

RAPPORT D'ACTIVITÉS

2024-2025



TABLE DES MATIÈRES

Informations générales.....	3
Mot du président.....	5
Mot de la directrice.....	6
Mot de la coordonnatrice des services par intérim.....	7
Vie associative et démocratique.....	8
Activités et services.....	12
Défis rencontrés en 2024-2025.....	19
Nos perspectives pour l'année à venir.....	20
Témoignages.....	21

INFORMATIONS GÉNÉRALES

MISSION, OBJECTIFS & APPROCHES

La mission de l'organisme est axée sur les besoins psychosociaux des individus, couples et familles.

Les objectifs principaux de l'organisme sont de soutenir les individus, couples et familles dans les différentes étapes de leur développement, pour prévenir une situation de crise, pour les aider à surmonter des difficultés d'adaptation ou des problèmes d'ordre personnel et relationnel.

Les approches privilégiées sont humaniste et systémique. Par la perspective humaniste, nous postulons que l'être humain est capable d'autodétermination et qu'il a la capacité de faire des choix personnels. Avec l'approche systémique, la mission de *L'Alternative - soutien psychosocial* vise non seulement l'individu en tant que tel, mais ce dernier en relation avec son entourage et son environnement.

VALEURS

Soutien et bien-être Non-discrimination Confidentialité Respect Non-jugement Entraide Bénévolat

TERRITOIRE

Le territoire principal de *L'Alternative - soutien psychosocial* est l'arrondissement Sainte-Foy – Sillery – Cap-Rouge cependant, toute personne demeurant dans la région de la Capitale-Nationale ou aux alentours peut bénéficier de nos services et activités puisque nous sommes situés près des ponts.

COORDONNÉES

2120, rue Boivin, Bureau 202, Québec (QC) G1V 1N7
418 681-0141
info@l-alternative.com

HISTORIQUE

En 1967, des membres du *Service d'orientation des foyers* de la paroisse St-Esprit de Limoilou décident de fonder *L'Accueil de St-Esprit inc.* avec, comme premier objectif, d'entreprendre divers projets afin d'aider les familles défavorisées dans leur quête de bonheur et d'équilibre.

L'aide apportée par *L'Accueil* se voulait, non seulement un service pour la consolidation des couples et des familles, mais aussi un outil exceptionnel pour leur offrir une aide psychosociale. C'est en 1983 que *L'Accueil* s'associe avec un tout nouvel organisme appelé Maison de la Famille et décide alors d'acheter un édifice afin de permettre à des agents de pastorale, des travailleurs sociaux et d'autres bénévoles de se réunir et de mettre en œuvre leur expertise pour organiser l'entraide familiale à même les ressources du milieu. Pour sa part, *L'Accueil* assume les coûts administratifs les plus importants. Au fil des ans, d'autres Maisons de la Famille viennent s'ajouter à la première.

La quatrième en liste est la Maison de la Famille Louis-Hébert fondée en 1987. Elle ouvre en 1989 au-dessus du Café Au Temps Perdu sur l'avenue Myrand. Depuis 2003, nous avons nos locaux à La Maison des Entreprises de Cœur et c'est en mars 2024 que nous avons changé de nom pour *L'Alternative - soutien psychosocial*.

SIGNIFICATION DU NOUVEAU NOM ET SYMBOLE

Puisque depuis près de 38 ans nous sommes :

- une *alternative* au manque d'accessibilité des services en relation d'aide publics et privés,
- une *alternative* plus souple et facilitante pour diverses circonstances,
- une *alternative* dans la compréhension de sa situation personnelle,
- une *alternative* plus douce pour le portefeuille,
- une *alternative* pour de multiples raisons,

le nouveau nom a été choisi à l'unanimité pour toutes ces considérations et bien d'autres encore. Et en y ajoutant "*soutien psychosocial*", ça permet de nous démarquer en précisant dans quel domaine nous sommes une alternative !

Et comme chaque deuil et chaque processus en relation d'aide est unique, qu'aucun cheminement personnel, conjugal ou familial n'est linéaire, la lettre A stylisée en lignes courbes et lignes droites représente un parcours personnel.

Il symbolise les alternatives possibles !

ACCESSIBILITÉ

Nos services et activités sont accessibles à tout le monde, peu importe l'âge, la religion, l'état civil, l'orientation sexuelle, l'identité de genre, la situation financière, la parentalité (ou la non-parentalité), l'origine, etc.

Les personnes sont invitées à donner une contribution dans l'anonymat et selon leur portefeuille.



MOT DU PRÉSIDENT

Chers lecteurs et lectrices, je veux commencer ce texte en vous disant toute la fierté qui m'habite lorsque je considère l'année qui vient de passer à L'Alternative. Cette année encore, malgré plusieurs défis de taille, notre communauté a su s'adapter, innover et briller. Je remercie d'emblée toutes les personnes impliquées, et les invite à me rejoindre dans cette fierté.

Mais pourquoi suis-je si fier?

Il serait difficile de tout nommer. Je suis bien sûr fier de notre nouveau nom, qui inspire et clarifie notre mission principale pour tous. Je suis fier des changements que nous avons apportés aux règlements de l'organisme pour le rendre plus démocratique et inclusif. Tout ce travail de développement est essentiel pour continuer de répondre de mieux en mieux aux besoins de la communauté. Je suis fier que l'on ait réussi à non seulement maintenir les acquis, mais aussi à bâtir malgré les changements et les imprévus.

Je suis fier de l'impact que nous avons au-delà de notre organisme, par exemple des efforts déployés en collaboration avec la Maison des Entreprises de Cœur. L'amélioration des locaux pour favoriser l'accessibilité aux personnes en situation de handicap et la création de logements sociaux sont des projets d'envergure, qui contribueront de façon significative au bien-être de notre communauté.

Je suis également fier parce que L'Alternative continue d'allier une offre de service essentielle à des initiatives qui s'attaquent à des problématiques sociales complexes. En effet, notre service de relation d'aide est une offre qui n'existe pratiquement pas ailleurs et qui répond à des besoins toujours plus actuels. De plus, nos groupes d'entraide outrepassent le statu quo et permettent d'initier des dialogues sur des sujets souvent tabous.

Finalement, je suis fier de toute notre équipe, qui permet à chaque jour à toutes ces réussites de se réaliser petit peu par petit peu. Nous continuons de porter une vision communautaire et de nous rassembler sous des valeurs d'entraide, de respect et d'inclusivité. Dans ce monde en turbulence, le support mutuel qui nous anime continue d'être un refuge précieux.

Plus que seulement fier, je suis enthousiaste pour le futur de L'Alternative et les changements à venir. Du développement se profilant à l'horizon, il est de notre responsabilité que celui-ci serve à encore mieux remplir notre mission, de manière pérenne et en concordance avec les besoins de la communauté. Il est aussi notre souhait de développer non seulement notre support aux individus, mais aussi notre capacité à affecter de manière plus globale les conditions sociales de notre communauté afin d'en favoriser le bien-être.

C'est donc avec la même fierté que j'avais lorsque j'ai commencé à être bénévole à la Maison de la Famille Louis-Hébert il y a 6 ans que je vous souhaite une agréable lecture de ce rapport, qui présente les différentes activités et réalisations de l'année à L'Alternative.

Léandre Lavoie-Hudon

MOT DE LA DIRECTRICE

Éclatée ! C'est le mot qui me vient en tête quand je pense à notre année 2024-2025.

« Éclatée », car nous avons dû revoir nos façons de faire en équipe tout en maintenant le cap. D'ailleurs, une chance que l'équipe était composée des mêmes personnes en place depuis plusieurs années, car c'est cette confiance et cette connaissance entre nous, malgré le manque de temps en commun, qui nous a permis de traverser cette drôle d'année. Une année où le manque de temps pour se réunir en équipe aurait pu amener à une perte de sens, de cohésion ou d'esprit d'équipe. La coach d'équipe en moi a même dressé un plan de match pour notre réunion d'août en prévision de notre année en identifiant nos adversaires !

Et pour garder le cap dans notre grosse période d'activités, une chanson par réunion d'équipe :

Fin août :

<https://www.youtube.com/watch?v=04854XqcfCY>

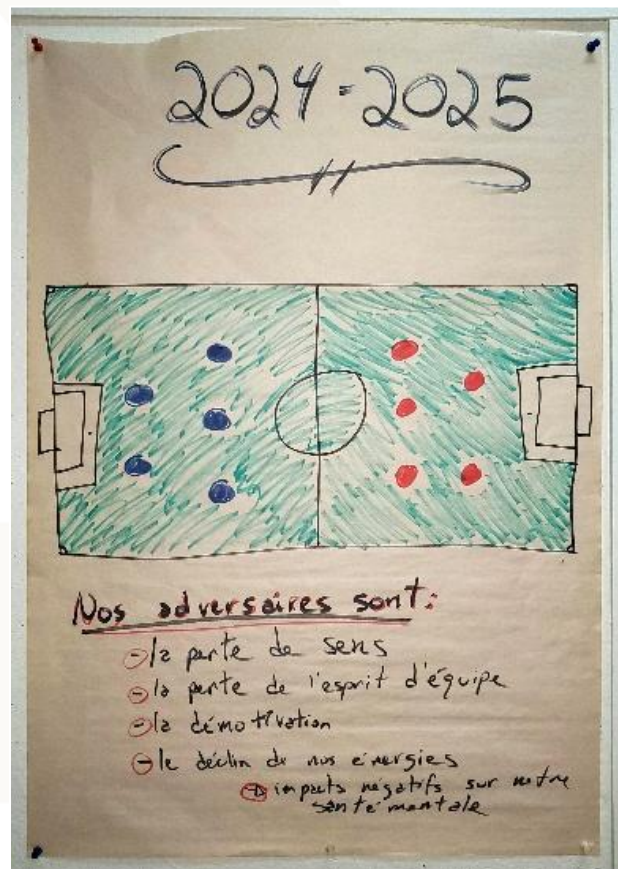
Début janvier :

<https://www.youtube.com/watch?v=9jK-NcRmVcw>

La prochaine prévue à la fin mai 2025 pour boucler notre année d'activités :

<https://www.youtube.com/watch?v=3GwjfUFyY6M>

« Éclatée » aussi, car des projets que nous souhaitions réaliser ont dû être mis de côté pour l'an prochain, d'autres, inattendus, ont dû être adressés en urgence. « Éclatée », car pour cette année particulièrement, l'espace-temps semblait complètement distordu : l'année a passé vite mais lentement en même temps !



Je tiens à remercier chaleureusement tous les membres de l'équipe de travail de feu d'avoir su garder l'équilibre et me ramener à l'ordre quand j'ambitionnais sur les nouveaux projets et nouvelles idées ! Y pas à dire, nous étions vraiment une super équipe !

Caroline Lafrance

MOT DE LA COORDONNATRICE DES SERVICES PAR INTÉRIM

Cette année, j'ai eu le privilège de poursuivre mon implication à L'Alternative - soutien psychosocial à titre de coordonnatrice des services par intérim. Mon objectif a été d'assurer une continuité dans les services tout en soutenant l'équipe dans ses missions quotidiennes. C'est avec un réel désir de contribuer à un milieu humain et inclusif que je poursuivrai mon implication en 2025-2026 à titre d'organisatrice communautaire, en collaboration étroite avec toutes les membres de l'équipe.

Fidèles à notre mission de soutien psychosocial, nous avons aidé chaque jour de nombreuses personnes, en plus d'enrichir nos services pour mieux épauler celles et ceux confrontés à la perte d'un être cher. Nous espérons d'ailleurs pouvoir continuer à élargir nos services afin de répondre encore mieux aux besoins diversifiés de notre communauté, tout en créant des espaces bienveillants où chacun peut trouver écoute, réconfort et accompagnement dans les moments difficiles.

Les bénévoles intervenants qualifiés qui s'engagent au sein de L'Alternative ont véritablement à cœur le bien-être des personnes. Leur présence bienveillante, empreinte de motivation et de respect, en est la plus belle preuve. Un immense merci à vous toutes et tous – collègues, stagiaires et bénévoles – pour votre précieuse mobilisation qui nous permet d'aller toujours plus loin ensemble.

Je nous souhaite de poursuivre notre élan de développement, tout en continuant à avancer avec bienveillance, dans un esprit de collaboration, de respect et d'engagement envers notre mission.

Éloïse Bourassa-Denis



VIE ASSOCIATIVE & DÉMOCRATIQUE

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Cette année, le conseil d'administration a tenu **six réunions régulières** et **une réunion extraordinaire** en visioconférence ainsi que **deux réunions** du sous-comité des règlements généraux. Pour préparer ces rencontres, de nombreux échanges courriel et textos aux fins de discussions, de questionnements ou de décisions, de rencontres entre la direction et la présidence ou la trésorerie. En 2024-2025 c'est **près de 175 heures** de bénévolat qui ont été consacrées à la gestion générale par les administratrices et les administrateurs.

Au 31 mars, le conseil d'administration était composé des membres suivants (*un poste est demeuré vacant*):

M. Léandre Lavoie-Hudon, président

Mme Lisa Paquet, secrétaire

Mme Marianne Hotton, trésorière

Mme Lise Dumont, administratrice

Mme Marie-Émilie Rochette, administratrice

M. Francis Blais, administrateur (coopté à la suite de la démission de M. Guillaume Tremblay)

ÉQUIPE DE TRAVAIL

Il y a eu du mouvement sans changement dans l'équipe de travail en 2024-2025 !!!

Flavie Richer-Fortin, qui terminait son *stage en techniques de travail social* à la mi-mai, est devenue une des deux *intervenantes sociales estivales* avec Magali Perrier. Celle-ci a été embauchée en février 2024 comme *responsable de milieu* en remplacement d'une personne en congé sans solde. Magali a poursuivi comme *responsable de milieu* à la fin août (les jeudis soir et vendredis en télétravail). Alexis Whittom, qui était en congé sans solde depuis novembre 2023, est revenu à son poste de *responsable de milieu* à la fin août (les mercredis soir) tout comme Julia Pizzamiglio-Delage (les mardis soir). Quant à Éloïse Bourassa-Denis, aussi *responsable de milieu* jusqu'à la fin mai 2024, elle est devenue la *coordonnatrice des services par intérim* en remplacement de Fannie St-Pierre, qui partait en congé de maternité. Et Caroline Lafrance est demeurée à la *direction*.

- Les postes de stagiaires se déroulent de septembre à décembre et de février à mai à chaque année :
 - *Flavie Richer-Fortin jusqu'en mai 2024*
 - *Marily Langlois & Frédérique Jomphe pour l'année 2024-2025*
- Les postes d'intervenant-e-s social-e-s estivales sont d'environ 12 semaines l'été à temps plein grâce à la subvention de Services Canada et son programme d'Emploi été Canada :
 - *Flavie Richer-Fortin & Magali Perrier à l'été 2024*
- Les postes de responsables de milieu sont à temps partiel de la fin août à la fin mai de chaque année :
 - *Julia Pizzamiglio-Delage depuis septembre 2020, Alexis Whittom depuis mai 2021, Éloïse Bourassa-Denis depuis mai 2022 jusqu'en mai 2024 & Magali Perrier depuis février 2024*
- Le poste de coordonnatrice des services est à temps plein à l'année :
 - *Fannie St-Pierre depuis décembre 2016 (partie en congé de maternité à la fin juillet 2024) & Éloïse Bourassa-Denis comme intérim depuis juin 2024*
- Le poste de direction est à temps plein à l'année :
 - *Caroline Lafrance depuis avril 2013*

RÉUNIONS D'ÉQUIPE & RÉUNIONS DE GESTION

Cette année, nous avons dû revoir notre façon de nous réunir en équipe puisque les obligations universitaires et personnelles des responsables de milieux ne leur laissaient pas beaucoup de temps en dehors de leurs heures de travail à l'organisme. Nous avons tenu **une réunion spéciale** et **quatre réunions régulières**. Une seule de ces réunions d'équipe régulière a pu se faire avec toute l'équipe complète incluant stagiaire (avril), une avant la session universitaire d'automne (août) et une avant la session d'hiver (janvier). Entre septembre 2024 et mars 2025, des rencontres mensuelles individuelles entre chaque responsable de milieu et la direction se sont tenues pour permettre la transmission des informations et les changements de procédures internes, pour prendre le pouls de chaque responsable, répondre aux questionnements et faire le suivi des dossiers respectifs (**quinze rencontres individuelles** – 5 rencontres par responsable de milieu).

La coordo des services par intérim et la direction ont tenues **quatre réunions d'équipe partielle** avec les deux stagiaires (mais sans la présence des responsables de milieu). À titre de superviseuse des stages, la coordo a aussi tenu des rencontres de suivis avec les stagiaires ensemble et séparément.

Avec tous les changements, les ajouts de groupes d'entraide, le recrutement de bénévoles à l'intervention, les rencontres de planifications des saisons, la coordonnatrice des services et la direction ont tenue **quinze réunions de gestion** dans toute l'année.

MEMBRES BÉNÉVOLES

Les membres bénévoles sont les personnes qui donnent de leur temps à titre bénévole au conseil d'administration, à l'animation de groupe et à l'intervention en relation d'aide. Ces personnes sont les principales actrices de la réussite de l'organisme.

Bénévoles intervenant-e-s qualifié-e-s en relation d'aide

Les bénévoles intervenant-e-s qualifié-e-s (BIQ) sont majoritairement diplômé-e-s en psychologie, counseling, service social ou sont en cours de formation dans l'un ou l'autre de ces domaines. Grâce à leur écoute et leur empathie, ils et elles favorisent l'épanouissement de chacun et chacune.

Au 31 mars 2025, 23 BIQ étaient encore actifs (22 au 31 mars 2024). Pour l'année 2024-2025, nous avons recruté 10 nouveaux BIQ (14 en 2023-2024) et 9 BIQ mis fin à leur implication en cours d'année (20 en 2023-2024).

Bénévoles à l'animation des groupes d'entraide pour personnes endeuillées

Les bénévoles à l'animation des groupes d'entraide pour personnes endeuillées proviennent de divers horizons professionnels et offrent un soutien chaleureux et une écoute empreinte de respect et de douceur aux participant-e-s des groupes. Ces bénévoles à l'animation ont aussi vécu un ou plusieurs processus de deuil et saisissent bien les fluctuations d'émotions et les parcours sensibles que les personnes en deuil peuvent traverser.

Au 31 mars 2025, 7 bénévoles à l'animation étaient encore actives (4 au 31 mars 2024).

Bénévoles au conseil d'administration

Ces bénévoles siègent au conseil d'administration et prennent des décisions politiques et administratives touchant directement la définition et la supervision des opérations afin de réaliser les orientations et les décisions prises en assemblée générale. Le conseil d'administration est le gardien de la saine gouvernance !

COMITÉS

Comité formation et perfectionnement

Ce comité, composé de 2 BIQ et d'Éloïse (à titre de *Responsable de milieu* et ensuite de *coordo des services par intérim*) se rencontre 1 fois par mois pour déterminer quel(s) outil(s) mettre en évidence et promouvoir dans notre infolettre interne. Ces outils proviennent principalement de notre *Laboratoire d'intervention*, un dossier électronique mis à la disposition des membres en tout temps, et alimenté par les membres du comité, par l'équipe de travail ou par d'autres bénévoles. Puisque notre mission s'adresse à la population générale et que les personnes peuvent vivre différentes situations, nos outils sont variés allant de « techniques de communication » à la « violence dans les relations » en passant par la « prise de décision », « le stress et l'anxiété », le « bien-être », le « suicide », « la maltraitance des aînés », la « dépression saisonnière » et « l'orientation et la diversité sexuelle ».

Comité des règlements généraux

Ce comité ad hoc, composé d'une membre du conseil d'administration et de Caroline (directrice) a été mis sur pied en décembre 2024 afin de revoir nos règlements généraux dans une optique d'élargir nos catégories de membres pour permettre aux personnes soutenues par l'organisme de participer à la vie démocratique et associative et contribuer à l'évolution de notre organisme. En effet, depuis les tous débuts de l'organisme, le volet membership était réservé uniquement aux personnes qui donnent de leur temps à l'organisme, donc les bénévoles uniquement. Cependant, puisque nos bénévoles doivent posséder certaines caractéristiques et compétences et qu'ils sont triés sur le volet (la crème de la crème comme on dit), nous avons un membership restrictif. Or, dans un organisme qui se veut d'action communautaire autonome, le membership doit être ouvert à la communauté qu'il dessert, aux personnes qui ont un suivi en relation d'aide, aux personnes qui participent à nos groupes d'entraide, les personnes de la communauté qui se sentent interpellées par notre mission.

Ce comité a consulté des personnes-ressources du milieu communautaire et du réseau public pour créer de nouvelles catégories de membres qui correspondent à la réalité de notre organisme et qui sont conformes à notre mission et nos objectifs. La dernière version sera présentée au conseil d'administration et aux membres actuels en assemblée générale extraordinaire en avril 2025 pour approbation.

Comité RH

Le comité RH est un comité ad hoc mis sur pied chaque année par les membres du conseil d'administration dont l'objectif est de procéder à l'appréciation annuelle du travail de la personne à la direction. Cette année, le comité a été créé à la fin janvier et est composé de 3 administrateurs. Toutefois, le processus d'appréciation se terminera en août 2025.

Comité animation groupe de deuil

Ce comité, qui existe depuis pratiquement 30 ans, est composé des animatrices bénévoles du groupe d'entraide sur le deuil qui se tient le 2^e mardi du mois depuis des décennies. Il se rencontre à la fin de chaque été pour discuter du déroulement des prochaines rencontres mensuelles, des thématiques à aborder, des tâches et rôles à distribuer, etc. Il se réunit aussi après chaque rencontre mensuelle du mardi pour faire le *debriefing* de la rencontre et choisir le thème de la prochaine rencontre. Cette année, à quelques reprises, des membres de l'équipe se sont jointes à elles dans une optique de transfert de connaissance et d'expertise du comité à l'équipe.

ASSEMBLÉES & ÉVÈNEMENTS

Assemblée générale annuelle

Le 17 juin 2024 se tenait notre assemblée générale annuelle où 15 personnes étaient présentes dont 7 membres. Lors de cette AGA, nous avons abordé l'année terminée et celle à venir, visionné un vidéo sur l'histoire de l'Action communautaire autonome (ACA) réalisé par le Regroupement des organismes communautaires de la région 03 (ROC 03) et échangé sur l'importance de continuer à offrir nos services et activités avec la couleur ACA. Nous en avons aussi profité pour procéder à la composition des comités.

Nous avons aussi profité de cette AGA pour reconsidérer notre service d'écoute téléphonique. En effet, ce service qu'on offrait depuis les tous débuts de l'organisme s'avère difficile à maintenir en place : considérant que ce sont seulement les membres de l'équipe qui font de l'écoute téléphonique, que nos heures d'ouverture sont grandes et l'équipe petite, que bien souvent, nous ne pouvons offrir de l'écoute au moment où la personne nous le demande, que la demande d'écoute téléphonique par la population était relativement minime pour notre organisme et parce que plusieurs autres organismes de la région ont un service d'écoute téléphonique à grande échelle, les membres ont voté pour enlever ce service de notre offre afin de concentrer nos efforts et effectifs sur le service de consultation en relation d'aide, la bonification de l'offre de nos groupes d'entraide pour personnes endeuillées et la mise en place de notre groupe de parole pour hommes. Ainsi, nous continuerons de répondre aux besoins de la population avec nos activités et services qui existent peu ou pas dans la grande région de Québec.

Souper d'automne

C'est le 13 novembre 2024 que nous avons enfin repris notre traditionnel souper d'automne des bénévoles, dont la dernière édition remontait à l'automne 2019 : on se rappelle encore ce qui est arrivé quelques mois plus tard...

18 personnes étaient présentes, ont échangé ensemble, se sont régalingées et amusées !

Journée de ressourcement

Depuis l'automne 2022, depuis notre 35^e anniversaire donc, l'organisme tient une journée annuelle de ressourcement au Monastère des Augustines dans le Vieux-Québec. Cette année cependant, nous avons tenu cette journée à la mi-janvier pour permettre à plus de bénévoles d'en profiter. Cette journée fort appréciée s'est tenue le samedi 18 janvier et 15 personnes étaient présentes.



ACTIVITÉS & SERVICES

SERVICE PROFESSIONNEL DE CONSULTATION EN RELATION D'AIDE

Notre service de consultation en relation d'aide s'adresse à toutes personnes, couples ou familles qui rencontrent des difficultés d'adaptation, des problèmes personnels ou relationnels. Ce service est aussi là pour les soutenir dans les différentes étapes de leur vie et leur éviter des situations de crise.

Cette année, nous avons ouvert officiellement 130 nouvelles demandes en relation d'aide (*90 en 2023-2024*) et 47 demandes ouvertes dans les années passées étaient toujours en cours. Il est intéressant de noter que les rendez-vous d'ouverture de demandes avec un-e membre de l'équipe n'aboutissent pas toujours à une ouverture formelle. En effet, il arrive que lors du rendez-vous d'ouverture, les personnes se sentent suffisamment écoutées et ne ressentent plus le besoin d'entamer un suivi régulier. Alors en totalisant les rendez-vous d'ouverture (demandes ouvertes ou non), les rendez-vous ponctuels pour les personnes dont la demande est en attente de jumelage avec un-e BIQ et les rendez-vous de suivis, l'équipe (intervenantes sociales estivales, stagiaires, responsables de milieu, coordos et directrice) ont effectué 314 rencontres individuelles, conjugales et familiales.

La trentaine de BIQ (bénévoles intervenant-e-s qualifié-e-s) qui ont gravité à *L'Alternative – soutien psychosocial* en cours d'année ont effectué plus de 743 rencontres de suivis à raison d'un minimum de deux processus en relation d'aide (ou deux systèmes-client différents en jargon psychosocial) en tout temps. Ces personnes bénévoles ont donné au total 1 340 heures pour le service de relation d'aide (1 080 heures directes en rencontres de relation d'aide, 241 heures de participation à des formations de perfectionnement et 19 heures d'implication diverses dans l'organisme).

Au 31 mars 2025, nous avons 97 demandes jumelées à des BIQ et 30 demandes encore en attente de jumelage. Alors que dans les années passées, nous avons réussi à réduire le temps d'attente (près de 80 % des demandes étaient jumelées en moins de 3 semaines en 2023-2024), cette année l'attente est beaucoup plus longue et seulement 18 % des demandes ont été jumelées en moins de 30 jours. Notre nouveau nom, qui correspond beaucoup mieux à ce que nous faisons depuis plus de 35 ans, contribue certainement à cette augmentation des demandes.



Motifs de consultation

Étant un organisme généraliste, les motifs de consultation sont variés. Nous avons 3 grandes catégories :

- Difficultés générales
 - Anxiété et dépression
 - Deuil, pertes et transitions
 - Manque d'estime ou de confiance en soi
- Difficultés d'adaptation
 - Adaptation à une nouvelle condition physique
 - Traumatismes impactant le quotidien
 - Ambivalence sur des choix de vie
- Difficultés relationnelles
 - Conflits familiaux
 - Ruptures amoureuses
 - Relations toxiques et violences conjugales ou intrafamiliales

Recrutement & sélection des bénévoles intervenant-e-s qualifié-e-s

À L'Alternative, nous croyons qu'être intervenant en relation d'aide nécessite des compétences particulières comme une écoute empathique et professionnelle, une capacité d'analyse et d'introspection authentique, une capacité à déterminer « *ce qui nous appartient* » et « *ce qui appartient à l'autre* » et une qualité de « *présence à l'autre et présence à soi* » en simultané.

Une grande majorité des personnes qui appliquent comme bénévoles en relation d'aide proviennent de l'Université Laval dans les domaines des sciences sociales comme la psychologie, le service social, la psychoéducation, la psychosociologie, etc. D'autres sont des professionnels à la retraite ou encore sur le marché du travail dans des domaines similaires.

Deux fois l'an, à l'automne et à l'hiver, nous procédons au recrutement de nouveaux bénévoles à l'intervention. Nous trions et filtrons toutes les candidatures reçues en portant une attention sur leurs motivations et leurs compétences relationnelles ainsi que sur leur parcours scolaire ou parcours de vie. Nous refusons les candidatures des personnes bien intentionnées qui se disent de bon conseil ou qui veulent « aider les petits messieurs et les petites madames », car elles ne répondent pas à nos critères de base tels que le respect du libre-choix et de l'entière compétence des personnes qui viennent en relation d'aide ici à (re)prendre le pouvoir sur leur vie. Nous procédons ensuite à la présélection des candidatures retenues par une entrevue téléphonique pour approfondir leurs motivations et valider notre choix. Nous invitons ensuite les personnes retenues à assister à nos formations « Relation d'aide en intervention : approches et techniques » où nous continuons à observer les candidats dans leur savoir-être et savoir-vivre-ensemble. En cas de doute sur les compétences d'une personne en cours ou à la fin de la formation, nous la rencontrons en individuel pour lui faire part de nos observations et inquiétudes et voir avec elle nos attentes sur les changements à apporter. Il arrive aussi que ce soit à cette rencontre que nous informions la personne que sa candidature est rejetée en mentionnant nos observations.

Après tout ce processus rigoureux, les personnes retenues sont pleinement aptes à offrir le service de consultation en relation d'aide à L'Alternative et sont soutenues par l'équipe de travail tout au long de leur implication.

GROUPES D'ENTRAIDE POUR PERSONNES ENDEUILLÉES

Au printemps 2024, la « maison-mère » Hibiscus, groupes mensuels pour personnes endeuillées œuvrant entre autres au CLSC de Ste-Foy, au sous-sol de l'Église de Vanier, à la Maison de la Famille de la Rive-Sud et à L'Alternative – soutien psychosocial, a choisi de cesser ses activités en juin 2024 devant l'épuisement des bénévoles animateurs et faute de relève. Seules la Maison de la Famille de la Rive-Sud et L'Alternative –soutien psychosocial choisirent de poursuivre les activités de soutien pour personnes endeuillées chacune à leur manière.

À L'Alternative – *soutien psychosocial*, les bénévoles animatrices du groupe « du 2^e mardi » avaient encore le goût et l'énergie de poursuivre leurs rencontres mensuelles d'autant plus qu'elles percevaient bien le soutien de l'équipe. En octobre 2024, l'équipe a ajouté le 3^e mercredi soir par Zoom pour les personnes endeuillées qui sont retournées au travail ou qui ne peuvent se présenter au groupe du mardi.

En février 2025, l'équipe a ajouté deux autres rencontres mensuelles pour les personnes endeuillées : l'atelier créatif le 3^e jeudi en après-midi et le café-partage le 4^e jeudi en après-midi.

Ainsi, les personnes endeuillées de la grande région de Québec ont plusieurs possibilités de participation à nos groupes d'entraide pour les endeuillées. Nous comptons continuer à diversifier les groupes d'entraide pour personnes endeuillées à l'automne 2025 en ajoutant une plage horaire en mode hybride et la création d'un groupe fermé de 6 à 12 personnes s'échelonnant sur 12 semaines.

En participant à nos groupes pour personnes endeuillées, ces dernières peuvent écouter et échanger avec d'autres personnes qui traversent un deuil et qui vivent les fluctuations d'émotions, les bouleversements du quotidien, qui font face à l'incompréhension et aux préjugés de leur réseau respectif (famille, amis, travail, société) comme la durée idéale d'un deuil, les bonnes ou mauvaises réactions qu'une personne endeuillée devrait avoir et le délai maximal qu'elle devrait prendre avant de pouvoir « passer à autre chose ».

En se rencontrant et se racontant, près d'une soixantaine de personnes endeuillées cette année ont brisé leur sentiment d'isolement et d'inadéquation, à leur rythme, dans un environnement rempli de respect et de bienveillance.

Les bénévoles animatrices ont donné près de 300 heures de leur temps bénévolement.

Aperçu des thématiques abordées

Dans ces rencontres, les sujets abordés sont entre autres le processus de deuil, la relation avec la personne décédée du temps de son vivant, la désorganisation et l'ambivalence des sentiments, les premières fois après le décès (premier Noël, premier anniversaire, première fête des mères, des pères, etc.), les deuils secondaires et comment apprendre à négocier avec ses émotions et sentiments.



GRUPE DE PAROLE POUR HOMMES

Même si c'est au printemps 2023 que nous avons créé le groupe de parole pour hommes et avons commencé à l'offrir dans le local d'Espace Citoyen à Ste-Foy une fois par mois à compter de septembre de la même année, ce projet était en incubation dans l'équipe depuis l'automne 2021. Nous souhaitons offrir un lieu de partage et de parole exclusivement masculin, à la manière des groupes de femmes, où des hommes de tous les âges, de tous les horizons et de tous les milieux peuvent se rassembler pour échanger, s'entraider et se solidariser.

En effet, dans les dernières années avec la montée de la masculinité toxique, de la droite et les tentatives de contrôle du corps des femmes, malgré le mouvement #metoo, nous constatons, comme le reste de la population, le retour en force du contrôle coercitif dans des relations amoureuses et familiales. Nous souhaitons offrir aux hommes un espace de parole et de prise de conscience dans le respect et l'entraide, sans jugement et sans tabous, afin de libérer la parole et de commencer à construire des relations saines et égalitaires avec autrui.

En 2023, nous avons dû cesser les rencontres à l'Espace Citoyen parce que bien souvent, un seul homme se présentait et la rencontre prenait des allures de consultations individuelles (ce que nous faisons dans nos locaux).

Nous avons alors repensé notre formule et avons choisi de l'offrir dans nos locaux dès septembre 2024 au retour du seul homme de l'équipe, Alexis, parti en congé sans solde.

Pour l'année 2024-2025, c'est donc près d'une demi-dizaine d'hommes qui se sont rencontrés chaque mois autour d'une pizza pour échanger, se confier et s'entraider.

Aperçu des thématiques discutées

Les sujets des groupes de paroles pour hommes sont apportés par les participants eux-mêmes lors des rencontres. Selon leurs besoins, ça peut aller de la relation de couple ou de la séparation, des deuils vécus et ressentis, du moment présent, des émotions et des stratégies déployées pour faire face aux difficultés vécues.



COMITÉS EXTERNES, COLLABORATIONS & REPRÉSENTATIONS

La Maison des Entreprises de Cœur (MEC)

C'est depuis 2003 que *L'Alternative – soutien psychosocial* a ses locaux à La Maison des Entreprises de Cœur (MEC), seule coopérative d'organismes communautaires et d'entreprises d'économies sociales au Québec. Notre organisme, qui est d'ailleurs un des membres fondateurs, continue de participer avec dynamisme à divers comités et projets de la MEC.

En participant ou en initiant certaines des consultations internes à la MEC, notre motivation principale est d'unir nos forces et compétences avec d'autres organisations de la coop pour améliorer l'accessibilité universelle et trouver une meilleure réponse aux enjeux collectifs qui nous dépassent.

En 2024-2025, nous avons siégé sur le conseil d'administration de la MEC, participé au Comité RH, participé au Comité de revitalisation interne (le CRI du Cœur), donné notre nom pour participer au Comité Sélection des nouveaux membres et au Comité Itinérance. Ce dernier comité, qui débutera plus tard en 2025, est le fruit d'un constat à l'automne 2024 où des personnes en situation d'itinérance s'installaient sur les alentours du terrain de la MEC. La majorité de ces personnes fuient le quartier St-Roch et cherchent un endroit plus calme et sécuritaire. Même si aucune des organisations de la MEC n'est officiellement un « organisme en itinérance », nous souhaitons trouver des solutions pour tenter d'améliorer un tant soit peu la vie de ces personnes.

La Maison des Entreprises de Cœur a aussi mis sur pied en 2018, le Comité de développement immobilier (CDI), qui avait d'abord pour mandat de pérenniser la coopérative et qui en est arrivé à la planification et la conception d'une future coopérative d'habitation, la Coopérative de Solidarité en Habitation de Cœur, sur une partie du terrain de la MEC. Avec la création de cette coopérative, ce comité est devenu son conseil d'administration provisoire. La vente du terrain et la signature de l'acte notarié se sont faites à l'automne 2024. Le contrat avec l'entrepreneur général a aussi été signé à la même période et des bureaux de L'Alternative, nous avons une vue impressionnante sur le chantier où un immeuble de 65 logements sociaux verra le jour d'ici la fin de l'hiver 2025. *L'Alternative – soutien psychosocial*, étant membre de ce comité depuis le tout début et ayant participé très fort à l'aboutissement de ce projet, est très fière de savoir qu'à Ste-Foy, dans les prochains mois, 65 ménages diversifiés pourront s'y établir et améliorer leurs conditions de vie.

Et avec les sommes résultantes de la vente de cette partie du terrain, nous pourrons concrétiser certains projets du Comité de revitalisation interne (Le CRI du Cœur) en installant un système de ventilation adéquat dans toute la MEC ainsi qu'un ascenseur qui vient avec l'accessibilité universelle pour permettre, enfin, à toutes les personnes aux prises avec des handicaps ou des problèmes de motricité, de se rendre sans trop d'efforts aux locaux de tous les organismes de la MEC. L'Alternative étant au 2^e étage, nous avons très hâte d'informer notre communauté à mobilité réduite qu'elle pourra enfin obtenir ses rendez-vous de relation d'aide et participer à nos groupes en présentiel.



Comité de programme de techniques de travail social du Cégep de Ste-Foy

Depuis 2019, *L'Alternative – soutien psychosocial* participe activement à ce comité du programme des Techniques de travail social du Cégep de Ste-Foy qui a pour but d'améliorer la qualité du programme et d'arrimer l'enseignement avec les réalités du terrain afin de rendre les future-e-s technicien-ne-s en travail social plus aptes à répondre aux besoins de la population. D'ailleurs, cette année fût particulière en raison de l'an un de la modification du programme.

Ce comité se réunit au total 2 fois par an, à la session d'automne et à la session d'hiver.

L'Alternative – soutien psychosocial est aussi membre :

- Du **Regroupement des organismes communautaires de la région 03 (ROC 03)** ;
 - Nous participons activement aux AG et la directrice siège sur le CA.
- Du **Regroupement des organismes Famille de la région 03 (ROCF 03)** ;
 - Nous avons participé à leur AGA et AGR en décembre 2024.
- Du **Carrefour d'Actions Territoriales de Ste-Foy – Sillery – Cap-Rouge** ;
 - Nous avons participé à quelques grandes rencontres et avons aussi tenu un kiosque pour représenter L'Alternative au Salon du communautaire en octobre 2024.
- De **Mobilisation Haute-Ville** ;
 - Malheureusement, pour l'année 2024-2025, nous n'avons pu nous libérer pour participer à l'une de leurs rencontres, mais restons en contact pour la suite.

En 2024-2025, nous avons aussi fait la tournée de diverses équipes professionnelles des CLSC incluant des Groupes de médecins de famille, services aux étudiants des collèges d'études supérieures comme le Cégep Garneau et le Collège Mérici pour présenter les services et activités de L'Alternative – soutien psychosocial et pour répondre aux questionnements sur notre fonctionnement et les méthodes de référencement. C'est un total de 10 équipes en *santé mentale adulte ou jeunesse*, intervenant-e-s dans les *GMF* et aux *services d'aides aux étudiants* représentant près de 150 professionnels qui ont ainsi été rencontrés.



FORMATIONS SUIVIES ET DONNÉES

Formations suivies

Animation d'un groupe de soutien pour personnes endeuillées, par le Centre de développement professionnel de la Faculté des arts et des sciences de L'Université de Montréal (Praxis) le 30 septembre et 1^{er} octobre 2024.

Approche systémique et deuil : accompagner avec engagement et créativité par le Centre de développement professionnel de la Faculté des arts et des sciences de L'Université de Montréal (Praxis) le 6 décembre 2024.

Introduction à différents modèles théoriques du deuil et exploration d'outils d'intervention par le Centre de développement professionnel de la Faculté des arts et des sciences de L'Université de Montréal (Praxis) le 14 et 21 janvier 2025.

Stratégies, outils et gabarit de communication, par le Carrefour d'Actions Territoriales de Ste-Foy – Sillery – Cap-Rouge le 13 mars 2025.



Formations données

Relation d'aide en intervention : approches et techniques, le 25 septembre, 2 et 23 octobre (17 heures) à 9 participant-e-s

Relation d'aide en intervention : approches et techniques, le 30 janvier, 6 février et 6 mars (17 heures) à 6 participant-e-s

Coformation par le codéveloppement : 7 rencontres au total ont été offertes au cours de l'année totalisant 19 heures

LES DÉFIS RENCONTRÉS EN 2024-2025

Un nouveau nom, des locaux rénovés et adaptés mais aucun outil promotionnel tangible pour nous faire (re)connaître par la population ! Des affiches et encarts différents ont été créés par l'équipe pour inspirer la directrice et lancer l'impression juste avant le début de nos activités et la tournée des CLSC.

Mis à part les changements de chaises au sein des RH et le temps d'appropriation des dossiers, nous avons aussi fait face à une réduction des heures travaillées par les responsables de milieu à l'automne 2024 amenant la direction à réorganiser l'horaire pour maintenir les heures d'ouverture qui répondent aux besoins des personnes, c'est-à-dire de jour et de soir.

Nous avons dû mettre de côté certains de nos projets de consultation prévus et plan d'actions 2024-2025 tels que profiter de l'année pour effectuer un exercice de mise à jour de nos valeurs déterminées depuis 1987 et entamer la réflexion sur l'organisation d'une planification stratégique quinquennale. Nous avons aussi mis de côté des nouveaux projets que nous souhaitons développer depuis quelques années comme de diversifier notre offre de soutien psychosocial en animant des ateliers dans nos locaux ou dans des organismes communautaires, en créant des capsules audio et vidéo ainsi qu'un balado. Nous avons manqué de temps pour alimenter notre blogue créé expressément avec notre nouveau site web en mars 2024.

Nous aurions aussi voulu offrir un groupe d'entraide pour les personnes en deuil de leurs animaux de compagnie. Ce type de perte est encore mal perçue dans notre société et minimisée par beaucoup de personnes. Nous aimerions offrir un espace exclusif pour les personnes en deuil de leur animal parce qu'il peut être confrontant pour une personne étant en deuil de son conjoint ou de son enfant de compatir à la douleur et la souffrance d'une personne en deuil de son chat.

Comme mentionné dans les statistiques du service en relation d'aide, l'équipe a aussi répondu à plus du double des demandes en relation d'aide que l'année passée (314 en 2024-2025 vs 144 en 2023-2024). Chaque rencontre durant environ une heure, il devient difficile de trouver le temps pour les autres projets en latence.

Nous avons réalisé que nos ordinateurs n'étaient pas en mesure de passer à Windows 11 l'an prochain et qu'il fallait donc procéder à leurs remplacements.

C'est aussi cette année que notre processus d'analyse et de qualification pour un changement de ministère d'attache a été accompagné d'un motif de refus temporaire par le CIUSSSCN. Bien que ce dernier reconnaisse que notre mission s'inscrit bel et bien en « santé et services sociaux », notre demande de transfert a été refusée pour cette année puisque notre dernier rapport d'activités était peu détaillé et que nous n'avons pas réussi à faire la démonstration que nous sommes un organisme d'action communautaire autonome. Nos règlements généraux se devaient être plus inclusifs en permettant aux personnes en processus de relation d'aide et à celles participant à nos groupes d'entraide et groupe de parole de devenir membres pour participer à la vie associative et démocratique de l'organisme. Nous étions aussi invités à démontrer que nous avons des pratiques citoyennes et une démarche de transformation sociale. Le processus démocratique pour modifier nos règlements généraux s'étant terminé au 30 avril 2025 avec une assemblée générale extraordinaire, nous sommes en période de recrutement membership au moment où ces lignes sont écrites. Nous sommes cependant confiants que nos actions porteront fruit et que ce rapport d'activités, en étant plus exhaustif et plus complet dans son ensemble saura démontrer l'impact de *L'Alternative – soutien psychosocial* dans la communauté.

Nous referons assurément une demande de transfert du Ministère de la Famille au Ministère de la Santé et des Services Sociaux à l'été 2025 !

NOS PERSPECTIVES POUR L'ANNÉE À VENIR

En plus de la demande de transfert de ministère, nous envisageons l'année à venir avec beaucoup d'espoir. En effet, pour la première fois depuis le tout début de notre organisme, nous serons 3 personnes à temps plein au lieu de 2. Fannie, la coordonnatrice des services en congé parental reviendra à son poste à la fin juillet et Éloïse, actuellement coordo par intérim et anciennement responsable de milieu deviendra, à la mi-août la toute première organisatrice communautaire de *L'Alternative – soutien psychosocial* et aura comme mandat d'être la personne-ressource pour nos nouvelles catégories de membres (Solidaires et Réguliers) ainsi que la responsable de nos groupes d'entraide et groupes de paroles.

L'année qui vient apportera son lot de changements puisque tous les responsables de milieu (Julia, Alexis et Magali) quitteront l'organisme à la fin mai et ne reviendront pas en poste à la fin août. Deux nouveaux responsables de milieu seront engagés en cours d'été afin d'offrir leur présence en soirée du lundi au jeudi. Nous avons bon espoir de recruter au sein même de nos BIQ.

Même si nous perdons Alexis à titre de responsable de milieu, il poursuivra comme animateur salarié pour notre groupe de parole pour hommes. Ce projet tient à cœur à toute l'équipe et particulièrement à Alexis qui y travaille depuis 2021.

Au retour des vacances estivales, nous préparerons et diffuserons une toute nouvelle infolettre pour tous les membres de L'Alternative qui contiendra entre autres, notre outil du mois, le calendrier de nos activités mensuel, les dates importantes telles que les jours fériés ou un événement collectif ainsi que les invitations à participer à des rencontres de consultation, des sondages en ligne, des assemblées concernant notre organisme.

Nous nous doterons d'un plan de communication interne pour optimiser entre autres notre blogue et nos publications Facebook.

À défaut d'avoir eu le temps de faire l'exercice sur les valeurs et d'entamer la réflexion de la planification stratégique en 2024-2025, nous avons bon espoir de pouvoir y arriver cette année en combinant l'exercice des valeurs avec une planification stratégique quinquennale.

Étant donné que les besoins en soutien psychosocial et les demandes de relation d'aide seront appelés à augmenter d'année en année, nous devons nécessairement trouver des nouvelles façons d'y répondre. Nous pourrions augmenter le nombre de processus en relation d'aide (système-client) par BIQ et passer de 2 à 3 ou même à 4 et nous pourrions ajouter une période de recrutement annuel supplémentaire pour intégrer plus de personnes bénévoles aptes à faire de la relation d'aide. Ces idées peuvent être efficaces et répondre aux besoins un certain temps mais risque de contraindre les bénévoles à offrir plus de leur précieux temps et pour finir, contrecarrer nos ambitions de recrutement. Notre souhait à moyen terme serait d'obtenir un meilleur financement à la mission globale pour nous permettre d'embaucher une, deux ou même trois intervenant-e-s à temps plein qui pourront offrir des rendez-vous de consultation en relation d'aide à la population tout en étant soutenues par des BIQ.

TÉMOIGNAGES

Pour terminer ce rapport d'activités 2024-2025, nous laissons ici quelques témoignages...

... des personnes en processus de relation d'aide :

- *L'intervenante a une approche active. Je me sens toujours écoutée et comprise dans les rencontres.*
- *Ces rencontres sont aidantes pour moi dans cette période difficile.*
- *L'intervenante est calme et à mon écoute. Je me sens bien en sa présence.*
- *Le personnel est très gentil et souriant.*
- *L'intervenante s'adapte à notre manière d'interagir, fait preuve d'empathie et de professionnalisme.*
- *Merci à ce merveilleux service que vous nous offrez (et gratuitement en plus) parce que je peux maintenant bénéficier de l'aide qu'il me manquait pour réapprendre à faire confiance en la vie et, surtout, à voir un futur devant moi.*

... des personnes participant à nos groupes d'entraide pour endeuillées :

- *Le groupe me permet de mettre des mots sur des états d'âme que des fois, je ne m'explique même pas.*
- *Je me reconnais dans le vécu des autres, même si les personnes vivent des deuils différents.*
- *Je me sens enfin compris et non jugée ! Mon entourage me dit que je devrais refaire ma vie avec un autre mais pour moi, c'était lui l'homme de ma vie et je crois pas pouvoir en aimer un autre autant.*
- *Je sais que ça fait 4 ans que j'ai perdu ma mère, mais il y a des jours où j'ai l'impression que ça vient d'arriver et ça me fait tellement mal. Voir d'autres personnes endeuillées qui me comprennent, ça me fait du bien !*

... des hommes participant au groupe de parole :

- *Ça permet de voir qu'on vit des choses similaires.*
- *Ça permet de creuser.*
- *C'est interactif !*
- *Ça permet de remettre de l'ordre.*
- *Même si on est différents, on se ressemble sur bien des affaires !*



... des responsables de milieu :**De Julia, responsable de milieu de septembre 2020 à mai 2025 et auparavant, BIQ depuis l'automne 2018**

Après près de sept années d'engagement à L'Alternative, d'abord comme bénévole puis comme responsable de milieu, c'est avec beaucoup d'émotion que je quitte mon poste pour me consacrer pleinement à mes études.

Ces années m'ont profondément marquée, tant sur le plan personnel que professionnel. J'y ai acquis des compétences précieuses en intervention, pour lesquelles je suis profondément reconnaissante.

Avant tout, un immense merci aux bénévoles pour votre dévouement et votre bienveillance! Je tiens aussi à exprimer toute ma gratitude envers la formidable équipe de travail. Votre soutien et votre présence ont largement contribué à faire de mon passage à L'Alternative une des plus riches expériences professionnelles de ma vie. C'est un véritable privilège d'avoir fait partie de cette aventure.

Merci pour tout!

Julia Pizzamiglio Delage

D'Alexis, responsable de milieu de mai 2021 à mai 2025 et auparavant BIQ depuis janvier 2020

Une autre belle année qui s'achève, marquée par des rencontres humaines profondes, des moments de réflexion partagée et un engagement collectif toujours aussi inspirant. C'est avec une grande reconnaissance que je prends un instant pour revenir sur ce parcours que j'ai eu le privilège de vivre au sein de l'organisme depuis 2021.

En tant que responsable de milieu, en plus de m'assurer du bon fonctionnement de l'organisme, j'ai eu la chance de développer et d'animer des groupes de parole pour hommes, des lieux d'expression essentiels que je continuerai d'animer à contrat. J'ai coanimé des groupes de deuil, accompagnant les personnes dans des passages de vie souvent délicats, et animé des rencontres de codéveloppement pour nos bénévoles, favorisant l'apprentissage mutuel et le soutien entre pairs.

Les rôles qui m'ont été confiés en tant que responsable de milieu m'ont permis de grandir, d'apprendre et de contribuer à une mission qui me tient profondément à cœur : soutenir et accompagner les personnes dans leur cheminement. Même si mon mandat de responsable de milieu se termine, mon lien avec L'Alternative demeurera toujours vivant.

Merci à toutes celles et ceux qui ont croisé ma route, pour votre confiance, votre collaboration et votre humanité.

Avec toute ma gratitude,

Alexis Whittom

De Magali, responsable de milieu de mars 2024 à mai 2025

J'ai débuté au poste de responsable de milieu en mars 2024, alors que le nom de L'Alternative - soutien psychosocial était aussi nouveau que moi. J'ai eu la chance de constater l'adaptation, les efforts et l'excitation engendrés par ce changement. Un nom réellement représentatif de la mission de l'organisme ! J'ai également eu l'opportunité de travailler auprès des membres de l'équipe, des stagiaires et des bénévoles, tous souhaitant répondre aux besoins des individus, couples, et familles qui font appels à nous. Je suis fière d'avoir contribué à l'épanouissement de l'organisme dans cette dernière année. Merci à tous, vous faites une différence sans nom!

Bonne continuation dans les beaux projets à venir !

Magali Perrier



