

RAPPORT D'ACTIVITÉS ANNÉE 2022-2023

Présenté lors de
l'Assemblée générale annuelle
du 20 juin 2023



La Croisée
des sentiers

Ressource communautaire
en santé mentale

Table des matières

Mot du président.....	3
Mission et objectifs.....	4
L'équipe 2022-2023.....	5
Le conseil d'administration 2022-2023.....	6
Accueil et intégration.....	7
Interventions individuelles.....	11
Milieu de vie.....	12
Intégration socioprofessionnelle.....	14
Soutien communautaire.....	17
Le travail de corridor.....	18
Volet Jeunesse.....	20
Programme Bienveillance.....	21
La Semaine nationale de la Santé mentale 2022.....	22
L'événement tattoo.....	23
Programme Éclaireurs.....	25
Collaborations professionnelles & Implications dans la communauté!.....	27

Mot du président

Chers membres et partenaires,

Il me fait plaisir de vous présenter le rapport annuel d'activités 2022-2023 de La Croisée des sentiers. Cette année fut une année remplie de changements tant au niveau de la reprise des activités qu'au niveau du personnel. Plusieurs situations hors de notre contrôle sont venues chambouler l'équipe et de nouveaux visages ont fait leur apparition. De plus, les demandes d'aide se font plus nombreuses et sont différentes de celles des années passées. C'est donc dans un esprit de résilience et d'adaptation que La Croisée a réussi à boucler l'année 2022-2023 avec dynamisme et innovation.

Cette année, le CA a vécu le départ de Micheline Boisvert qui a siégé plus de 27 ans au sein du Conseil d'administration. Je tiens d'ailleurs à souligner le travail considérable qu'elle a fait pour l'organisme. Madame Boisvert s'est impliquée au développement de l'organisation et a milité pour la santé mentale à une époque où l'on associait *maladie mentale, folie et déficience intellectuelle* sans égard aux termes utilisés. Elle représente la mémoire de l'organisme tant au niveau social que politique, ainsi nous espérons la garder bien proche pour quelques années encore et ce, afin de bien se rappeler d'où l'on vient. Cette longue implication nous rappelle que **La Croisée des sentiers, c'est une affaire de cœur!**

Bien que cela représente un défi personnel considérable, c'est un honneur de prendre la relève de Madame Boisvert. La Croisée des sentiers a le vent dans les voiles et représente beaucoup pour moi. C'est une équipe unie qui met tout en œuvre pour aider et accompagner chacune des personnes exprimant un besoin d'aide en santé mentale dans notre communauté. Cette mission me touche beaucoup et je compte bien poursuivre sur les traces de Mme Boisvert afin de permettre à La Croisée des sentiers de maintenir son travail si important auprès de la population de la MRC des Sources.

Les défis du CA pour l'année à venir sont en grande partie liés au financement de l'organisme, l'adaptation des services en fonction des nouveaux besoins de la clientèle, la promotion de la santé mentale auprès de la population ainsi que les conditions de travail des employés. Mais pour moi, chaque défi correspond également à une nouvelle opportunité.

Bonne année 2023-2024 à tous!



Gaetan Gendron, président

Mission et objectifs

| La Croisée des sentiers est une ressource communautaire en santé mentale implantée dans la MRC des Sources depuis 1989 |

Mission

Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes vivant des problèmes de santé mentale ou des difficultés d'ordre émotionnel. Nous proposons support et accompagnement dans leurs démarches vers un mieux-être.

Approche

Notre approche se veut humaine, en abordant la personne dans sa globalité. La Croisée des sentiers est un milieu de transition ou de vie accueillant, respectueux, ressourçant et basé sur la participation de ses membres.

Objectifs

Favoriser l'intégration sociale de ses membres en facilitant des rapports soutenus entre l'organisme et la communauté, permettant d'éviter la stigmatisation, de reprendre du pouvoir sur sa vie et ainsi ultimement aider la personne à éviter ou espacer les hospitalisations.

**| La Croisée des sentiers offre également informations et
référencements aux aidants naturels
et a comme mandat de démystifier les problèmes
de santé mentale dans sa communauté. |**

L'équipe 2022-2023

La réussite appartient à tout le monde. C'est au travail d'équipe qu'en revient le mérite. - Franck Piccard

Cette citation prend tout son sens puisque ce fut une année de changements et d'adaptation pour l'équipe de La Croisée des sentiers. En cours d'année, un poste de directrice adjointe s'est ajouté, remplaçant celui d'adjointe administrative.



Le conseil d'administration 2022-2023

Normand Bergeron
2-Secrétaire

Alain Gagné
1-Administrateur

Céline Vaillancourt
3-Administratrice

David Blanchette
7-Trésorier



Jim Deacon
4-Vice-président

Céline Gosselin
6-Représentante
des membres

Gaetan Gendron
5-Président

Accueil et intégration

La Croisée des sentiers est un milieu bienveillant et engagé misant sur l'approche par les forces. L'organisme favorise l'intégration sociale des membres en procurant un milieu de vie accueillant, stimulant et chaleureux. L'organisme souhaite favoriser l'empowerment des membres dans le but que ces derniers reprennent du pouvoir sur leur vie et ainsi les aider à éviter ou encore espacer les hospitalisations.

Que vous vouliez devenir membre, participer au programme d'intégration socioprofessionnelle ou vous impliquer en tant que bénévole, un membre désigné de l'équipe de La Croisée des sentiers est là pour vous accueillir, évaluer vos besoins et vous offrir les services appropriés.

Devenir membre

La Croisée des sentiers peut soutenir et accompagner toute personne vivant un problème de santé mentale ou d'ordre émotionnel dans ses démarches vers le mieux-être.

Lors d'une première rencontre, l'intervenant(e) attitré à l'accueil sera en mesure d'expliquer le fonctionnement et les services de l'organisme.

2022-2023, c'est...
38 rencontres d'accueil (régulières)
1 rencontre d'accueil sociopro
1 rencontre d'accueil pour un bénévole

► **En 2021-2022, c'était 29 rencontres d'accueil régulières qui avaient été réalisées**

Diverses raisons peuvent amener une personne vivant une problématique de santé mentale vers la ressource : une situation de crise, le désir d'améliorer ses compétences ou relations, briser l'isolement, reprendre du pouvoir sur sa vie, trouver une place où elle se sentira écoutée, etc. La personne peut avoir été référée par un intervenant du milieu scolaire, du réseau de la santé, un autre organisme, un partenaire du milieu ou tout simplement par une connaissance.

Suite à cette première rencontre, un profil de la personne est présenté à l'équipe lors de la rencontre hebdomadaire. Ensemble, les membres de l'équipe évaluent s'il y a concordance entre les besoins de l'individu et les services offerts par l'organisme. Lorsque cela concorde, la personne est invitée à se joindre aux activités qui cadrent le mieux avec ses besoins. Nous favorisons une intégration progressive afin que de ces premiers contacts, il en résulte une expérience positive. S'il advient que les besoins de la personne ne cadrent pas avec les services offerts par l'organisme, cette dernière sera orientée vers une ressource qui lui convient et qui saura mieux répondre à ses besoins.

Participer au programme d'intégration socioprofessionnelle

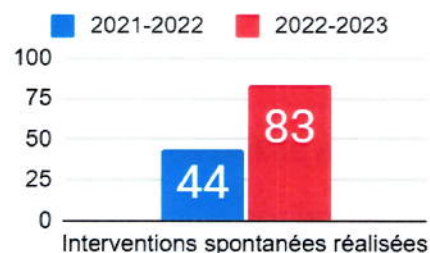
La procédure d'accueil est la même. Une fois la demande acceptée, la personne est référée vers un.e intervenant.e du plateau d'intégration socioprofessionnelle. Lors d'une première rencontre, l'intervenant.e explique le fonctionnement du plateau de travail, et s'entend avec la personne sur les objectifs à prioriser. L'intégration se fait de façon progressive pour en arriver à effectuer 20 heures de travail par semaine.

Devenir bénévole

Une personne ayant des compétences à partager et du temps à donner peut soumettre son nom pour faire du bénévolat au sein de l'organisme. Elle devra passer une entrevue d'accueil afin de faire le tour de ce qu'elle souhaite offrir à l'organisme et permettre à l'intervenant(e) responsable de l'accueil de lui expliquer les différents volets de La Croisée ainsi que les besoins de l'organisme. L'implication souhaitée par le/la bénévole doit cadrer avec les besoins de l'organisme.

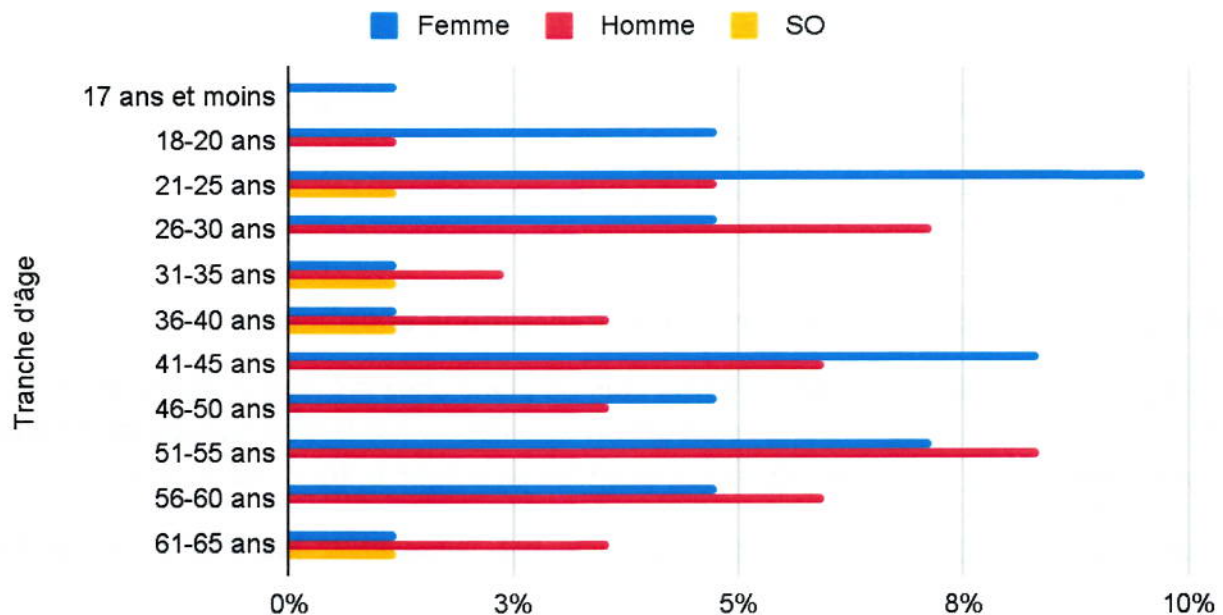
Interventions spontanées

Une intervention spontanée est une intervention qui n'était pas prévue, qui n'est pas faite auprès d'un membre et qui peut mener à une rencontre d'accueil ou non selon le besoin de la personne et l'évaluation qu'en fait l'intervenant(e). C'est une réponse directe de la part d'un intervenant(e) par téléphone ou en présentiel. C'est la deuxième année que l'on comptabilise ces données. Depuis la pandémie, le nombre de personnes à avoir contacté nos services alors qu'elles étaient en situation de crise, ou qu'un de leur proche vivait une situation de crise a grandement augmenté. Nous avons donc choisi de laisser des traces de ces interventions afin de les prendre en compte.



Il est possible de constater sur le diagramme ci-bas que toutes les tranches d'âge ont utilisé le service. On peut aussi voir que les jeunes et les personnes un peu plus âgées ont davantage bénéficié des interventions spontanées que les personnes de 30 à 40 ans, cette tranche d'âge correspond à notre clientèle régulière. Également, les jeunes sont plus enclins à utiliser le service d'intervention spontanée.

Interventions spontanées: Tranches d'âge selon le genre



Le tableau suivant représente les interventions spontanées classées par ville/village. La plupart des interventions spontanées ont été réalisées par des usagers de Val-des-Sources, mais on ne peut passer sous silence les services d'interventions spontanées offerts à l'extérieur de la MRC des Sources.

MRC des Sources	TOTAL MRC des Sources	56	Autres villes	TOTAL autre	27
	Ville inconnue	3		S-O	16
	St-Adrien	1		Granby	2
	St-Barnabé	1		Drummondville	1
	St-Camille	1		Dudswell	1
	Wotton	1		Kingsey Falls	1
	Val des Sources	43		Magog	1
	Danville	5		Sherbrooke	5
	Ham-Sud	1			

Analyse du type d'aide en lien avec les interventions spontanées

Le type de détresse qui semble prendre plus de place chez les jeunes âgées entre 17 et 30 ans qui ont eu besoin d'une intervention spontanée est la détresse psychologique. Cette détresse est également observée chez les plus âgés entre 51 et 65 ans.

Plusieurs interventions spontanées ont aussi été faites chez les 41-55 ans, surtout inquiets pour un proche.

Plusieurs interventions ont été réalisées pour des personnes entre 21 et 30 ans ainsi que 41-55 ans qui avait besoin de support en attente d'un suivi au CIUSSSE.

Enfin, certaines interventions ont été faites en lien avec l'isolement ou des situations familiales difficiles ou encore de la recherche d'informations/services, recherche de logement et des idéations suicidaires.

Interventions individuelles

À La Croisée des sentiers, les suivis individuels se font de différentes façons afin de s'adapter à la personne. Les intervenants peuvent se déplacer, faire le suivi en prenant une marche, en cuisinant, au bureau, en jouant au billard, etc. Cela permet à la personne d'être plus à l'aise lors des rencontres. Notre objectif est d'adapter nos services aux besoins des membres. Chaque personne est différente et les rencontres en face-à-face dans un bureau ne correspondent pas à tous.

666 suivis en présentiel ont été réalisés en 2021-2022.

En 2022-2023 c'est 1016 suivis en présentiel qui ont été faits!

Les statistiques démontrent que c'est **246 interventions qui ont été réalisées dans la communauté**. Plusieurs des interventions ont été réalisées par des intervenants qui accompagnent un membre à un rendez-vous par exemple ou simplement en allant faire une visite directement chez la personne. Nous croyons à l'importance d'être accessible et de devoir s'adapter aux différents besoins de nos membres. Cela nous permet de comprendre davantage leur réalité et ainsi répondre à leurs besoins de façon efficace. La détresse psychologique post-pandémique est toujours bien présente dans la communauté, ce qui fait en sorte que ce type de demande d'aide a été la plus élevée dans la dernière année. **Ce phénomène se ressent principalement chez les 18-30 ans et 51-60 ans.**

Voici un portrait statistique des interventions de groupes, individuelles et d'aidants naturels qui ont été faites dans la dernière année.

Catégorie	Type	Nombre
Présentiel	Interventions individuelles	681
	Interventions de groupe	88
	Interventions aidant naturel	21
Non présentiel	Interventions individuelles	365
	Interventions groupe	2
	Interventions aidant naturel	27
TOTAL		1184

Milieu de vie

Ce sont les membres qui, lors d'un remue-ménages mensuel, proposent et décident des activités et sorties qu'ils souhaitent voir au calendrier du mois suivant, selon leurs intérêts et leurs besoins. Que ce soit pour briser l'isolement, créer des liens sociaux, se changer les idées ou venir chercher des outils, tous peuvent y trouver leur compte. Toutefois, les activités récréatives sont de loin les plus populaires, que ce soit le billard, les sorties telles que les quilles, aller prendre un café au Tim Hortons ou jouer au mini putt.



Les ateliers donnés en collaboration avec l'organisme Culture du cœur sont aussi grandement appréciés de nos membres. Voyant cet intérêt grandissant, nous avons attribué un budget supplémentaire via un financement spécifique du ministère de la Culture et des Communications afin d'augmenter la présence d'atelier d'art au sein de l'organisme. Bien que le programme ait déjà débuté, c'est en 2023-2024 que nous aurons la possibilité d'ajouter une demi-journée artistique hebdomadaire accueillant différents artistes, dont Amélie Pomerleau qui sera une des artistes invitées et la principale responsable du projet.

Les repas spéciaux et les midis soupe-dessert sont toujours très populaires. Le taux de participation surpasse plusieurs autres activités dans le milieu de vie. C'est l'occasion de partager un repas, briser l'isolement et échanger autour de thématiques variées. Il s'agit d'une activité qui perdure dans le temps depuis déjà plusieurs années.

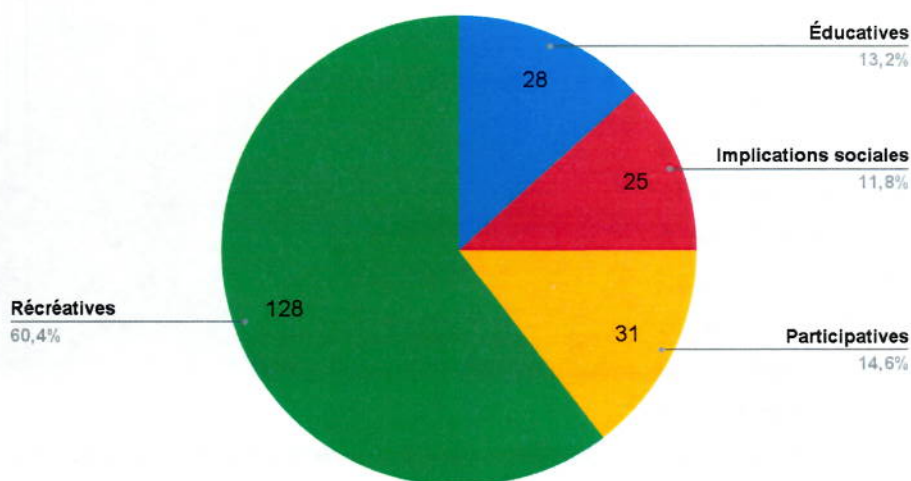


Durant l'été, les animateurs du milieu de vie ont organisé des olympiades. Les membres ont eu la chance de former des équipes et réaliser des chandails uniques pour les représenter. De plus, ils ont participé à plusieurs activités telles que le mini putt, le baseball, l'entraînement avec poids, le géocaching et le jeu de poches. Ils pouvaient accumuler des points pour approcher leur équipe de la victoire en participant, en démontrant un bon esprit d'équipe et en étant grand gagnant de l'épreuve. À répéter!

Les activités du milieu de vie mettent l'accent sur les compétences et les forces de la personne et non sur la maladie ou le diagnostic. Ainsi nous laissons beaucoup de place aux membres pour qu'ils puissent actualiser leur potentiel et ainsi favoriser leur rétablissement.

Activités & statistiques en image

Type d'activité



212 activités ont été réalisées cette année, comptant 1098 participations. De ce nombre, **688 représentent des hommes et 410 représentent des femmes.**

Ce sont encore les activités de types récréatives qui sont les plus populaires cette année. Nous avons tout de même offert davantage d'activités éducatives que l'an dernier, notamment en recevant différents organismes tels que le SBP et leurs ateliers intitulés *Mes finances, mes choix*. Des organismes et partenaires tels que la clinique dentaire communautaire des sources, Pro-Def Estrie, Domrémy et le Seuil sont venus dans le milieu de vie pour parler de leurs expertise respectives.



Intégration socioprofessionnelle

Statistiques

Au cours de l'année 2022-2023, il y a 4 hommes qui ont participé au programme PAAS-Action. Dans ce cadre, 228 suivis ont été faits, ainsi que 118 interventions liées à l'intégration socioprofessionnelle.

Projets et réalisations

Le projet macramé est toujours d'actualité, ce dernier consiste à confectionner différents modèles de porte-clés et supports à plantes à l'aide de nœuds spécifiques. Une nouveauté cette année, nous avons ajouté la confection de supports à fruits. Suite à la confection, les membres du plateau de travail sont amenés à en faire la promotion et la vente dans la communauté. Ils doivent opérer la



caisse (tenir un registre papier des ventes, compter l'argent avant et après, etc.). Ils ont également donné des ateliers de confection de supports à plantes dans le groupe des mamans fûtées au Carrefour Jeunesse Emploi de notre région. Avec ce projet, différentes habiletés nécessaires à l'emploi sont travaillées dont les habiletés sociales.

Au début de l'été, les membres du plateau de travail ont aussi contribué au projet Découverte. Ce dernier est un programme destiné aux jeunes ayant des difficultés sociales et comportementales. Ce sont des jeunes d'âges primaires, qui participent à des activités après l'école, sous la supervision d'une intervenante scolaire. Les membres du plateau ont pu concocter différentes collations afin de les offrir aux jeunes participants au projet. Durant 6 semaines, ils ont cuisiné des collations telles que des biscuits, des brochettes de fruits et des muffins qui ont pu être distribués aux jeunes.



Durant l'été, un de nos participants s'est joint à un entrepreneur de la région qui avait comme mandat de refaire le terrassement du terrain de La Croisée des sentiers. Le participant agissait comme un soutien à l'aménagement paysager. Ensemble, ils ont posé la pierre, planté des fleurs et arbustes fruitiers, posé de la tourbe, etc. Ces tâches furent très positives et enrichissantes. De plus, le résultat est magnifique et contribue grandement au sentiment d'appartenance pour les employés et membres du milieu de vie. Ce même membre a aussi participé au jardin collectif chapeauté par le Service Budgétaire Populaire. Celui-ci s'est impliqué à trois reprises au jardin situé derrière l'école primaire La Passerelle, tout près des locaux de La Croisée des sentiers. Le même entrepreneur a également offert de façon bénévole un atelier d'entretien à deux participants du plateau de travail. Les participants ont pu enrichir leurs connaissances tout en faisant un travail manuel et physique.

**! Le rythme de la personne, le respect des limites et la bienveillance restent
au cœur du développement du volet socioprofessionnel. !**

Autres tâches

Deux jeudis matins par mois, les membres du plateau aident à la préparation du repas soupe/dessert du midi (couper les légumes, préparer la soupe, cuisiner le dessert, préparer les tables, distribuer les repas aux membres, etc.). Différentes tâches à la cuisine ont aussi eu lieu tout au long de l'année, soit la préparation de différents desserts et collations pour l'équipe et les membres, l'inventaire des ingrédients et des réfrigérateurs et congélateurs. Les membres du plateau de travail aident également à l'entretien intérieur et extérieur de la bâtisse (désherbage, tonte du gazon, déneiger les entrées, ménage intérieur et extérieur, etc.). De plus, les membres du plateau de travail nous aident lors de différentes tâches, comme faire les achats, aider à l'élaboration d'activités ainsi que certaines tâches cléricales.

Projet à venir

Cette année, les participants du plateau de travail vont démarrer des plants de tomates, de concombres ainsi que certains types de plantes dans les prochaines semaines. Ceux-ci seront distribués dans la communauté lors d'un événement en collaboration avec le Carrefour jeunesse emploi. De plus, les membres du plateau pourront en distribuer parmi les membres du milieu de vie. Ce sont les participants qui devront s'occuper adéquatement des plants, afin d'assurer leur évolution jusqu'à la distribution dans la communauté.

Suite à leur participation au plateau de travail et dépendamment du rythme de la personne, les participants ont la possibilité d'effectuer des stages à l'extérieur de l'organisme. Cette année, un participant a commencé un stage dans une usine de Danville; Percussions MOPERC.

Différents commerces et organismes peuvent offrir des stages à nos participants, ce qui contribue à leur cheminement et à leur autonomie. Les stages peuvent se faire dans différents milieux: la Bibliothèque municipale de Val-des-Sources, la bibliothèque de l'école primaire de La Passerelle, Cuisine-Amitié, pour en nommer quelques-uns. Évidemment, les participants qui travaillent à l'extérieur de La Croisée des sentiers sont des membres qui ont déjà démontré une certaine stabilité au niveau émotionnel et au niveau de l'efficacité au travail.

Un nouveau milieu de stage s'ajoute vers la fin du printemps. Grâce à une collaboration avec le Centre d'Éducation aux Adultes, nous serons en mesure d'offrir un stage en milieu agricole et acéricole.

Soutien communautaire

Le soutien communautaire

Le travail de soutien communautaire est orienté vers l'intervention auprès de deux types de clientèle : les adultes aux prises avec des problèmes de santé mentale et les adultes vivant avec la déficience intellectuelle. Ces deux types de clientèle sont prises en charge dans le cadre d'ententes de services entre la Croisée des sentiers et les partenaires du CIUSSS (équipe santé mentale et équipe DI/TSA)

La clientèle santé mentale

Ce sont des personnes adultes aux prises avec des problèmes de santé mentale si graves que leurs habiletés personnelles et sociales en sont affectées. Ces personnes sont prises en charge par deux programmes : Le suivi à intensité variable (SIV) et le suivi en ambulatoire. Ces suivis qui se déroulent soit dans leur milieu, soit dans la communauté, peuvent prendre la forme d'intervention individuelles ou de groupe. Le but ultime est de favoriser leur rétablissement et leur réadaptation psychosociale. Huit (8) personnes ont été suivies durant l'année.

La clientèle DI/TSA

Ce sont des personnes vivant seules en appartement. Nos interventions visent principalement à les aider au niveau des activités de la vie quotidienne (AVQ). L'aide à la gestion du budget, la planification de l'épicerie et des menus, la préparation de repas en groupe, l'accompagnement dans les démarches administratives (renouvellement de documents, signature de bail, déclaration de revenus, etc.) sont quelques-unes des interventions faites pour et avec elles. Trois (3) personnes ont bénéficié de suivis réguliers. Ajoutons que nous avons régulièrement fait des interventions auprès de leurs aidants naturels (frères, sœurs) avec qui nous avons pu établir une bonne collaboration au cours des dernières années.

Le travail de corridor

Le travail de corridor est né de l'entente de services signée entre la Croisée des sentiers et l'Office municipal d'habitation des Sources. Durant l'année, nos interventions auprès des locataires ont pris plusieurs formes : Interventions individuelles, de groupes, accompagnement et soutien à l'Association des locataires.

Les interventions individuelles

Soutien des locataires dans l'exercice de leurs droits et responsabilités

Information sur les règlements régissant l'Office, rappels de certaines de leurs obligations, référence vers les ressources du milieu etc. Trente-cinq (35) interventions ont été faites.

Aide à la vie courante

Support ponctuel dans certaines activités de la vie quotidienne (AVQ): transport, aide aux formulaires ou référence lorsque les besoins sont plus complexes. Vingt-sept (27) interventions ont été faites durant l'année

Activités de type relation d'aide

Rencontres lors de situations de détresse psychologique, écoute et référence vers les ressources appropriées. Quarante-deux (42) interventions ont été faites durant l'année.

Les locataires ayant bénéficié de nos suivis réguliers se retrouvent dans les catégories suivantes : déficience physique (6), familles vulnérables (7), personnes âgées (8), locataires présentant des problèmes de santé mentale (8), locataires présentant des troubles concomitants (3).

Les interventions de groupe

Durant l'année 2022-2023, nous avons réalisé plusieurs activités de groupe. Elles ont été réalisées soit en collaboration avec l'Association des locataires, soit avec des partenaires du milieu, ou avec des locataires de certains blocs. Au total, c'est 33 interventions de groupe qui ont été réalisées.

Avec l'association des locataires

Préparation et tenue de l'Assemblée générale annuelle, épluchette de blé d'Inde, rencontres régulières du CA de l'Association, etc.

Avec les partenaires

Activités de cuisine collective, implication au Comité du 17 octobre (Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté), activités socio-récréatives (Sorties au salon de quilles, jeux de poches, bataille de ballons d'eau etc)

NB : Le travail de corridor a connu quelques changements, celui qui occupait ce poste depuis 2011 a décidé de se retirer graduellement. La nouvelle personne chargée du remplacement à La Croisée a quitté ses fonctions en décembre. Cette entente de service ne s'est donc pas poursuivie pour la fin de l'année 2022-2023, et n'a pas été renouvelée pour l'année en cours.

Volet Jeunesse

Le développement du volet jeunesse au sein de l'organisme a continué de prendre de l'essor au cours de l'année 2022-2023.

Les partenariats entamés au cours des années précédentes se sont poursuivis (maison des jeunes, écoles secondaires, Éducation aux adultes, etc.). Ces différents partenariats nous permettent de poursuivre la sensibilisation et la prévention auprès des jeunes de la communauté, en plus d'offrir du support aux différentes organisations de la région en ce qui a trait à la santé mentale des jeunes. En plus des partenariats établis, au cours de l'année 2022-2023 nous avons tenté d'aller rejoindre les jeunes dans des milieux plus atypiques à l'intervention (parc, événements dans la ville, restaurants et microbrasseries, randonnées pédestres, tournois sportifs, etc.).

Cette année, on peut aussi définitivement être fiers des projets du volet jeunesse.

- **Le Projet Podcast** a débuté cette année. L'achat du matériel, la formation de nos intervenants jeunesse et la promotion du projet a eu lieu dans différents milieux. Nous avons dû cependant mettre sur pause le projet suite au départ en arrêt maladie d'une des intervenantes jeunesses.

Différentes formations ont été reçues par les intervenants travaillant dans le volet jeunesse.

- Cyberintimidation et sextage
- Dérèglement et Progrès (7h)
- intervention auprès de la personne suicidaire : déclinaison jeunesse 5-13 ans et 14-18 ans (28h)

A venir pour 2023-2024

- ★ Développement du volet dans les écoles avec des ateliers au primaire
- ★ Le Podcast reprend forme et sera disponible sur les différentes plateformes
- ★ Poursuite de la prévention et sensibilisation sur le terrain
(On sera partout... ou presque!)

Programme Bienveillance

Un nouveau programme élaboré durant l'année 2021-2022 et mis en place cette année, ayant pour but de ramener la bienveillance dans les milieux de travail et ainsi faire face à la fatigue pandémique. L'idée a germé suite au constat que la fatigue pandémique prenait de l'ampleur et que la bienveillance s'effritait progressivement dans notre propre équipe de travail ainsi que chez les membres. Cela nous a permis de mettre en place une formation disponible gratuitement grâce à la SADC, Mitacs ainsi que la MRC des Sources. Cette formation est offerte aux entrepreneurs et aux organismes de la région.

CE QUI EN DÉCOULE!?

- Un partenariat de recherche avec l'Université de Sherbrooke.
- Un partenariat avec les entrepreneurs de la région qui se réfèrent à nous et prennent soin de la santé mentale de leurs employés.
- Une communauté plus bienveillante.

CE QUI S'EN VIENT...

Le projet Bienveillance a dû prendre une pause suite au départ d'une durée indéterminée d'une intervenante. Par ailleurs, pour l'année 2023-2024 le projet reviendra en force avec la reprise des contacts avec les employeurs de la région et la continuité de la bienveillance dans la communauté via différentes apparitions terrains. De plus, les formations Bienveillantes se feront de concertation avec l'équipe de recherche de l'Université de Sherbrooke afin d'évaluer les impacts de la bienveillance en entreprise.

En résumé, le projet bienveillance c'est...

- ★ Une formation offerte gratuitement aux employeurs et employés de la région
- ★ Des affiches distribuées gratuitement à travers la MRC
- ★ Un bottin des ressources en santé psychologique de la région et des alentours distribués gratuitement aux employeurs de la région
- ★ Une escouade bienveillance (distribution de muffins, cafés, beignes, présence terrain pour apporter bienveillance à la communauté)
- ★ Des bracelets avec le slogan *La santé mentale ça te va bien*

La Semaine nationale de la Santé mentale 2022

C'est du 2 au 8 mai 2022 qu'avait lieu la semaine de la santé mentale ayant comme thème **“Comment ça va pour vrai?”**

Lors de cette semaine nationale de la santé mentale, on a saisi l'occasion pour faire de la représentation terrain et aller rejoindre la communauté dont la santé mentale a été durement atteinte au cours de la pandémie. On a également utilisé le volet jeunesse pour sonder les jeunes de 15 à 35 ans de la MRC afin d'avoir un meilleur regard sur l'état actuel de leur santé mentale et ce, dans l'optique de toujours offrir un service pertinent et adapté aux besoins de la population.

Lors de la journée tattoo, qui a clos la Semaine de la santé mentale 2022, les intervenants de La Croisée des sentiers ont sillonné les rues des sept municipalités pour promouvoir ce projet, faire connaître nos services, inviter les gens à soutenir la cause à l'aide de tattoos temporaires et à publier le tout sur la page Facebook de La Croisée.

Qu'a représenté cette semaine concrètement?

- ★ Bienveillance dans la communauté en distribuant gratuitement des cafés et des beignes dans des dépanneurs (points rassembleurs des villages de la MRC).
- ★ Collaboration avec différents milieux (CJE, Escale, CEA, Maisons des jeunes, etc.) pour présenter nos services et faire la promotion d'une santé mentale positive
- ★ Sondage auprès de la population pour une deuxième année avec pour objectif 300 répondants. On s'adapte à la clientèle visée jeunesse avec un code QR.
- ★ Questions Quiz auprès des différents entrepreneurs et acteurs politiques de la MRC. On a filmé le tout et on a mis ça sur youtube!
- ★ Publicités et entrevues radio (3 entrevues :intervenante jeunesse, directrice et notre porte-parole un entrepreneur de la région; Ghislain Tessier)

L'événement tattoo

Un nouveau projet sous forme de journée promotionnelle de la santé mentale s'est concrétisé. L'idée d'une intervenante de La Croisée des sentiers a vu jour accompagnée de *Virage Multimédia* pour la création de la fleur de la santé mentale ainsi que d'une tatoueuse du *Parloir - Salon de tatouage*. Ce projet nous a agréablement surpris par son rayonnement au-delà de notre communauté. La participation des membres de notre communauté ainsi que l'implication des entrepreneurs et politiciens de la région en ont fait une belle réussite. En effet, pas moins de 100 personnes ont été tatouées lors de l'événement.

Pourquoi un événement tattoo?

- ★ Parce qu'on souhaitait créer un mouvement qui rassemble les gens autour d'une même cause, soit celle de la santé mentale.
- ★ Parce qu'on souhaite sensibiliser les gens à prendre soin de leur santé mentale et de celle des gens qui les entourent.

Que représente le tattoo?

Le tattoo représente la fleur de la santé mentale, on y retrouve la lettre S et la lettre M. Le S signifie que la vie n'est pas toujours une ligne droite et le M en forme de cœur qu'il faut prendre soin de soi.



En bref, la journée tatouage a représenté:

- 2 tatoueuses présentes sur place qui ont fait un don de 50% de leurs revenus lors de cette journée.
- 3 jours d'événement
- 100 tatouages permanents
- Beaucoup plus de tatouages temporaires
- Plusieurs témoignages touchants
- Des kiosques sur la thématique du bien-être

POUR L'ANNÉE 2023-2024

On renouvelle l'événement pour une 2e édition encore plus festive:

- ★ 1 seule journée,
- ★ 3 tatoueuses,
- ★ Plusieurs kiosques,
- ★ Dégustations de bouchées
- ★ Breuvages,
- ★ Bières et bien plus!

Programme Éclaireurs

Le projet Éclaireurs c'est un nouveau projet qui a comme objectif la création d'un réseau d'Éclaireurs citoyens ayant pour but de renforcer la résilience communautaire et le tissu social de la MRC des Sources.



La pandémie a affecté plusieurs personnes au cours des dernières années. Les répercussions de celle-ci se font sentir depuis 2020 déjà et se feront encore sentir pendant encore des mois, voire des années. Il a été démontré que le processus de rétablissement après une pandémie ou une catastrophe est un processus à long terme. Le but du réseau d'éclaireurs est d'augmenter la capacité d'adaptation et de résilience des individus de la communauté en contexte post-pandémique.

Les éclaireurs seront des personnes engagées de façon volontaire dans leurs communautés et dans différents milieux souvent par leurs travail ou leur bénévolat (ex: organismes communautaires, coiffeuses, animateurs, membres d'un club social etc).

Le rôle des éclaireurs sera de:

- **Reconnaître** les personnes présentant des signes de détresse psychosociale ou des symptômes associés à un trouble mental et les accompagner vers des ressources d'aide appropriées
- **Promouvoir** dans leur communauté des façons de prendre soin de soi et des autres
- **Contribuer** à renforcer la mobilisation communautaire et la participation des citoyens à la bienveillance

Les éclaireurs seront outillés en premiers secours psychologiques et devront contacter un membre de l'équipe-relais après avoir remarqué des problématiques psychosociales ou signaler toutes situations préoccupantes afin que l'équipe-relais évalue les suites à donner.

Les éclaireurs ne sont pas des intervenants, ils auront comme rôle de repérer les personnes qui ont besoin de support psychosocial et de les accompagner au besoin vers les ressources ou vers un intervenant de l'équipe-relais. Leur rôle peut également consister à organiser des activités dans la communauté et/ou tout autre projet de ce genre.

La Croisée des sentiers a participé à l'an un de la création de ce projet. Notre contribution majeure a été la mise en place d'une formation adaptée pour les futurs éclaireurs.

En ce qui concerne l'an 2 du projet, l'implication de La Croisée des sentiers sera à déterminer dans les semaines à venir.

En résumé, le projet Éclaireur c'est:

- Vouloir former des gens de façon bénévole pour être les yeux et les oreilles de la communauté pour repérer les besoins en lien avec la santé mentale et les transmettre au besoin vers l'équipe-relais
- Former des gens de façon bénévole pour qu'ils s'impliquent dans leur communauté à leur façon pour répandre du bonheur (groupe de marche, fête de quartier/village etc)
- Vouloir faire grandir/solidifier la résilience dans la communauté post-pandémique

Collaborations professionnelles & Implications dans la communauté!

Ce sont des collaborations avec plus de 70 partenaires qui au total représentent 452 collaborations différentes qui se sont déroulées dans l'année 2022-2023. Soit 125 de plus que l'année dernière!

Voici le total de collaborations faites avec chacun des collaborateurs

CIUSSS	86	Cuisine amitié	16	STC	5
Éducation aux adultes	31	Centre des femmes	11	Tatoueuse	5
Domrémy	28	Moperc	9	U de S	5
CDC	27	École primaire	7	Enzo	4
CJE	25	Méridienne	7	MRC	4
SBP	25	Cégep Sherbrooke	5	OMH	4
CLE	19	Centraide	5	Travailleur communautaire	4
Maison des jeunes	17	Pro-def	5	Travaux compensatoires /communautaires	4
CAB	18	SQ	5	Et 43 autres collaborateurs différents	71

Implications dans la communauté

La Croisée des sentiers s'implique au sein de différents comités, tables de concertation ou CA de la région. En voici quelques-uns:

- ★ CA de la CDC des Sources
- ★ Table de sécurité alimentaire
- ★ Table Enfance-Jeunesse
- ★ CA de l'Aide-Juridique
- ★ Comité MRC-CIUSSS
- ★ Table d'action contre la pauvreté
- ★ Comité Agenda 21 local
- ★ Comité de réflexion - violence conjugale
- ★ Sous-comité sur les saines gestions des écrans

