



Osez  
le Pavois et  
ses entreprises

Rapport  
annuel

2020 - 2021



Le Pavois



# TABLE DES MATIÈRES

**Suis  
ta  
route!**

Mot de la présidente	<b>5</b>
Mot de la directrice	<b>6</b>
Notre mission, nos valeurs	<b>7</b>
Nos services	<b>8</b>
L'organigramme du Pavois	<b>9</b>
La gouvernance du Pavois	<b>11</b>
Nos ententes de collaboration	<b>14</b>
Nos implications	<b>16</b>
Les formations	<b>17</b>
L'accueil au Pavois	<b>18</b>
Les statistiques	<b>19</b>
Les ressources humaines	<b>21</b>
Soutien au personnel	<b>22</b>
Accompagner autrement	<b>23</b>
La vie associative au Pavois	<b>24</b>
Mouvement technologique au Pavois	<b>28</b>
Les ateliers socioprofessionnels	<b>29</b>
Le soutien aux études	<b>35</b>
L'intégration au travail	<b>36</b>
L'intégration en emploi	<b>38</b>
Mieux vivre avec les voix - Groupe adulte	<b>40</b>
Jeunes entendeurs de voix	<b>42</b>
Le Club Hors-Piste	<b>44</b>
Les entreprises d'économie sociale	<b>47</b>
Les Copies du Pavois	<b>48</b>
La Cafétéria Le Pavois	<b>49</b>
La Friperie du Pavois	<b>50</b>
Les Éditions L'Hybride	<b>52</b>
Rien n'arrête les rêves	<b>53</b>
La Fondation des Amis du Pavois	<b>54</b>
Liste des employés	<b>55</b>





## MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour à tous, chers amis du Pavois.

J'ai le plaisir de m'adresser à vous au nom de notre formidable conseil d'administration.

La dernière année en fut une peu banale et nous nous demandons tous comment nous avons fait pour passer au travers.

Heureusement, l'équipe du Pavois, bien dirigée par notre directrice Francine, a déployé des trésors d'imagination afin que vous puissiez profiter des services offerts. Oui, il est vrai que ce n'est pas comme en présence, mais nous avons tous dû faire des sacrifices et des concessions pour le bien-être de notre communauté.

Je tiens à remercier tous les membres du C.A. qui devaient aller en élection cette année et qui ont accepté de renouveler leur mandat pour deux années supplémentaires. Ceci démontre l'attachement que nous portons tous à notre cher Pavois.

Merci à tous les membres qui sont restés fidèles et qui ont continué à profiter de nos services.

Et que dire de nos chers employés des trois Pavois et des entreprises d'économie sociale qui ont été proactifs et créatifs pour le bien-être de notre institution?

Merci Francine, notre directrice et Stéphane, notre adjoint à la direction qui, comme toute l'équipe, ont le Pavois tatoué sur le cœur.

Si la situation continue à s'améliorer, nous pourrons probablement nous voir tous en septembre afin de célébrer comme il se doit les 32 ans du Pavois. C'est ce que je nous souhaite à tous.

Merci à tous d'être là,  
Louise Drolet  
Présidente du C.A.

## MOT DE LA DIRECTRICE

«Pavois»: partie verticale de la coque dépassant du pont pour former un garde-fou, située en général sur la plage avant des grandes unités, pouvant également ceinturer tout le pont.



Je suis tellement fière de vous présenter notre tout nouveau rapport annuel riche en actions humaines et en diversité de projets, issus d'une année exceptionnelle. Je fais référence à nos «Pavois» qui nous ont si bien ceinturés de chaque nouvelle vague, ainsi qu'aux nombreux défis houleux que nous avons résolument affrontés, soudés les uns aux autres.

Plus que jamais, la crise sanitaire a propulsé des enjeux de santé mentale qui nous rappellent l'importance d'agir en prévention, en repérage, et d'offrir rapidement du soutien à notre communauté. Cette année, les Pavois ont répondu à des appels de personnes de tous les âges, fragilisés et exacerbés par le confinement et la perte de repères.

Notre maillage comme organisme de services essentiels et de proximité nous a permis de nous concerter avec différentes instances et d'augmenter notre résilience individuelle et collective. C'est notre capacité à faire preuve d'entraide et de solidarité qui nous a permis d'affronter les défis avec confiance. Nous avons dû prendre des mesures exceptionnelles pour assurer la protection des personnes, pour poursuivre nos services et pour maintenir à flot notre équipage. Loin de se douter que nous y passerions une année complète.

Suite à l'annonce des nouvelles restrictions sur la distanciation physique, spontanément notre équipe s'est très vite concertée et mobilisée afin d'adapter nos ateliers et formations en mode virtuel avec l'aide financière du PSOC d'urgence pour la distribution de tablettes à notre clientèle.

Nous avons répondu présents sans relâche à l'animation de divers ateliers d'autogestion de l'anxiété et d'appui en milieu du travail. Nous avons accentué les contacts téléphoniques et l'accompagnement de groupes pour les entendeurs de voix et offert des formations partout dans la province. Nos employés ont redoublé d'énergie pour desservir, entre autres, le Club Hors-Piste, le soutien aux études et le volet de l'intégration à l'emploi (PISE) qui, de façon continue, ont fait preuve de stratégies remarquables en rencontrant la clientèle dans les parcs, en mode virtuel ou chez les employeurs.

Malgré que certains de nos projets n'aient pas eu lieu, l'équipe s'est surpassée et a maintenu une bonne gestion des entreprises d'économie sociale. Ce fut également le moment idéal pour réfléchir à l'avenir, suivre des formations, embellir notre environnement et participer aux grandes consultations ministérielles.

Je souhaite souligner l'excellent travail de nos employés. Merci au conseil d'administration pour son engagement et à nos précieux partenaires et collaborateurs. C'est la synergie du groupe qui nous permet d'avancer avec assurance et réciprocité afin de poursuivre notre belle mission et ainsi d'apporter soutien et réconfort à nos membres ainsi qu'à leurs projets socioprofessionnels qui nous font tant vibrer.

Nous pouvons désormais hisser nos drapeaux en guise de festivité, car cette année est derrière nous. Bientôt, nous pourrons festoyer et Pavoiser pour les 32 ans du Pavois.

Francine Cyr, directrice générale

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

### Notre mission

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.



Le Pavois de Québec



Le Pavois de Sainte-Foy



Le Pavois de Loretteville

### Nos valeurs

#### **L'espoir**

Nous croyons que toute personne peut réaliser ses rêves.

#### **L'unicité**

Nous reconnaissons les qualités, les compétences et les expériences de tout individu.

#### **L'appropriation du pouvoir**

Nous accompagnons et favorisons la recherche d'informations permettant de faire des choix éclairés et d'agir sur sa vie.

#### **Le positivisme**

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

#### **L'entraide**

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

#### **La valorisation**

Nous priorisons l'importance de donner un sens aux actions et à la vie.

Le Pavois exerce son dynamisme parmi sa liberté de choix d'offrir des services diversifiés qui font preuve d'une pratique citoyenne et d'approches axées sur les forces de la clientèle. Nous sommes fiers d'agir selon notre mission et libres de déterminer nos orientations, incluant des approches novatrices. Nous travaillons en partenariat et en équipe et centrons nos forces et nos 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.

## OSEZ EXPLORER

Les ateliers socioprofessionnels permettent d'explorer, d'identifier et de réaliser son projet de vie. Différents parcours visant l'intégration sociale et citoyenne ou l'orientation vers le marché du travail sont offerts. Une programmation diversifiée pour mieux se connaître.

## OSEZ TRAVAILLER

Le Pavois offre une diversité de parcours allant de la participation à la vie citoyenne à l'intégration en stage et en emploi. Programme de bénévolat, stages de développement de l'employabilité et programme intégré de soutien en emploi (PISE).

## OSEZ PARTAGER

Les Cafés sont des lieux d'expression, d'entraide, de loisirs, d'apprentissage et de rassemblement. Les personnes sont invitées à s'impliquer dans l'animation, la participation et le développement d'activités sociales en lien avec leurs centres d'intérêt et leurs compétences.

## OSEZ RÊVER

Service d'accompagnement personnalisé pour les jeunes de 14 à 19 ans qui présentent des symptômes s'apparentant à un problème de santé mentale ou qui entendent des voix. Cet appui vise: la découverte de soi (passions, intérêts, forces), le développement de soi (relations sociales, estime, confiance, affirmation) et la mise en action d'un projet (études, travail, passions).

## OSEZ ÉTUDIER

Le service de soutien aux études vise l'intégration ou le maintien des personnes désireuses d'obtenir un diplôme d'études de formation secondaire, professionnelle, collégiale ou universitaire.

## OSEZ EN PARLER

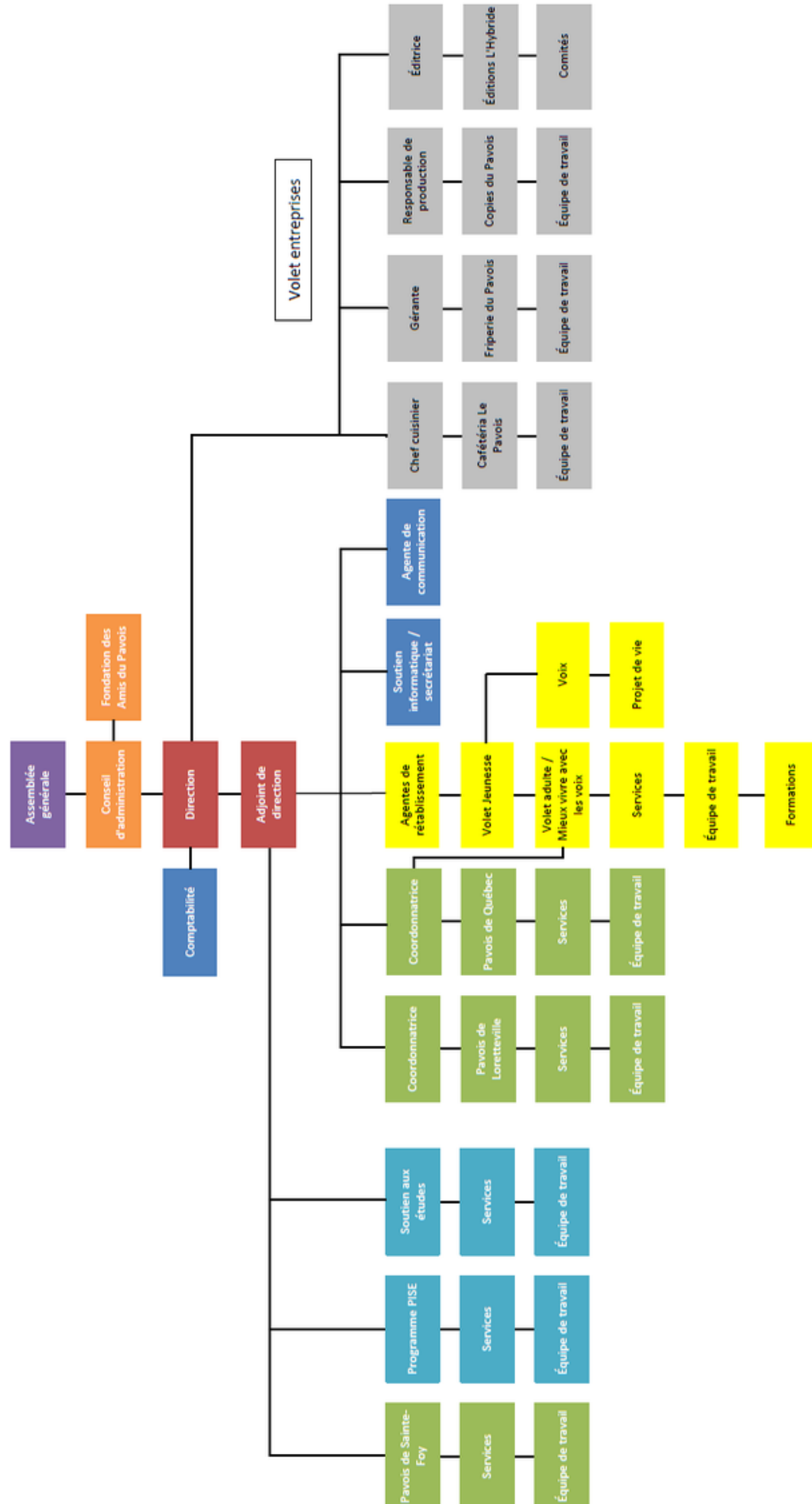
Deux programmes d'entraide pour les entendeurs de voix sont offerts. Volet adulte et volet jeunesse intitulés «Mieux vivre avec les voix», découvrir ce phénomène, explorer des stratégies pour mieux gérer ses voix, donner un sens et composer avec celle-ci. Un service honoré de 4 prix de reconnaissance régional, provincial, national et international. Programme de formation disponible.

## OSEZ VOUS DÉPASSER

Le Club Hors-Piste est un programme d'activités sportives et de plein air pour les jeunes de 18-34 ans désirant utiliser les bienfaits du sport et de la nature au profit du dépassement de soi et d'une bonne santé mentale. Randonnée pédestre, canot, vélo de montagne, kayak et plus. Les activités de plein air sont aussi diversifiées que les destinations.



## Organigramme du Pavois et de ses entreprises d'économie sociale



# LA VIGIE ET LES COMMUNICATIONS

## Un incontournable

---

Afin de traverser la mer agitée de cette année d'exception, le conseil d'administration, le personnel et la clientèle ont hissé les voiles dans la même direction.



## Le conseil d'administration

**Le conseil d'administration a assuré une vigie constante afin de soutenir les Pavois dont les activités sont considérées prioritaires.**

Voici les membres bénévoles du conseil d'administration. Ils sont de véritables gardiens de la mission. Ils discutent des orientations stratégiques et approuvent les budgets qui en découlent. Ils s'activent au sein de comités et s'acquittent des différents dossiers. Merci de soutenir les projets de notre organisation avec passion et bienveillance. Vos précieux conseils sont orientants lorsqu'il s'agit de résoudre des dossiers complexes avec intégrité, équité et humanité. Le conseil d'administration a tenu huit rencontres, dont deux en présentiel.

Le conseil d'administration est composé de dix administrateurs, dont trois représentants des membres et un substitut.



Louise Drolet  
Présidente



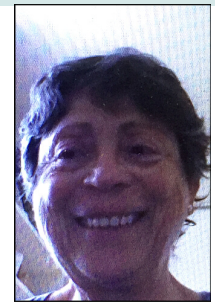
Marie-Ève Leblond  
Vice-présidente



André Blanchette  
Trésorier



Gabriel Gagnère  
Secrétaire



Anne Caron  
Administratrice



David Bellavance  
Administrateur



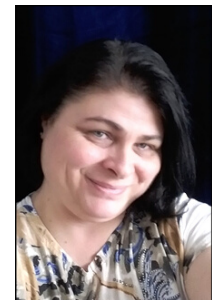
Sophie Gingras  
Administratrice



Samuel Marois  
Administrateur



Sylvie Miller  
Administratrice



Chantale Martin  
Suppléante

## La vie démocratique - Assemblée annuelle

L'assemblée générale annuelle a eu lieu, pour une première fois en 31 ans, en Zoom le 30 septembre 2020. Ce rendez-vous annuel a réuni plus de 32 personnes. Cette rencontre a nourri les idées, les aspirations et les nouveaux projets à venir.

Notre vie associative a été plus que jamais sollicitée. En effet, plusieurs consultations ont eu lieu. Un sondage a été présenté aux membres afin d'identifier les besoins technologiques et le soutien à leur offrir. Une consultation a été faite pour connaître leurs besoins en temps de pandémie afin d'identifier les services prioritaires à mettre en place. Au Pavois de Loretteville, une consultation téléphonique a été réalisée en mai 2020 avec chacun des membres pour connaître leurs besoins en ateliers pour les mois à venir. Les grandes consultations citoyennes, les ateliers offerts et menés hors des murs du Pavois, les services offerts à une nouvelle clientèle fragilisée par la perte d'emploi, le stress lié à la pandémie. Tout ceci caractérise les pratiques du Pavois dans sa vie communautaire et dans la mixité sociale.

Nous avons offert des ateliers avec distanciation sociale et mesures sécuritaires d'hygiène. Plus que jamais, des liens se créent malgré l'absence de contacts physiques.

## Les actions

**L'année 2020-2021 fut ponctuée de rebondissements et de mesures d'exception. Rapidement, le conseil d'administration et la direction ont mis en place des mécanismes de communication.**

Les actions prioritaires de la direction et du conseil d'administration

- S'assurer de prendre les bonnes décisions concernant les mesures sanitaires afin de protéger la santé, la sécurité et l'intégrité physique de notre clientèle et de nos travailleurs.
- Créer des procédures de travail conformes aux recommandations et aux obligations de la Santé publique de Québec et de la CNESST.

- Établir le développement et le maintien des services offerts à la clientèle selon les critères de la Santé publique.
- Mise en place de mesures d'aides financières gouvernementales pour les entreprises d'économie sociale.
- Renouveler les ententes de service avec nos bailleurs de fonds.

- Renouveler les régimes d'assurance pour toutes les corporations.
- Finaliser et déposer l'équité salariale à la CNESST.
- Améliorer les conditions de travail (politique de gestion des ressources humaines).
- Orienter les projets de la Fondation des Amis du Pavois.

- Orienter et déterminer les améliorations locatives des Pavois et des entreprises.
- Relocaliser le Pavois de Loretteville au 11150, boulevard Valcartier, suite 120, Québec, G2A 2M5.
- Rencontres avec la mutuelle de prévention, le groupe ACCIsst.
- Négociation et mise en place d'une nouvelle base de données.

## La pandémie et la sécurité, un travail à temps plein

Le Pavois et ses entreprises jouent un rôle crucial dans la réponse aux besoins vitaux, psychologiques et sociaux de nombreuses personnes, parfois particulièrement isolées ou en besoin de services. Comme service essentiel, nous avons travaillé en étroite collaboration pour le maintien des règles, tout en respectant la Loi sur la santé et la sécurité du travail (LSST).

La gestion de la pandémie a posé un effort constant pour toutes les équipes de suivre les directives et de se mettre à jour tout en poursuivant notre mission et en protégeant la santé de nos membres participants, de nos employés et des bénévoles. Merci à tous pour vos efforts et votre solidarité.

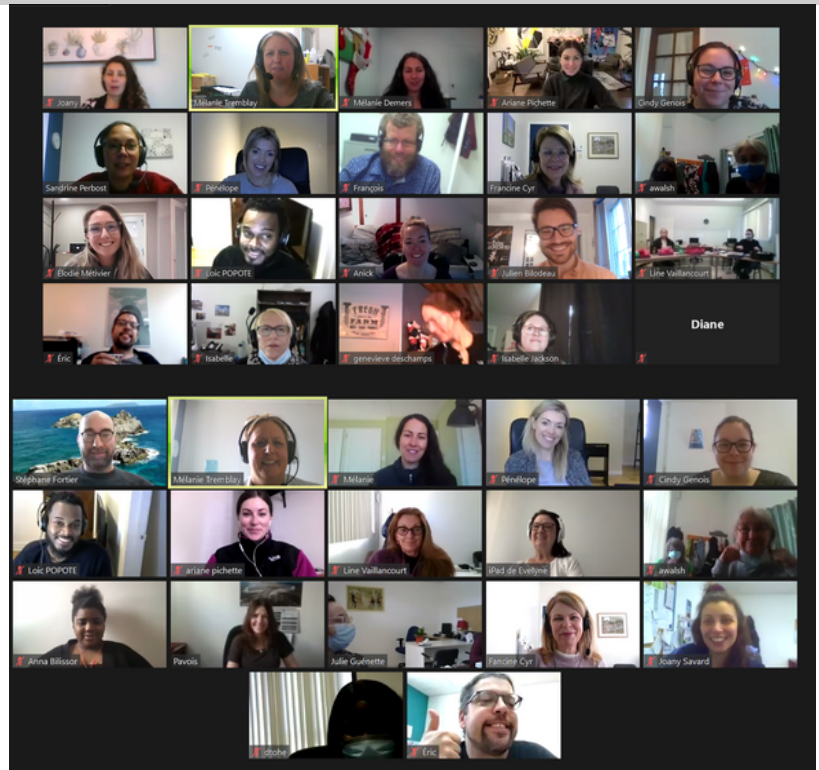
- Assurer un suivi auprès de notre clientèle et des travailleurs.
- Assurer une vigie constante des communiqués et des recommandations de la Santé publique du CIUSSS-CN.
- Contacter régulièrement les organismes communautaires des secteurs respectifs.
- Acheter des produits désinfectants.
- Orienter les services et les équipes à partir de guides pour l'adaptation des activités et des services offerts par les OBNL.
- Faire respecter les mesures d'urgence en rapport au COVID-19.
- Signaler les situations ou les cas à la direction de la santé publique CIUSSS-CN.
- Mettre en place le programme de vaccination pour les employés et les bénévoles.

## La communication, un incontournable!

Le Pavois a misé sur une communication claire, cohérente et transparente entre les Pavois, sa clientèle et ses partenaires. Ce fut un temps considérable pour l'équipe de direction d'assurer une veille médiatique et d'apporter constamment les changements prescrits.

Le Pavois a été continuellement à l'affût de l'évolution de la crise sanitaire, des changements et des impacts sur les services à offrir. La communication fut encore plus importante cette année. Elle a unifié notre réseau de partenariat et offert des opportunités de créer de nouvelles passerelles de communication, d'agir en cohésion et d'être des acteurs clés lors de grandes consultations et de tables territoriales.

La communication au sein des Pavois et de ses entreprises sert à informer, motiver, exprimer des émotions, socialiser et s'unir. Sans oublier l'aide d'une nouvelle réalité 2020-2021, la vidéoconférence.



### Nous avons multiplié nos communications avec différents interlocuteurs:

- Assurer une vigie médiatique avec les différents ministères (Éducation, Santé, Emploi), les organismes communautaires, la firme Mallette, la Santé publique, les états de situation de l'AGIR, la cellule de crise du CIUSSS-CN, les sites officiels COVID-19, le Centre St-Louis, etc.
- Écrire et déposer à nos bailleurs de fonds un plan d'urgence et de pandémie.
- Communiquer, afficher, enseigner et faire respecter les mesures de prévention et l'utilisation de protection individuelle spécifique.
- Effectuer des vidéoconférences en Zoom pour les réunions d'équipe, les rencontres de direction et les communiqués périodiques aux membres et au personnel.
- Créer des comptes Gmail aux intervenants afin d'utiliser la plateforme Google Drive, afin de faciliter le travail d'équipe.
- Former les intervenants au site web Canva, afin de développer l'offre de service en virtuel.
- Création de pages Facebook «Pavoisons ensemble» et «Groupe de soutien Pavois de Loretteville» pour rejoindre les membres.
- Participer aux tables de concertation du secteur pour se tenir informer des services disponibles et se soutenir entre partenaires.
- Co-animer un groupe de co-développement santé mentale dans le secteur de la Haute-Saint-Charles pour soutenir les intervenants du milieu.

# NOS ENTENTES DE COLLABORATION

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

- Principal partenaire financier des trois Pavois dans le cadre du programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) pour le Pavois de Québec et du soutien spécifique pour le Pavois de Sainte-Foy et le Pavois de Loretteville.
- Collaboration avec les équipes du Centre de pédopsychiatrie de Québec pour notre volet de service dédié aux jeunes de 14 à 18 ans.

Le Pavois a reçu deux subventions dans le cadre de l'appel de projets en réadaptation psychosociale par le travail et l'intégration socioprofessionnelle en santé mentale.

- Le projet PISE s'inscrit dans une démarche régionale qui implique des acteurs des réseaux communautaires et publics. PISE est un programme qui vise le placement aussi rapide que possible dans un emploi régulier de personnes ayant un trouble grave de santé mentale. Le Pavois assure la co-coordination du programme.
- Le programme de soutien aux études: service pour les 16 ans et plus qui ont un trouble de santé mentale ou qui en présentent des indices. Ces jeunes aspirent à obtenir un diplôme de formation reconnu par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport en vue d'intégrer le marché du travail dans un domaine répondant à leurs aspirations.

## DÉVELOPPEMENT DES RESSOURCES HUMAINES CANADA

- Entente de partenariat pour le programme Jeunesse Canada et le programme Emploi été Canada. Il s'agit de contributions salariales permettant aux jeunes de 15 à 30 ans de travailler et ainsi d'acquérir une expérience de travail dans leur domaine d'étude.

## MINISTÈRE DU TRAVAIL, DE L'EMPLOI ET DE LA SOLIDARITÉ SOCIALE

- Partenaire avec Emploi-Québec pour les différents programmes d'employabilité; le contrat d'intégration au travail (CIT), la subvention salariale et le programme d'aide et d'accompagnement social (PAAS Action).
- Collaboration avec la direction régionale d'Emploi-Québec dans le cadre d'une entente de financement d'une ressource d'accompagnement pour le programme de soutien aux études.

## MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION ET DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

- Collaboration avec tous les établissements scolaires publics et privés pour la poursuite des études et la possibilité d'obtenir un diplôme de formation.
- Entente avec le Cégep de Sainte-Foy, les centres d'éducation aux adultes des commissions scolaires de la Capitale et des Premières-Seigneuries. Plusieurs projets permettent de soutenir la persévérance scolaire et le développement des compétences en intégration sociale professionnelle.

## LE RÉSEAU DE TRANSPORT DE LA CAPITALE

- Le Pavois est reconnu comme partenaire dans le programme «Complicité» (Abonne BUS Travailleur) qui vise des réductions et encourage le développement et la promotion du transport en commun auprès de ses membres.

### FONDS D'URGENCE AUX ORGANISMES COMMUNAUTAIRES EN SANTÉ MENTALE DE LA SOCIÉTÉ CANADIENNE DE LA CROIX-ROUGE, LE PAVOIS DE LORETTEVILLE.

- Projet d'adaptation au nouveau service en ligne incluant des équipements pour les bénévoles, la clientèle et les employés. Formation à des groupes et à la population générale pour l'entente des voix.

### FONDS D'URGENCE PSOC AUX ORGANISMES COMMUNAUTAIRES, TOUS LES PAVOIS

- Projet pour l'achat et la distribution de 50 tablettes Samsung. La formation personnalisée est accompagnée d'un guide à tous les membres désireux de se connecter.
- Fonds pour l'achat de 60 fascicules des ateliers d'autogestion de Relief permettant aux membres et à la communauté d'avoir accès gratuitement à des ateliers d'autogestion de l'anxiété, de l'estime de soi et de l'autogestion en milieu de travail.
- Fonds pour l'achat de matériaux de protection.

### Merci aux députés des différentes circonscriptions d'appuyer la santé mentale. Vos actions et vos contributions financières sont très appréciées.

- M. Gérard Deltell: Parti conservateur, Député de Louis-Saint-Laurent, Pavois de Loretteville.
- Mme Geneviève Guilbault: Coalition Avenir Québec, Vice-première ministre, Députée de Louis-Hébert, Pavois de Sainte-Foy.
- M. Sylvain Lévesque: Coalition Avenir Québec, Député de Chauveau, Pavois de Loretteville.
- M. Joël Lightbound: Parti Libéral, Député de Louis-Hébert, Pavois de Sainte-Foy.
- Mme Julie Vignola: Bloc québécois, Députée de Beauport-Limoilou, Copies du Pavois.
- M. Sol Zanetti: Québec solidaire, Député de Jean-Lesage, Pavois de Loretteville.

Le Pavois et les entreprises ont souscrit à ces mesures en lien avec la bonne gestion de son personnel et les fermetures des entreprises.

### GOUVERNEMENT DU CANADA

- Subvention salariale d'urgence du Canada pour l'aide aux entreprises.
- Prestation canadienne d'urgence (PCU) pour nos employés en arrêt de travail.
- Subvention d'urgence du Canada pour le loyer (SUCL) pour nos entreprises.
- Prestation canadienne pour la relance économique (PCRE) pour nos entreprises.



Gouvernement  
du Canada

### D'AUTRES PRÉCIEUX COLLABORATEURS

Mentionnons l'Association des personnes utilisatrices des services en santé mentale de la région de Québec (l'APUR), l'Alliance des groupes d'intervention pour le rétablissement en santé Mentale (l'AGIR), l'Association québécoise de la réadaptation psychosociale (l'AQRP), le réseau d'entendeur de voix québécois (REVQ), le Patro Laval, la société Malette, la Fondation J. Rodolphe-La Haye, la caisse Desjardins des Rivières de Québec, la caisse Desjardins de Sainte-Foy, la caisse Desjardins de Limoilou, la caisse Desjardins du Piémont Laurentien et l'organisme Relief.

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

Nos implications régionales et provinciales sont multiples et permettent des alliances solidaires, des rencontres inspirantes et un dynamisme partagé.

## NOTRE ENGAGEMENT DANS LE MILIEU

- Membre de la table de concertation Capitale-Nationale en santé mentale
- Membre de la table RH pour les OBNL, service Québec
- Collaboration très étroite avec l'équipe D.I.P.P. du centre de pédopsychiatrie
- Présidente du C.A. de l'AGIR
- Membre du C.A. de TAQ
- Partenaire de la Maison de la littérature de Québec
- Membre de l'ANEL
- Membre du COSME
- Membre du Pôle des entreprises d'économie sociale de la région de la Capitale-Nationale
- Membre de la Table de concertation de Duberger-Les Saules; comité sur le travail et comité intersectoriel de Duberger-Les Saules Sud (l'approche de proximité)
- Membre de la Table de concertation SANA
- Membre de la Table de concertation GAVB
- Membre de La Pieuvre de Loretteville; partenaire de la Place Éphémère de Loretteville
- Membre du Comité santé mentale de la Haute-St-Charles et co-animatrice du co-développement en santé mentale
- Membre de Parlons-Loretteville
- Membre du Carrefour d'actions territoriales de Sainte-Foy

## TABLE DE CONCERTATION EN SANTÉ MENTALE

La directrice du Pavois siège sur la table de concertation comme représentante du secteur socioprofessionnel, intégration au travail et aux études. La représentation de la table réunit plus de 25 partenaires issus de tous les secteurs, dont la direction jeunesse, et la direction des programmes Santé mentale et Dépendances du CIUSSS-CN, le service de police de la Ville de Québec et de l'OMHQ, le Centre de crise, etc. Cette année, les priorités ont changé. Discuter des impacts de la COVID-19 pour chacun des secteurs afin d'intervenir rapidement en complémentarité. Discuter des enjeux, des adaptations et des offres de service selon les priorités. Identifier les zones de vulnérabilités, recevoir les directives du MSSS ainsi que poursuivre le suivi du plan d'action 2019-2023.

### Actions concertées de mobilisation de la force du communautaire

En collaboration avec l'AGIR, plusieurs activités de représentation ont eu lieu auprès de nos députés de la région concernant la place de l'action communautaire dans le prochain plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM).

Le Pavois, en partenariat avec d'autres organismes et réseaux, a participé à deux grandes consultations ministérielles en vue de mettre en œuvre de nouveaux plans d'action.

- Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM), mars 2021;
- Plan d'action de la santé étudiante à l'enseignement supérieur.

Pour les étudiants, le plan permettra dès la rentrée 2021-2022 la mise en œuvre d'une série de mesures visant à faire du passage à l'enseignement supérieur un moment propice au développement d'une santé psychologique positive.

### Notre contribution au milieu et à la communauté

- Semaine de prévention du suicide «Ensemble on peut sauver des vies»;
- Semaine de la santé mentale, l'Association canadienne de la santé mentale, filiale de Québec;
- Participation au comité thématique, le Partenaire, volume 26. Entendre des voix, quel sens donner à cette expérience?;
- Collaboration avec le programme «Santé globale» de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec pour le projet du Club Hors-Piste;
- Participation à des assemblées annuelles et journée d'orientation;
- Prêt de la salle de conférence;
- Redonner et financer des projets avec la Fondation des Amis du Pavois;
- Contribuer aux programmes de travaux compensatoires de la YWCA;
- Dons de matériel de la Friperie;
- Réception et distribution de nourriture de la banque alimentaire d'Entraide Agapè;
- Distribution de plats alimentaire de la Cafétéria du Pavois;
- Distribution de pain, gracieuseté de Chez Lefebvre.



Avril 2020... Tout est fermé dans la ville... Télétravail obligatoire... Le personnel du Pavois se revire de bord et demeure disponible. Cette année différente a été une occasion en or pour vivre de belles formations pour les employés:

- Formation sur la plateforme Zoom avec ANIMA afin de développer des animations de groupe et monter des formations virtuelles;
- Formation de secourisme en milieu de travail pour 12 employés des Pavois et des entreprises par Formation Prévention Secours inc.;
- Formation Porte-Voix: Les défis du retour et du maintien au travail pour les personnes présentant un trouble de la personnalité;
- Formation Porte-Voix: Initiation à l'intervention et au traitement des personnes présentant un trouble de la personnalité;
- Formation Porte-Voix: L'entretien motivationnel en santé mentale;
- Initiation à l'ACT par Pénélope Daigle;
- Formation sur les barèmes de la solidarité sociale et la sécurité du revenu par Isabelle Marceau;
- Les jeux de pouvoir par Diane Chayer;
- La violence conjugale par Véronique Bélanger de Mirépi maison d'hébergement;
- Formation sur la prévention de la transmission des maladies par la Croix-Rouge;
- Formation virtuelle de l'Open Dialogue avec M. Carlos de Genève, une fois par mois;
- Capsule vidéo sur les premiers soins en santé mentale produite par la direction de la santé publique de Montréal;
- Formation TAISE, Centre Intersection pour les entendeurs de voix, 19 août;
- Formation nouvelle plateforme d'apprentissage en ligne pour offrir des ateliers d'autogestion de Relief;
- Formation à l'autogestion avec l'organisme Relief;
- Mise en ligne de la nouvelle version de la section Aide sociale et solidarité sociale dans Quebec.ca;
- Programme d'accompagnement justice - Santé mentale (PAJ-SM). Mme Julie Roy, Table de concertation;
- Table en ressources humaines, Nathalie Gauvin, conseillère aux entreprises, bureau Services Québec Charlesbourg.

Chaque Pavois et entreprise est maintenant muni d'un défibrillateur externe automatisé.

## Le Pavois a aussi donné des formations!

- Formation de sensibilisation: Mieux vivre avec les voix;
- Formation d'intervention: Mieux vivre avec les voix;
- Formation d'implantation: Mieux vivre avec les voix;
- Formation «Je prends soin de ma recherche d'emploi» en partenariat avec Libre-Emploi lors de la semaine sur la santé mentale en mai 2020;
- Initiation à l'ACT;
- Formation au personnel du Pavois sur les barèmes de la Solidarité sociale et la sécurité du Revenu.



La qualité de l'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 ses aspirations futures dans ses différentes sphères de vie afin de faire ressortir ses 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.

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.

## Un virage informatique lors de l'accueil

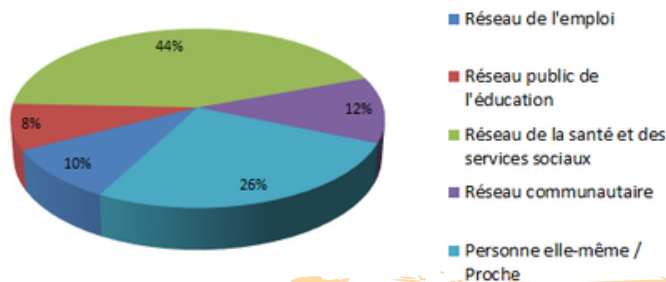
Lors de la dernière année, le service d'entrée au Pavois de Québec (SEP) s'est appliqué à créer une base de données informatisée et plus détaillée. Cet outil nous permet maintenant de mieux recenser la provenance des appels, d'offrir un meilleur suivi en fonction des besoins tout en éliminant le papier. Lors de l'entrevue d'admission, l'objectif est de mettre la personne au cœur de la démarche, dans une approche de développement de son pouvoir d'agir, de rétablissement et de motivation. Pour une plus grande réussite et pour faciliter l'intégration de la personne, l'agent responsable du SEP travaille de pair avec les proches, l'équipe traitante ou toute autre personne ayant un impact significatif dans la vie de la personne, s'il y a lieu. Dans la prochaine année, il nous tient à cœur de diminuer le temps d'attente entre l'entrevue d'admission et l'intégration dans nos services. Nous désirons aussi revenir à l'approche de proximité qui a été impossible dans la dernière année due à la pandémie et à la fermeture des milieux publics et communautaires.

En 2020-2021,  
80 personnes  
ont été rencontrées en  
entrevue d'accueil dans  
tous les Pavois



Joany Savard

	Pavois de Québec	Pavois de Ste-Foy	Pavois de Loretteville
Personnes rencontrées à l'accueil	43	14	23
Personnes intégrées au Pavois	19	7	8
Personnes Référées / refusées	5	5	8
Personnes en attente pour intégrer les services	19	2	7
Demandes d'informations de professionnels ou des proches	58	31	30



La plupart des demandes de service proviennent de notre site Internet

## Les nouvelles intégrations sur pause de mars à juillet 2020

De mars à juillet 2020, le Pavois a mis les intégrations sur pause afin de bien accompagner les membres actifs à redéfinir leur projet de vie. Plusieurs milieux de stage ou de bénévolat ont fermé leurs portes aux stagiaires, soit temporairement ou définitivement, dû au contexte de la COVID-19 et les agents d'intégration ont travaillé d'arrache-pied afin de trouver de nouveaux milieux. Un appel par semaine était effectué à chacun des membres afin de les accompagner dans la redéfinition de leur projet de vie, de les soutenir et de les informer durant la pandémie.

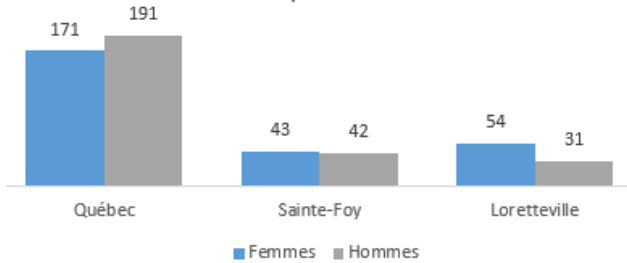
## Les enjeux du référencement

Nous avons constaté vers la fin de l'été que nous recevions peu ou pas de références venant des CIUSSS ou des organismes communautaires depuis le début de la pandémie alors que normalement, ils sont nos principaux partenaires de référence. À l'automne, nous avons donc acheminé un communiqué aux chefs de programmes du CIUSSS et à nos partenaires communautaires afin de les informer de notre disponibilité à accueillir de nouvelles personnes. Selon nos informations du moment, beaucoup de partenaires avaient vu leurs rôles modifiés en temps de pandémie et le projet professionnel était moins questionné lors des suivis avec leurs clients.

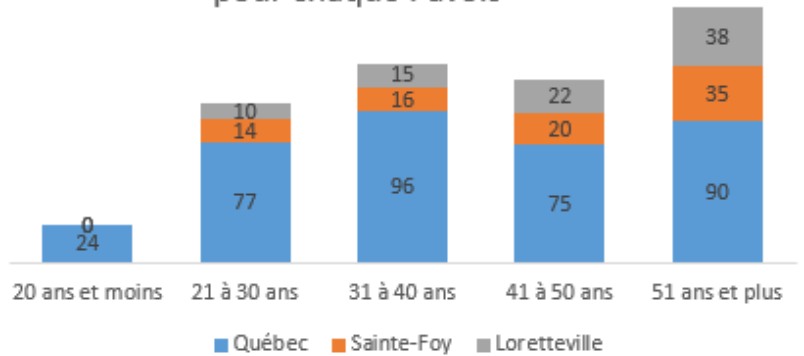
# LES STATISTIQUES ET LA RÉPARTITION DE LA CLIENTÈLE DES 3 PAVOIS SELON LES SERVICES

Cette année, les Pavois et ses entreprises d'économie sociale ont offert des services à **532 personnes**. Nous ajoutons **46 personnes** desservies par le programme régional PISE. Une légère baisse est constatée due à la diminution du référencement en période de pandémie et des enjeux structureux.

Répartition de la clientèle selon leur sexe pour chaque Pavois

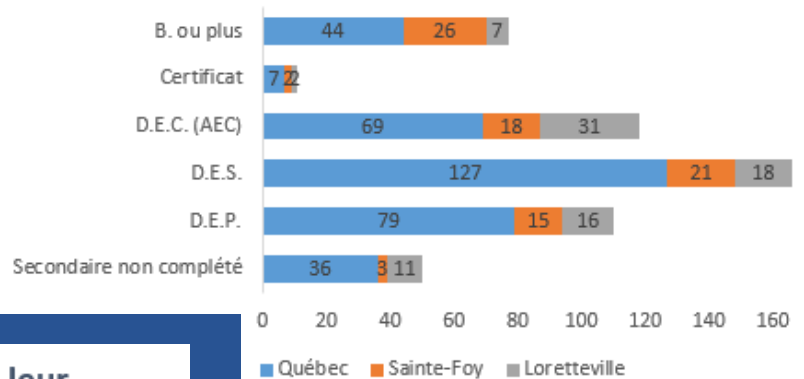


Répartition de la clientèle selon leur âge pour chaque Pavois

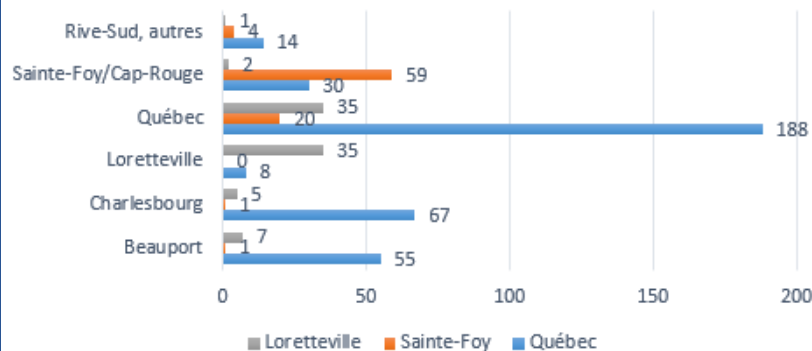


Type de résidence	Québec	Sainte-Foy	Loretteville
Logement / Maison	279	65	58
Résidence familiale	39	9	17
Résidence étudiante	4	0	0
Appartement supervisé	12	1	2
Chambre et pension	15	10	4
Famille d'accueil	1	0	0
Centre de réadaptation	4	0	0
RI/RNI/RTF	3	0	4
Autre	5	0	0

Répartition de la clientèle selon leur scolarité pour chaque Pavois



Répartition de la clientèle selon leur provenance pour chaque Pavois





## LA BIENVEILLANCE

Au cœur de la pandémie, le Pavois est demeuré un phare pour sa clientèle, ses employés et ses entreprises.

## Prendre soin de nos ressources humaines!

Dans le contexte de crise, il y a eu nécessité de prendre soin des gens qui nous entourent et d'unir nos forces et nos zones de vulnérabilité. Plus que jamais, nous avons été indulgents, solidaires et à l'écoute des uns et des autres. Quelles que soient nos motivations, les mesures ou l'incertitude, nous avons vu naître de belles initiatives d'équipe axées sur le soutien et le développement de pratiques nouvelles.

La direction a été à l'écoute afin qu'il s'établisse un lien de confiance et de sécurité au travail:

- Alternance du télétravail et du présentiel pour les employés.
- Proposer des formations inspirantes en ligne à nos employés.
- Accorder des accommodements pour le travail-famille.
- Offrir des groupes de co-développement professionnel.
- Offrir des services de santé globale aux travailleurs dont le programme Ricochet.
- Organiser les postes de travail.

Merci à l'excellente équipe de gestion, Stéphane, Mélanie, Cindy et les responsables des entreprises, Ariane, Stéphan et Luce qui ont assidûment jonglé avec la planification des horaires, la conformité des règles, l'affluence de la clientèle, la création d'activités et de projets, la gestion des urgences, etc. Ce fut une année chargée de décisions marquantes et de grandes charges de travail.

Merci à l'équipe administrative, Kathleen, Diane et François qui ont conjugué avec les multiples changements, les formulaires, la bureaucratie qui n'en finit plus et bien plus. Le tout en gardant le phare et leur optimiste.

Merci à nos stagiaires et à tous les employés qui ont redoublé de chaleur humaine et ont tous répondu présents tous les jours requis. Entraide et bonne humeur étaient au rendez-vous. Vous avez défié vos propres peurs pour servir. Votre dévouement et votre capacité d'adaptation sont remarquables.

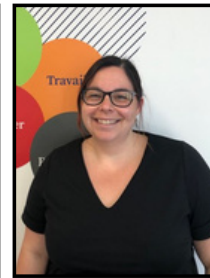
Merci à nos bénévoles des Éditions L'Hybride qui ont poursuivi leur lecture et leur correction de manuscrits. Vous êtes formidables.



Stéphane Fortier



Mélanie Tremblay



Cindy Genois



Kathleen Watt



Diane Tohé



François Dupuis



Ariane Pichette



Luce Gilbert



Stéphan Huot



Mélanie Tremblay



Julien Bilodeau

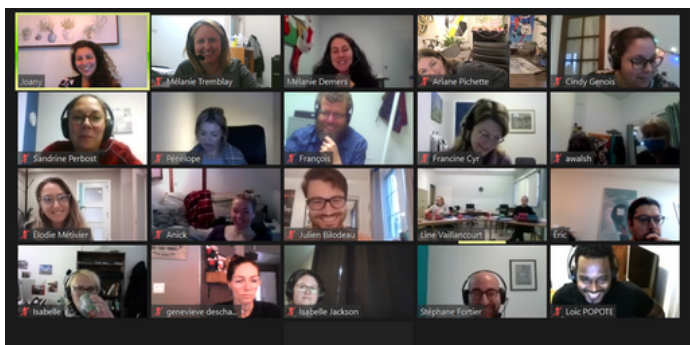


Alexandra Galaise

## Prendre soin des accompagnants!

### Grandes réunions d'équipe

L'utilisation du virtuel aura eu du bon pour la cohésion et pour l'esprit d'équipe au sein du Pavois. Une programmation de grandes réunions d'équipe a été planifiée aux 6 semaines afin de discuter des changements, des mesures de sécurité, des bons et moins bons coups et aussi pour discuter de comment on va! Convoquer 30 personnes en personne était un défi de taille et limitait le nombre de rencontres d'équipe alors qu'en virtuel, tout le monde peut s'y joindre de n'importe quel endroit. Quelle magie!



### Co-développement

Le comité santé mentale de la Haute-Saint-Charles s'est rapidement tourné vers le virtuel pour maintenir les rencontres de co-développement santé mentale offertes aux intervenants du secteur. Les besoins de se soutenir, d'échanger, de s'informer et de s'entraider chez les intervenants sont très présents dans cette période de pandémie. Le sentiment d'impuissance et le manque de ressources d'aide dû aux fermetures pèsent lourdement sur les épaules des travailleurs. Il y a eu près de 10 rencontres dans l'année touchant entre 8 et 13 intervenants à la fois.

### Une communauté de pratique

Le Pavois a une force incroyable, celle d'avoir des employés de tout horizon avec des expertises et des connaissances variées. Alors, pourquoi ne pas se nourrir et partager les uns les autres? Dans le souhait de bonifier nos compétences comme accompagnant, l'équipe a créé une communauté de pratique!

#### C'est quoi ça?

Les communautés de pratique sont tenues par un intérêt commun dans un champ de savoir et sont conduites par un désir et un besoin de partager des problématiques, des expériences, des modèles, des outils et des pratiques. Les membres approfondissent leurs connaissances en interagissant sur une base continue et à long terme. Ainsi, ils développent un ensemble de bonnes pratiques. Notre intérêt commun est nos interventions en santé mentale.

Tellement de sujets peuvent être abordés, tels que les techniques en intervention de groupe, accompagner les entendeurs de voix, le rétablissement, comment éveiller les valeurs, la relation thérapeutique, etc.

Nouveau projet du Pavois: 2 rencontres ont été effectuées en 2021 afin de structurer la communauté. Les membres se rencontreront aux 6 semaines pour une durée de 1h30.

### Programme Ricochet

À l'hiver 2021, le Pavois a offert à ses employés de participer aux services offerts par le programme Ricochet au frais du Pavois pour leur permettre d'agir en prévention et de prendre soin des soignants. Ce programme offrait un séjour d'une nuitée au Monastère des Augustines dans un objectif de ressourcement, un groupe de soutien psychologique aux intervenants du communautaire ou une formation sur l'autocompassion en pleine conscience. Quatre intervenants ont bénéficié de ce magnifique service.



# ACCOMPAGNER AUTREMENT, NOTRE CLIENTÈLE UNE PRIORITÉ

Dès les premières consignes du coronavirus et les mesures de distanciation sociale, l'équipe s'est rapidement mise en mode de tempête d'idées et ainsi a optimisé le maximum de services à offrir en regroupant les forces vives des trois Pavois. Répondre rapidement, rassurer la clientèle et mettre en place des services afin de réduire l'aggravation des symptômes, dont le stress, l'anxiété ou la déprime.

Le Pavois a maintenu toutes les allocations et les programmes financiers pour la clientèle

Du 15 mars au 15 juin 2020, plus de 4 147 heures ont été offertes en soutien téléphonique

Voici les priorités d'intervention effectuées lors du premier confinement soit du 15 mars au 15 juin 2020:

- Contacter quotidiennement par téléphone toutes les personnes et évaluer les besoins prioritaires;
- Offrir soutien, écoute, informations, références et encouragement;
- Accompagner en individuel les personnes en requis de service: demande d'assurance-chômage, d'aide sociale et de services d'urgence médicale;
- Animer les pages Facebook quotidiennement;
- Accompagner les personnes à redéfinir leur projet de vie et à demeurer présent.

## Bienveillance entre nous!

Ayant le souci de permettre aux membres d'échanger entre eux et de discuter avec des intervenants, les agents ont créé 2 groupes Facebook pour les membres: «Le Pavoisons Ensemble» et «Groupe de soutien Loretteville». Chaque jour, les agents ont publié une question ou une réflexion par texte, par photo ou même par vidéo et les membres échangeaient. Les pages furent un franc succès pour les membres et demeurent toujours actives à ce jour avec plus de 153 membres. Soutien, bienveillance, encouragement et solidarité sont au rendez-vous!

De cet élan de solidarité, les agents ont créé des outils pour soutenir les membres à maintenir une routine de vie, car le dicton le dit bien: «Un esprit sain dans un corps sain». Il a été mis de l'avant un journal de bien-être, des exemples de routine de vie et un montage vidéo sur ce qui nous fait du bien. Il est prouvé que faire des activités qui nous passionnent et maintenir de bonnes habitudes de vie aident à la santé mentale.

Une programmation d'activités spéciales a été offerte durant la période des fêtes afin de demeurer présent et disponible. Création d'une liste d'activités à faire durant les fêtes pour s'occuper et l'envoi des souhaits des intervenants au Jour de l'an via la page Facebook.

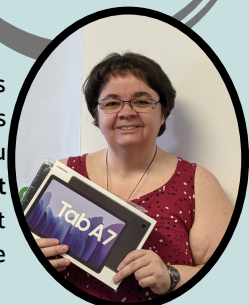
« Cette tablette m'a aidé à socialiser et à suivre des ateliers. Ça m'a aussi permis de moins angoisser le soir, car je pouvais écouter des films et jaser avec mes proches sur les réseaux sociaux. Ça a été aussi très bien lors des rendez-vous avec mes intervenants et autres professionnels de la santé. Merci beaucoup et j'espère qu'il y aura une continuité pour ce programme afin de briser l'isolement d'une autre personne tout comme ça été utile pour moi. » Nadia F.

« Un grand merci au Pavois pour la tablette! Cela me permet de pouvoir participer à des ateliers et «facetimer» avec mes enfants. »  
Merci! Diane L.

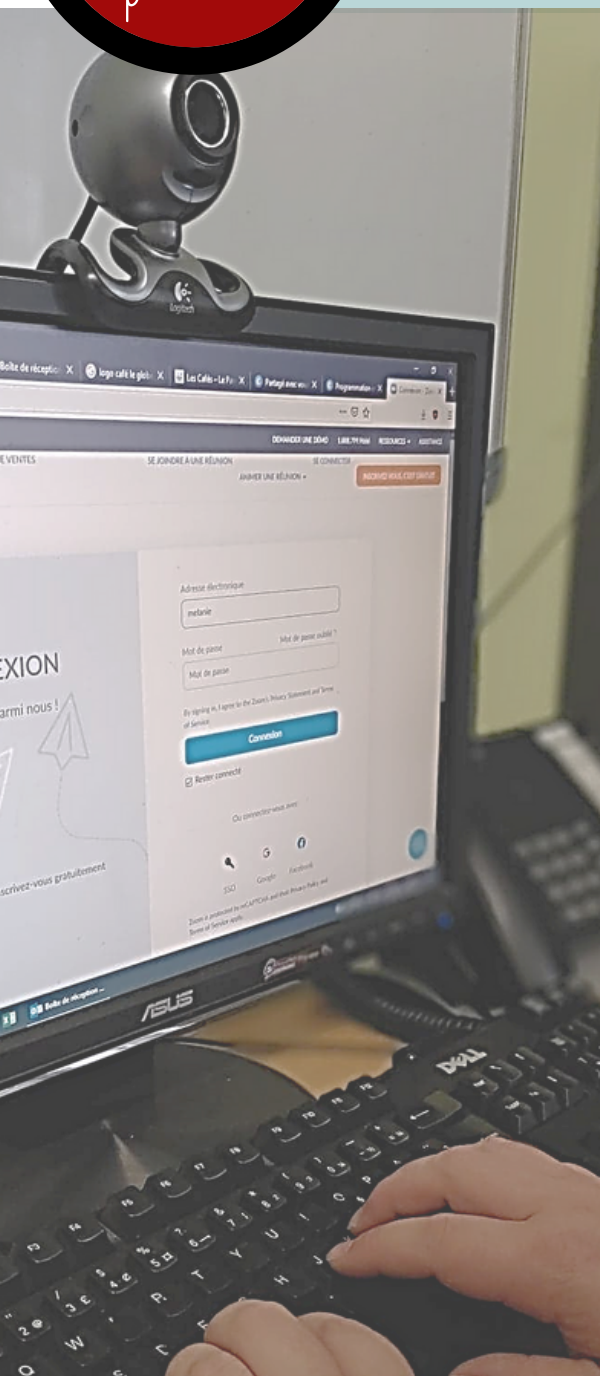
« Quel bonheur de recevoir cette tablette! Merci du fond du cœur, elle m'est infiniment précieuse pour mon travail. »  
Michèle P.

## Accessibilité à la technologie pour tous!

Nous avons rapidement constaté que les membres n'avaient pas les outils technologiques nécessaires pour leur permettre de briser leur isolement et être en contact avec les professionnels et avec leurs familles. Nous avons donc fait une demande de subvention au PSOC d'urgence afin de pouvoir offrir 50 tablettes aux membres ainsi qu'un montant financier de 150\$ chacun afin de couvrir des frais Internet. Une formation personnalisée et individualisée leur a ensuite été offerte. La première tablette fut distribuée le 9 décembre 2020. Merci à François et Patrick pour votre implication et votre disponibilité.



## Les Cafés (Le Globe et L'Odysée)



Comme pour le Pavois, ce service a incarné l'innovation et la puissance de se réinventer par des animateurs exceptionnels et des participants engagés.

### **164 ateliers offerts majoritairement en virtuel**

Nous avons offert de nombreux ateliers en présentiel pour ceux qui en ressentaient vraiment le besoin, mais les animateurs du Café se sont totalement réinventés en proposant des activités sur la plateforme Zoom.

### **Un taux d'occupation de 80% en présentiel**

#### **Une situation exceptionnelle et une opportunité de renforcer les liens sociaux**

En général, nous avons 10 places par atelier et à de nombreuses reprises nous étions complets. Selon les dires des participants, cette situation exceptionnelle a renforcé leur besoin de socialiser.

### **1148 inscriptions**

Au-delà des thèmes, des ateliers et des mesures sanitaires, nous avons vu des personnes faisant preuve d'empathie et de bienveillance entre eux lors d'un contexte exceptionnel.

#### **Les activités offertes**

Activités en présentiel	Activités en virtuel
Donnons-nous des nouvelles	Soirée animale
Soirées cinéma en plein-air	Bulletin de nouvelles
Il était une fois dans un sentier pédestre	Forum 2021
Emmener votre pique-nique	Club musical
Donjons et dragons	Bonne semaine?
Club musical	
Soirées d'écoute musicale	
Soirées d'humour	



### **Au Café L'Odysée à Sainte-Foy**



Dû au contexte de la COVID-19, nous avons réaménagé nos activités du Café L'Odysée. Ce volet permet habituellement à une vingtaine de personnes de se réunir dans nos locaux afin de partager un bon repas cuisiné sur place par des bénévoles de l'organisme. En juillet 2020, alors que les mesures et la température le permettaient, nous avons fait un souper hot-dogs à l'extérieur. Nous avons reçu deux groupes de dix personnes. En mars dernier, nous avons concocté un brunch et avons reçu dix personnes à l'intérieur. Il va sans dire que les membres ainsi que l'équipe ont apprécié ces moments de retrouvailles; des occasions de se rencontrer en personnes pour partager le vécu des derniers mois, mais surtout pour échanger sur des idées d'activités à réaliser dans le futur afin de garder des buts. Au moment d'écrire ces lignes, nous reprenons les activités du mercredi en soirée, toujours en respectant les mesures sanitaires.



### Un vent de nouveauté est venu embellir les soirées cette année



Plusieurs activités ont été mises en place par et pour les membres. Loïc a offert de l'accompagnement afin que les animateurs développent leurs compétences socioprofessionnelles et acquièrent de l'expérience comme animateur d'ateliers.

### Mots des héros et héroïnes du Café Le Globe

«Depuis 11 ans, je m'occupe du Club musical du Pavois de Québec. Mais la dernière année, à cause de la pandémie, j'ai dû me réinventer. Maintenant, le Club musical est sur Zoom et le lien de la réunion est dans «Pavoisons ensemble». Avec l'aide de YouTube et le partage d'écran, on échange ensemble nos goûts musicaux. Cela permet de rester en contact avec les besoins des membres qui participent à cette réunion.»

Marie-France Paré, animatrice du Club musical



«Depuis le début de la covid, ce qui m'a fait beaucoup de bien fut la réouverture du Pavois. La socialisation, les partages et l'humour lorsque j'anime sont pour moi et certainement pour les autres une oasis de bonheur.» Hugue Parent, animateur des Soupers animés et des Soirées d'humour

«J'anime les capsules d'actualités, aussi surnommées «Bulletins de nouvelles», aux deux semaines, depuis quatre ans déjà. Sans elles et le supplément de solidarité sociale qu'elles me permettent de toucher, je n'arriverais pas à joindre les deux bouts. De plus, j'ai l'impression de faire œuvre utile parce que j'incite des personnes du Pavois à s'intéresser aux nouvelles en plus de les aider à mieux savoir les interpréter.» Paul Pelletier, animateur du Bulletin de nouvelles



«Mon atelier «À moi» m'a remise en action et m'a amenée non seulement à partager ma passion, mais aussi à faire des recherches, inviter des conférenciers, etc. afin d'atteindre les buts que je m'étais fixés. Tout ceci a rallumé une flamme. Je vois maintenant du beau et du bon dans mon avenir. Merci au Pavois.»

Diane Richard, animatrice de la Soirée animale

«J'ai trouvé deux belles oasis: celle de l'amitié en faisant connaissance avec des membres du Pavois et celle de la créativité en animant une émission via Zoom. Merci au Pavois de m'avoir fait sortir de ma coquille!»

Michèle Pelletier, animatrice du Forum 2021



## Les activités spéciales

### Soirée de Noël et distribution de cadeaux-surprises (18 décembre 2020)

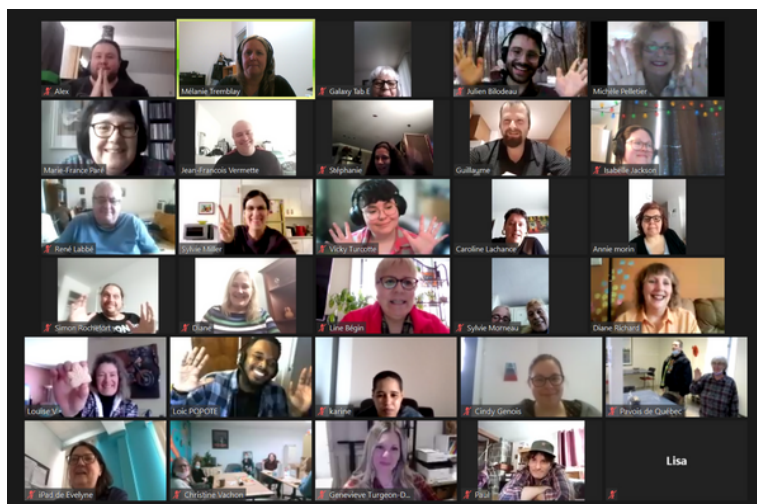


Suite à l'interdiction des rassemblements à Noël, le Pavois a innové en offrant des paniers-surprises composés de multiples cartes cadeaux et de surprises variées pour réchauffer les cœurs. On a opté pour un Noël auprès du cœur en livrant des paniers aux membres ou en leur permettant de venir les chercher au Pavois. Nous avons touché **plus de 220 personnes**. Chaque point de service a mis la main à la pâte afin d'offrir un produit fait maison. Le Pavois de Loretteville a fait des beurres de pommes, le Pavois de Sainte-Foy a produit des sucres à la crème et au Pavois de Québec, des soupes ont été créées. C'est sans compter les entreprises, dont les Copies du Pavois, qui ont fait l'impression des cartes de souhaits, la Cafétéria du Pavois qui a produit une montagne de biscuits variés et la Friperie a offert des cartes-cadeaux à leur magasin. Un grand merci aussi à Caroline Audet, membre du Pavois de Sainte-Foy, pour les magnifiques cartes de souhaits qu'elle a créées. Des cartes-cadeaux en pharmacie ainsi que pour un repas au St-Hubert ont été remises aux gens afin de leur permettre de pouvoir s'offrir un bon repas de Noël et de se faire du bien. Un grand merci aux nombreux commanditaires qui ont offert de magnifiques présents. Par la suite, dans un cadre convivial, nous avons organisé une soirée de 3 heures sur Zoom. Nous avons compté une trentaine de participants.



### La cabane à sucre

Ayant le désir d'offrir notre traditionnelle activité à la cabane à sucre, le Pavois a encore une fois innové en prenant en compte les directives sanitaires. En association avec la cabane à sucre Le Relais des Pins, nous avons décidé d'offrir des mets préparés pour les membres. Nous avons offert des boîtes repas individuelles à 121 personnes. Trois animatrices du Café Le Globe (Marie-France Paré, Diane Richard et Michèle Pelletier) nous ont offert une magnifique animation. Il y a eu plus d'une quarantaine de participants.



Merci beaucoup d'avoir permis à nos membres de vivre une belle expérience cabane à sucre malgré cette période particulière.



# LA RÉSILIENCE

L'ART DE NAVIGUER DANS LES TORRENTS

«La vie est un changement important et la seule chose  
qui ne change pas, c'est que tout change tout le temps!»

-Dicton oriental

Une année remplie d'innovation, de dépassement de soi et d'efficacité!



- Les agents se sont créés des comptes Facebook professionnels;
- Création d'une page Facebook pour les intervenants afin de se soutenir et de se partager des outils;
- Création de 2 pages Facebook pour soutenir les membres: «Pavoisons Ensemble» et «Groupe de soutien Loretteville».



- Achats de comptes professionnels de Zoom afin de rejoindre les membres en rencontre individuelle;
- Formation de la plateforme Zoom par ANIMA pour animer des ateliers et de la formation;
- Création d'outils d'information pour l'utilisation de Zoom pour les membres;
- Formations offertes aux membres pour l'utilisation de Zoom par François et Patrick;
- Animations d'ateliers virtuels par les agents;
- Formation «Les entendeurs de voix» offerte en Zoom.



- Développement de compétence en montage vidéo afin d'animer le soutien aux membres;
- Vidéo d'une routine de vie/ce qui nous fait du bien pour nous motiver à bouger;
- Vidéo de souhaits de Jour de l'an pour l'ensemble des membres et de l'équipe.



- Création d'adresses de courriel Gmail pour les employés;
- Création d'outils explicatifs de Google Drive par François;
- Apprentissage de l'utilisation de Google Drive et utilisation courante pour le partage de documents communs (inscriptions des membres aux ateliers, tableau des présences, liste d'attente pour les ateliers Relief);
- Nouvelle utilisation de Google Drive pour transmettre les sanctions à la commission scolaire;
- Google Drive permet maintenant d'avoir accès aux documents à partir de n'importe où, par Internet.

**Le Pavois a fait l'achat d'une nouvelle base de données en mars 2021. La migration vers celle-ci se fera dans la prochaine année!**



Une nouvelle ère s'ouvre sur le Pavois. Depuis quelques mois, nous travaillons à implanter une nouvelle base de données. Notre choix s'est arrêté sur une entreprise d'ici, Hestia Solution. Notre quotidien sera simplifié avec cette application de gestion des organismes et il sera plus facile de gérer les informations personnelles de nos membres. De plus, cette application nous permettra d'être encore plus efficaces avec la fonction des notes évolutives et les multiples possibilités de statistiques.



Oser  
explorer

# LES ATELIERS SOCIOPROFESSIONNELS

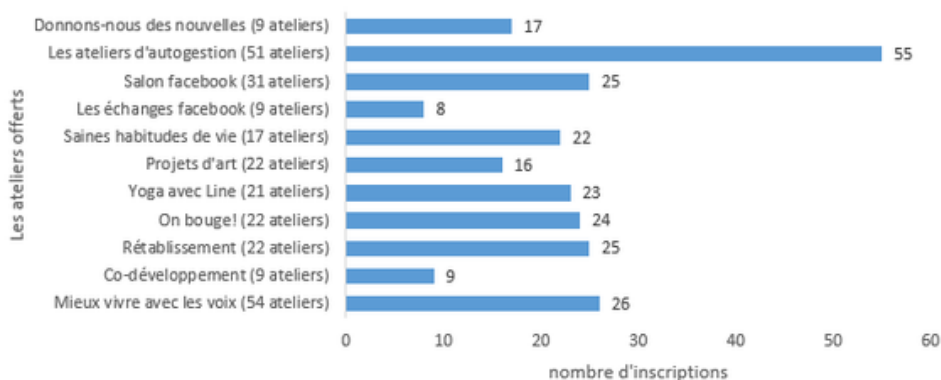
La force du Pavois est de continuellement se renouveler et d'offrir une qualité de présence, d'activités et de choix multiples afin que chacun puisse s'épanouir et cheminer dans un projet de vie qui fait sens pour la personne.

En l'espace de quelques semaines, le Pavois s'est vite réinventé afin d'offrir des interventions et des ateliers en visioconférence avec la plateforme Zoom. Les membres ont bénéficié de tablettes offertes par les PSOC d'urgence ainsi que d'une formation personnalisée. Tout un défi que nous avons relevé avec succès! Une nouveauté cette année, depuis janvier 2021 nous avons découvert la force du virtuel nous permettant d'offrir une seule programmation virtuelle pour tous les Pavois et de personnaliser les ateliers en présentiel par point de service.



La Croix-Rouge canadienne a appuyé financièrement le Pavois de Loretteville via son programme de subventions aux organismes sans but lucratif et au programme d'équipement et de formation sur la prévention de la transmission des maladies, lui permettant d'acheter 10 portables et 2 ordinateurs, qui sont à la disponibilité des membres s'ils en ont besoin, pour avoir accès aux ateliers virtuels ou pour réaliser leur projet de vie scolaire ou professionnel.

Les ateliers virtuels au Pavois en 2020-2021



De janvier à mars 2021,  
c'est  
271 participations par  
semaine  
aux ateliers

## Les activités informatiques

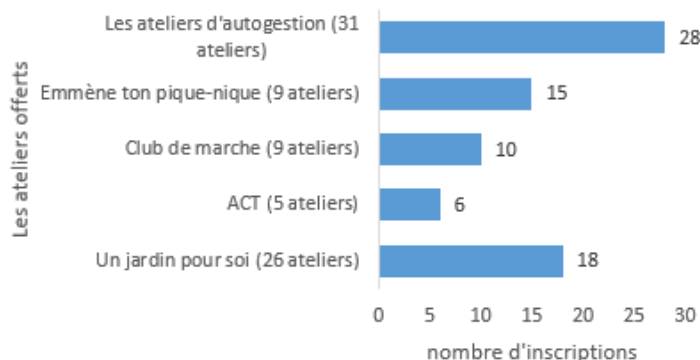
Dès que nous avons pu accueillir des membres dans nos locaux, nous avons réouvert des ateliers informatiques. Afin de répondre aux besoins au Pavois de Sainte-Foy, nous avons offert deux plages horaires par semaine afin de respecter les mesures de distanciations, ce sont donc 12 personnes qui ont pu y participer. Il était important pour nous de donner accès à nos ordinateurs et l'accès à internet, car certains de nos participants n'ont pas de matériel informatique ou de connexion à domicile. Les animateurs ont pu soutenir les membres dans l'utilisation des logiciels de la suite Office. La pandémie aura été une occasion pour certains de s'ouvrir aux nouvelles technologies et à certaines applications qui peuvent agrémenter leur quotidien. Merci à Patrick Lemieux, animateur d'ateliers pour son implication et pour ses animations qui favorise la compréhension et l'utilisation des tablettes. Nous tenons également à remercier Sylvain Métivier pour son soutien aux membres et pour ses bons conseils.



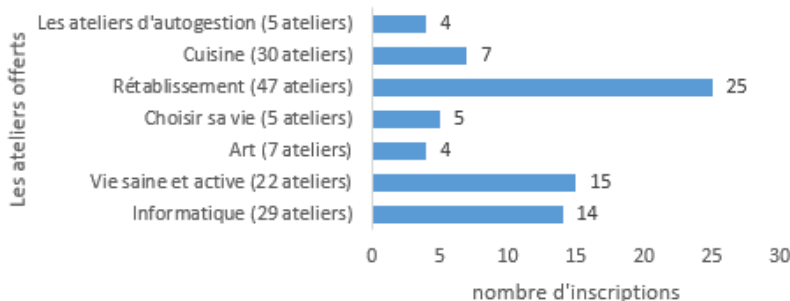
Au Pavois de Québec, les activités informatiques sont offertes par la Maison des Adultes. C'est 24 personnes qui se sont inscrites soit en informatique, soit en français.

Afin de pouvoir maintenir les ateliers en présence, nous avons dû ajuster nos locaux afin de respecter la distanciation de 2 mètres. La grandeur de nos salles étant restreinte, nous avons dû limiter nos groupes à 6 personnes à la fois au lieu de 12. Au Pavois de Québec, le nombre d'ateliers offerts en présence a été un enjeu et a été limité afin de bien respecter les mesures. Le Pavois avait à cœur d'offrir un service à tous ses membres et de ne pas refuser de participation aux ateliers. Nous avons donc offert 2 fois les mêmes ateliers par semaine afin que tous puissent y avoir accès.

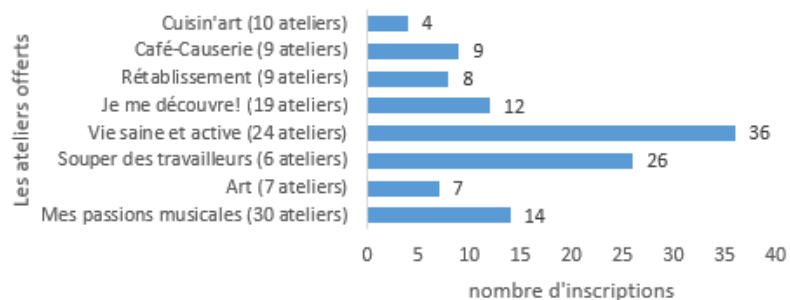
Les ateliers en présence au Pavois de Québec en 2020-2021



Les ateliers en présences au Pavois de Ste-Foy en 2020-2021



Les ateliers en présence au Pavois de Loretteville en 2020-2021



Osez  
explorer

## LES ATELIERS SOCIOPROFESSIONNELS

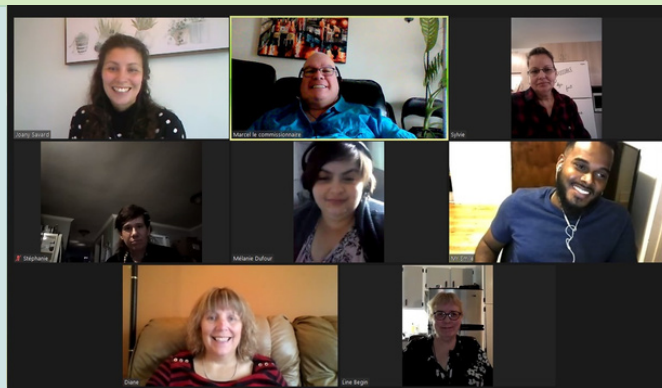
### Un jardin pour soi

La force du groupe a été de mise pour ce beau projet qu'est «Un jardin pour soi» en temps de pandémie. Anne Wash, agente d'intégration, nous a remis des semis qu'elle a fait pousser chez elle. Une vingtaine de plants de tomates de toutes sortes, des concombres et des poivrons sont venus terminer leur croissance dans nos magnifiques potagers, engraisés avec amour par les membres du Pavois voulant être au cœur d'un projet collectif, pour finalement terminer dans leur assiette. Notre mission: créer un lieu de rassemblement et de partage des connaissances tout en respectant les règles d'hygiène en vigueur. Certains avaient pour mission de faire fleurir la cour, d'autres d'entretenir les plants ou encore d'arroser. Dans le but toujours de s'améliorer, nous avons également tenté de créer du compost avec les déchets verts du Pavois et ce fut une belle réussite! Un merci spécial à Jean-François. Ce fut un plaisir aussi de voir pousser les citrouilles et les melons, très affectionnés par ma collègue Line Vaillancourt, impliquée dans ce beau projet. Je souhaite également féliciter Nadia Drolet, Mathieu Leclerc, Dave Bernier, Yves-Marie Hudon, Maxime Jacob, Isabelle Marceau, Sylvie Daignault!



### Co-développement

L'automne dernier, un nouveau groupe de soutien a vu le jour: la communauté de co-développement. Cette approche dynamique et sans hiérarchie est utilisée par des personnes qui croient pouvoir apprendre les unes des autres grâce à un exercice structuré de consultation portant sur des problématiques vécues par les participants. Les animateurs, Joany et Loïc, ont graduellement initié les 8 participants à prendre le rôle d'expert ou de consultant à travers les six étapes, tout en favorisant la coopération et l'intelligence collective du groupe.



### Yoga

En avril 2020, alors que débutait le confinement, Mme Isabelle Bouchard de la Clinique Yoga de Loretteville a contacté le Pavois afin d'offrir de son temps en tant que professeur de yoga. C'est donc avec beaucoup de reconnaissance que le Pavois a eu la chance d'offrir à ses membres des ateliers de yoga virtuels tout à fait gratuitement. C'est ainsi qu'à raison de 30 minutes, 2 fois par semaine, et ce durant 6 semaines, plus de 15 personnes ont pu découvrir et expérimenter le yoga. Cela a permis aux gens de rester actifs et en contact les uns aux autres. Le Pavois remercie grandement Mme Bouchard pour cette générosité.

### Donjons et Dragons

Animée par Éric Bertrand, l'activité de jeu de rôle Donjons et dragons s'est poursuivie sans arrêt durant la dernière année, les mardis en fin de journée. Rapidement au début de la pandémie, les joueurs se sont adaptés à la situation en allant jouer en ligne sur la plateforme «Discord». En septembre, l'activité a repris en personne au Pavois de Québec pour retomber en virtuel lorsque nous sommes entrés en zone rouge en novembre dernier, mais cette fois-ci via Zoom. L'activité permet à six participants de pouvoir jouer un personnage imaginaire qu'ils ont chacun créé, d'interagir dans un monde médiéval fantastique et de vivre différentes aventures décrites par le maître de jeu, Éric Bertrand. L'activité est pour le moment fermée puisque l'aventure se poursuit continuellement avec les mêmes joueurs.



### Les saines habitudes de vie

À l'hiver 2021, nous avons offert 2 plages horaires par semaine sur les saines habitudes de vie en virtuel. Des thèmes tels que l'alimentation, l'exercice physique, le sommeil, la consommation, les émotions et l'énergie ont été abordés. Les gens avaient des petits objectifs chaque semaine à réaliser. C'est plus de 20 personnes qui y ont participé.



En avril 2020, nous avons constaté une augmentation des besoins alimentaires chez les membres. Difficultés à se déplacer dues à l'arrêt des transports adaptés, peur du virus, perte d'emploi. De nombreuses raisons expliquent ces difficultés. Le Pavois a tenté de trouver des solutions pour aider.

### Des ateliers de cuisine

Chaque point de service a offert durant l'année des ateliers de cuisine, en respectant les mesures sanitaires, afin de permettre aux gens d'avoir accès à des repas à faible coût, de socialiser et de développer des habiletés socioprofessionnelles.

### Nutricoop

Cette année à la Nutricoop en fut une d'adaptation. Malgré les restrictions et les mesures de distanciation, nous avons réussi à répondre aux besoins de notre clientèle. C'est grâce à une équipe dévouée que nous avons pu offrir des dîners sous forme de boîtes à lunch. Les gens de la réception prennent en note les commandes et font payer les clients. Cette méthode permet aux gens de la cuisine de se concentrer sur la production de la nourriture tout en limitant les contacts et la manipulation d'argent. Après la période de production de la nourriture, une équipe de nettoyage et d'assainissement prend la relève. Les lundis, pendant que la Nutricoop est fermée, c'est une autre équipe qui s'occupe de l'approvisionnement et du rangement des denrées alimentaires. C'est ainsi que nous évitons d'avoir trop de personnes présentes au même moment.



### Distribution alimentaire

Lors de périodes exceptionnelles, nous découvrons des gestes exceptionnels. Ce fut le cas grâce aux dons de la banque alimentaire d'Entraide Agapè qui nous a permis d'offrir de nombreux mets à nos membres dans les trois points de service. Nous avons pu répondre à l'un des défis de cette situation exceptionnelle et offert des attentions soutenantes à toutes ces personnes exceptionnelles qui font partie du cœur du Pavois. Merci à Agapè pour leur soutien, leur générosité et pour leur agréable équipe.

Encore aujourd'hui, notre partenariat avec eux nous permet d'offrir aux 2 semaines des dons alimentaires aux membres.

«Nourrir ses semblables  
est l'une des missions  
les plus nobles qui soient.»  
Simonetta Greggio

Le partage  
nourrit le cœur!



## Quand la vie vous donne des citrons, faites de la citronnade...

Quand la vie vous donne des citrons, faites de la citronnade (en anglais: «When life gives you lemons, make lemonade») est une expression proverbiale utilisée pour encourager. L'expression francophone proche est «faute de grives, on mange des merles», c'est-à-dire qu'il faut faire ce que l'on peut avec ce que l'on a.

Lors de la première vague de la COVID-19, nous sommes restés en lien avec les membres soit par courriel ou avec des appels hebdomadaires qui ont permis de pouvoir assurer un contact humain en priorisant les valeurs du rétablissement dans des circonstances exceptionnelles. Le groupe de rétablissement est de retour dès juin 2020. En ces temps de pandémie, le soutien, l'entraide et la confiance au groupe ont permis des échanges et des partages importants au rétablissement. Cet atelier a permis à certains de se mettre en action dans de petits projets individuels et leurs partages sur leurs expériences ont suscité chez les autres un désir de changement.

Deuxième vague, nous restons en présentiel jusqu'en décembre 2020. Retour en janvier 2021 avec la plateforme Zoom, où nouveautés, apprentissages, écrans gelés et voix saccadées sont de minuscules inconvénients comparativement aux bénéfices de pouvoir rejoindre deux groupes d'une douzaine de personnes à tous les lundis et être spectateurs et acteurs de notre résilience face à ce que la vie nous offre.

Se serrer les coudes, se soutenir, s'encourager à accepter notre humanité.  
Merci aux groupes et aux animateurs pour 2020-2021.

Évelyne

«L'atelier de rétablissement sur Zoom est d'une grande aide pour moi. Je commence des fois le vendredi à penser à ce que je vais dire de positif le lundi matin. Cette rencontre du lundi est une bonne raison pour me lever, de me préparer et de prendre mon café. Ça me «ground» pour la semaine. J'aime écouter les autres. Ça m'inspire.»  
Caroline

«Le rétablissement pour moi c'est un endroit et un moment où je me sens accepté comme je suis, avec mes forces et mes faiblesses, sans jugement. Un endroit et un moment où je peux être moi-même, sans tenter de juste avoir le comportement pour satisfaire les autres. Un endroit et un moment remplis de positivisme, de bons sentiments et même d'amour qui m'aide à passer à travers la semaine qui vient. Un endroit où j'apprends à mieux composer avec mes problèmes, que ce soit par les témoignages ou l'expérience des autres participants ou encore par de la théorie. Un îlot de réconfort dans, parfois, la tourmente qui s'empare de ma tête.»  
Sébastien

«Sortir de la solitude des quatre murs de mon appartement en rencontrant des personnes vivant la même problématique. J'y trouve encouragement, empathie, exemple de courage, encouragements à la pensée motivante. Je suis reconnaissant au Pavois ainsi qu'à ses intervenants. À l'intérieur de l'atelier rétablissement, je retrouve des personnes collaborantes et généreuses de témoignages volontaires. Je suis reconnaissant de l'existence du Pavois qui est une valeur ajoutée à ma vie.»

Sylvain

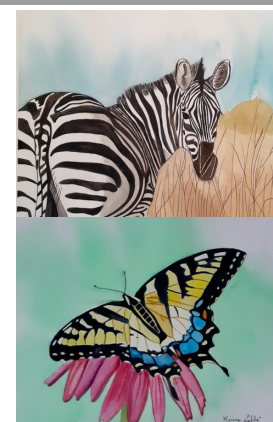
## Les Créations du Pavois

Depuis avril 2020, Les Créations du Pavois ne savait pas trop sur quel pied danser; les mesures sanitaires, le resserrement des consignes et le confinement ont forcé le maintien de la fermeture de l'atelier des Créations au Carrefour Saint-Pascal-de-Maizerets.

Cependant, cela ne signifie pas pour autant que nos petites mains de fées soient demeurées inactives. En effet, la majorité des habiles abeilles s'affairaient et continuaient d'effectuer du télétravail, que ce soit de la couture, du tricot, de la peinture ou de la confection de cartes de souhaits. Au cours de l'année 2020-21, trois autres membres du Pavois ont participé, à partir de leur domicile, à la production pour Les Créations afin d'ouvrir davantage l'éventail de nos produits dans la perspective de ventes potentielles.

Les Créations du Pavois sont fières de générer un don pour un organisme communautaire de la Hauteville œuvrant auprès de personnes du troisième âge en leur remettant des cartes de souhaits.

À tout moment, la direction du Pavois et l'équipe de gestion de Les Créations ont toujours gardé contact pour s'enquérir du moral des troupes et pour les encourager à tenir bon dans leur combat contre les aléas de la COVID-19 et à persévérer dans leur quotidien. Des ventes de nos plus beaux produits sont à venir avec l'aide d'Internet.



Oser  
agir

# LES ATELIERS SOCIOPROFESSIONNELS

## Les ateliers d'autogestion de l'organisme Relief

En ces temps de pandémie, les besoins en gestion de l'anxiété se sont beaucoup fait ressentir au Pavois autant de la part des membres du Pavois que de la communauté: soit les partenaires (GMS, les services spécialisés, les organismes communautaires, les milieux de travail) et les gens de la population. Ainsi, nous avons choisi d'augmenter notre offre de services pour les ateliers psychoéducatifs d'autogestion de l'organisme Relief qui offrent un soutien pour l'autogestion de la santé. Toute personne peut, par ses choix et ses comportements, contribuer à préserver sa santé et la retrouver lorsqu'elle traverse des épisodes de maladie.

### Les objectifs des ateliers d'autogestion de Relief

Autogestion de l'anxiété	Autogestion en milieu de travail	Autogestion de l'estime de soi
<ul style="list-style-type: none"> <li>-L'observation et la connaissance de soi et de l'anxiété;</li> <li>-Les déclencheurs et les mécanismes de maintien de l'anxiété;</li> <li>-Les techniques pour diminuer l'intensité de l'anxiété;</li> <li>-Le rapport entre soi-même, l'anxiété et les autres;</li> <li>-La reprise de pouvoir sur sa situation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Développer une meilleure connaissance de son trouble anxieux ou de l'humeur;</li> <li>-Mieux comprendre les enjeux des troubles anxieux et de l'humeur touchant le milieu de travail;</li> <li>-Prendre conscience des facteurs multiples au travail pouvant influencer sa santé mentale;</li> <li>-Apprendre à gérer ce sur quoi nous pouvons avoir une influence pour favoriser une meilleure santé mentale au quotidien.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Explorer les différents facteurs pouvant améliorer ou favoriser l'épanouissement de l'estime de soi;</li> <li>-Développer une meilleure connaissance de soi;</li> <li>-Mettre en place des pistes d'action visant à maintenir son estime de soi au quotidien;</li> <li>-Apprendre à gérer ce sur quoi nous pouvons avoir une influence pour favoriser une meilleure santé mentale.</li> </ul>

Nous avons 10 intervenants formés afin de pouvoir offrir plusieurs thématiques en même temps. Nous avons utilisé plusieurs formules d'animation (présentiel et en virtuel) et des plages horaires différentes (matin, après-midi et soir) afin de rejoindre le maximum de personnes. Ces ateliers ont été offerts à nos membres, mais aussi à toute la population. Nous avons reçu une subvention du PSOC d'urgence qui nous a permis d'offrir gratuitement 4 ateliers différents en février 2021.

### Atelier d'autogestion de l'anxiété

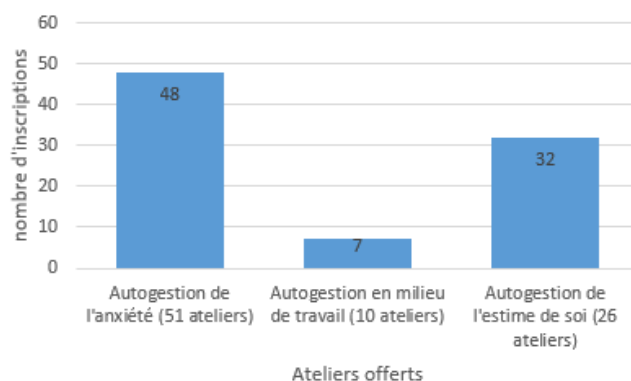
«L'atelier d'autogestion de l'anxiété m'a permis de faire une grande introspection. J'ai compris que ce n'est pas une réaction normale de vivre avec autant d'anxiété au quotidien et en le réalisant, je suis en mesure de mieux le comprendre et m'outiller d'avantage pour vivre avec au fil des jours. Aujourd'hui, je suis plus à l'écoute de mes symptômes liés à mon anxiété et j'essaie d'y faire face au lieu de l'éviter. L'échange avec d'autres personnes m'a apporté un effet positif en écoutant les autres et en me sentant comprise. Le fait de partager des objectifs m'a apporté plusieurs bienfaits.

En somme, j'ai réalisé que je vivais avec de l'anxiété au quotidien et que je n'étais pas la seule. En ce temps de pandémie, je me suis isolée malgré moi et même si c'était des discussions virtuelles, un lien de confiance s'est créé et ça m'a apporté beaucoup. Il va de soi que les intervenants ont été à l'écoute des participants et ont su bien nous encadrer. Je recommande cet atelier à toutes les personnes souffrant d'anxiété, et je dirais même plus, avoir un deuxième atelier sur l'anxiété ou ouvrir un petit groupe de discussion dirigé à la fin des ateliers pour faire le suivi de l'évolution de chacun.»

J. Pelletier

En 2020-2021, nous avons offert 9 séries d'ateliers de 10 rencontres et avons rejoint 87 personnes.

### Ateliers d'autogestion de Relief en 2020-2021



### Des groupes de soutien

Plusieurs participants ont soulevé le besoin de se revoir 1 fois par mois afin de discuter des stratégies utilisées et aider à maintenir les stratégies apprises. Il est né en 2019, l'atelier «Souper des travailleurs» qui découlent des ateliers d'autogestion en milieu de travail. Un autre groupe d'autogestion de l'anxiété se voit chaque semaine pour discuter des stratégies et des lectures supplémentaires qui se retrouvent dans les cahiers du participant. Et enfin, un autre groupe de 9 personnes se voit une fois par mois suite à un atelier d'autogestion de l'estime de soi.

«J'ai beaucoup apprécié les ateliers d'autogestion et je serais ravie d'en suivre un autre. À ma grande surprise, j'y ai découvert la force et le soutien qu'un groupe peut apporter. Notre groupe était très varié, mais très uni, très respectueux. Votre animation était dynamique et vous saviez vous adapter aux différentes situations qui se présentaient, entre autres, en adaptant la matière aux préférences du groupe 😊.»

Émilie Montpas

Osez  
étudier

## LE SOUTIEN AUX ÉTUDES

Nous tenons à reconnaître la grande mobilisation et la capacité d'adaptation des étudiants durant cette pandémie

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

74 étudiants ont été accompagnés pour réaliser leur projet d'étude

### L'accompagnement

Il va sans dire que la dernière année en fut une de défi dans le soutien que nous avons offert aux étudiants. Comme pour l'ensemble de nos services, nous avons dû composer avec les mesures imposées par le gouvernement. Habituellement, les rencontres se déroulent dans le milieu de formation, les restaurants ou la communauté. Pour la majorité de l'année, les rencontres se sont déroulées par le biais d'une plateforme informatique. Nous tenons à reconnaître les étudiants pour leur mobilisation et leur capacité d'adaptation au cours des derniers mois. Nous avons souvent entendu que de tenir une rencontre en virtuel en plus des formations en ligne était très demandant sur le plan de la concentration. Dès que nous le pouvions, les rencontres se tenaient à l'extérieur afin d'avoir un contact direct avec les personnes et leur donner une occasion de sortir de leur routine.

Voici Valérie, étudiante au Cégep de Mérci en éducation spécialisée. Bravo pour ta persévérance et ton positivisme!



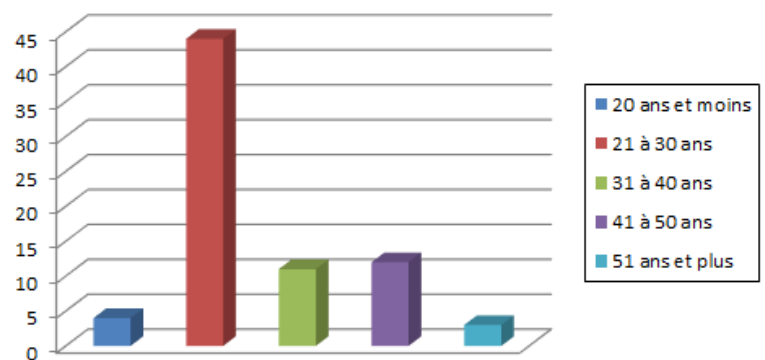
### Le référencement

En début d'année, nous attribuons la baisse des références par le fait que moins de personnes ont fait le choix d'entreprendre un nouveau projet de formation en contexte COVID-19, préférant se donner de meilleures chances dans l'avenir. Nos collaborateurs des milieux d'enseignement étant eux-mêmes en télétravail ont influencé les références. Le roulement du personnel dans ces milieux peut aussi expliquer ce changement. Au moment d'écrire ce rapport, un plan de relance et de communication est travaillé et sera déployé pour la rentrée de l'automne 2021. De plus, le nouveau programme du volet jeunesse et étude poursuit son déploiement en collaboration avec les CLSC les écoles et le Centre de pédopsychiatrie de Québec.

### Un plan d'action à venir...

Le 21 janvier 2021, Stéphane Fortier a participé à la vaste consultation du Ministère de l'Enseignement supérieur. L'objectif de cette journée était d'enrichir la réflexion avec différents partenaires et d'échanger à propos des besoins à satisfaire et des mesures porteuses à mettre en place pour que les campus collégiaux et universitaires soient des lieux propices au développement d'une santé psychologique positive. Un plan d'action sur la santé mentale étudiante à l'enseignement supérieur en matière de promotion, de prévention ou d'intervention en santé mentale auprès des jeunes adultes devrait être proposé au cours des prochains mois.

### Soutien aux études - Répartition de l'âge



Malgré l'année particulière, sept personnes ont complété leur formation. Nous continuons à offrir du soutien. Trois ont intégré un emploi, une personne est toujours en recherche et les autres passent à un niveau d'étude supérieur.



Félicitations! Molette Dumont, dernière année en 2021-2022 DEC technique de travail social



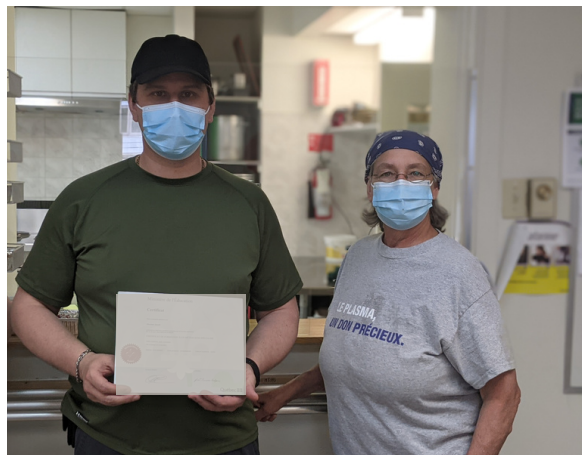
# L'INTÉGRATION AU TRAVAIL

## Accompagnement en bénévolat, stage en entreprise et maintien en emploi

Le volet d'intégration au travail constitue un parcours important pour la clientèle. Les demandes de service dans ce parcours se multipliant, voilà pourquoi notre équipe demeure active afin de permettre de satisfaire les besoins spécifiques de chacun. Cette année, nous avons travaillé fort pour maintenir les personnes actives dans leur milieu en tenant compte de la pandémie et des réalités des commerces. Bien que la Santé publique recommandait de cesser tout placement en socioprofessionnel, plusieurs de nos travailleurs sont demeurés en poste, car le travail c'est la santé. Au-delà d'un chèque de paye, ils accordent une valeur importante à maintenir cette routine essentielle à leur équilibre et aux bienfaits des relations et du soutien social et à la valorisation du travail accompli.

	Québec	Sainte-Foy	Loretteville	TOTAL
En emploi	24	12	16	52
Bénévolat	30	24	9	63
Développement de l'employabilité	44	3	14	61
Consolidation de l'employabilité	10	1	3	14

C'est plus de 138 personnes en bénévolat ou en stage malgré la pandémie



Grâce au partenariat avec la commission scolaire de la Capitale, Maxime Jacob a obtenu un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation, car il a complété son stage ISP comme aide-cuisinier. Félicitations Maxime!



Simon Arseneault est accompagné en emploi. Il se démarque par sa polyvalence, son assiduité et son humour!



Chantale Martin effectue un stage comme aide-réceptionniste. Elle se démarque par sa bonne humeur et son accueil chaleureux.



## Des services d'orientation



Mélanie Tremblay, stagiaire à la maîtrise en orientation

17  
accompagnements  
en orientation

Le service d'orientation permet aux membres qui vivent de l'indécision de les accompagner dans leur choix professionnel et scolaire et dans la définition d'un projet de vie qui concorde avec leurs valeurs, leurs intérêts et leurs compétences tout en tenant compte de leur réalité.

Cette année fut toute particulière due au contexte COVID-19! Les demandes ont été moins nombreuses comparativement aux autres années, mais tout de même 17 personnes des trois Pavois ont été desservies. Des rencontres en personnes, par téléphone et par Zoom ont été menées par Pénélope Daigle, conseillère d'orientation et par Mélanie Tremblay, stagiaire à la maîtrise en orientation.

De plus, deux ateliers donnés par Zoom ont été offerts aux membres sur des trucs et astuces pour vaincre l'indécision et avancer vers leurs objectifs.

Une présentation des services du Pavois par Line Vaillancourt et Pénélope Daigle a été offerte aux étudiants du baccalauréat en orientation dans le cadre du cours «Insertion socioprofessionnelle et réseaux». Elles ont pu par le fait même parler de leur expérience terrain et répondre aux questions des étudiants.

Une boîte à outils auto-orientante a été conçue pour les membres. Celle-ci propose des liens qui dirigent vers différents sites sur la connaissance de soi, sur des questionnaires d'intérêts gratuits et vers des sites d'information scolaire et professionnelle.

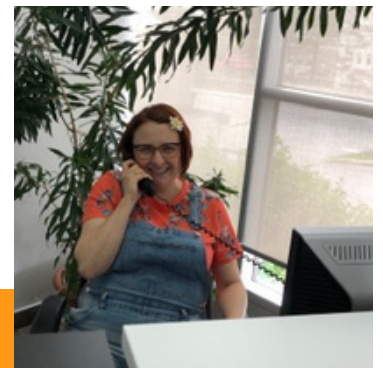
Enfin, une introduction à la thérapie d'acceptation et d'engagement a été offerte aux employés. Cette approche vise à améliorer la flexibilité psychologique, c'est-à-dire la capacité d'être en contact avec les émotions et les pensées du moment présent tout en maintenant ou en changeant au besoin son action dans la poursuite de ses objectifs ou de ses valeurs.



### 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 48 personnes qui ont bénéficié des 34 programmes PAAS Action attribués au Pavois afin de soutenir leur développement de l'employabilité. Merci aux partenaires de leur collaboration en ce temps de pandémie.



Marie-Josée Morin,  
stagiaire comme aide-  
réceptionniste. Bravo  
pour ton accueil  
chaleureux et ton souci  
du travail bien fait!



**Le souper des travailleurs**

Le souper des travailleurs est issu des ateliers d'autogestion en milieu de travail de l'organisme Relief offert à l'automne 2019 alors que les gens souhaitaient avoir l'occasion de se revoir afin de se soutenir dans le maintien des stratégies apprises aux ateliers. C'est ainsi que depuis janvier 2020, un soir par mois, 9 personnes se retrouvent afin d'échanger sur leur parcours quant à l'emploi et parfois sur d'autres sujets. Se sont ajoutées quelques personnes touchées par l'emploi en cours de route. C'est avec beaucoup de plaisir que les gens s'écoutent et se soutiennent à travers les semaines! Malheureusement, les ateliers n'ont pas pu avoir lieu les mois où le couvre-feu était à 20h et les membres n'ont pas désiré faire les rencontres en virtuel.

### Ce programme prend une couleur locale dans la Capitale-Nationale!

Né d'une collaboration entre le communautaire et le réseau de la santé, le Programme intégré de soutien en emploi (PISE) a pour objectif de soutenir l'intégration et le maintien en emploi de personnes vivant avec un trouble de santé mentale. L'équipe est composée de 5 conseillers: 2 sont du Pavois, une de Croissance Travail et les deux autres conseillers proviennent du CIUSSS. La gestion et le déploiement de ce programme se font par une responsabilité partagée entre le communautaire et le réseau. En effet, Stéphane Fortier travaille en étroite collaboration avec Maude Guillemette du CIUSSS afin de développer ce projet.

### La clientèle et l'accueil

Les personnes rejointes par ce service sont celles pour qui l'emploi à salaire régulier est l'objectif à atteindre, mais pour qui des enjeux de santé ou d'expériences passés nécessitent une intensité dans l'accompagnement pour l'intégration en emploi. De façon générale, les demandes de service sont acheminées par un intervenant du milieu de la santé. L'évaluation de l'admission au programme prend en compte les objectifs de la personne et la présence d'un partenaire du réseau de la santé qui doit demeurer actif dans un suivi conjoint avec nous. Nous avons la préoccupation d'être le bon service pour la personne et que celui-ci ne pourrait pas trouver réponse à son besoin dans les autres organismes ou services de la région.

### Un travail d'équipe!

Une fois attribué à son conseiller PISE, celui-ci doit se consacrer uniquement aux sphères travail et finances de la personne. Afin de respecter notre objectif d'actualiser rapidement le projet d'intégration en emploi, nous devons garder le cap sur ces éléments. L'intervenant pivot au dossier quant à lui intervient dans les autres sphères de vie pouvant avoir une incidence sur la réalisation du projet. Ce travail conjoint est un ingrédient essentiel au bon déroulement du projet.



Pénélope Daigle,  
agente PISE



Isabelle Marceau,  
agente PISE

### Notre approche

Notre approche vise à développer des liens de collaboration avec des employeurs de la communauté, de bien connaître leurs besoins et d'identifier les éléments qui pour eux sont importants afin qu'un employé demeure engagé chez lui. Le mandat des conseillers est de trouver le bon «job match» afin que l'intégration et le maintien soient un succès. Bien que cette approche facilite la collaboration et maximise les chances de maintien, un peu plus de la moitié de nos participants préfère dans un premier temps ne pas communiquer qu'ils sont soutenus par un conseiller à l'emploi. Il arrive que cette position évolue dans le temps ou après quelques tentatives infructueuses de se maintenir en emploi. La divulgation est donc un choix personnel que nous respectons et les conseillers s'ajustent au désir de leurs participants.

En 2020-2021,  
c'est 56 candidats  
PISE



Blanche Fortin-Harvey,  
agente PISE

## Le travail a des impacts positifs sur le rétablissement des gens

Malgré la pandémie, ce fut une année très active pour nos conseillers œuvrant au programme. L'équipe a eu la chance d'offrir des services de recherche d'emploi et de maintien à des candidats et candidates des plus motivés. Pour plusieurs de ceux-ci, ce temps de chamboulement sur le plan du marché du travail a été une opportunité de se démarquer professionnellement. Au fil des mois, ils ont su démontrer leur plein potentiel et ainsi devenir des employés essentiels pour plusieurs entreprises de la région de Québec, et ce, malgré le fait qu'ils pouvaient être absents du marché du travail depuis quelque temps. Aux dires de certains, le fait d'avoir fait leur place sur le marché du travail et d'avoir pu contribuer à l'essor économique a eu des impacts positifs sur leur rétablissement.

### Un service individualisé

Toujours axée sur le service individualisé, l'équipe a fait tout en leur pouvoir pour maintenir la même intensité de suivi, spécifique à notre approche. Selon les mesures en place et au gré des saisons, elle s'est adaptée. Avec créativité, les rencontres de suivi se sont parfois tenues dans les parcs, parfois dans des cafés, parfois dans les bureaux de nos partenaires et parfois en virtuel grâce aux applications Zoom, Teams et Messenger.



Cette année, l'équipe a créé un dépliant sur les services du programme PISE



Donovan Aubin  
Chouinard,  
candidat PISE



### Du mouvement dans l'équipe

L'année 2020-2021 en fut une de défi pour le déploiement du programme et également sur le plan des ressources humaines. Les partenaires de la santé étant nos principaux référents, ils ont dû par moment être réaffectés à d'autres services, ce qui a eu pour effet de diminuer la cible des participants que nous nous étions fixée. Comme pour l'ensemble des employeurs, nous avons été confrontés au mouvement de personnel au sein de notre équipe. Nous tenons à remercier chacun des conseillers qui ont contribué à leur façon à notre mission. Merci Steve Bowen, Pénélope Daigle, Josée Duquette, Blanche Fortin-Harvey, Maude Guillemette et Isabelle Marceau de garder le fort. Merci également à Richard Delisle, Catherine Lessard et Joanie Vachon d'avoir contribué en cours d'année; bonne chance pour le futur!



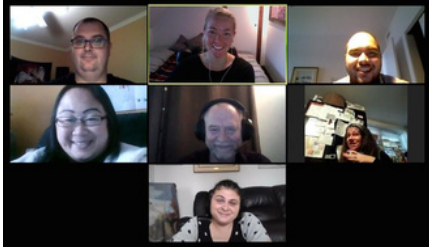
### À venir!

L'équipe de PISE entrevoit une année 2021-2022 remplie de nouveaux beaux défis. La réouverture du secteur touristique/restauration et des magasins non essentiels diversifiera le marché de l'emploi et multipliera les opportunités pour nos candidats. C'est très prometteur!

Oser  
en parler

## MIEUX VIVRE AVEC LES VOIX - GROUPE ADULTE

«L'expérience, ce n'est pas ce qui arrive à quelqu'un,  
c'est ce que quelqu'un fait avec ce qui lui arrive!»



2020 a été une année de continuité pour ce programme qui fait la différence dans la vie des personnes qui entendent des voix. Anick et Ariane, accompagnées de Serge Tracy, ont ouvert un groupe en présentiel d'une durée de 10 semaines, les mercredis après-midi durant l'automne. 7 personnes ont pu en bénéficier. Le groupe du mardi a été transféré en rencontres virtuelles, répondant aux besoins de 9 à 13 personnes de façon hebdomadaire. La plupart des membres de ce groupe ont déjà reçu la formation «Mieux vivre avec les voix» et continuent à venir partager leurs succès, leurs stratégies et leurs vécus en lien avec les voix.



Éric Bertrand

Vers la fin de l'année 2020, nous avons appris qu'Anick Ford était enceinte d'une petite fille et devait partir en congé préventif de maternité. Éric Bertrand a été sélectionné pour la remplacer et pour maintenir et développer le service «Mieux vivre avec les voix». Il a pour mission, à titre d'agent de rétablissement, de débiter un nouveau groupe virtuel le mercredi après-midi, d'effectuer des suivis individuels et d'offrir des formations aux intervenants désirant mieux intervenir auprès de personnes qui entendent des voix. Avec ses couleurs, sa facilité d'expliquer des concepts et sa grande ouverture d'esprit, nous sommes sûrs qu'il sera capable d'effectuer les différentes tâches qu'implique son nouveau rôle!

C'est 27 entendeurs  
de voix adulte et  
72 rencontres  
de groupe

### Nos formations «Mieux vivre avec les voix»

Malheureusement, en début d'année, nous avons annulé deux formations en présentiel dans la belle région de la Côte-Nord et du Bas-Saint-Laurent. Déjà qu'en 2019, nos formatrices avaient sillonné la province pour former plus de 100 personnes et implanter 8 nouveaux groupes. Également, elles ont été présentatrices lors du 11e Congrès d'Intervoice sous la thématique «ALLIONS NOS VOIX, OSONS LES VOIES D'AVENIR!».

### Nos formations «Mieux vivre avec les voix» sont disponibles en tout temps.

#### • Formation de sensibilisation: Mieux vivre avec les voix

Comprendre le vécu des personnes qui entendent des voix sous l'angle d'un phénomène humain et l'appui pouvant leur être apporté.

#### • Formation d'intervention: Mieux vivre avec les voix

Découvrir et appliquer les stratégies d'adaptation afin d'aider la personne à reprendre du pouvoir sur les voix.

#### • Formation d'implantation: Mieux vivre avec les voix

Notons qu'au fil des ans, la qualité de ces formations a permis de créer plus d'une trentaine de groupes et de services pour les entendeurs de voix aux quatre coins du Québec. Le Pavois est également fier de donner des formations lors de congrès internationaux.



Anick, Ariane et Serge ont offert  
3 formations virtuelles auprès de 77  
professionnels d'organismes  
communautaires et d'établissements de  
santé.

Grande nouveauté cette année, les agentes ont été formées par ANIMA afin de développer la formation via la plateforme Zoom grâce à une subvention de la Croix-Rouge canadienne. 3 formations ont été offertes en novembre 2020 avec l'ajout du volet jeunesse, qui fût un grand succès!

- Auprès du CIUSSS des Laurentides, programme santé mentale volet résidentiel;
- Auprès du CIUSSS Capitale-Nationale, département psychiatrie légale;
- Auprès de 70 professionnels venant de plusieurs organismes et institutions.

### Les groupes ayant bénéficié des formations

La Maison des Tournesols de Mont-Joli, l'équipe de psychiatrie légale CIUSSS-CN, l'équipe santé mentale adulte CIUSSS des Laurentides, le centre Le Phare de La Baie, l'équipe du YWCA de Québec, le groupe La Licorne de Sainte-Thérèse, les employés de l'AQRP et les stagiaires et parents du Pavois.

«Tout est pertinent, je  
trouve que c'est  
interactif même en  
virtuel. Les stratégies  
sont l'élément que j'ai le  
plus apprécié!»

«Wow! Dynamisme et  
exemples concrets sur le  
terrain.»  
«Vraiment belle  
présentation, vous m'avez  
donné le goût de débiter un  
groupe! :)»



« J'apprécie accompagner des entendeurs de voix en approfondissant leur exploration d'eux-mêmes et de leurs voix. Animer, ça veut dire pour moi de mettre des âmes (anima/animus) en mouvement, c'est-à-dire de relier des entendeurs entre eux avec chacun leurs couleurs, dans le respect et l'harmonie. Ce sont les entendeurs de voix qui sont les experts à consulter, ce que je m'efforce de faire.

En ce qui a trait à la formation, mon rôle est aussi bienfaisant. J'apprécie présenter mon témoignage! Puis j'interviens parfois pour donner des exemples à partir de mon savoir expérientiel d'entendeur de voix. J'adore participer à ces formations qui me sont également bénéfiques; c'est valorisant et ça fait du bien à mon estime. Cela me procure davantage d'assurance pour gérer mes propres voix. »



Serge Tracy

- Auteur, conférencier & entendeur de voix  
- Co-animateur/formateur pour le programme «Mieux vivre avec les voix» du Pavois de Québec  
- Ambassadeur du Réseau des entendeurs de voix québécois (REVQ)

### Collaboration à la revue «Le partenaire» avec l'AQRP

Anick Ford, agente de rétablissement adulte, Serge Tracy membre et co-animateur de ses ateliers «Mieux vivre avec les voix», Ariane Pichette, agente de rétablissement jeunesse et Juliette, une jeune entendeuse de voix ont participé à la rédaction de la revue «Le Partenaire» en collaboration avec l'AQRP. Ce fut un réel plaisir!

**60**  
**Affronter les dragons**  
Ariane Pichette  
Agente de rétablissement pour les jeunes au sein d'un centre de soins de santé



Il y a eu de la peur de la réaction des autres...  
Il y a eu de la peur de la réaction des autres...  
Il y a eu de la peur de la réaction des autres...

« Écrire dans la revue «Le Partenaire» était tout naturel pour moi. Depuis trois ans, je rencontre quotidiennement des personnes qui entendent des voix. Je suis témoin de leur réalité et j'espère pouvoir leur amener des petites particules d'espoir. J'ai écrit un texte métaphorique puisque j'utilise beaucoup l'image pour décrire des situations, surtout lorsqu'on parle des voix. Avec les adolescents, j'ai l'impression que cela résonne plus chez eux. Mon texte était donc destiné d'abord aux jeunes que j'accompagne. J'ai voulu proposer au comité un texte différent et poétique. Il fait ressortir mon rôle d'accompagnateur, mais aussi l'espoir. Je suis très heureuse du résultat et j'ose espérer que cela touchera les personnes qui entendent des voix. »

**Ariane Pichette**



**10**  
**Moi, Juliette, j'entends des voix**  
Juliette Sorey  
Étudiante en sciences humaines au cégep



À 16 ans, j'ai commencé à entendre des voix...  
À 16 ans, j'ai commencé à entendre des voix...  
À 16 ans, j'ai commencé à entendre des voix...

« Je prends la parole à mon âge, car il m'en va des personnes qui vivent des situations similaires et elles peuvent s'en sortir. »



La participation de Juliette (ancienne membre du groupe jeunesse) d'écrire dans la revue va directement avec son désir et sa mission de sensibiliser la population. Elle est une porte-parole en or pour parler aux jeunes et aux adultes de la possibilité de vivre positivement avec ses voix. Juliette a accepté avec beaucoup d'enthousiasme de participer à l'écriture de cette édition. Cette jeune adulte peut être fière de cet accomplissement qui s'ajoute à sa longue liste de réussites dans sa vie.

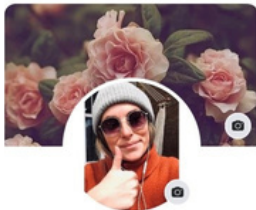
2020 fut une année exceptionnelle pour les jeunes!

Ils ont dû faire preuve de résilience dans ce grand bouleversement qui a modifié leur vie. Nous avons donc un désir très fort de rester connectés avec les jeunes qui sont accompagnés dans le cadre du programme jeunesse. En ce sens, l'agente de rétablissement a continué de faire des rencontres individuelles avec les adolescents de manière plus soutenue. Dès que ce fût possible, les rencontres en virtuel sont restées offertes, mais nous privilégions des rencontres en personne. Comme tout était fermé, les promenades en nature sont devenues les seuls lieux possibles. De nombreuses promenades ont été faites, beau temps mauvais temps, et plusieurs parcs ont été découverts. Les jeunes appréciaient de pouvoir sortir au grand air et parler dans des lieux qui font du bien.

Malheureusement, le groupe en présence n'étant plus possible, nous avons dû trouver des alternatives. Un groupe en virtuel a été offert aux jeunes qui entendent des voix, mais ce n'était pas toujours facile pour ces derniers de parler en toute confidentialité, de se connecter ou d'être motivé à être en Zoom lorsque leur vie était principalement en virtuel. Le groupe a donc pris une pause et nous souhaitons qu'il revienne en présence dans la prochaine année.

L'accompagnement individuel a été bien présent, autant pour les jeunes qui entendent des voix que pour d'autres adolescents qui vivaient un enjeu en santé mentale. Cette année, nous avons donc accepté trois jeunes qui avaient besoin d'un soutien dans la communauté pour être appuyés dans leurs études et leurs projets. Un besoin grandissant de ce volet se fait sentir et de nombreuses références pour des jeunes qui ont un enjeu en santé mentale se multiplient.

En 2020, c'est 11 nouvelles demandes et 18 jeunes en accompagnement individuel. Une collaboration très étroite est toujours présente avec l'équipe D.I.P.P. du Centre de pédopsychiatrie. Les rencontres pour référer un nouveau jeune se faisaient de façon virtuelle. L'agente de rétablissement a collaboré davantage avec les parents cette année. Avec l'accord du jeune, un appel aux parents était systématiquement fait pour expliquer son rôle et son implication dans la vie de la personne. La relation avec les familles et le réseau d'intervenants autour des jeunes a été primordiale dans l'approche de l'agente.



Ariane Pichette

Compte professionnel : J'accompagne des ados dans leurs projets et leurs intérêts. -Le Pavois-

Par Facebook, l'agente de rétablissement a pu rester en lien avec les jeunes pendant toute l'année avec sa page professionnelle. Cet outil est devenu essentiel pour discuter avec eux et pour partager du contenu sur la santé mentale, du contenu ludique ou des outils.

Initiatives et activités individuelles

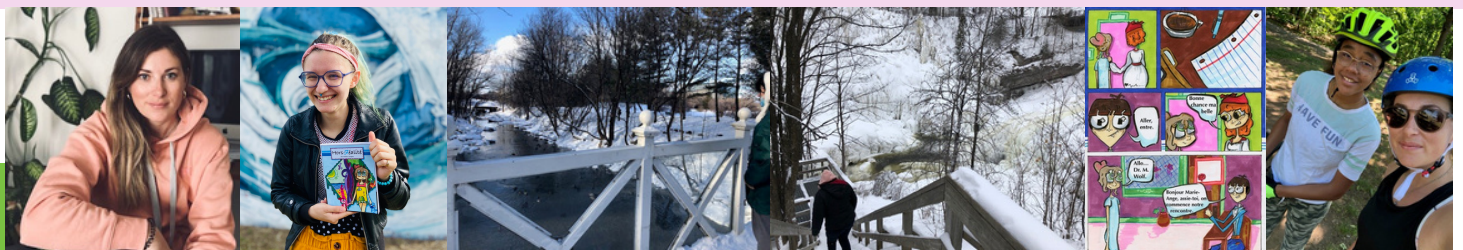
- Mise en relation avec un artiste de BD (Guillaume Demers) pour un jeune qui aime le dessin.
- Patinage au PEPS avec une jeune qui est passionnée par le patinage artistique.
- Plusieurs promenades en nature.
- Promenades en vélo avec une jeune dans son quartier.
- Promenades avec les amis canins.
- Visite dans le Vieux-Québec.
- Accompagnement en milieu de stage (Saks Fifth Avenue).
- Accompagnement vers un retour aux études (Fierbourg).
- Rencontres de groupe en Zoom ou par Facebook Messenger avec les jeunes.
- Visite d'un premier appartement.
- Rencontre dans un café de style japonais (bubble tea).
- Entraînement en ligne avec une jeune.
- Visite d'une maison des jeunes (L'Envol).
- Demande à la Fondation des Amis du Pavois pour un soutien financier pour un projet jeunesse (BD).
- Accompagnement dans la production d'une bande dessinée.
- Cartes-cadeaux chez Renaud-Bray offertes aux jeunes pour Noël.
- Accompagnement d'une jeune pour la rédaction d'un texte pour la revue «Le Partenaire».
- Soutien et aide pour chorégraphier une danse pour «Secondaire en spectacle».

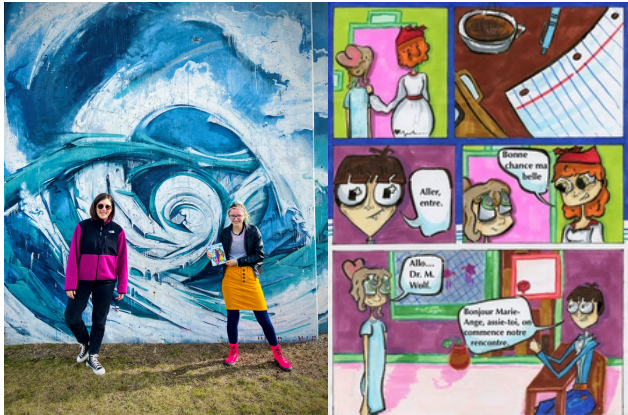
Des textos reçus

«Je voulais te remercier d'être toujours là pour moi, merci infiniment d'avoir pris du temps, ça m'a redonné un petit sourire.»

«Je suis acceptée au Cégep! Je suis tellement fière de moi! J'ai versé une larme de joie.»

«Wow! Je suis vraiment touchée de lire ce magnifique message! Merci Ariane de croire en chaque personne que tu accompagnes.»  
Une mère

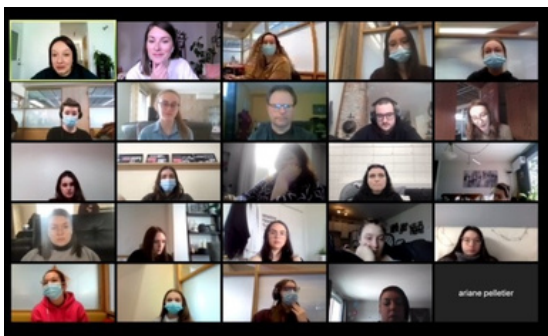




Ce projet a commencé lors des rencontres individuelles avec la jeune dans le cadre du programme «Mieux vivre avec les voix». Cette dernière était invitée à mettre en dessin ce qu'elle vivait. Ayant déjà un talent impressionnant, l'adolescente a commencé à dessiner de plus en plus au fil des rencontres. Ce fut certainement une motivation à mieux vivre avec les voix, mais surtout un moteur de changement. La jeune a pu foncer dans sa vie, reconnaître des forces en elle et s'épanouir dans différents projets tout en faisant naître une magnifique bande dessinée. C'est donc le résultat d'un an et demi de travail qui a commencé par le simple fait de prendre un crayon et de s'exprimer à travers l'art. Elle sait maintenant que malgré les montagnes russes d'émotions et les obstacles vécus, elle peut réaliser de grandes choses. Un merci au Fond Porteur d'espoir de la Fondation du Centre jeunesse, à la Fondation des Amis du Pavois et aux différents collaborateurs qui ont pu permettre de mettre en lumière le talent d'une jeune, mais surtout de lui avoir permis de réaliser un rêve.

### De nombreuses représentations auprès des partenaires pour le volet jeunesse!

- Implication (qui a été interrompue par la pandémie) de l'agente de rétablissement jeunesse dans la table concertation du programme HoPe avec différents partenaires comme le CIUSSS, La Boussole et le centre de pédopsychiatrie.
- Une rencontre a été faite au nouveau YMCA St-Roch pour présenter nos services et pour collaborer dans le futur avec leur programme jeunesse en persévérance scolaire.
- En collaboration avec Mireille St-Onge, professeure du département de travail social de l'Université Laval, une présentation du groupe jeunesse et du programme a été faite de manière virtuelle aux étudiants du baccalauréat.
- Des présentations au Cégep de Sainte-Foy pour parler du Pavois, mais surtout pour sensibiliser les futurs intervenants au mouvement des entendeurs de voix, aux différents groupes offerts et pour parler du programme jeunesse.
- Deux présentations aux étudiants de la Formation continue en travail social, et 3 fois dans le cadre du cours Intervention de groupe de la Technique en travail social. C'est environ 175 étudiants qui ont pu être informés par Ariane Pichette.



« Merci à toi, tu  
m'as ouvert  
beaucoup de  
portes. »

« Allo Ariane, les  
cours ça va bien aussi,  
j'ai un bon bulletin!  
J'aimerais qu'on se  
voie après l'école,  
j'aime ça aller marcher  
avec toi! »

### Merci à nos partenaires

- Centre de pédopsychiatrie
- YMCA St-Roch
- École Boudreau
- CIUSSS, programme de réadaptation et des dépendances
- Clinique de pédopsychiatrie de l'Hôtel-Dieu de Lévis
- Centre jeunesse de Québec (Le Gouvernail, L'Escale et le Foyer de groupe Le Pélican)
- Cégep de Sainte-Foy
- Mireille St-Onge, professeure du département de travail social, Université Laval
- José Rodrigue, enseignant en formation continue, Cégep de Sainte-Foy
- Marie-Pier Fortin, enseignante en travail social, Cégep de Sainte-Foy
- Maison des jeunes L'Envol
- IRDPQ

### 2020 à 2021, une année qu'on n'est pas prêt d'oublier!

L'année 2020 à 2021 a été toute qu'une année en termes de rebondissements au Club Hors-Piste. En temps pré COVID-19, nous avions l'habitude d'aller gravir des montagnes, de faire du yoga et du vélo, de jouer au badminton et au pickleball au Centre Mgr Marcoux et bien sûr; de jouer au hockey en partenariat avec l'Institut universitaire en santé mentale de Québec! Nous avions aussi l'habitude de faire une activité spéciale à chaque fin de mois comme le Laser Tag ou de la luge au Massif de Charlevoix. Toutefois, la COVID-19 en a décidé autrement et nous a obligés à ajuster nos services.

### L'importance de prendre soin de soi

La santé physique et la santé mentale eux, ne prennent pas de pause! C'est pourquoi il est primordial de rester en forme et de bouger, et ce, quelle que soit l'activité physique pour garder une bonne santé générale! De plus, nos habitudes de vie telles qu'une alimentation saine et la capacité à prendre soin de soi peuvent avoir un impact positif sur notre humeur et notre bien-être en général. Ce sont des choses importantes pour mieux affronter la pandémie et pour maintenir un bon équilibre dans les différentes sphères de sa vie. Les membres du Club Hors-Piste m'ont impressionné de par leur résilience face à la pandémie. Ils ont fait preuve d'une grande capacité d'adaptation et ont su voir le positif malgré la situation actuelle!

### Le Club Hors-Piste, ça continue!

Le Club Hors-Piste s'est retourné les manches et a su s'ajuster d'une ingénieuse façon compte tenu de la situation, et ce, en mettant en place des ateliers de groupe sur la plateforme Zoom appelés «On bouge avec Anne-Mariel». Ceux-ci ont eu lieu les lundis matins et les jeudis soirs chaque semaine et consistent à faire de l'exercice physique de type cardiovasculaire et musculaire en groupe! L'idée est de respecter les mesures sanitaires chacun chez soi, mais en étant en groupe. Ces ateliers sont d'ailleurs toujours actifs à ce jour! De façon intermittente, nous avons également eu la chance de pouvoir effectuer quelques randonnées tout en respectant les deux mètres de distance. Les randonnées ont parfois dû être annulées selon les mesures sanitaires.

### Activités diversifiées malgré tout!

Bien que le hockey, le badminton et le pickleball dans le gymnase intérieur ont été annulés par mesure de précaution contre la propagation du COVID-19, le vélo, le canot/kayak, le yoga à l'extérieur, les ateliers Zoom «On bouge», le Spikeball, le basketball et quelques randonnées en forêt et en ville ont pu être maintenues!

Malgré l'annulation forcée de plusieurs activités habituellement offertes et l'impossibilité de collaborer avec l'IUSMQ et ses membres dus à la COVID-19, c'est un total de:

- 42 personnes dans l'année complète qui ont pu participer à nos activités extérieures de groupe! Un franc succès!
- 37 activités ont eu lieu!
- 296 inscriptions, 8 personnes à la fois dû aux règles sanitaires.
- Tous les ateliers ont affiché complet.
- C'est 35 membres entre 18 et 34 ans qui ont participé à différentes activités du Club Hors-Piste.
- 7 membres du Pavois (au-dessus de 35 ans).
- 9 membres du Club Hors-Piste (18 à 34 ans) ont participé aux ateliers Zoom «On bouge».
- 45 personnes ont participé au Marche-O-Thon et à l'Active-O-Thon.



77 personnes  
ont participé  
aux activités  
du Club Hors-Piste

vous dépasser

61 500 minutes  
d'activité  
physique ont été  
faites en 2 mois  
par 45 personnes!

## Le Québec est sur pause pour la 2e fois en mars 2021... mais pas le Pavois!

Afin de se soutenir et de se motiver à demeurer actif, le Pavois a lancé un défi de groupe: le Marche-O-Thon! L'objectif était de comptabiliser toutes les minutes effectuées à la marche ou à la course et de battre le record de semaine en semaine. Petites sources d'encouragement, 3 gagnants ont été pigés de façon aléatoire pour ce défi. Nous remercions d'ailleurs Sports Experts pour les 3 cartes-cadeaux de 50\$! Ensuite, le défi Active-O-Thon, soit tous types d'activité physique confondus, a été lancé vu le grand succès du Marche-O-Thon. Deux gagnants ont été pigés pour deux cartes-cadeaux de 25\$ au Jean Coutu. Un grand merci à Jean Coutu! Le défi se poursuit encore à ce jour dû à sa popularité auprès des participants. Au total: 45 personnes y ont participé!

**Active-O-Thon**  
Nouveau défi de groupe (membres & intervenants)!

**Objectif:**

- Faire un défi de « groupe » pouvant être effectué seul!
- Cumuler le plus de minutes d'activité physique possible!
- Bouger, garder la forme, améliorer notre bien-être et par le fait même, notre santé mentale! 😊

**Comment ça marche?**

- Dis à ton intervenant que tu désires participer au Défi: Active-O-Thon!
- Calcule le nombre de minutes d'activité physique que tu effectues chaque jour (ex: Yoga: 30 min + hockey: 60 min = total 90 min) jusqu'au 31 mars!
- Donne ton nombre de minutes effectuées à chaque semaine à ton intervenant.
- Je comptabiliserai le total à chaque semaine et j'augmenterai l'objectif de groupe de façon hebdomadaire!

**Active-O-Thon**  
Ça continue!

PARCE QUE BOUGER, ÇA FAIT DU BIEN!

NOMBRE DE MINUTES EFFECTUÉES JUSQU'À PRÉSENT....  
**16461 MINUTES!**

PROCHAIN OBJECTIF DE GROUPE:  
20 000 MINUTES  
D'ICI LE 1ER AVRIL!  
GO GO GO!

SOMMES-NOUS CAPABLE D'ATTEINDRE 20 000 MINUTES TOUS ENSEMBLE?

### Nos collaborateurs

Merci au Patro de Charlesbourg qui nous offre la possibilité de se déplacer à bord de leur minibus lors de nos randonnées. Un merci particulier à Daniel Morin et Pierre Magnan, nos deux bénévoles qui nous ont conduits et accompagnés en randonnée! Merci aux Sentiers du Moulin qui nous accueille chaleureusement à un prix d'ami et au Parc national de la Jacques-Cartier pour la gratuité d'accès qui nous est offerte.

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale  
Québec

**mm**  
Centre Mgr Marcoux

**PATRO**  
DE CHARLESBOURG  
1948

**Sépaq**

### Et ce n'est pas fini....

La demande y était, nous vous avons entendu et finalement instauré des activités sportives ouvertes à tous, et ce pour la saison estivale! En effet, dès le vendredi 25 juin 2021, «Les vendredis sportifs» auront lieu et tous auront la chance de participer à de belles randonnées en forêts dans certains endroits paradisiaques de notre belle ville de Québec, et ce, à chaque vendredi jusqu'à la fin de l'été! Une activité spéciale sera aussi prévue chez notre partenaire: Canots Légaré! Donc avis aux amateurs de canot, kayak ou paddleboard, c'est votre chance de participer à une journée inoubliable avec la gang du Pavois!

# LA SOLIDARITÉ

«Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès, travailler ensemble est la réussite.»

-Henry Ford



Nos entreprises et  
la Fondation des Amis du Pavois

La priorité du conseil d'administration fut de sauver les emplois et de poursuivre notre belle mission d'intégration socioprofessionnelle

**Nous avons dû faire preuve de résilience, de flexibilité et de courage pour nous adapter à la situation et trouver les meilleures solutions pour garder nos entreprises viables économiquement, mais surtout de voir au bien-être de nos bénévoles, de nos stagiaires et de nos employés.**

Nous avons été nombreux à nous questionner et à chercher des solutions durables après chacune des allocutions de notre premier ministre à savoir si nous allions rester ouvert ou non et gérer le tout avec l'incertitude au ventre. La gestion de nos approvisionnements, le défi de conjuguer avec notre mission et l'exigence de demeurer un service essentiel pour la Cafétéria, les Copies et notre belle Friperie ne furent pas de tout repos: éviter les pertes, payer nos factures, les salaires, le loyer, réorganiser les lieux selon les règles de sécurité, réorganiser les horaires de travail, effectuer les achats de matériaux de protection, etc. Pour le conseil d'administration, la priorité première fut de sauver les emplois et de poursuivre notre belle mission d'intégration socioprofessionnelle, car le travail est un vecteur de rétablissement et d'une bonne santé mentale. Il permet d'avoir un statut, des contacts sociaux, un réseau de support et est également une source d'épanouissement. Le travail est vital et central pour ceux et celles qui sont en processus de rétablissement.

### CERTAINES DE NOS ACTIONS

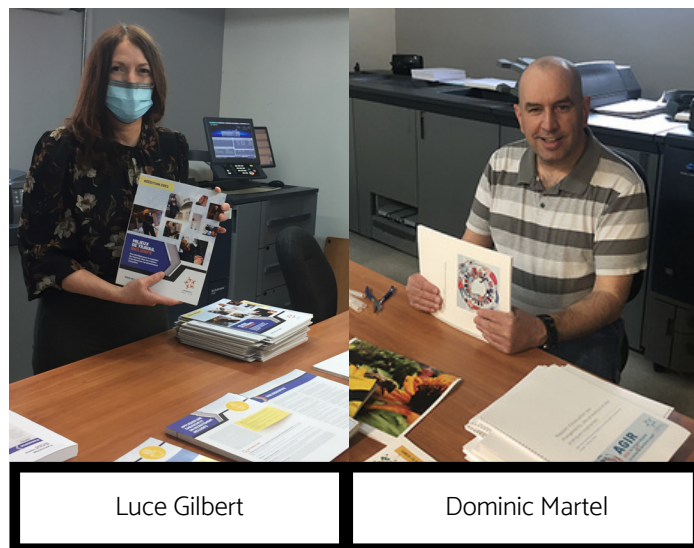
- Mise en place d'un plan de désinfection, ainsi que de la formation aux employés, selon les consignes de la CNESST;
- Mise en place de mesures pour la cueillette et la livraison;
- Mise en place de procédés pour réduire les coûts pendant les périodes de ralentissement;
- Mise en place de la Prestation canadienne d'urgence (PCU) pour nos employés en arrêt de travail;
- Mise en place d'un plan financier afin de poursuivre les paiements lors des vagues (Compte d'urgence pour les entreprises canadiennes (CUEC));
- La Friperie du Pavois a fait la demande d'aide d'urgence du Canada pour le loyer commercial (AUCLC);
- Mise en place de la subvention salariale d'urgence du Canada pour l'aide aux entreprises.

Un grand merci à Kathleen Watt, responsable de la comptabilité du Pavois et de ses entreprises, qui a soigneusement et avec une patience d'or accompagné la direction et chacun de nos travailleurs afin qu'ils bénéficient de cette aide gouvernementale lors des fermetures des entreprises.

## Quelle année 2020-2021, nous ne l'oublierons jamais

Le 4 mai 2020, après 7 semaines de fermeture, c'est la réouverture des Copies. Nous étions enfin prêts: les règles et les mesures d'hygiène, les modèles et les impressions d'affiches COVID-19, pour tous nos clients et partenaires. Nous étions les maîtres de la reprographie. Quel soulagement!

Nos clients qui ont franchi la porte ont vite constaté que nous étions parfaits pour les recevoir en respectant toutes les normes de sécurité. La clientèle était reconnaissante que nous demeurions ouverts, et cela, somme toute, la plus grande partie de l'année. Bien qu'à notre grand désarroi, nos contrats de nos clients réguliers furent annulés: le Centre Communautaire Jean-Guy Drolet, la chorale Azimuts, la clinique Profoot pour ne nommer que ceux-ci; nous étions tous solidaires. Vous nous avez manqué et nous avons hâte de vous revoir.



Heureusement, la pandémie nous a apporté de nouveaux clients en provenance des bibliothèques de la ville de Québec, des élus municipaux, des OBNL, des entreprises privées, etc. Ils ont découvert une belle entreprise sociale qui respecte ses délais et offre un service personnalisé.

Les Copies remercient Mme Hamani Harrell, d'Emploi et Développement social Canada, pour le don de tables de travail ergonomiques. De plus, nous sommes acquéreurs d'un nouvel ordinateur de travail, beaucoup plus performant.

Le temps fut propice à notre équipe de changer l'interface de notre agenda avec l'aide de Ludmila, infographiste.

Notre mission étant de bien servir notre clientèle, d'être à l'écoute de vos besoins en impression et de faire de vos projets et travaux une réalité. Merci à Dominic pour sa patience, sa présence et son excellent travail; merci à Francine, notre directrice, pour son soutien indéfectible.

Je vous salue et je serai assidue au poste avec un beau sourire et du Puro pour vous recevoir.

Au plaisir,  
Luce

Les clients nous mentionnent comment ils sont fiers d'encourager la santé mentale et l'économie solidaire. Nous confier un projet, c'est aussi faire différemment et soutenir l'initiative  
«L'ÉCONOMIE SOCIALE, J'ACHÈTE!»

### Pourquoi acheter économie sociale?

- Avoir accès à des biens et services de qualité à un prix juste;
- Soutenir l'achat responsable;
- Contribuer socialement et positivement au développement de la collectivité;
- S'assurer de retombées sociales et économiques dans notre communauté.





Bien que la Cafétéria du Pavois a dû assumer une perte importante de ses revenus en raison de la pandémie, voici les faits marquants de cette année d'exception. En premier lieu, ce fut la fierté de notre équipe d'employés et de stagiaires qui ont répondu présent tous les jours. En effet, la Cafétéria fut recrutée dès le premier jour comme un service essentiel. Nombreuses communications entre les directions ont permis la compréhension et la mise en place des exigences sanitaires en milieu de travail, de réduire les risques d'exposition et de contamination de tous travailleurs et de s'assurer d'être un lieu hautement sécuritaire pour tous.

Dr Arruda ne manquait pas de nous le rappeler gentiment!

Accueillir la clientèle avec le sourire, cuisiner avec passion des repas sains et équilibrés et servir les professionnels ainsi que l'équipe de la sécurité publique, affaire à gérer une bonne gestion de la crise sanitaire. Voilà l'une des fiertés de l'équipe et de son chef, M. Stéphan Huot. Nos employés ont travaillé sans relâche jusqu'au retour des fêtes où nous avons dû malheureusement fermer nos portes en raison du télétravail obligatoire des fonctionnaires.

L'impact de cette fermeture fut tout aussi important à gérer. D'abord, accompagner nos travailleurs désormais en interruption de travail, gérer nos approvisionnements, nos inventaires, nos fournisseurs et nos comptes clients et espérer à tous les points de presse, sa réouverture. Le C.A. a dû se pencher sur la possibilité d'une fermeture définitive. Avantagement, la Cafétéria s'avère être un milieu de travail exceptionnel et favorable au rétablissement et à l'intégration socioprofessionnelle. C'est un modèle qui a fait ses preuves en insertion au travail dans un contexte de partenariat public-communautaire.

Bonne nouvelle, voilà que nous planifions sa réouverture dès que possible, après plus de 22 ans de bons et loyaux services. De plus, nous regardons pour élargir notre offre de service et ainsi offrir de la livraison auprès d'édifices voisins qui n'ont pas de service alimentaire.

## Le travail est primordial à la bonne santé mentale!

Le volet d'intégration au travail constitue un parcours important pour la clientèle. Les demandes de service dans ce parcours se multipliant, voilà pourquoi notre équipe demeure active afin de satisfaire les besoins spécifiques de chacun. Cette année, nous avons travaillé fort pour maintenir les personnes actives dans leur milieu tenant compte de la pandémie et des réalités des commerces. Bien que la Santé publique recommandait de cesser tout placement en socioprofessionnel, plusieurs de nos travailleurs sont demeurés en poste, car le travail c'est la santé. Au-delà d'un chèque de paye, ils accordent une valeur importante à maintenir cette routine essentielle à leur équilibre et aux bienfaits des relations et du soutien social et à la valorisation du travail accompli. Bravo à toute l'équipe!

## Une année historique pour la Friperie du Pavois

Nous étions sur une très bonne lancée pour nos ventes. Les clients sont fidèles et apprécient la qualité des articles en magasin. Lors des fermetures, nous en avons profité pour désinfecter, garder contact avec nos membres et suspendre temporairement nos partenariats avec l'APE et les travaux compensatoires afin de limiter la venue de nouvelles personnes dans notre équipe. Les clients pouvaient également prendre rendez-vous avec la gérante pour venir porter des dons de manière sécuritaire puisque nous avons fermé notre bac de dons pendant le confinement. Une sonnette a aussi été installée pour faciliter la remise de dons à la porte du côté. Le nombre d'employés était limité, les mesures sanitaires contrôlées, mais l'envie de magasiner pour les clients était toujours bien présente.



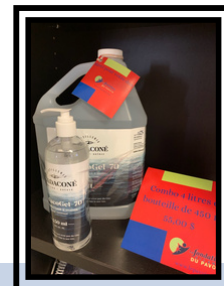
Nous avons continué de battre des records de ventes avec un mois de 12 000\$ en octobre 2020

### Nos partenariats

Différents organismes et partenaires, tels l'Armée du Salut, Les Complices, les Ateliers TAQ, l'Écocentre de Québec et Signes d'espoir (Ordi-Livres) nous permettent de donner une seconde vie aux articles en surplus que nous ne pouvons vendre en magasin.



Une de nos précieuses collaborations permet d'envoyer des vêtements, articles divers et articles médicaux en Haïti, là où les conditions de vie sont précaires. Le tout est possible grâce à Naomi Louis: «Ma mission est de récupérer des vêtements et objets comme de la vaisselle pour aider la communauté à Lagonave, qui est une petite île dans l'ouest d'Haïti». Mme Louis reçoit de nombreux remerciements de la part des gens qui reçoivent nos dons et ils sont très reconnaissants.



Une employée a fait preuve d'ingéniosité en faisant appel à la Distillerie Stadaconé pour la campagne de financement du déménagement du Pavois de Loretteville. Le gel désinfectant pour les mains Stadaconé, produit par la distillerie, est depuis en vente à la Friperie.



Un nouveau partenariat a également été créé avec l'usine de Martino nous permettant de vendre des bottes d'hiver et des mocassins de haute qualité à bas prix pour notre clientèle.



L'opportunité s'est également présentée de donner nos surplus de livres pour enfants à la Boîte Croque-Livre.

Enfin, d'autres partenariats de longue date se poursuivent; soit avec le CFER des Premières Seigneuries, les Ateliers de placement à l'emploi (APE) et le YMCA et son programme de travaux compensatoires.

### Évaluation d'articles de valeur



Il n'est pas rare que nous recevions en dons des articles de grande valeur, comme des bijoux en or et en argent, des antiquités, et bien plus. De méticuleuses évaluations et recherches sont alors effectuées afin d'en estimer la valeur et de vendre ces articles au meilleur prix. Un antiquaire nous assiste parfois dans ce processus. Pour les bijoux en or et en argent brisés ou dépareillés, un bijoutier en fait l'évaluation et nous les achète en fonction du prix de l'or et de l'argent au gramme, qui peut parfois monter à quelques centaines de dollars, dont chaque cent est remis à la Friperie et contribue donc à notre cause.





## Projet support en or



L'offre aura lieu seulement le samedi toute la journée

*Le client aura 50% sur le morceau sur le support*

**Que se passe-t-il derrière les murs de la Friperie?**

Vous vous demandez comment un don se retrouve en magasin? Voici un regard sur ce qui se passe au quotidien dans notre atelier!

**La soie de travail pour le tri et l'étiquetage**  
C'est par ici que passent tous les vêtements et objets que nous recevons en don. Ils sont alors soumis à un contrôle de qualité et doivent respecter nos normes pour être vendus en magasin.

**Les tâches courantes à l'atelier**  
Réparation d'articles électroniques, de vêtements, de jouets... Le travail ne manque pas ici, en ajoutant du plaisir à la réparation de ce travail minutieux!

**Des travaux pour tous**  
À la Friperie, les tâches sont variées, et les forces et compétences de chaque employé sont mises à contribution. Voyez le travail effectué sur ce meuble antique!

**Le tri et les mauvaises surprises**  
Parfois la grande quantité de dons que nous recevons se transforme parfois en travaux en montagne (des déchets, des objets qui nous ne pouvons pas les accepter). Merci à nos donateurs pour leur confiance et leur soutien, nous sommes de retour les jours suivants que possible!



Une équipe dévouée

## Promotions, visibilité et mise en marché

La créativité était au rendez-vous afin de promouvoir l'expérience magasinage dans la Friperie. Notre but cette année a été d'offrir plusieurs nouvelles promotions aux clients. Chaque jeudi, nous avons un nouveau 2 pour 1 sur des articles en particulier. Autre promotion: le cintre en or qui était placé à un endroit en magasin et qui permettait au client d'obtenir 50% sur l'article.

Sur notre page Facebook, nous avons augmenté nos abonnés et avons partagé nos petites trouvailles pour la vente en ligne ou sur rendez-vous. Nous avons également comme mission d'informer et de sensibiliser tant au niveau de la santé mentale que de la sphère de l'environnement. Il nous apparaît important de partager notre mission pour fidéliser notre clientèle.

La gérante a également partagé ses coups de cœur de la journée, ce qui a permis de vendre des articles en temps record! Nous avons souligné certains éléments comme la rentrée scolaire, les journées et fêtes spéciales. En somme, la page Facebook devient un moyen indispensable de communication pour les clients et certains de nos employés.

## Un convoyeur!

Le transport et la manipulation de sacs de vêtements à envoyer à la récupération ont toujours été une tâche ardue. Enfin, un convoyeur électrique à bande a été installé dans l'escalier menant à la porte extérieure afin de faciliter le processus et d'assurer la sécurité de nos employés.

## Rénovations dans le magasin

Le confinement lié à la COVID-19 à l'hiver 2021 fut l'opportunité de remettre à jour le décor de la Friperie ainsi que ses aires communes. Les cabines d'essayage, l'arrière-boutique, les salles de bain, des murs et des meubles ont été repeints afin de rafraîchir l'espace. Les employés ont également pu mettre à profit leurs compétences en bricolage afin d'effectuer de petites réparations. Le magasin a ensuite été réaménagé afin d'épurer les lieux. La porte d'entrée du magasin, qui était très endommagée, a été remplacée.

## Noël en temps de pandémie à la Friperie

La pandémie empêchant les rassemblements pour la période des Fêtes, il était important pour nous de souligner la fête de Noël avec les employés. Des sacs cadeaux ont été remis à nos membres, bénévoles et employés contenant des cartes et gâteries faits maison, des cartes cadeaux et bien plus. Ces petites douceurs ont définitivement remis le sourire sur leurs visages.

Le 22 décembre marquait la fermeture du 2e confinement. Afin de profiter de cette dernière journée d'ouverture, les employés ont enfilé leurs plus beaux pyjamas et ont dégusté un dîner pizza.



La pandémie, avec son confinement et sa distanciation physique, a malencontreusement reporté d'une année tous nos lancements. Mais certainement pas ralenti notre désir de vous lire!

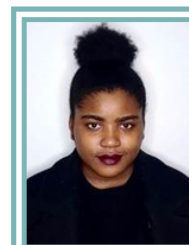
L'année fut riche de lecture; plusieurs récits et manuscrits ont été déposés sur notre site Internet [www.editionslhybride.com](http://www.editionslhybride.com). Vous êtes nombreux à nous proposer des livres. Notre ligne de dépôt de manuscrit est continuellement sollicitée. Nous recevons environ une moyenne de deux ou trois manuscrits par semaine.

Nous sommes fiers de travailler avec nos auteurs talentueux qui nous transportent dans leur univers émouvant, que ce soit pour un récit de vie, un recueil de poésie contemporaine ou moderne, un collectif d'auteurs, un roman enivrant, ou des outils didactiques et pédagogiques. Merci à vous de nous surprendre et de nous divertir!



Cette année, nous avons participé à «Je lis québécois», une initiative afin d'explorer la richesse et la diversité de la littérature d'ici. Nous avons proposé pour l'occasion deux œuvres: Diableries de Denis April et Attendre après son psy de Bernard St-Onge; deux incontournables qui feront découvrir les aléas que peut vivre une personne vivant avec un trouble de santé mentale à travers la beauté des mots.

La direction a décidé en début d'année de réaménager les postes et les comités au sein des Éditions. En effet, nous étions bien loin de prédire que notre employée tant appréciée, Mme Catherine Gauthier, allait partir pour relever de nouveaux défis. Merci à toi pour toutes ces belles années de complicité. Nous avons donc résolu de scinder le poste et d'engager M. Jean-Sébastien Hodgson à titre de coordonnateur éditorial et Mme Anna Bilissor comme agente de communication. Cette nouvelle équipe travaille étroitement avec les membres des différents comités. Bienvenue à vous deux!



Anna Bilissor

Jean-Sébastien  
Hodgson

### L'édition en trois comités

Notre force réside dans cette belle équipe complice et rayonnante de talent et de passion pour l'édition. Les trois comités sont gérés par M. Jean-Sébastien Hodgson, coordonnateur éditorial. Envoyer un manuscrit est une grande étape dans la vie d'un auteur et c'est pourquoi prendre le temps de bien faire les choses est primordial. C'est pourquoi nous avons créé 3 comités:

- Le comité de première lecture est composé de sept personnes. C'est avec passion qu'ils lisent les manuscrits à la recherche d'un coup de cœur. Selon des critères bien établis, le comité analyse et commente. C'est la première étape : soumettre un manuscrit.
- Le comité littéraire réunit cinq membres. Il détient le deuxième et dernier droit de regard sur l'acceptation d'un manuscrit. Ce comité enrichit et apporte son expertise en collaborant aux différentes étapes de l'édition.
- Le comité d'édition réunit les dix membres de notre équipe générale. Ce comité discute des projets en cours et à venir. Il partage des idées de projets et de développement afin que les décisions de nature éditoriale et administrative se prennent.

**«Cette année, nous avons été actifs pour la promotion de nos auteurs et de leurs livres sur nos réseaux sociaux! Nous avons notamment utilisé des occasions comme Noël ou le Mois de la poésie afin de leur offrir plus de visibilité.»**



### Des livres à paraître prochainement

Les Éditions L'Hybride vont être fortement occupés pour la prochaine année avec les publications à venir; Suivez-nous pour découvrir ces auteurs: Un recueil de poésie par M. Simon Hénaire, un récit de vie de M. Dominique Houle, un livre de poésie par Mme Marilou Villeneuve-Last. Et pour 2022, trois auteurs prolifiques sont en cours d'acceptation.

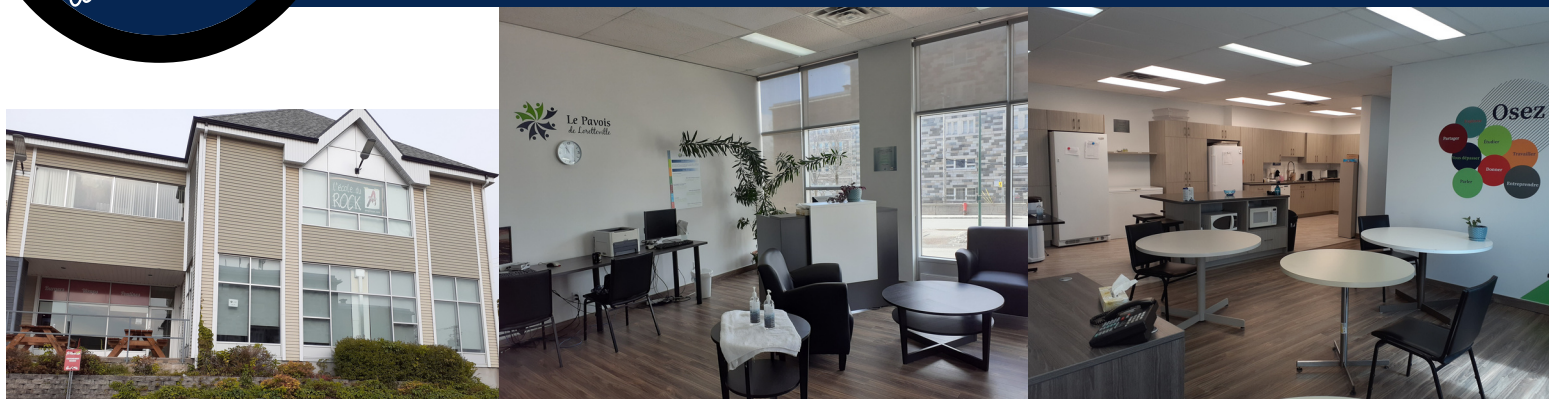
Cette année, nous avons vendu 116 livres.  
Merci à tous et continuez de parler de nos publications!

La pandémie a ralenti nos projets de créations collectifs. En effet, trois projets ont été reportés. Nous parlons de notre belle collaboration avec les Impatients de Montréal, l'atelier de contes avec Les Amie.s Imaginaires et PECH, ainsi qu'un projet d'art et d'écriture avec le Musée national des beaux-arts du Québec. Dès que possible, nous vous proposerons ses projets.

Les Éditions remercie le Programme de promotion et de valorisation de la langue française (PPVLF), l'ANEL ainsi que les librairies indépendantes qui nous appuient depuis plusieurs années. Nos correctrices en or, Mmes Marie-Luce Bellemare, Julie Gagné, Magnolia Komsky et Anna Bilissor. Merci à nos différents comités et bien entendu à nos écrivains qui nous font confiance et nous confient leur histoire, leur confiance.

Osez  
déménager!

## RIEN N'ARRÊTE LES RÊVES AU PAVOIS DE LORETTEVILLE!



Après 19 ans sur la rue Racine, dans un 2<sup>e</sup> étage difficilement accessible pour la clientèle, le Pavois de Loretteville a réalisé un rêve en déménageant ses locaux à un premier plancher au **11 150 boul. Valcartier, suite 120**, en septembre 2020.

### Le nouveau Pavois de Loretteville!

Des locaux spacieux, épurés, chaleureux, lumineux et accueillants! Merci à M. Yves et son équipe pour tout le travail effectué dans les locaux. Ce déménagement permet l'accès à des stationnements et à une rampe d'accès pour les personnes à mobilité réduite. Les locaux sont maintenant adaptés aux multiples besoins de la population.



L'organisme est maintenant affiché et visible.

Merci à David Fortier de Spécialiste du néon et de l'enseigne!

L'équipe a travaillé d'arrache-pied afin de vider 19 ans de matériels accumulés et d'effectuer l'achat de nouveaux meubles au goût du jour, tout cela en devant s'adapter aux mesures de sécurité dues à la COVID-19. La création de plans structurels à l'œil, la création d'une nouvelle cuisine, l'achat d'équipements de bureau à distance, le transfert des contrats et tous les changements d'adresse... Plusieurs mois de travail et beaucoup de défis ont été rencontrés, mais tous ont travaillé avec cœur, bonne humeur et plaisir afin d'offrir un milieu sécuritaire pour la communauté.



### L'accueil des membres

Le 11 septembre 2020, Le Pavois de Loretteville a officiellement ouvert ses portes aux membres. Dû aux mesures COVID du moment, nous avons dû faire 2 groupes de 10 personnes qui ont été accueillies le matin avec croissants et café servis par les agents. Les gens en ont profité pour visiter les lieux et socialiser les uns les autres durant cette accalmie de la pandémie. Sourire, joie, chaleur étaient au rendez-vous!

Merci à chacun des membres d'avoir été patient et conciliant suite à la fermeture temporaire des ateliers due au déménagement et au retard de certains travaux, dont la chaleur intolérable dans la salle d'atelier qui vient d'être réglée en mars 2021. De belles grandes fenêtres apportent beaucoup de soleil et de chaleur!



Le Pavois  
de Loretteville

## Campagne majeure de financement

Une grande campagne de financement a été menée à l'automne 2020 avec la Fondation Québec Philanthrope afin de financer le déménagement du Pavois de Loretteville qui nous a permis d'amasser plus de 21 680\$ en argent et 3 302\$ en dons de matériels.

★ **Merci à nos Bienfaiteurs:**

Messieurs et mesdames avec le cœur sur la main. Vous avez été nombreux à répondre à notre demande de don pour offrir des locaux plus spacieux, plus éclairés et mieux adaptés à nos besoins. Merci!

★ **Merci à nos Donateurs de cœur:**

La Société Immobilière SIA inc., Madame Boivin, le Canac-Marquis de Val-Bélair et de L'Ancienne-Lorette, Madame Drolet, Monsieur Gagnère, et Monsieur Gérard Deltell, député à la Chambre des communes du Canada.

★ **Merci à nos Partenaires d'espoir:**

Bétonel-Dulux du Boulevard de l'Ormière, la société Mallette, l'entreprise Got Junk, la Distillerie Stadaconé de Limoilou, Styl Solutions inc. C'est grâce à vous, grâce à votre dévouement, que nous aurons un Pavois spacieux, coloré et sécuritaire.

★ **Merci à nos Ambassadeurs:**

La Croix-Rouge canadienne, la Fondation J. Rodolphe-La Haye, ainsi que la caisse Desjardins de Limoilou, Des Rivières de Québec et la Caisse populaire du Piémont Laurentien, le député de Chauveau, Sylvain Lévesque. C'est grâce à vous que nous avons fait l'acquisition de matériel informatique et d'une cuisine grandement bien aménagée.  
Merci pour votre dévouement!

**Nous pouvons maintenant offrir un milieu stimulant rempli d'espoir, de résilience et d'appui aux personnes qui fréquentent notre ressource communautaire.**

**Dû à la pandémie, nous n'avons pas pu créer un événement portes ouvertes, mais ce n'est que partie remise! Nous avons très hâte de vous présenter fièrement nos nouveaux locaux!**



Bienfaiteur 25 \$ à 100\$	<b>Objectif 30 000\$</b>
-Lettre de reconnaissance -Invitation à la cérémonie d'ouverture	
Donateur de cœur 100\$ à 500\$	
-Lettre de reconnaissance -Invitation à la cérémonie d'ouverture -Mention page sur la page Facebook du Pavois et site web <a href="http://www.lepavois.org">www.lepavois.org</a>	
Partenaire 500\$ à 1000\$	
-Lettre de reconnaissance -Invitation à la cérémonie d'ouverture -Mention sur la page Facebook du Pavois et sur le site web <a href="http://www.lepavois.org">www.lepavois.org</a> -Présence sur la photo officielle des donateurs	
Ambassadeur 1000\$ et plus	
-Lettre de reconnaissance -Invitation à la cérémonie d'ouverture -Mention sur la page Facebook du Pavois et sur le site web <a href="http://www.lepavois.org">www.lepavois.org</a> -Présence sur la photo officielle des donateurs -Mention sur la plaque commémorative des ambassadeurs qui sera affichée au Pavois de Loretteville	
<b>Partenaire de cœur Distillerie Stadaconé</b>	
<b>Combos de désinfectants Covid-19 50\$</b>	
<small>Procurez-vous nos désinfectants Stadaconé-70 pour protéger vos employés, votre clientèle et vous conformer aux normes d'hygiène mises en place par le gouvernement. Désinfectant à mains à base d'éthanol 70%. Recette basée sur les recommandations de l'OMS et approuvée par Santé Canada (NPN 80098247).</small>	

## LISTE DES EMPLOYÉS

### GESTION ET ADMINISTRATION

Directrice générale - Francine Cyr  
Adjoint-direction, Coordonnateur du Pavois de Sainte-Foy - Stéphane Fortier  
Coordonnatrice du Pavois de Loretteville - Cindy Genois  
Coordonnatrice du Pavois de Québec - Mélanie Tremblay  
Responsable de la comptabilité - Kathleen Watt  
Commis à la comptabilité - Diane Rosemonde Tohé  
Soutien informatique-secretariat - François Dupuis

### LE PAVOIS DE QUÉBEC

Agente d'intervention par le sport - Anne-Marie Poulin  
Agent de rétablissement - Éric Bertrand  
Agente d'intégration scolaire - Isabelle Jackson  
Conseillère en emploi - Isabelle Marceau  
Agentes d'intégration socioprofessionnelle - Julie Guénette, Renée Chassé, Geneviève Dorval  
Paire aidante - Mélanie Poulin  
Conseillère en emploi et C.O. - Pénélope Daigle  
Animateur à la vie communautaire - Loïc Popote-Louisor  
Agente d'accueil et d'intégration socioprofessionnelle - Joany Savard  
Agente de rétablissement - Anick Ford  
Agente de rétablissement jeunesse - Ariane Pichette  
Stagiaire en orientation - Mélanie Tremblay  
Commissionnaire - Marcel de Bellefeuille  
Entretien ménager - Pierre Bégin

### LE PAVOIS DE SAINTE-FOY

Agente d'intégration socioprofessionnelle - Évelyne Audet, Élodie Métivier  
Agente d'intégration scolaire - Line Vaillancourt  
Étudiante en psychoéducation de l'Université Laval - Alexandra Galaise

### LE PAVOIS DE LORETTEVILLE

Agentes d'intégration socioprofessionnelle - Chantale Gagné, Geneviève Deschamps, Mélanie Demers, Vanessa Boily, Emmanuelle Bouchard, Sandrine Perbost  
Étudiant en travail social de l'Université Laval - Julien Bilodeau

### LA CAFÉTÉRIA LE PAVOIS

Chef cuisinier - Stéphane Huot  
Cuisinière - Linda Bélanger  
Commis caissier - Luc Lebel  
Aide-cuisinier - André Pouliot  
Caissière - Anick Roy  
Plongeurs - Kaven Frappier, Kevin Guay, Sylvain Létourneau, François Gravel

### LES COPIES DU PAVOIS

Responsable de la reprographie - Luce Gilbert  
Commis reprographie - Dominic Martel

### LA FRIPERIE DU PAVOIS

Gérante, Friperie - Ariane Pichette  
Agentes d'intégration socioprofessionnelle - Béatrice Jean-Allard, Anne Walsh  
Aides-responsable - Pascal Laurendeau, Richard Dorval  
Stagiaire en travail social du Cégep de Sainte-Foy - Christine Vachon  
Entretien ménager - Bertrand Fortier

### LES ÉDITIONS L'HYBRIDE

Agente de communication et d'événements - Catherine Gauthier  
Coordonnateur éditorial - Jean-Sébastien Hodgson  
Agente de communication - Anna Bilissor

# DES MOMENTS AU PAVOIS!



François, travailleur hors pair



On est toujours là



Nos animateurs dynamiques



Cindy, souriante et accueillante



Au travail, Pavois de Loretteville



Pavois de Sainte-Foy



Merci! Marcel et Jérôme, nos commissionnaires



Geneviève, complice des fêtes



Élodie Métivier



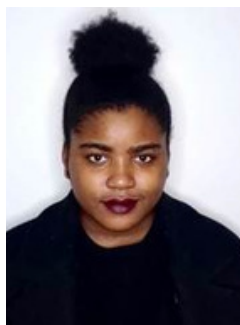
Le rire au rendez-vous



Pierre, merci!



Une Fête spéciale



Anna, notre agente de communication



Mélanie Demers toujours accueillante



Geneviève Dorval nouvellement au volet jeunesse