
RAPPORT D'ACTIVITÉS



TABLE DES MATIÈRES

3 Mot du président

4 L'organisation

4 La mission

5 L'équipe 2024-2025

6 Le conseil d'administration

6 Les bénévoles

7 Nos services

8 Accueil et intégration

8 Aide individuelle

9 Interventions spontanées

10 Soutien communautaire

11 Activités de groupes

12 Groupes d'autogestion

15 Volet jeunesse

16 Intégration socioprofessionnel

17 Programme bienveillance/éclaireurs

18 La semaine de la santé mentale 2024

20 Collaborations

21 Représentations/formations



MOT DU PRÉSIDENT

C'est un immense plaisir pour moi de m'impliquer auprès de l'organisme La Croisée des sentiers. La santé mentale est une cause qui m'est chère, les besoins sont nombreux et nous avons la chance d'avoir dans notre MRC une ressource communautaire extrêmement proactive qui comprend les besoins du milieu et développe ses services en fonction de ceux-ci.

J'en assume la présidence, mais c'est l'équipe de la direction ainsi que les intervenants qui y travaillent au quotidien qui en donne sa couleur unique. Je suis fier du chemin parcouru au cours des dernières années, alors que nous sommes parvenus à adapter nos services en fonction des besoins du territoire. Toute l'équipe est mise à contribution afin de créer et profiter des opportunités de réseautage et l'équipe de la direction excelle afin de mettre en valeur le savoir-faire des intervenants et la renommée de l'organisme.

L'offre de services a été revue cette année avec pour objectif de couvrir l'ensemble des besoins de la communauté autant au niveau des activités de groupes et individuelles que d'en améliorer le contenu. Je vous laisse le découvrir à la lecture de ce rapport des activités de l'année.

Cette année, un membre important de l'équipe nous quitte pour une retraite bien méritée. Il s'agit de Mahawa Diouf qui a donné 14 ans de travail à La Croisée des sentiers. Le conseil d'administration et moi tenons à te remercier pour ton éthique professionnelle, ton dévouement et ton implication. Par ailleurs, j'aimerais vous nommer que l'équipe s'est encore agrandie. Nous atteignons le chiffre magique de 10 employés cette année et j'aimerais saluer l'arrivée des trois dernières intervenantes qui se sont jointes à l'équipe.

Merci de votre présence et je vous souhaite une excellente assemblée générale.

Gaetan Gendron, président

L'ORGANISATION



LA MISSION

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



LA PHILOSOPHIE DE GESTION

Par une gestion participative mise en place dans la dernière année, l'organisme vise à favoriser l'intégration sociale et éviter la stigmatisation de ses membres tout en optimisant les services offerts à toute la communauté.

L'ÉQUIPE 2024-2025



CAROLINE

Directrice
adjoite par
intérim



SYLVIE

Directrice
générale



**MARIE-
MICHÈLE**

Directrice
intérimaire



GUILLAUME

Intervenant
jeunesse et
adultes



MAHAWA

Intervenant
au soutien
communautaire



LÉONIE

Intervenante
santé
mentale



CRYSTALE

Intervenante
au soutien
communautaire



CINDY

Animation



MARIANNE

Administration
Animation



CLARA

Animation



CELINE

Animation et
Responsable
de l'entretien



FRANÇOIS

Stagiaire TTS
et animation



LAURA

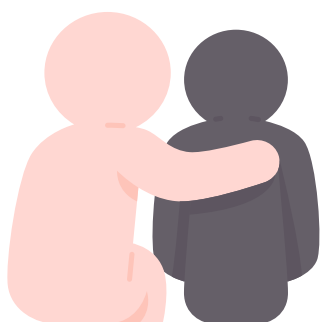
Stagiaire BAC
orientation



EMY-LEE

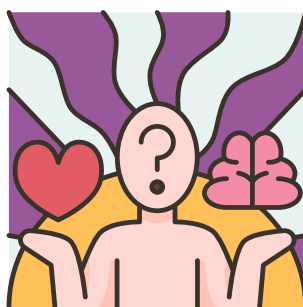
Stagiaire TTS

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2024-2025



Président

Gaëtan Gendron



Vice-président

Jim Deacon



Trésorière

Marie-Ann
Labrecque



Secrétaire

Normand
Bergeron



Représentant des

membres
Marc Hélie



Administratrice

Evelyne Adams



Administrateur

Zachary Benoit

LES BÉNÉVOLES

Merci à l'ensemble des bénévoles qui ont contribué à la réussite de plusieurs projets de La Croisée des sentiers. Principalement en ce qui concerne l'entretien des bâtiments ainsi que pour la réussite de l'événement tattoo. Ces personnes qui s'impliquent dans l'organisme, facilitent notre travail et dynamisent notre milieu.

MERCI À CES PRÉCIEUX BÉNÉVOLES!



NOS SERVICES





ACCUEIL ET INTÉGRATION

En 2024-2025, c'est **36 rencontres d'accueil** qui ont été réalisées. Il est important de mentionner que les cas sont de plus en plus complexes. Les personnes que nous rencontrons ont souvent plusieurs problématiques à la fois et/ou ont des difficultés émotionnelles sévères. Cette tendance perdure depuis déjà quelques années.

Faits particuliers:

- Les rencontres d'accueil référées par le département de la protection de la jeunesse, ainsi que par le SAPC (service d'aide en prévention de la criminalité) sont en hausse.
- Nous avons dû mettre en place une liste d'attente en raison du nombre croissant de demandes ainsi que de l'intensité des besoins de la clientèle.

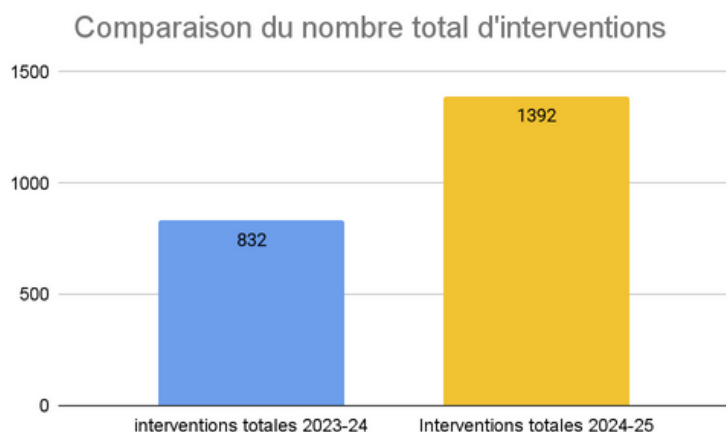
DEVENIR MEMBRE

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 attiré à l'accueil sera en mesure de:

- faire l'évaluation des besoins de la personne
- d'expliquer le fonctionnement et les services de l'organisme
- d'orienter la personne vers un service mieux adapté à ses besoins.

AIDE INDIVIDUELLE

À La Croisée des sentiers, les suivis individuels sont adaptés aux besoins de la personne. Cela permet à chacun de se sentir plus à l'aise pendant les rencontres. L'objectif est d'offrir des services qui correspondent aux besoins spécifiques de chaque membre. Chaque personne est différente et les rencontres traditionnelles en bureau ne conviennent pas à tous. Les intervenants peuvent faire les suivis de façon formelle ou non que ce soit en marchant, en cuisinant, en jouant au billard, etc.

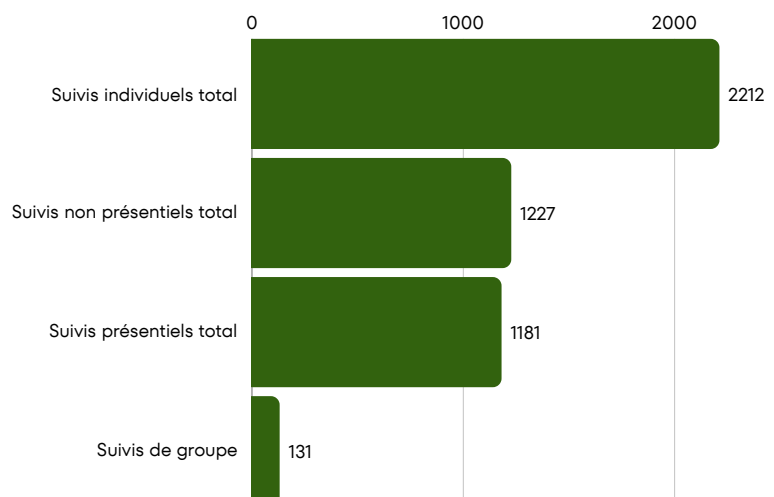


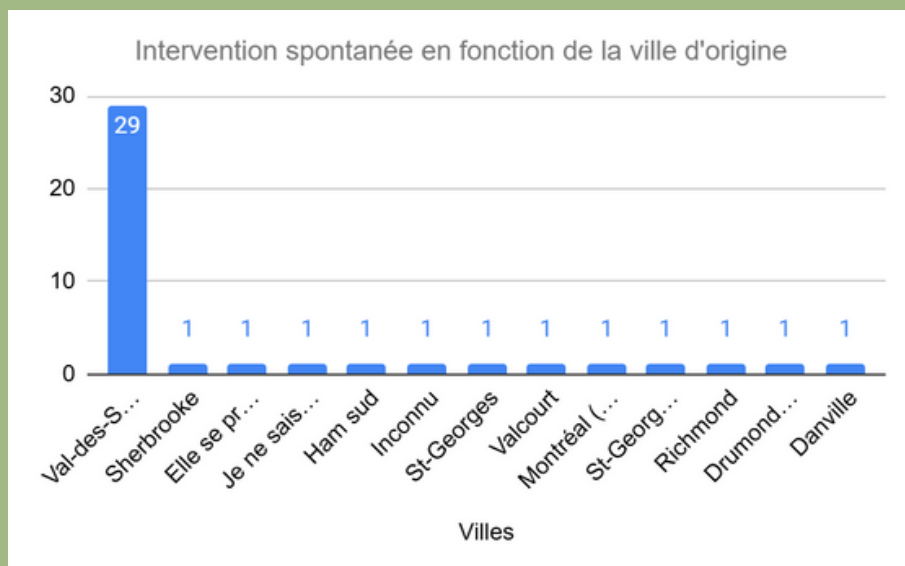
Ces chiffres s'expliquent par le fait que:

- les besoins en santé mentale sont toujours en augmentation dans la MRC des Sources.
- il y a une démocratisation sociale des soins en santé mentale.
- l'organisme est mieux connu dans la communauté.

Le nombre total d'interventions en 2024-2025 a augmenté de façon significative. Malgré le fait que l'équipe ne se soit pas agrandie, les intervenants de La Croisée ont dû intervenir plus intensément auprès de la communauté.

Les interventions individuelles en présentiel sont en augmentation (910) en 2024-2025 comparativement à l'année 2023-2024 (554). Même phénomène au niveau des interventions en présentiel chez les aidants naturels: en 2024-2025 ce sont 20 interventions qui ont été réalisées alors qu'en 2023-2024 ce nombre était de 12. Les statistiques de nos suivis sont elles aussi en augmentation. Un suivi peut être une simple discussion, une prise de contact, un appel téléphonique à un partenaire ou à un membre de l'organisme.





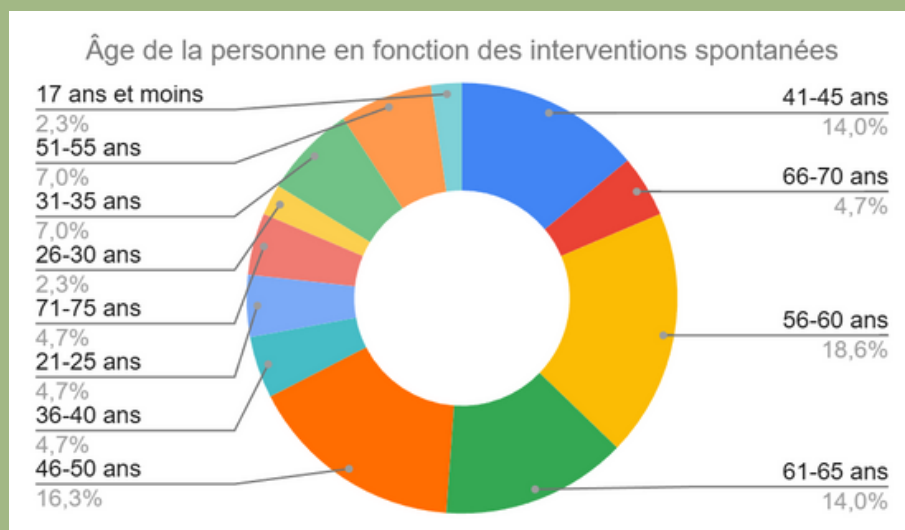
Nous constatons que c'est la tranche d'âge des 56-60 ans qui nous a le plus sollicité pour ce type d'interventions, suivi par les 46-50 ans, puis les 41-45 ans et les 61-65 ans.

Les personnes venaient principalement de la ville de Val-des-Sources (29), quoi qu'il est intéressant de mentionner la diversité de leur provenance (Valcourt, Montréal, Drummondville, Richmond, etc.). Mentionnons aussi que dans les réponses on trouve "Je ne sais pas" car lors de certaines interventions, la personne peut ne pas vouloir ou être en mesure de divulguer cette information.

Nos statistiques nous permettent également de constater que ce sont les femmes (25) qui nous ont le plus sollicité versus les hommes (14). Fait particulièrement intéressant puisque l'an dernier ce sont les hommes qui ont demandé le plus d'aide spontanée (21 contre 15).

LES INTERVENTIONS SPONTANÉES

Intervention non prévue à l'horaire, avec une personne qui n'est pas connue de l'organisme. Bien que nous ne soyons pas un centre de crise, certaines personnes arrivent en état de crise et requièrent de l'aide immédiate. Ce sont souvent des interventions qui demandent beaucoup de temps et qui nous obligent à déployer des services d'urgence autour de ces personnes.



LE SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

LES INTERVENTIONS INDIVIDUELLES

Le soutien d'intensité variable (S.I.V.).

Celui-ci s'adresse aux membres dont l'état de santé mentale nécessite un accompagnement direct dans leur milieu de vie et si nécessaire, dans la communauté. Le but de ce type d'accompagnement est de permettre de développer des habiletés personnelles et sociales. Nos interventions sont orientées vers

- les activités de la vie domestique (AVD)
- l'accompagnement vers les ressources de la communauté.

La nature et l'intensité des interventions dépendent des besoins que les membres expriment. Lors de nos rencontres d'élaboration des plans de services individualisés (P.S.I.), **six personnes ont bénéficié de ce type de soutien.**

Le suivi en ambulatoire.

Durant l'année, les personnes qui ont bénéficié de ce type de suivi ont été référées par l'équipe santé mentale du CLSC des Sources. La durée des suivis est variable et peut s'étendre sur 4 à 6 mois. **Cinq usagers ont été suivis en ambulatoire.**

Les interventions auprès des proches.

Un volet important qui mérite d'être mentionné. L'implication des proches dans l'accompagnement de nos usagers est essentielle dans le rétablissement de nos usagers. Nous avons particulièrement apprécié la collaboration des proches des membres desservis.

LES INTERVENTIONS DE GROUPE

Le groupe est un outil d'intervention que nous privilégions. C'est un lieu d'apprentissage pour les usagers et un lieu d'observation pour nous. À travers les activités de groupes, ces derniers développent des habiletés sociales, relationnelles et communicationnelles. Différentes activités ont été organisées durant l'année.

Les journées de cuisine collective:

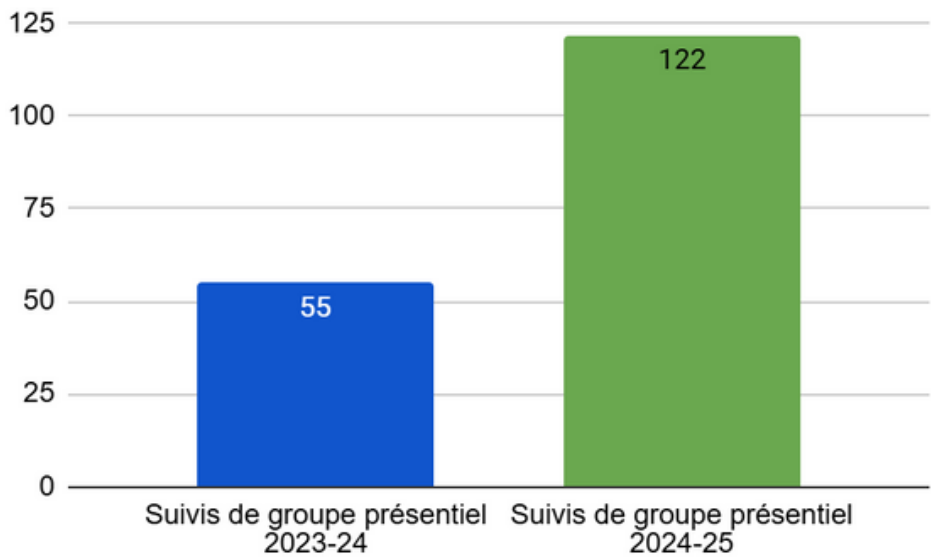
Deux groupes ont été constitués. Chacun était composé de **quatre membres qui se réunissaient une fois par mois.** Ces journées sont de formidables moments d'apprentissage. Leur but est de permettre aux membres de développer des compétences culinaires, d'apprendre à travailler en équipe, etc.

Les sorties magasinage :

Deux sorties ont été organisées durant l'année. Une en juillet et une deuxième au mois de décembre. Ces sorties sont toujours bien appréciées par les usagers. Ce sont des occasions pour eux de sortir de leur environnement habituel et s'exposer à des situations souvent stressantes, mais tout de même agréables.

SUIVIS DE GROUPE

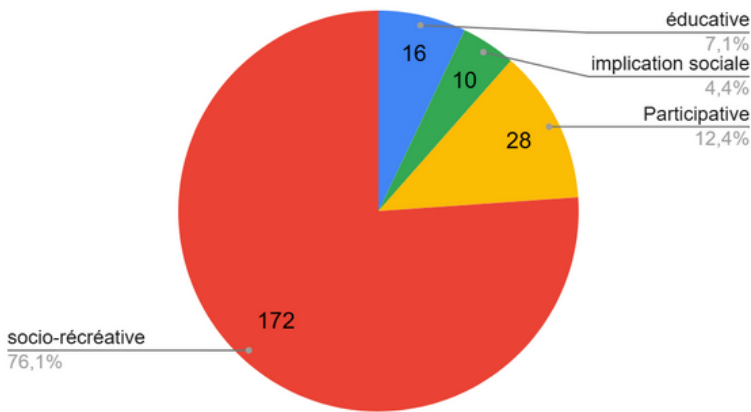
Le nombre de suivis de groupe a considérablement augmenté en 2024-2025. Ces suivis ont demandé beaucoup de temps aux intervenants, d'où le choix de la direction d'apporter des modifications au fonctionnement du milieu de vie. Le nouveau modèle a été mis en place en février 2025. D'autre part, nous souhaitons également bonifier notre offre de service tant par la qualité des activités offertes que par l'accessibilité à ces services pour l'ensemble de la population.



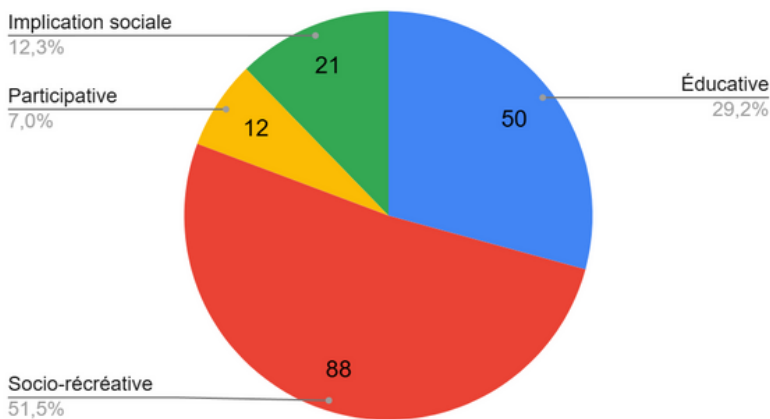
MILIEU DE VIE

ACTIVITÉS DE GROUPE

Types d'activités en 2023-2024



Types d'activités en 2024-2025



Les activités de type sociorécréatives ont encore été les plus nombreuses pour l'année 2024-2025. En cohérence avec le plan d'action 2023-2024, l'organisme a fait des changements dans le fonctionnement du milieu de vie. En effet, l'une de nos priorités était de continuer à améliorer l'offre des activités éducatives. Comme démontré à l'aide des deux graphiques, en 2024-2025, ce sont 50 activités de type éducatives qui ont été réalisées comparativement à 16 lors de l'année 2023-2024. Nous souhaitons inverser la tendance pour l'année 2025-2026. Nous visons à améliorer l'offre de service en améliorant la qualité des activités ainsi qu'en majorant les heures d'ouverture de l'organisme.

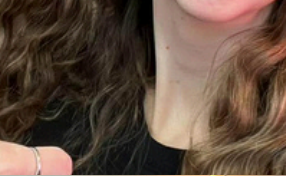
Cette année, nous avons offert des groupes d'autogestion de la dépression et de l'anxiété. Pour ce faire, nous avons suivi une formation donnée par l'organisme *Relief*. Ces ateliers se déroulent sur dix semaines et prennent la forme de groupes de soutien fermés. Les membres ont la possibilité d'acquérir de nouveaux outils, de nouvelles stratégies et de partager leur expérience face à la problématique visée. Nous avons donc eu deux groupes de 9 participants, un à l'hiver et un à l'automne.

Thèmes abordés

- Développer une connaissance et une observation plus fines de soi, de sa dépression et des signes avant-coureurs
- Mieux comprendre, accepter et influencer ses émotions
- Acceptation de la situation la remise en action
- Revoir ses habitudes de vies

Qu'est-ce que l'autogestion?

- Apprendre à prendre soin de soi au quotidien avec des actions simples. Cela aide à réduire les symptômes de la dépression et de l'anxiété, prévient les rechutes et améliore la qualité de vie.
- L'autogestion est unique à chacun et est basée sur des expériences personnelles, sur les valeurs, sur les forces et le rythme de la personne.



VOLET JEUNESSE

Le volet jeunesse de La Croisée des sentiers est un service précieux et très spécifique et mis en place depuis plusieurs années dans notre organisme. Une expertise a été développée et est reconnue par les partenaires du milieu.

- Les écoles primaires de la MRC des Sources
- Le Carrefour Jeunesse Emploi de Val-des-Sources
- La Maison des Jeunes de l'Or Blanc, l'AGJOB
- L'École secondaire de l'Escale
- Le Centre d'Éducation des adultes de Val-des-Sources

Que ce soit par l'approche de proximité ou par le biais d'ateliers de sensibilisation, la mission du volet jeunesse est d'offrir du soutien aux jeunes de la communauté en ce qui a trait à la santé mentale.

- Activités réalisées auprès des jeunes
- 9 ateliers créatifs sur la santé mentale faits auprès des jeunes du primaire.
- Du support "coaching" aux organisations jeunesse de la région
- Un balado intitulé "Pod'troubles" qui perdure et qui sensibilise une population plus large sur les enjeux qui touchent les jeunes.
- De la présence terrain, informelle ou non, dans différents événements organisés par des partenaires ou par les instances municipales.
- Des suivis individuels court, moyen et long terme.
- De nombreuses heures investies dans les suivis, les démarches, la préparation des ateliers, l'enregistrement et le montage des épisodes de balado, ainsi que plusieurs heures de formations.

Il y a eu plusieurs suivis individuels avec des jeunes durant l'année. Les suivis moyen et long termes concernent surtout les jeunes adultes (35 ans et moins) alors que les suivis plus courts, voire spontanés, concernent plutôt les enfants et les adolescents. En effet, dans le cadre d'un atelier, d'une présence dans un milieu jeunesse ou par téléphone, l'intervenant répond à des questions et intervient de façon dynamique. Les jeunes adultes, quant à eux, viennent consulter en individuel pour des problématiques d'ordre émotionnel telles que l'anxiété ou pour un trouble de santé mentale diagnostiqué. Ils sont une partie importante de notre clientèle, et faute de financement, ces services ne pourront plus être offerts.



2025-2026

★ Il est important de mentionner qu'à ce jour, nous n'avons pas de financement pour le maintien du volet jeunesse dans la communauté.

INTÉGRATION SOCIOPROFESSIONNELLE

2
HOMMES

345
SUIVIS
INDIVIDUELS

154
INTERVENTIONS



MERCI À MARC ET MAHIGAN!

À venir pour 2025-2026

★ Il n'y aura plus de programme de réinsertion socioprofessionnel à la Croisée des Sentiers. Ce financement sera remplacé par celui du service des groupes d'autogestion.

PROJETS ET RÉALISATIONS

Le projet macramé vise à fabriquer des porte-clés et des supports à plantes avec des nœuds spécifiques existe déjà depuis quelques années et un projet de bracelets fabriqués avec différentes billes et pierres a été ajouté cette année.

Le projet couture c'est la fabrication de napperons et d'oreillers pour petits animaux à partir de tissus recyclés. Ce projet a été imaginé par un des participants du plateau. Les participants ont également fait la promotion et la mise en marché des divers produits qu'ils ont fabriqués ainsi que fait la gestion de la caisse et tenu un registre des ventes.

Le projet « Semis » consiste à planter des semis, à les entretenir et à les redistribuer dans la communauté avec l'aide du CJE de Val-des-Sources. De plus, ils ont collaboré avec le SBP des Sources afin de faire l'entretien des jardins communautaires à Val des Sources.

Tous ces projets favorisent le développement de diverses compétences indispensables au retour à l'emploi, en termes d'engagements et en ce qui concerne le développement des compétences sociales.

Autres tâches:

Les participants du plateau de travail s'impliquent également à l'intérieur de l'organisme, notamment dans l'aide à la préparation des soupes et desserts un mercredi par mois, aident à l'entretien intérieur et extérieur de l'organisme, etc. Ces activités encouragent les personnes impliquées dans un processus d'intégration socioprofessionnelle à s'intégrer dans un groupe et valorisent le vivre-ensemble.

PROGRAMME BIENVEILLANCE

Ce programme est offert aux entrepreneurs et aux organismes de la région. Il s'agit d'une formation qui a pour but de ramener la bienveillance dans les milieux de travail. Ce programme consiste aussi à apporter de la bienveillance dans la communauté en apportant des petites douceurs, comme du café et des collations dans différents milieux de la communauté.

Ce qui en découle:

- Un partenariat avec les entrepreneurs de la région qui se réfèrent à nous afin de mieux prendre soin de la santé mentale de leurs employés.
- Des sorties dans la communauté afin d'informer et de faire la promotion de la santé mentale et de l'impact de la bienveillance sur celle-ci.
- Une communauté bienveillante.

Dans la dernière année:

- Des sorties sur le terrain pour aller distribuer de la bienveillance dans la communauté.
- Un concours de Noël pour les participants des organismes communautaires de la MRC des Sources.
- Une collaboration avec le milieu pour la distribution des paniers de Noël.



PROGRAMME ÉCLAIREURS

Le programme Éclaireurs 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. Il souhaite augmenter la capacité d'adaptation et de résilience des individus de la communauté. Les Éclaireurs sont des personnes engagées de façon volontaire dans leurs communautés et dans différents milieux, souvent par leur travail ou leur bénévolat.

Le rôle des Éclaireurs est 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

Dans la dernière année:

La Croisée des sentiers a formé deux groupes en deux demi-journées en partenariat avec le CLSC des Sources. Un total de 24 personnes ont été formées.



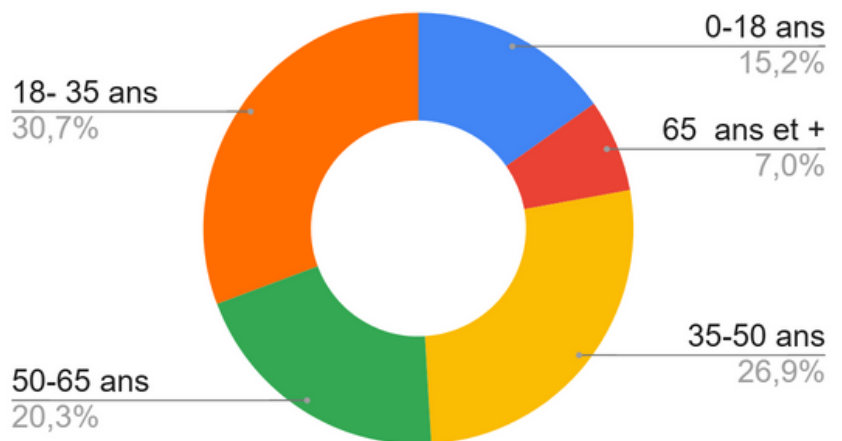
LA SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE 2024

Cette année, c'est du 6 au 12 mai que nous avons intensivement fait la promotion de la santé mentale dans les villes et villages de la MRC des sources. C'est une tradition d'aller visiter les équipes des commerces, écoles, organismes pour parler de notre mission.

L'ÉVÉNEMENT TATTOO

L'événement "un tatouage pour la santé mentale, 3e édition" a eu lieu le samedi 11 mai 2024 à la salle Notre-Dame-de-Toutes-Joies à Val-des-Sources. Cette journée a été une réussite, tout comme les précédentes.

Âge des gens présents à la journée tatouage 2024



Les statistiques de l'événement nous confirment que les jeunes répondent présents, avec 45,9% des visiteurs âgés de 35 ans ou moins, mais aussi que l'événement plaît aux 35 ans et plus! C'est ce qui nous rend le plus fiers; que cette journée devienne, petit à petit, un événement intergénérationnel. Les témoignages des participants nous montrent que c'est un moment opportun pour aborder le sujet de la santé mentale auprès des plus jeunes et de continuer la discussion avec les personnes plus âgées.

POURQUOI UN ÉVÉNEMENT TATOUAGE?

- Afin de créer un mouvement qui rassemble les gens autour d'une même cause, soit celle de la santé mentale.
- Afin de sensibiliser les gens à prendre soin de leur santé mentale et de celle des gens qui les entourent.
- Afin de rallier toute la communauté autour d'un événement festif.

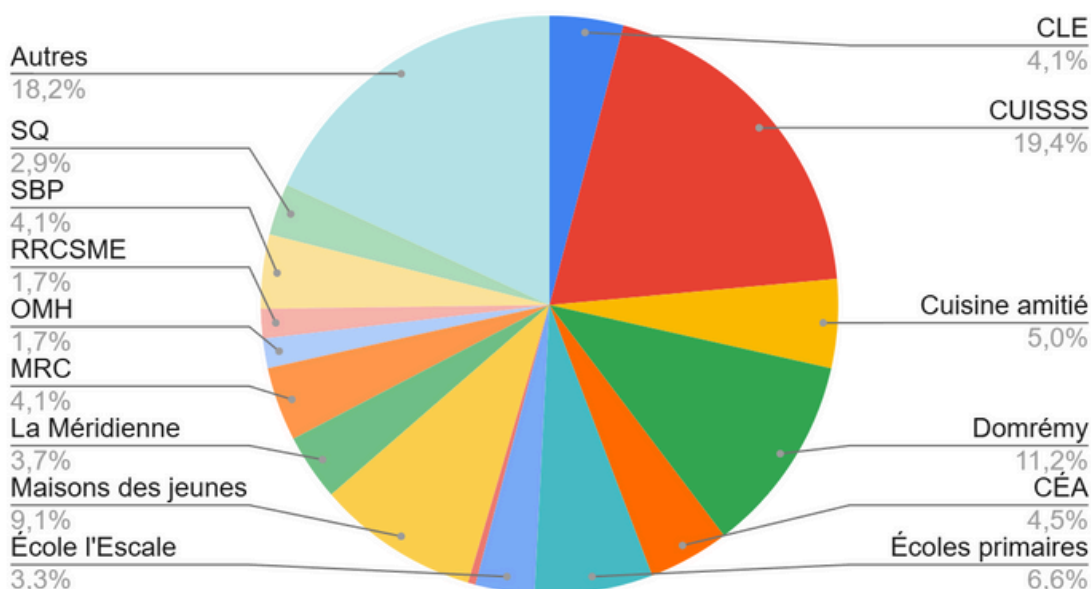
QUE REPRÉSENTE LE TATOUAGE

- 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.
- à l'année prochaine!



COLLABORATIONS

Les collaborations



- Les collaborations avec les différents partenaires sont particulièrement importantes. Ces collaborations favorisent les services offerts aux membres. Parmi nos collaborateurs, on retrouve le CUISSS, les maisons des jeunes, l'Unité Domremy, Cuisine-Amitié ainsi que les écoles primaires.
- Nous avons collaboré avec 44 autres partenaires durant l'année 2024-2025. On y retrouve entre autres, l'APPAMME, Le Seul de l'Estrie, Iris Estrie, la municipalité de St-Camille, l'organisme Face aux vents, le département de la protection de la jeunesse ainsi que le Service d'aide en prévention de la criminalité.

REPRÉSENTATIONS

La Croisée des sentiers continue de siéger sur différentes tables de concertation. Chaque intervenant est assigné à une ou des tables avec mission de représenter l'organisme et la cause de la santé mentale.

Concertation locale

- CA de la CDC des Sources
- Table de sécurité alimentaire territoriale
- Table Enfance-Jeunesse des Sources
- Table de concertation clinique jeunesse Parent'aise
- Comité sur l'absentéisme scolaire
- Table d'action contre la pauvreté et l'exclusion sociale
- Comité Saine gestion numérique
- Comité aviseur sur les normes sociales et l'utilisation du téléphone intelligent
- Comité santé psychologique CIUSSS-CHUS
- Comité itinérance des sources

Concertation régionale et Nationale

- ROC de l'Estrie
- RRCSME
- États généraux sur l'itinérance

FORMATIONS

L'équipe de La Croisée a reçu un total de 190 heures de formation au cours de l'année 2024-2025. formation offerte par la Société québécoise de la schizophrénie s'intitulant "" d'une durée de 21 heures fut elle aussi très pertinente et complète.

- Formation La schizophrénie et les psychoses apparentées
- Formation Les interventions thérapeutiques lors de conduites agressives
- Formation Écriture simplifiée offerte par le CEP Estrie (3h)
- Formation RCR (7h)
- Formation sur la détresse, la santé mentale et la violence chez les jeunes offerte par l'Institut Philippe-Pinel (7h)
- Formation sur le soutien à l'autogestion de la dépression et de l'anxiété offerte par Relief (7h)
- Formation sur la radicalisation violente, la consommation récréative chez les jeunes, les jeunes polarisés, les jeunes délinquants et la violence armée, offerte par les Conférences Connexions (7h)