretteville, en partenariat avec la Bibliothèque de Québec, a offert 9 conférences gratuites ouvertes à toute la population. Elles ont été offertes soit à la Bibliothèque Chrystine-Brouillet (6 conférences: les relations amoureuses positives par Gervais Saucier, la loi sur la légalisation du cannabis par Marie-Ève Gingras du Ministère de la Santé publique et de Gervais Saucier du Piolet, Mon équilibre j'y tiens par Bruno St-Pierre, zoothérapie par Danielle Lévesque, 10 trucs pour prendre soin de santé mentale par Marlène de l'ACSM et les coulisses de l'anxiété, témoignage d'Ève Aboussafy) et à la place éphémère de Loretteville (3 conférences: de la rigolothérapie offert par le Club de rire de Québec, une expérience de pleine conscience par Stéphanie Jacques, une initiation au yoga par Isabelle Bouchard du studio de danse Namaste). Plus d'une quinzaine de citoyens étaient présents à chacune des conférences pour un total d'environ **130 personnes**.



Kiosque à la fête de quartier de Duberger

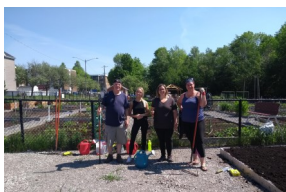
Places éphémères et fêtes de quartier

Le Pavois de Loretteville a été encore cette année très impliquée dans sa communauté et auprès de plusieurs partenaires. Le Pavois a participé à la réalisation et la programmation de la place éphémère de Loretteville. Une soupe en plein air a été offerte tous les mardis midi du mois de juillet et août 2019, soit 9 repas et desserts ont été cuisinés par le Pavois, en collaboration avec d'autres partenaires, et offerts à la population. C'est près de **50 personnes** qui étaient présentes à chaque fois. Le Pavois de Loretteville a aussi animé des ateliers et des conférences sur la place éphémère de Loretteville et de la Rassembleuse de Duberger. C'est plus d'une centaine de citoyens qui ont bénéficié de ces activités en plus d'offrir au Pavois une visibilité sur les réseaux sociaux et dans sa communauté.

Le Pavois de Loretteville et ses membres se sont aussi impliqués auprès de nombreux partenaires par le biais de bénévolat, de préparation de nourriture, de représentation ou de réalisation d'affiches publicitaires. Bravo!



Soupe en plein air à la place éphémère de Loretteville



Implication au jardin communautaire du Buisson

Le Pavois de Loretteville, une entité unique - suite

Continuité de l'approche de proximité au Pavois de Loretteville

Le Pavois de Loretteville poursuit son implication afin d'offrir l'accessibilité aux services directement dans la communauté. Le Pavois siège et s'implique dans 4 tables de concertation et est actif dans 3 comités. Un livret a été créé contenant toutes les ressources en employabilité avec le Comité Emploi, un groupe «WorkPlace» a été créé avec le comité intersectoriel afin de rendre plus accessible les services des partenaires de Duberger et une rencontre a été organisée avec l'accueil psychosocial du CLSC des Rivières et des agentes de milieux de Duberger afin de créer un contact et favoriser l'accès. Une agente du Pavois se déplace dans les secteurs pour rencontrer les citoyens sans compter plusieurs projets qui ont vu le jour dans différents milieux.

Suite à plusieurs besoins et détresses des partenaires du secteur concernant la santé mentale, un comité santé mentale a vu le jour à Loretteville, dont le Pavois de Loretteville est très actif. Depuis janvier 2020, plusieurs partenaires se rencontrent aux 3 semaines dans le but de discuter ensemble de situations complexes dans une formule de codéveloppement et de confidentialité. Ces rencontres permettent d'offrir soutien, conseils et entraide et favorisent un pont d'accès à certains services. De plus, des formations sont organisées pour les partenaires du secteur.



Projets collectifs au Pavois de Loretteville: des pommes et un voyage à Montréal

Le Pavois de Loretteville enchaîne les projets collectifs cette année. Ces projets permettent aux membres de s'impliquer activement dans quelque chose qu'ils désirent, de découvrir et vivre les étapes pour y arriver et de vivre une réussite et un rêve.

À l'automne, **9 membres** ont été cueillir des pommes et ont cuisiné et vendu 92 pots de beurre de pommes.

Cette implication leur a permis de s'offrir un bon buffet au Pizza Royale en novembre dernier.



En janvier 2020, environ **8 membres** ont manifesté un intérêt à s'impliquer dans un projet collectif afin d'amasser des fonds pour aller passer une fin de semaine à Montréal à l'automne prochain. Plusieurs se sont impliqués dans la création et la vente de 200 bâtons en chocolat pour la St-Valentin. Ils se voient régulièrement pour structurer et organiser leur projet. Au mois de mars, le projet est mis sur pause dû à la situation du coronavirus.

Noël au Pavois de Loretteville

Le mois de décembre a vécu une ambiance de Noël, au Pavois de Loretteville, avec un calendrier de l'aveugle où des défis étaient à réaliser lors de chaque atelier. Le coquin petit lutin s'est donné à cœur joie pour faire des mauvais coups! Un après-midi avec film de Noël et popcorn a été organisé. Sans compter son party de Noël où **40 membres** étaient présents et ont tous reçu de belles cartes cadeaux qui nous avaient été offertes par de nombreux commanditaires du secteur de Loretteville.



Bénévolat à la pâtisserie Michaud en décembre 2019

Le 11 décembre dernier, **8 membres** et 2 agentes ont été faire du bénévolat à la Pâtisserie Michaud afin d'amasser du financement pour le Pavois de Loretteville et vivre une belle expérience de travail. Ils ont amassé 506,25\$. Merci de votre implication!



Dîner spaghetti organisé par les Chevaliers de Colomb de Loretteville

Le 20 octobre 2019 avait lieu un dîner spaghetti organisé par les Chevaliers de Colomb de Loretteville au profit du Pavois. C'est le 9 décembre que les Chevaliers nous ont remis un don de 750\$. Merci à ces partenaires qui nous ont permis de bonifier nos ateliers pour les citoyens du secteur.

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. **27 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



Les Copies du Pavois

Quelle belle année pour les Copies. Notre entreprise se démarque jour après jour par ses services personnalisés, rapides, à la fine pointe des attentes de nos clients et que dire de notre personnel tout sourire qui offre un temps précieux à rendre impeccable vos projets qui vous sont chers.

Soucieux de maintenir une haute qualité de services, nous avons cette année changé et investi dans de nouveaux photocopieurs numériques. Notre objectif étant de fournir à notre clientèle des produits de grande valeur à prix compétitif ainsi que des impressions de qualité qui offrent une stabilité hors pair pour les couleurs. Nous travaillons avec différents papiers d'impression et de publication selon vos préférences. Notre petite entreprise a maintenu une belle croissance et nos objectifs de vente ont été atteints.

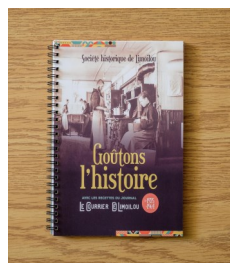


Nos clients sont au rendez-vous plus que jamais et font le choix judicieux de soutenir l'économie sociale, d'investir localement dans une entreprise de proximité qui fait une différence au quotidien pour notre

clientèle, notre mission. Merci, grâce à vous, nous sommes témoins tous les jours de belles réussites.

Nous souhaitons remercier nos clients. Pour en nommer que quelques-uns: le Centre Jacques-Cartier, le Carrefour de proches aidants, l'AREQ de Beupré, la paroisse de Limoilou, le Centre Jean-Guy Drolet, PECH, l'AQR, etc.

Un beau projet de Limoilou. Nous avons imprimé les 1000 volumes de «Goûtons l'histoire: souvenirs et saveurs du Limoilou des années 1930 à 1960», de la Société historique de Limoilou. Nous avons été invités au lancement lors d'un 5 à 7 à la librairie Morency. Merci pour cette belle délicatesse.



Nous avons hâte de reprendre notre élan après la fermeture due à la pandémie et de vous accueillir en 2020-2021. Bravo à Luce, notre responsable des Copies, pour sa participation au Pentathlon de neige en compagnie de l'équipe du programme PISE.

Nous remercions nos travailleurs et commissionnaires. Vous êtes de bons travailleurs.



La Cafétéria Le Pavois

Nous terminons l'année 2020 avec une grande fierté d'accomplissement, mais également avec la dure réalité d'être au cœur de cette crise sans précédent; cette pandémie, ce virus invisible. Notre entreprise d'économie sociale est jugée essentielle pour le Ministère de la Santé et des Services sociaux. Notre partenaire de plus de 20 ans gère la plus grande crise de son histoire. Notre équipe poursuit leur travail afin de bien nourrir les employés, nos décideurs. Mais attention, c'est avec toutes les recommandations du Dr Horacio Arruda.



Permettez-moi de vous mentionner que notre Cafétéria a accueilli à l'été un nouveau chef. M. Stéphan Huot a su rapidement nous charmer quant à ses nombreuses compétences et ses secrets culinaires. Ce qui nous a ravis particulièrement, c'est son savoir-faire en matière de formation et son esprit positif. Toutes les idées et les solutions sont possibles. Il sait mettre en valeur les compétences de chacun de nos employés. De plus, nous avons mis en place plusieurs de vos recommandations

à la suite du sondage de satisfaction.

Nous offrons une grande variété de menus santé, en plus de services de pause-café pour les étages. L'équipe travaille sans relâche avec les meilleurs fournisseurs et produits pour offrir des assiettes colorées et parées de légumes frais. Notre bar à salade est toujours aussi populaire ainsi que notre offre de sushis et de desserts santé. Nos menus se déterminent au fil des saisons.



Nos employés sont notre fierté. Ils développent leur employabilité et se rajustent constamment aux changements que représentent les défis de la restauration. La Cafétéria offre des postes de stages et des emplois adaptés et réguliers. Je remercie chaleureusement chacun d'eux, nos héros. Merci au Ministère de la Santé de nous faire confiance et de nous offrir l'opportunité d'être un modèle d'économie sociale.



La Friperie du Pavois

L'année 2019 fût une année importante pour la Friperie grâce à son équipe entreprenante et dévouée au cheminement socioprofessionnel de ses employés, bénévoles et stagiaires.

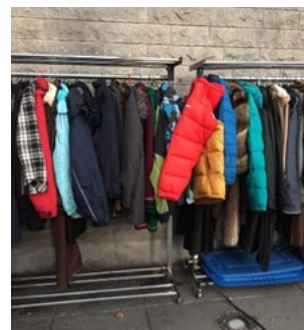
Nouvelle présence sur les médias sociaux

La Friperie a modifié sa présence sur les médias sociaux, en publiant régulièrement nos trouvailles de grandes marques, nos coups de cœur, des concours et des articles de plusieurs sites web diversifiés pour sensibiliser notre clientèle à nos valeurs. En magasin, nous avons créé une section «Coups de cœur des médias sociaux», afin de permettre une continuité des médias sociaux en magasin. De plus, nous avons créé un espace pour prendre les photos afin de permettre une uniformité dans nos images. Dans les publications, nous utilisons des thèmes selon le moment de la saison comme le retour à l'école ou l'arrivée du printemps. Ce projet est aussi disponible aux membres en leur permettant de suggérer des morceaux pour les futures publications.



De nouveaux partenariats

Les collaborateurs, comme l'Armée du Salut, la Bouquinerie Nouvelle Chance, l'Écocentre de Québec, Signe d'espoir (Ordi-livres), les Ateliers TAQ, le Café Ô Village, Les Complices, la Maison St-Ambroise de même que les commissionnaires du Pavois permettent la réutilisation et la récupération d'articles ne pouvant être mis en vente à la Friperie, tels que les vêtements, les jouets, les objets divers et les articles électroniques. Des associations avec des particuliers permettent également d'envoyer ces articles en Haïti ou en Afrique.



Une visibilité accrue grâce à l'implication communautaire

L'équipe de la Friperie a participé, le 8 juin dernier, au Grand Bazar des ruelles de Limoilou. La gérante de la Friperie s'est impliquée pour l'événement de la Nuit des sans-abris le 18 octobre. La Friperie faisait des dons sur place de vêtements chauds aux personnes vivant dans une situation d'itinérance.



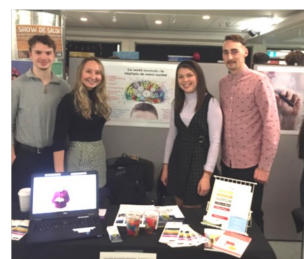
Bazar Limoilou, nuit des sans-abris

Une entrevue avec un journaliste de Mon Limoilou a été réalisée avec la directrice générale du Pavois et la gérante de la Friperie. L'article sortira au cours des prochains mois.



Promouvoir la mode de seconde main

Les amateurs de mode et de seconde main ont trouvé leur compte cette année grâce à plusieurs événements. Les étudiants du Cégep Garneau ont organisé un défilé de mode. Leur désir était de faire la promotion de la mission de la Friperie. Les étudiants avaient l'occasion de venir faire l'essayage de vêtements en magasin avec la gérante. La sélection de morceaux était alors portée par les mannequins lors de l'événement. Le Bazar du bal, une initiative de la Maison Richelieu, permet aux finissantes de se munir de robes et d'accessoires de soirée à faible prix. En collaborant avec cet organisme, la Friperie leur a permis de laisser en consigne des robes au sein du magasin. La collaboration avec la blogueuse Sarah Couture a eu lieu encore cette année. Elle offre des dons de vêtements et d'accessoires mode suite à sa grande vente qu'elle organise deux fois par année. La gérante de la Friperie, qui a de l'expérience en stylisme de mode, a également offert un atelier aux membres du Pavois de Loretteville sous le thème «Comment se sentir bien dans ses vêtements».



Promouvoir l'économie sociale

Remerciements à l'équipe du Cégep de Limoilou pour la vidéo promotionnelle de la Friperie du Pavois. 4 étudiants de sciences humaines au Cégep de Limoilou ont présenté la Friperie du Pavois dans le cadre du Colloque des Sciences humaines qui a eu lieu le 26 novembre dernier. Plus de **300 personnes** ont été sensibilisées à la cause de cette magnifique entreprise d'économie sociale.



Un milieu de stage pour tous

La Friperie du Pavois collabore avec différents milieux et partenaires, tels que l'APE, le CFER des Premières-Seigneuries, l'École de la Cité et l'Institut universitaire en santé mentale de Québec afin de permettre aux employés, stagiaires et bénévoles de développer ou de consolider leurs aptitudes au travail. Les formations IS, ISP métier semi-spécialisé et ISPN sont offerts en collaboration avec la commission scolaire de la Capitale. Elle reçoit également des référents du YMCA de Québec et du Ministère de la sécurité publique du Québec dans le cadre de travaux compensatoires et communautaires.

Des activités spéciales pour les membres de la Friperie!

En mai dernier, il a eu lieu la grande réunion annuelle de la Friperie à laquelle les membres ont assisté. C'est l'occasion de remercier l'équipe pour leur travail, mais aussi de se mettre tous à jour sur plusieurs points.



Souper de Noël

Nouvel outil pour les employés

L'Info-Friperie est un outil qui a été créé dans le but de faire un journal offert aux employés tous les trois mois. Le but est d'informer les employés sur les nouveautés et les changements pour la saison qui arrive. L'Info-Friperie présente une section «Promotions», «Ajustements», «Important pour cette saison», ainsi qu'une section «Rappel». L'Info-Friperie permet de répondre aux questionnements des membres concernant ce qui s'en vient pour la Friperie. Elle permet aussi de passer des messages de manière générale à tous les employés, car sa lecture est obligatoire.



Les fêtes célébrées à la friperie

La journée spéciale d'Halloween a permis aux employés d'user de créativité en participant au concours de déguisements. Des surprises et des prix spéciaux ont été remis à ceux et celles avec les costumes les plus originaux. De plus, pour amener la magie de Noël dans le quartier, la Friperie a reçu le Père Noël et ses lutins en personne. Tous étaient sur place pour remettre des cadeaux et des gâteries aux familles.



Une friperie animée!

Le souper de Noël fut quant à lui l'occasion pour tous les employés de se rassembler autour d'une fondue chinoise et de partager les plus beaux moments ayant marqué leur année. Les heures d'ouverture et les effectifs réduits de décembre à la Friperie n'ont pas empêché ses festivités. Des touches spéciales ont ajouté magie et gaieté à chaque journée du temps des fêtes. La journée pyjama, les surprises, les jeux, les collations et les breuvages spéciaux ont témoigné de la reconnaissance et de l'appréciation que la Friperie a pour ses employés.

Gratuité du Café Ô Village



Aux Éditions L'Hybride, nous avons eu beaucoup de projets et d'accomplissements. Ce fut une grosse année bien remplie. Merci à tous nos bénévoles, à nos membres des comités et à nos différents partenaires de participer à tous ces événements qui nous comblent de bonheur. L'équipe de L'Hybride s'agrandit, et nous sommes fiers de tout le travail accompli.

Marathon d'écriture de Québec

Le 4 mai 2019 eut lieu le 4e Marathon d'écriture de Québec à la Maison de la littérature. La nouveauté fut les deux catégories: prose et poésie. L'événement a attiré **100 personnes** et fut couvert par Radio-Canada.



Les organisatrices du Marathon d'écriture de Québec ainsi que les gagnants du concours

Lancement de Recoudre les ruines

Le 27 octobre dernier eut lieu le lancement du recueil Recoudre les ruines, tiré du Marathon d'écriture de Québec 2019 qui a eu lieu en mai. La soirée s'est passée à la Maison de la littérature, dans le cadre du festival Québec en toutes lettres. L'événement s'intitulait «Ensemble pour la suite du monde» et rassemblait aussi les lancements du nouveau numéro magazine web «Françoise Stéréo», ainsi que celui de la nouvelle plateforme web «L'écrit primal», créé par le Cercle d'écriture de l'Université Laval.

Le livre Recoudre les ruines est en vente sur les sites du Pavois et des Éditions L'Hybride, ainsi que dans toutes les librairies indépendantes.



Le Dr Paul Jacques, Luc Vigneault, pair-aidant, Denis April, auteur et Francine Cyr, directrice

Lancement de Diableries de Denis April

Depuis fort longtemps, Denis April souhaitait publier son roman autobiographique Diableries. À L'Hybride, dès que nous l'avons lu, nous l'avons adoré. Après beaucoup de travail, nous sommes parvenus à présenter ce livre lors de son lancement, à la Galerie Alfred-Pellan, le 6 novembre dernier. L'événement fut un succès. L'auteur avait invité son psychiatre, le Dr Paul Jacques, ainsi que le populaire pair-aidant, Luc Vigneault, à dire un mot. C'est avec beaucoup d'émotion que le Dr Paul Jacques a parlé: «Une chose qui transparait dans votre livre, c'est la justesse des mots quand on parle de symptômes, de concepts qui sont flous. Même moi, ça m'aide à comprendre ce qui se passe. Vous avez été témoin de l'évolution du réseau de psychiatrie, c'est une histoire à découvrir. Comme intervenant dans le domaine de la santé mentale, je reçois le livre d'une personne qui a passé au travers des dédales du système. [...] Ça m'a porté à réfléchir sur notre manière d'interagir. [...] C'est un récit très touchant qui parle de quelque chose de pas banal, avec toute la souffrance qui vient avec, où l'on devine votre désir, avec une pointe d'humour, de faire comprendre votre vécu.» Les gens présents au lancement ont pu se sustenter pendant la soirée en écoutant l'excellente violoniste Andrée Bilodeau.

Nous tenons à souligner que les journalistes Jean Cazes de monlimoilou.com ainsi que François Cattapan du journal L'Appel ont écrit d'excellents articles sur l'événement et sur l'auteur. Remerciement tout spécial à l'artiste-peintre M. Rémi Clark pour la page couverture du livre.

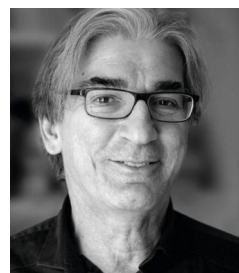
Le roman autobiographique Diableries se vend sur les sites du Pavois et des Éditions L'Hybride, ainsi qu'aux librairies Laliberté et Vaugois.



Denis April, auteur et Rémi Clark, artiste-peintre

La dictée maison des Éditions L'Hybride

L'an dernier, Paul Pelletier a eu une idée; que l'équipe de L'Hybride organise une dictée. Il a pris en charge le projet et géré les différents comités nécessaires à l'élaboration de ce projet. La dictée maison des Éditions L'Hybride a eu lieu le 16 novembre dernier. Notre invité d'honneur était le Dr Jean Lemieux, auteur de plusieurs romans, dont «Une sentinelle sur le rempart: parcours d'un médecin», paru en 2018 aux éditions Québec-Amérique. Il a lu le merveilleux texte qu'il a lui-même écrit.



Le Dr Jean Lemieux, écrivain, médecin et nouvelliste



Paul Pelletier, organisateur de l'événement



Shana Paquette et Marie-Thérèse Paquet, nos grammairiennes

En deuxième partie, les grammairiennes Shana Paquette et Marie-Thérèse Paquet ont fait la correction devant le public avec beaucoup d'humour.

L'événement a rassemblé une trentaine de passionnés de notre très belle langue française. Merci à Paul Pelletier d'avoir organisé un si bel événement.

Lancement de Murmures poétiques

Le recueil de l'atelier Confessions poétiques a finalement été lancé le 11 décembre dernier à l'Espace Sherpa. L'animatrice de l'atelier, Hélène Matte, était au rendez-vous, ainsi que les auteurs de l'atelier. Paul Pelletier et Judy Miller ont chacun lu un de leurs textes. Les photos qui illustrent le livre ont été prises par la photographe Johanne Pouliot. Nous remercions sincèrement la Caisse Desjardins de Limoilou, le Centre Louis-Jolliet et le Centre St-Louis de leur apport financier au projet. Merci également à nos partenaires PECH-Sherpa et le Bureau des affaires poétiques d'avoir participé à ce beau projet. Le livre est en vente sur le site du Pavois et des Éditions L'Hybride.



De gauche à droite: Catherine Gauthier, agente de communication, Francine Cyr, directrice, Hélène Matte, animatrice, Évelyne Fortier, Conseillère, Vie associative, Caisse Desjardins de Limoilou, Lydia Trahan, coordonnatrice PECH, Andréanne Jacques, PECH

Adhésion à l'Association nationale des éditeurs de livres

C'est maintenant fait, nous sommes membres de l'ANEL. Nous sommes extrêmement fiers de cette adhésion. L'ANEL est l'organisme de représentation de l'édition de langue française dans le milieu culturel et auprès des instances politiques. Nous aurons droit à des formations, à du perfectionnement et à plusieurs outils d'apprentissage.

Ventes de livres

Cette année, nous avons vendu 393 livres. Merci à tous et continuez de parler de nos publications.

La prochaine année

Nos projets pour l'année 2020-2021 sont considérables. Nous cherchons un distributeur pour distribuer nos livres dans toute la province. Les Impatients de Montréal sont devenus nos partenaires dans un projet littéraire hautement créatif pour les membres du Pavois. Nous continuons notre association avec PECH pour les ateliers de contes. Cette année, ce sera des ateliers sur le conte et Les Ami.e.s imaginaires se sont joints à nous pour donner ces ateliers, sur une durée de trois ans. Nous prévoyons sortir trois livres durant l'année. Les Éditions L'Hybride a le vent dans les voiles, et nous souhaitons que ça se perpétue.



Kiosque de L'Hybride lors du 19e Colloque de l'AQR

La Fondation des amis du Pavois est une œuvre caritative qui a pour objectif de soutenir les trois Pavois. Les trois points de services desservent un grand territoire par le biais du Pavois de Québec, du Pavois de Sainte-Foy et du Pavois de Loretteville.

Nous remercions chaleureusement nos généreux donateurs qui donnent un souffle d'espoir à notre clientèle et notre organisation. Un merci particulier aux parents qui appuient les projets et permettent la mise en place de services et d'actualiser des projets de vie. Cette année, la Fondation a redonné de façon juste et équitable et avec cœur.

Le Club Hors-Piste

Le 23 mai dernier eut lieu la course du 5km de St-Jean-Eudes. Cette course, organisée pour la santé mentale, contribue à ramasser des fonds pour le Club Hors-Piste du Pavois. Plusieurs étudiants, parents et intervenants du réseau de la santé et du communautaire ont relevé le défi avec le sourire et avec une énergie débordante. Un beau dépassement de soi. Merci à Maxi Beauport, au IGA des Sources Extra de la 1^{re} Avenue ainsi qu'à Loïs Agence Vicky Jobin d'avoir contribué au succès de cette belle journée. Nous avons réussi à amasser 2500\$. Merci beaucoup à tous!



Le groupe du Club Hors-Piste



Line Vaillancourt du Club Hors-Piste, Francine Cyr, directrice du Pavois, Brigitte Gagnon de l'IUSMQ et Éric Bibeau, responsable de la course



Ariane Pichette et Anick Ford, agentes de rétablissement du Pavois

Le fonds jeunesse

Grâce au fond de vente des bracelets «Mon étoile» en collaboration avec Desjardins Affaires, la Fondation a appuyé des activités et des projets d'actualisation et de découverte de soi et de leurs rêves.

Fonds d'aide alimentaire

Cette année, nous avons distribué des cartes alimentaires pour des personnes vivant en situation de vulnérabilité socio-économique. Ce petit geste a fait un baume au cœur et a permis d'enlever un stress financier aux membres en besoin tout au long de l'année et pendant le temps des fêtes.



Colloque de l'AQR et 11e Congrès d'Intervoice

La Fondation a appuyé l'inscription et l'accès au congrès international d'Intervoice. Principalement pour le groupe adulte et le groupe jeunesse des entendeurs de voix du Pavois. Ce fut une occasion unique où chacun a pu exprimer son vécu et son savoir, qu'il soit expérientiel ou théorique, dans un climat d'ouverture, d'écoute et de respect. Un moment inoubliable, fort intéressant pour l'avenir et le bien-être de ces participants.

Bell Cause pour la cause



Le 22 janvier, au Pavois de Québec, a eu lieu une belle soirée de partage sous le thème de l'événement de Bell Cause pour la cause: «En santé mentale, chaque geste compte». Les **8 membres** ont échangé sur ce qu'ils font pour avoir une meilleure santé mentale au quotidien. C'est beau de voir que tous ont des techniques et/ou des activités qui font du bien et aident à avoir une meilleure santé mentale. Ce fut une belle soirée! Merci à tous les membres. Vous êtes si inspirants!

Les dons de pain

Un partenariat grandement apprécié par le Pavois et ses membres est celui de la Boulangerie Chez Lefebvre, autrefois appelé La Fournée bio. Nous avons redistribué à nos membres et à d'autres organismes (le centre de jour Feu vert, Parents-Espoir, les Grands Frères Grandes Sœurs de Québec, l'AQR, le Relais d'espérance et La Maison Revivre) plus de 4000 produits de boulangerie. Le Pavois a également participé à une vidéo promotionnelle de la boulangerie qui s'intitule «Fier de redonner aux suivants».



Participations du Pavois et rencontres inspirantes

- L'Assemblée publique d'information de la Fondation Québec Philanthrope, restaurant Le Parlementaire de l'Assemblée nationale du Québec;
- Semaine de prévention du suicide, «Ensemble on peut sauver des vies!»;
- Assemblée générale annuelle de 2019, Caisse Desjardins de Sainte-Foy;
- Programme Signes Vitaux, Québec Philanthrope, sonder les besoins de notre communauté;
- Enquête sur les conditions de travail et de salaire dans les groupes communautaires, l'ATTACA;
- Rencontre avec le groupe d'entendeurs de voix, Pierre Craig et Roger Archambault pour le podcast;
- Journée sur la diversité et les sciences sociales, Cégep de Limoilou;
- Présentation au 19e Colloque de l'AQRP et au 11e Congrès international d'Intervoice;
- Dîner portes ouvertes, l'Amarrage;
- Conférence de presse, annonce du partenariat avec la Fondation Lucie et André Chagnon et la Table de concertation Duberger-Les Saules;
- Journée d'orientation nationale, le Cosme, Drummondville;
- Membre du Pôle des entreprises d'économie sociale de la région de la Capitale-Nationale;
- Journée de réflexion et d'échanges sur les pratiques alternatives en santé mentale, l'Agir;
- Présentation des groupes d'entendeurs de voix, Le Pavois et RevQuébécois;
- Participation à la 6e Journée de mobilisation régionale, l'AQRP;
- Table d'action préventive jeunesse Duberger-Les Saules;
- Table de concertation Hope;
- Table des Alliances pour la solidarité;
- Table de concertation Duberger-Les Saules;
- Comité intersectoriel permettant le déploiement de l'approche de proximité;
- Membres du comité emploi, services en développement de l'employabilité aux citoyens du secteur Duberger-Les Saules;
- Table SANA, Projet Le Pont;
- Parlons Loretteville;
- Membres de l'animation de l'espace Jean-Baptiste-Duberger (Café-causerie et jeux de société);
- Membres impliqués au comité de la place éphémère de Loretteville;
- Comité en sécurité alimentaire afin de mettre en place des services dans la Haute-Saint-Charles;
- Participation aux rencontres mensuelles du Groupe Action Val-Bélair;
- Participation au comité logement de Loretteville afin de déménager le Pavois de Loretteville.
- Membre actif au Comité santé mentale de la Haute-St-Charles (codéveloppement);
- Table ronde d'Emploi-Québec et de la main-d'œuvre du fédéral.



Les formations

- Formation administrative, préparation à la retraite, régime de retraite;
- Association québécoise du loisir municipal;
- 5e Rendez-vous national en santé et bien-être des hommes, AutonHommie;
- Pour en finir avec les mythes reliés aux psychoses, Dr Marc-André Roy;
- Table RH, harcèlement psychologique. Mme Andrée Allard de Chez Alia Conseil;
- Table RH, Je n'ai pas le temps: les risques de la surcharge, Axxio;
- Table RH, Gérer l'absentéisme au travail, Charles Coulombe, MD;
- Table RH, Les émotions... Gérer dans tous les états, Axxio;
- Formation Développement du pouvoir d'agir;
- Formation Open Dialogue, Finlande;
- Formation en ligne pour les praticiens IPS, The Rockville Institute;
- Formation L'autogestion et l'animation des ateliers «J'avance», Revivre;
- Formation Pacification des états de crise, au Cégep de Limoilou;
- Formation sur les forces, PECH;
- Formation «Mieux vivre avec les voix» par Anick Ford;
- Conférence Connexion (santé mentale auprès des adolescents, anxiété de performance, victimes d'abus sexuels);
- Formation SVS-U004. Intégration du modèle des forces à une pratique de travail social en santé mentale;
- Colloque Paradoxe (réalité des adolescents).



Formations offertes par le Pavois pour les différents services

- Institut Philippe Pinel, Montréal;
- ARACSM-02, Alma;
- Accueil Bonneau, Montréal;
- Étudiants en service social, l'Université Laval;
- Équipe d'intervenants des trois Pavois;
- Formation du développement du pouvoir d'agir;
- Journée des partenaires aidants, CSDPS offert par l'équipe de soutien aux études;
- Journée et kiosque d'information au Cégep de Mérici;
- Rencontre avec les étudiants de première année en travail social au Cégep de Sainte-Foy;
- Étudiants de l'Université Laval en ergothérapie;
- Présentation des services aux résidents en psychiatrie;
- Colloque des organismes communautaires de Sainte-Foy, Caisse Desjardins de Sainte-Foy;
- Participation au comité portant sur la parentalité et la santé mentale, par Marianne Benny, directrice de Parents-Espoir.

Merci à tous les formateurs et présentateurs.

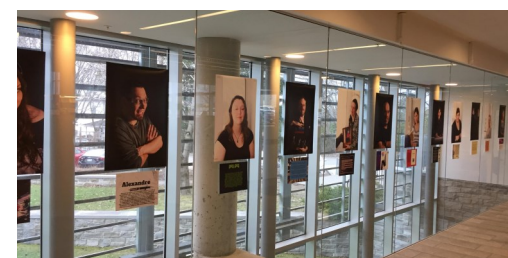
Formation Open Dialogue

Les intervenants du Pavois ont toujours à cœur de s'initier à de nouvelles approches. Nos deux agentes de rétablissement, Anick Ford et Ariane Pichette, ainsi que la coordonnatrice du Pavois de Loretteville, Cindy Genois, ont suivi la formation Open Dialogue cet automne en collaboration avec PECH. Les formateurs ont fait vivre aux professionnels l'écoute active, la bienveillance et l'incertitude, qualités qui sont au cœur de leur approche. C'est une méthode avant-gardiste et un système de santé différent au nôtre qui a fait ses preuves en Finlande. Plusieurs organismes et le CIUSSS se rencontrent aux 6 semaines pour réfléchir à ce qui pourrait être fait au Québec et instaurer de nouvelles méthodes d'intervention. Les employés du Pavois ont pu vivre une expérience de l'Open dialogue lors d'une grande réunion d'équipe. Des projets sont à venir pour permettre aux employés de vivre de l'Open Dialogue et de l'intégrer dans certaines de leurs interventions.

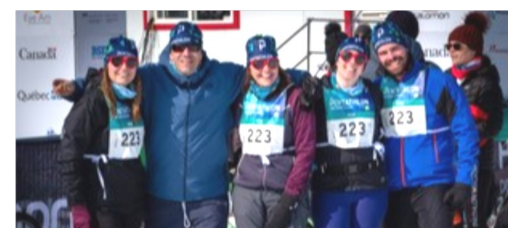


Nos implications régionales et provinciales

- Comité santé mentale, volet travail, AQRP.
- Participation aux journées de mobilisation régionale sur le rétablissement.
- Participation aux journées Bell Cause pour la cause.
- Participation au comité de la semaine de la santé mentale, Association canadienne de la santé mentale.
- Membre du C.A. de l'AGIR.
- Rencontre avec le COSME.
- Membre du C.A. de TAQ.
- Participation à la vidéo «Histoires de voix, paroles d'entendeurs», AQRP.
- Membre du comité organisateur du colloque Intervoice.



Semaine nationale de la santé mentale, filiale de Québec



Luce, des Copies du Pavois, et l'équipe PISE au Pentathlon des neiges



19e Colloque de l'AQRP

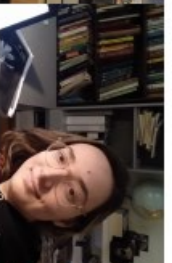
Une fois de plus, les membres et le personnel se sont impliqués dans la préparation du 19e Colloque de l'AQRP et le 11e Congrès d'Intervoice en préparant plus de 2000 sacs. Ceux-ci ont été distribués lors de ces événements, en novembre dernier.



Durant les trois jours de colloque, nos bénévoles étaient toujours présents pour venir porter main forte. Nous avons contribué en participant à l'accueil des participants, en assurant la gestion de la location des écouteurs, en distribuant les évaluations et en effectuant la traduction simultanée lors d'ateliers et de conférences. Encore une fois, merci à cette belle équipe de bénévoles. Une expérience enrichissante et formatrice. Merci à l'AQRP de nous faire confiance.



Isabelle Marceau



Julie Guénette



Isabelle Jackson



Évelyne Audet



Éric Bertrand



Diane Rosemond Tohé

Le Pavois de Québec
Clavet, Jessie (stagiaire)
Côté, Isabelle (stagiaire)
De Bellefeuille, Marcel
Poulin, Mélanie



Cindy Genois



Pierre Bégin



Michel Bergeron



Renée Chassé



Le Pavois

Une équipe
toujours aussi
dévouée!



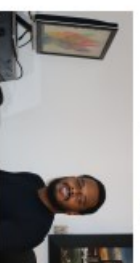
Anne-Marie Poulin



Anick Ford

La Cafétéria Le Pavois

Bélanger, Linda
Fortier, Bertrand
Frappier, Keven
Gravel, François
Guay, Kevin



Loïc Popote-Louisor



Line Vaillancourt

Létourneau, Sylvain
Pouliot, André
Roy, Anick



Joany Savard



Kathleen Watt



Francine Cyr



Stéphane Fortier



Chantale Gagné



François Dupuis



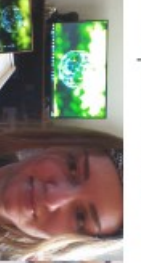
Luce Gilbert



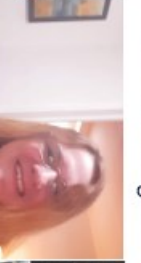
Anne Walsh



Ariane Pichette



Béatrice Jean Allard



Catherine Gauthier



Stéphan Huot

Le Pavois de Loretteville
Mongrain, Isabelle
Tremblay, Mélina (stagiaire)
Pelletier, Sabrina (stagiaire)

La Friperie du Pavois
Albert, Julianne
Dorval, Richard
Laurendeau, Pascal

Les Copies du Pavois
Lamy, Marc
Martel, Dominic
Morin, Annie

Le Club Hors-Piste
Gagnon, Brigitte (USMQ)
Morin, Daniel
Le Pavois de Sainte-Foy
Tétrault, Benoit