



RAPPORT D'ACTIVITÉS ANNUELLE 2024-2025

Centre alternatif en santé mentale

*« L'harmonie règne dans le respect de la différence.
Au Second Lieu, c'est se donner une seconde chance ! »*

Adresse : 3200, Boulevard Grande Allée
Saint Hubert, QC, J4T2S5

Site web : [Accueil - Au second lieu](#)

Facebook: <https://www.facebook.com/SecondLieu>

Instagram: [ausecondlieu](#)

Les critères de l'ACA

Légende :

ACA #1 : Être un organisme à but non lucratif

ACA #2 Être enraciné dans la communauté

ACA #3 : Entretenir une vie associative et démocratique

ACA #4 : Être libre de déterminer sa mission, ses approches, ses pratiques et orientations

ACA #5 : Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté

ACA #6 : Poursuivre une mission sociale qui soit propre à l'organisme et qui favorise la transformation sociale

ACA #7 : Faire preuve de pratiques citoyennes, des approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées

ACA #8 : Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau

Table des matières

Mot du Président du CA	4
Mot de Directrice Générale	5
Au Second Lieu.....	6
Conseil d'administration 2024-2025	8
Équipe	9
Personnelle permanent pour 2024-2025	9
Développement des compétences	9
Spécificités de la clientèle	10
RDA : Rendez-vous d'accueil	11
Types de résidences.....	12
Les programmes	13
○ Programme des activités sociales.....	13
○ Programme de rétablissement.....	16
○ Programme Bénévolat.....	19
○ Programme des Saines Habitude de Vie.....	22
Les thérapies alternatives.....	24
a. La zoothérapie :	24
b. Équithérapie :.....	24
c. Tai-chi, méditation en mouvement	25
d. Art-thérapie et Atelier d'écriture, représentations artistiques.....	25
Atelier d'art-thérapie.....	25
e. La bulle.....	26
Enjeux et implications communauté.....	26
Promotion, partenariat et visibilité	28
○ ROCSMM	28
Objectifs 2025-2026	30
Porté vers l'avenir.....	30

Mot du Président du CA

Il y a déjà 35 ans que l'organisme existe. À ses débuts et à la demande du gouvernement, la mission a été confiée à un travailleur social Monsieur Jacques Desbiens que nous avons la chance d'avoir avec nous, grand merci !

Dans un petit local de la rue Edward, l'organisme a commencé modestement. La mission première était de desservir les personnes qui vivent avec la problématique de santé mentale. Le centre de jour avait pour but de briser l'isolement et se faire des amis avec la même réalité.

Le nom au début était le Cachou. Avec l'arrivée des C.P.E. et le fait que le nom pouvait être confondu, l'idée est venue d'en trouver un nouveau qui pourrait être plus représentatif de la mission de l'organisme.

Avec un concours pour trouver un nouveau nom, une ancienne employée a suggéré le nom Au Second Lieu. Nom qui fut accepté par l'ensemble du Conseil d'administration et de tous ses membres.

35 ans plus tard, l'organisme poursuit toujours sa mission avec le même désir d'offrir aux membres des services de qualité. Le conseil d'administration, l'ensemble du personnel et la directrice Marie Kombe y travaillent en étroite collaboration.

Merci aux membres de participer activement aux activités suggérées et à toutes formes de services.

Merci à tous les employés pour votre bon travail et de toujours chercher à améliorer les activités pour les membres.

Merci aux membres du conseil d'administration pour votre disponibilité et votre appui à la directrice.

Grand merci à notre Directrice Générale, Marie Kombe pour toute l'énergie, disponibilité, écoute pour toujours poursuivre la mission de l'organisme.

Merci à nos partenaires financiers PSOC, Centraide et les autres généreux donateurs qui, sans eux l'organisme n'existerait pas.

Pour ma part, j'ai l'organisme Au Second Lieu tatoué sur le cœur et c'est un plaisir d'être là. Merci à tous et bon 35^e



Mot de Directrice Générale

Monsieur le président du conseil d'administration, chers employés, chers membres, partenaires, amis, familles et distingués invités,

En tant que directrice d'*Au Second Lieu*, je suis profondément honorée de célébrer aujourd'hui avec vous nos 35 ans d'engagement, de solidarité et de transformation humaine.

Je tiens d'abord à remercier sincèrement notre conseil d'administration. Votre présence, votre appui constant et votre passion pour notre mission rendent cette aventure enrichissante et inspirante. Travailler à vos côtés est un privilège. Un mot de reconnaissance également à nos invités de marque.

Merci à M. Jacques Desbiens, fondateur de l'organisme, dont la vision et le courage sont à l'origine de tout ce que nous avons bâti. Merci à PSOC et à Centraide, pour votre soutien et votre confiance renouvelée, si essentielle à la poursuite de notre mission.

À mes intervenants, votre ténacité, votre créativité et votre cœur sont la colonne vertébrale d'*Au Second Lieu*. Vous avez relevé de nombreux défis cette année, et vous avez su vous surpasser avec courage et détermination.

À vous, chers membres : vous êtes l'âme de cette maison. Merci pour votre courage, votre persévérance et votre confiance. Grâce à vous, *Au Second Lieu* prend tout son sens. Vous êtes la preuve vivante que la solidarité peut transformer des vies. Votre fidélité et vos suggestions mensuelles nous aident à avancer.

Enfin, à nos partenaires, nos alliés, nos piliers. Votre implication change des vies. Ensemble, nous avons accompli de grandes choses au fil de ces 35 années. Et ensemble, nous continuerons à faire la différence.

Célébrons ensemble ces 35 ans d'histoire. Nous les avons mérités, tous ensemble.



Au Second Lieu



Mission :

Fondée en 1990, Au Second Lieu est une ressource alternative qui offre des activités contribuant au renforcement des capacités des personnes vivant ou ayant vécu une problématique en santé mentale. Le but étant qu'elles se réapproprient de leur pouvoir en tant qu'individus, qu'elles soient plus autonomes et qu'elles s'intègrent plus facilement dans leur communauté.

De plus, étant une ressource dite alternative, l'intérêt des interventions n'est pas porté sur les diagnostics psychiatriques, mais bien sur la personne avant tout comme étant un être unique. En fait, les membres sont accueillis dans leur globalité, avec leurs forces et leurs faiblesses dans un souci de respect.

Nos objectifs :

- Briser l'isolement ;
- Informer, référer, établir des liens ;
- Développer l'entraide ;
- Démystifier les problématiques de santé mentale ;
- Développer des aptitudes favorisant un meilleur épanouissement personnel ;
- Outiller, découvrir ses forces et interagir avec les autres ;
- Favoriser une démarche personnelle ou de groupe vers l'autonomie ;
- Soutenir la personne dans son processus d'intégration sociale.

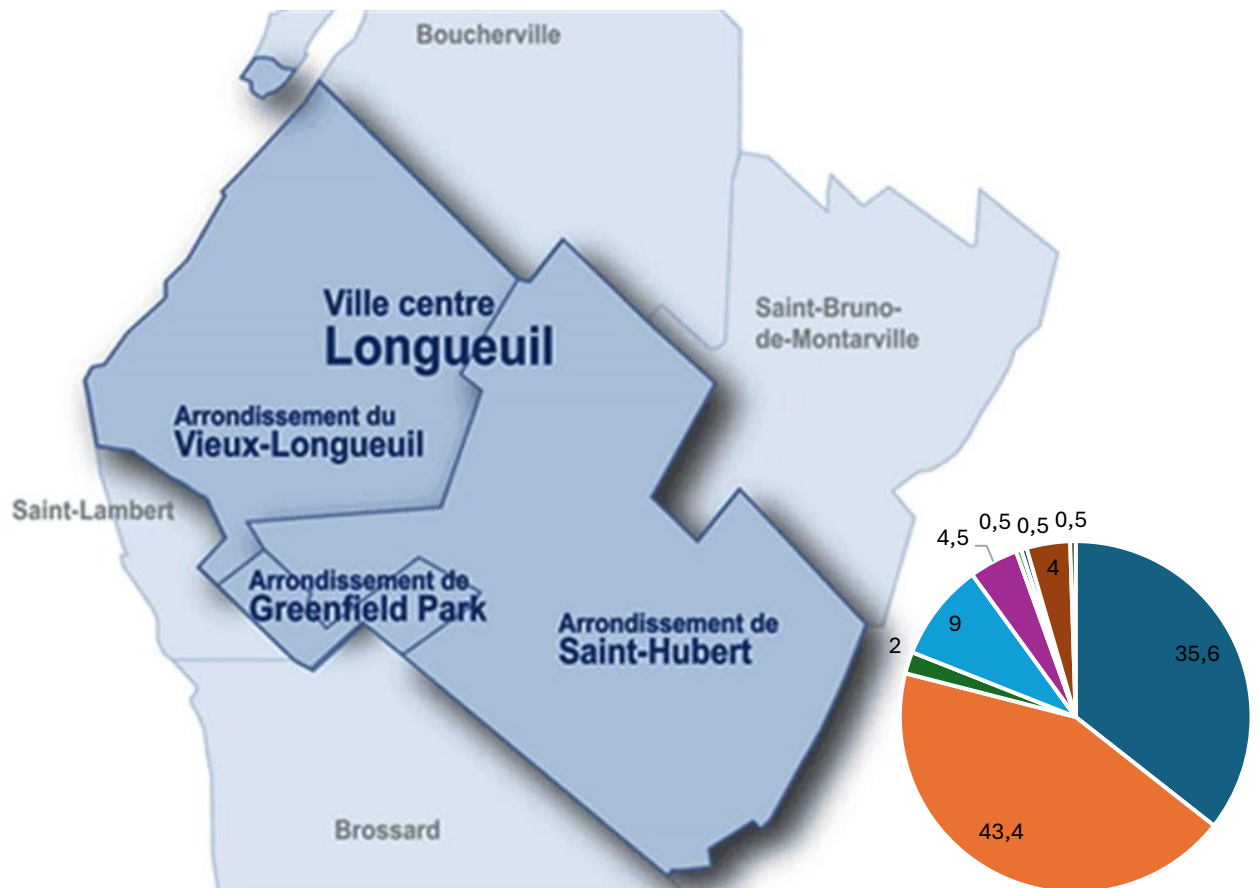
* « *Ailleurs et autrement* » est le slogan du mouvement alternatif en santé mentale au Québec. Il est inspiré du discours des partisans de la désinstitutionnalisation et signifie une volonté de développer des ressources ailleurs que dans les asiles et des pratiques différentes de celles des institutions psychiatriques.

(Extrait du site internet du *Regroupement des Ressources Alternatives en Santé Mentale du Québec*)

Au Second Lieu offre différents services aux membres, tels que :

- Le service d'écoute et de référence
- Les rencontres individuelles ou de groupes : Ateliers de démystification de la santé mentale
- Le service de photocopies, de télécopie, une ligne téléphonique pour les membres
- L'aide pour compléter les formulaires gouvernementaux et autres
- La confirmation de présences « Programme d'aide sociale et de solidarité sociale », aux fins de remboursement de transport pour les membres
- La disponibilité de trois ordinateurs avec une connexion internet et le soutien informatique
- Calendrier des activités
- Conférences

Territoire desservi



Longueuil	55 membres	Brossard	7 membres
Saint-Hubert	69 membres	Varenes	1 membre
Saint-Lambert	3 membres	Boucherville	1 membre
Greenfield Park	14 membres	Lemoyne	6 membres
		Montréal	1 membre

Au Second Lieu est une ressource qui dessert le Grand Longueuil et ses environs regroupant les arrondissements suivants : Greenfield Park, Saint-Hubert, Vieux-Longueuil, Ville LeMoyne, ainsi que les villes de Saint-Lambert, de Brossard et de Saint-Bruno-de-Montarville. La majorité des membres proviennent de la grande Ville de Longueuil. Une très faible proportion (3,2 %) des membres habitent à l'extérieur de cette région.

Conseil d'administration 2024-2025

Les membres se réunissent une fois par année lors de l'assemblée générale annuelle. C'est au cours de cette assemblée que les états financiers sont déposés et que le rapport d'activités leur est présenté. Ceux-ci élisent les membres du conseil d'administration qui assureront la gouvernance de l'organisme.

Les personnes ayant siégé au conseil d'administration en 2024-2025 proviennent de différents secteurs : 4 sont issus de la communauté, et 3 sont des membres de la ressource.

Pour 2024-2025, ce conseil était composé de :

- **François Tremblay**, président, Gestionnaire d'une entreprise privée
- **Denys Barbeau**, vice-président, membre de la communauté
- **Michel B. Rouleau**, trésorier, Gestionnaire d'une entreprise privée
- **Yves Bruneau**, secrétaire, Utilisateur de services
- **Luc Leclerc**, administrateur, Gestionnaire d'une entreprise privée
- **Alain Bérubé**, administrateur, Utilisateur de services
- **Benoît Richard**, administrateur, Utilisateur de services

La directrice, madame Marie Kombe, assiste à chaque rencontre du conseil d'administration ; celle-ci a le droit de parole, mais pas de vote.

Pour l'année 2024-2025, il y eut 10 rencontres ordinaires du conseil d'administration, et 1 rencontre extraordinaire.



Équipe

Personnel permanent pour 2024-2025

- **Marie Kombe** – Directrice Générale
- **Lucy Poitrenaud** – Intervenante en santé mentale - Chef d'équipe
- **Joanie Leduc** – intervenante en santé mentale
- **Yannick Larocque** – intervenant en santé mentale
- **Shani Thériault** – intervenante en santé mentale
- **Célénia Avenel** – intervenante en santé mentale



Personnel temporaire

La ressource a pu compter sur des employés additionnels au courant de l'année : nous avons accueilli 6 stagiaires au sein de la ressource :

- **Clara Gendron** - Cegep St-Jean – stage 1 Travail social
- **Felix Poitras** - Cégep St-Jean – stage 1 – Travail social – hiver 2025
- **Myriam Tremblay** – UDEM – stage 1 – Ergothérapie – hiver 2024
- **Dina Khawajazadah** – UDEM – stage 1 – Ergothérapie- hiver 2024
- **Samuel Provost-Lemire** – Cégep de Saint-Jean – hiver 2024.
- **Shaïma Ouni** - Université de Gatineau – stage 2 et 3 – psychoéducation – automne 2024 et hiver 2025.

Développement des compétences

Tout au long de l'année, le personnel a eu l'occasion de participer à différentes formations d'équipe et webinaires dans le but de renforcer ses compétences, d'actualiser ses connaissances et de bonifier ses pratiques d'intervention.

Formations

- | | |
|--|------------------------|
| 1. La victimisation partie 1 et 2 | ROCSMM |
| 2. Sexualité et santé mentale | ROCSMM |
| 3. Journée alternative et ACA | ROCSMM |
| 4. Les dépendances | Maison le Point Commun |
| 5. Éducation populaire autonome | CDC-AL |
| 6. L'approche de réduction des méfaits | CDC-AL |

Spécificités de la clientèle

En date du 31 mars 2025, on pouvait compter 163 membres actif et 5 membres amis ; pour un total de 168 membres pour l'année.

	2021-2022	2022-2023	2023-2024	2024-2025
Membres et Membres-amis	126	198	159	168

Pour l'année 2024-2025, nous remarquons également une variante dans le ratio hommes-femmes. Comme l'année passée, plus de femmes que d'hommes ont participé aux rencontres d'Au Second Lieu. Ainsi, pour l'année 2024-2025, nous avons 86 femmes, 79 hommes, et 3 personnes qui s'identifient comme étant « iel ».

La moyenne d'âge des membres reste la même avec quelques changements par rapport aux années précédentes. En effet, le groupe de 65 ans et plus a eu une augmentation de 6,98%, tandis que le pourcentage du groupe de 35-64 ans, lui, a diminué de 10,2%. Cependant, le groupe 18-34 ans a augmenté de 3,2%.

	2022-2023	2023-2024	2024-2025
Sexe (%)	F : 112 – H : 86	F : 87 — H : 72	F : 86 - H : 79 - IEL : 3
Moyenne d'âge (ans)	F : 52 – H : 58	F : — H : 5	F : 57 - H : 56 - IEL : 3



RDA : Rendez-vous d'accueil

Un rendez-vous d'accueil (RDA) est un temps que nous faisons en présentiel avec un nouveau membre, un intervenant du second lieu et si désiré une personne de l'extérieur qui accompagne le membre.

Lors de cette rencontre, nous présentons Au Second Lieu, ses activités, ses règles ainsi que les programmes et l'équipe des intervenants. Nous faisons également l'analyse des besoins et des intérêts de la personne et procédons au paiement de la carte de membre au coût de 10\$ pour l'année en exercice. Un coupon de gratuité est donné pour un dîner d'amitié afin que le nouveau membre ait l'occasion de commencer à créer des liens avec les autres membres.

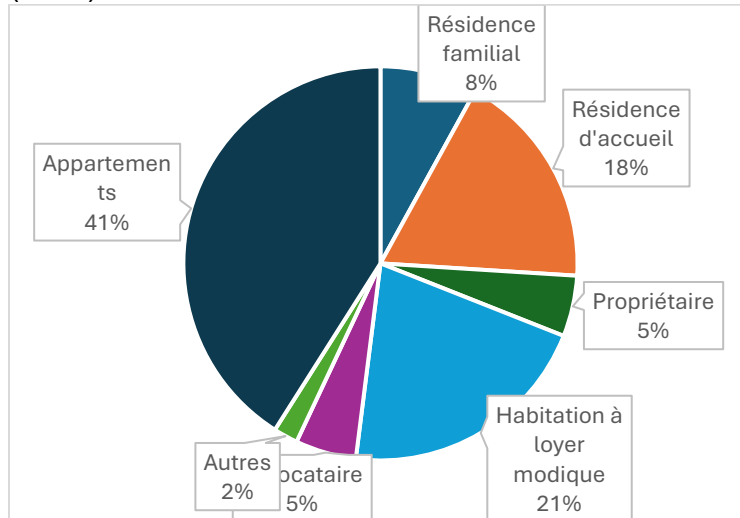
Cette année, les sources de références ont été très diversifiées : nos références nous sont parvenues des organismes communautaires, réseau de la santé, membres de la ressource, site web et page Facebook.



En ce qui concerne l'année 2024-2025, nous avons eu un total de 168 membres, dont 106 membres qui ont renouvelé leur carte pour l'année. Ce qui représente 63% des membres qui ont renouvelé leur carte de membre versus 36% des membres ayant nouvellement acquis leur carte de membre en 2024-2025.

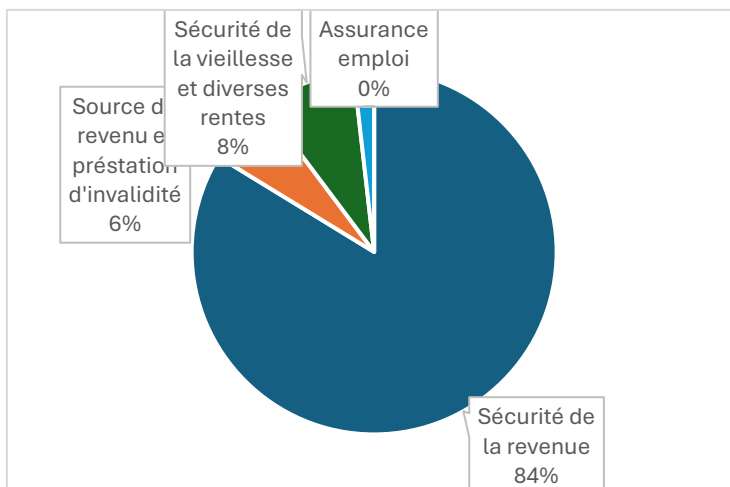
Types de résidences

La majorité des membres d'Au Second Lieu habitent seuls en appartement. De ceux-ci, une faible proportion (21 %) vit dans une habitation à loyer modique (HLM).



SOURCES DE REVENUS

Les statistiques sont recueillies auprès des membres lors de leur premier rendez-vous ou lors du renouvellement de la carte de membre. Les membres qui fournissent des informations sur leur situation le font sur une base volontaire. Encore cette année, la statistique est stable et révèle que plus de 83% des membres vivent de l'aide sociale. En ce qui concerne les autres sources de revenus mentionnées, on retrouve la sécurité de la vieillesse et diverses rentes (9 %), les prestations d'invalidité avec 6 % et finalement un taux de 2% pour les membres ayant un emploi.



Emploi : 3
Assurance Emploi : 0
Prestation d'invalidité : 11
Sécurité de la revenue :
140
Sécurité de la vieillesse et
diverses rentes : 14
membres

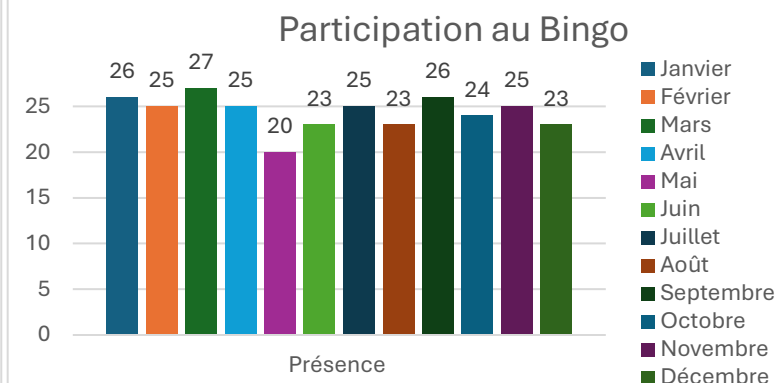
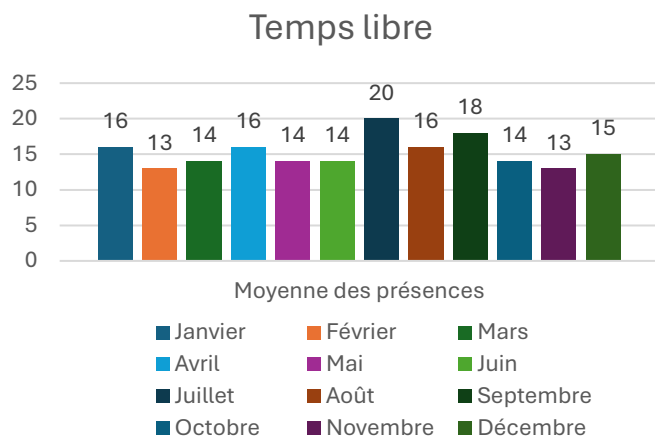
Les programmes

○ Programme des activités sociales

Ce programme a pour objectif principal de favoriser l'intégration sociale de nos membres en leur offrant des espaces sécuritaires, chaleureux et inclusifs où ils peuvent se retrouver, échanger, créer des liens et participer à diverses activités. C'est pourquoi ce programme s'attache à créer un environnement propice à la rencontre et au soutien mutuel, tout en proposant des activités variées qui répondent aux attentes et aux capacités de chacun.

1. Les activités récurrentes du programme des Activités Sociales

- a. **Les temps libres** : Cette activité ne nécessite aucun engagement. Un(e) intervenant(e) est disponible sur place pour répondre aux besoins ponctuels des membres. Cette année, ce sont 97 temps libres qui ont été planifiés avec une moyenne de participation de 15,5% des membres par mois, soit 26 personnes.



- b. **Le Bingo** : Cette année un bingo par mois a été organisé avec un minimum de 20 personnes sur 28 par bingo, ce qui représente 71% de participation sur le nombre total des membres dans l'année 2024-2025.
- c. **Les dîners d'amitiés** : Pour cette activité, nous pouvons accueillir un maximum de 35 participants. Cette année, 20 repas de dîner d'amitié ont été planifiés avec la participation de 72,2% des membres dans l'année.

Participation des membres au dîner d'amitié

Nbr Dîner	Avr.	Mai	Juin	Juil.	Aout	Sept.	Nov.	Déc.	Jan	Févr.	Mar.
#1 Dîner	29	31	33	32	35	32	33	32	25	27	29
#2 Dîners	34	30	35	35	33	33	31	33	-	33	29

2. Les activités ponctuelles

a. Les petites sorties ponctuelles :

Cette année, six (6) ateliers manuels et créatifs ont été planifiés, 3 jeux mystères/énigmes et recherche de coco, 2 ateliers sur le recyclage et 4 activités de quilles, billard et mini putt.

Toutes ces activités ont un minimum de participation de 6 membres et un maximum de 14 membres pour le mini-putt.

b. Atelier Manuels

Plusieurs ateliers de création artistique ont été offerts aux membres, afin qu'ils puissent découvrir le médium artistique qui leur convient le mieux. Des ateliers comme la création de colliers et de bracelets de billes, la décoration de bracelet de cuir et de coffre de bois, la sculpture d'argile et différents ateliers de peinture ont été donnés aux membres. Ces activités ont une grande popularité auprès des membres.

Ateliers de création artistique	Nb Ateliers	Nb participation
Atelier création colliers de billes	1	12
Atelier Création de bracelets de billes	1	12
Atelier Décoration de bracelet de cuir	1	10
Atelier décoration coffre de bois	1	9
Atelier création sculpture d'argile	1	8

c. Les incontournables

La Cabane à sucre

Cette année, notre sortie annuelle à la cabane à sucre a été planifiée en mars, sur 44 membres inscrits, 43 se sont présentés à l'activité et 26 ont accepté de répondre à notre questionnaire de satisfaction. Notre initiative vise à offrir à nos membres une sortie chaleureuse et conviviale à la cabane à sucre. Cette activité permettra de briser l'isolement, de favoriser les échanges et de vivre un moment de plaisir dans un environnement naturel et réconfortant.



Le camp d'été

Le camp d'été est l'un de ces moments forts. Chaque été, nous offrons à nos membres la possibilité de partir en camp, loin de leur quotidien, pour vivre des expériences en plein air. Ce séjour offre à chacun l'opportunité de se ressourcer dans un cadre naturel, de participer à des activités de groupe et de renforcer les liens entre les participants, tout en offrant à ceux qui n'ont pas les ressources financières nécessaires la possibilité de vivre une expérience de détente et de découverte.



Le dîner de Noël

Le dîner de Noël est un autre événement incontournable de l'année. C'est un moment où les membres se retrouvent pour célébrer les fêtes de fin d'année.

Le dîner de Noël est l'occasion de partager un repas de fête, de recevoir des cadeaux et de profiter d'une ambiance chaleureuse et joyeuse. Cet événement est particulièrement important pour nos membres, car il symbolise l'esprit de solidarité, de partage et d'unité. Le dîner de Noël est également un moment de reconnaissance pour les efforts et les réussites de l'année écoulée, et un moyen de renforcer les liens entre les membres et le personnel. Cette année, 65 membres ont participé au dîner de Noël.



○ **Programme de rétablissement**

Le but du programme est de soutenir les individus dans leur processus de rétablissement en leur fournissant des outils, des ressources et un accompagnement adapté.

Nous accompagnons nos membres dans les démarches personnelles selon leur objectif tout en renforçant leurs autonomies pour faire face à leurs défis, et cela à leur rythme. Et nous leur offrons de l'information et abordant plus personnellement leurs questions et leurs enjeux de santé mentale. Ce programme nécessite de travailler en collaboration avec des partenaires extérieurs afin de répondre le plus adéquatement aux besoins des membres.

Les activités récurrentes du programme de Rétablissement

a. Groupes de soutien

Les groupes de soutien permettent aux membres de comprendre le sujet qui touche à la santé mentale et d'identifier des solutions alternatives. Tous les membres peuvent participer librement aux thèmes qui les intéressent. Cela ne demande aucun engagement.

Pour l'année 2024-2025, sur 8 groupes ont été planifiés avec la participation de 32 membres, ce qui représente 19% des membres.

Voici les thèmes abordés :

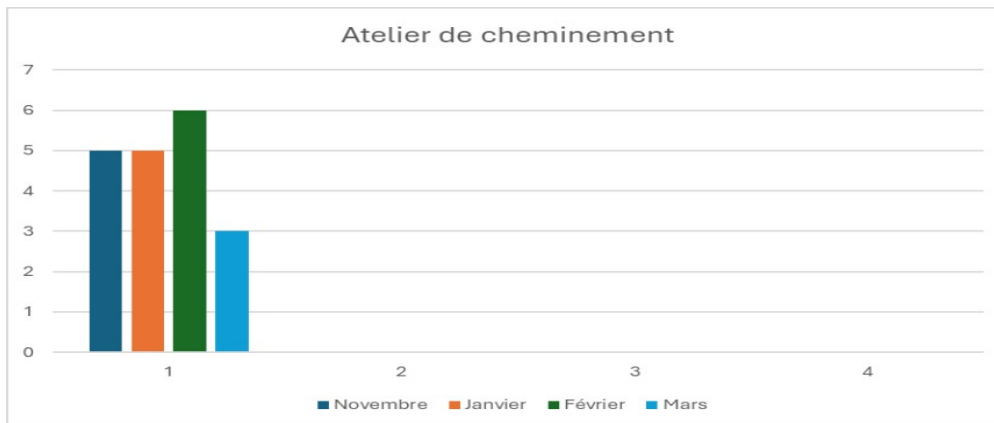
- La solitude
- L'anxiété
- Lâcher prise
- Hypersensibilité
- Le changement
- Apprendre à gérer sa colère
- L'estime de soi
- La gestion des émotions
- La dépendance affective



Dans ces ateliers les deux (2) sujets qui ont connu le plus haut taux de participation sont le lâcher prise et l'hypersensibilité.

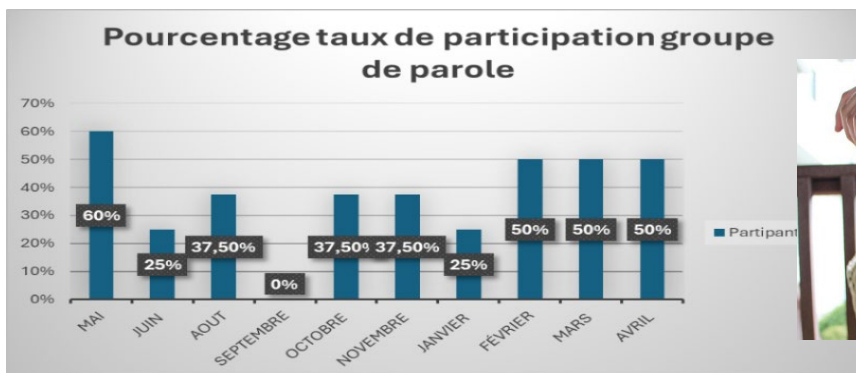
b. Atelier de cheminement :

L'atelier de cheminement est une initiative récente visant à accompagner un groupe de membres dans un processus de réflexion personnelle et d'offrir un espace d'échange et de développement. Les participants s'engagent à participer à 6 séances avec le même groupe de personnes à raison de 1 fois par mois. Les membres signent un engagement de confidentialité, s'engagent à développer et tester des outils, à être présents durant une longue période.



c. Groupe de parole/café-rencontres :

Le groupe de parole est une activité de partage libre, ce qui signifie que, contrairement au groupe de soutien nous ne donnons pas de sujet, ils sont alors libres de parler de ce qu'ils veulent. L'activité permet aux membres de se sentir moins seuls, de se sentir compris et également de créer des liens entre eux. Le groupe de parole est un espace sain et sans jugement. En moyenne pondérée, le taux de participation mensuel aux groupes de soutien est de **37,80 %** pour l'année.



d. Rendez-vous individuels :

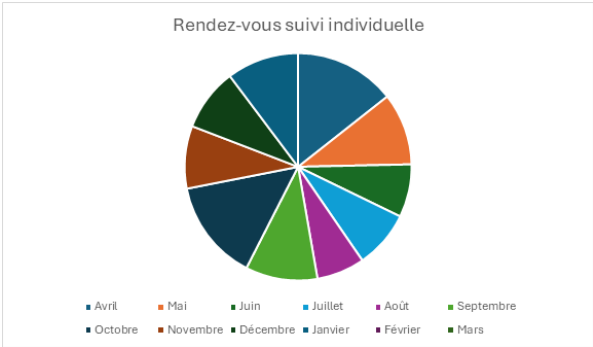
Nous avons fait plusieurs rencontres individuelles au cours de l'année. Ces rencontres ont pour but d'aider les membres à ventiler et à faire un processus personnel avec l'accompagnement d'un(e) intervenant(e). Le membre bénéficie d'une attention personnalisée et peut travailler sur un ou deux défis personnels d'une manière plus approfondie. Cela créera également un lien particulier avec un intervenant qui devient une personne de confiance vers qui se tourner en cas de besoin.

Durant l'année 2024-2025, nous avons eu une hausse significative des demandes de rencontres individuelles. En tout, il y a eu 12 rendez-vous

téléphoniques d’une durée d’environ 15 minutes et 134 rendez-vous en présentiel d’environ 45 minutes. Ajoutés à ce nombre, 36 rendez-vous ont été annulés.

Pour un total de 146 rendez-vous en 2024-2025. Ce qui fait une moyenne de 4 demandes de rendez-vous par semaine.
Les causes nommées sont :

- 1- L’anxiété causée par les finances : la gestion de l’argent
- 2- Le logement trop coûteux
- 3- La saine alimentation
- 4- La gestion de temps
- 5- La gestion des émotions (le deuil)
- 6- Les conflits entre amis



e. Les conférences

Plusieurs conférenciers ont offert des conférences en présentiel avec des sujets divers selon la demande, le besoin ou même l’intérêt des membres.

Conférences	Conférencières	Organismes
Gestion du changement	Intervenant ASL	Au Second Lieu
Au-delà des apparences	ANEB	ANEB
Zéro-Déchets	Intervenant ASL	Au Second Lieu
Le comportement des animaux	Intervenant ASL	Au Second Lieu
Inclusion et résilience	Intervenant ASL	Au Second Lieu
Naturothérapeute	Caroline Gagné	CISSSMC
Prendre soin de son environnement	Intervenant ASL	Au Second Lieu
Cours informatiques	Centre formatio	Centre Formatio
Du temps pour soi un bienfait	Intervenant ASL	Au Second Lieu
Auto-compassion	Danielle Bessette	Santé Mentale Québec



○ Programme Bénévolat

Les postes variés de bénévoles permettent de répondre aux différents besoins recherchés par les personnes désirant s'impliquer. Les activités, comme la cueillette alimentaire, la préparation de repas pour emporter, le bénévolat et la possibilité de devenir membre-bénévole du conseil d'administration, permet de créer des opportunités d'implication.

Cette année nous avons eu 62 bénévoles : 37 bénévoles usagers et 25 bénévoles externes. L'année d'avant 42 bénévoles : 28 bénévoles usagers et 14 bénévoles externes.

Nombre de bénévoles		Nombre d'heures de bénévolat
2023-2024 :	42	976 h et 45 minutes
2024-2025 :	62	1558 h

Catégorie de bénévolats	NB total d'activité	Nb heures bénévolat
Préparation de repas	19	137h et 30 min
Cueillette alimentaire	23	849h et 45 min
Conseil d'administration	12	288h
Dîner d'amitié	21	28h et 30 min
Carte de fête	12	24h
Activités Pour/par	9	36,5h
Comité alternative-bénévole	2	6h
Tâches ménagères diverses	32	34h
Dîner de Noël	1	48h
Bénévoles externes	14	105h et 45 min
Grand Total	145 Activités de bénévolat	1558 Heures

Tableau des catégories de bénévolats et le nombre d'heures de bénévolats faits

a. Moments de rencontres avec les bénévoles

Nous avons organisé 3 rencontres formatives et récréatives pour nos bénévoles, afin de créer et renforcer l'esprit d'équipe. Ces rendez-vous sont une opportunité, pour l'intervenant responsable du programme, de parler avec ses membres impliqués et de rappeler les consignes, dans un objectif d'uniformisation des directives, en plus, de remercier chaleureusement nos bénévoles.

Nombres de participants aux rencontres des bénévoles en 2024-2025

- Déjeuner des bénévoles de la cueillette alimentaire : 8 participants
- Dîner pour journée internationale du bénévolat : 26 participants

- Souper semaine thématique du bénévolat : buffet des continents : 28 participants

b. Notre incontournable : Les ateliers “Pour et Par”

Le programme pour et par, bénévolat va dans le sens d’encourager les membres à faire du bénévolat, afin de développer leur autonomie, et leur implication citoyenne au travers d’Au Second Lieu. Ainsi leur permettre d’avoir un impact dans leur communauté selon leur capacité.

Cette année, ce sont 3 membres usagers, qui ont animé 9 activités “pour et par”. Les activités animées par les membres sont bien aimées par les autres membres.

Voici la liste des ateliers et thèmes d’atelier offert en « pour et par » en 2024-2025.

Activités pour-par	Nb d’activités	Participation
Pour-par Manucure	1	3
Pour-par fleur	3	16
Pour-par porte clé tricot	1	8
Pour-par vase en livre	1	5
Pour-par bricolage St-Valentin	1	7
Pour-par Bricolage de Pâques	1	6
Pour-par peinture	1	7
Total	9	52

c. Les prix et reconnaissances 2024-2025

1- Le prix Angèle-Brisson

Le prix de reconnaissance Angèle Brisson est décerné par Au Second lieu avec un but précis, celui de reconnaître l’implication particulière d’un bénévole et du même coup, le remercier.

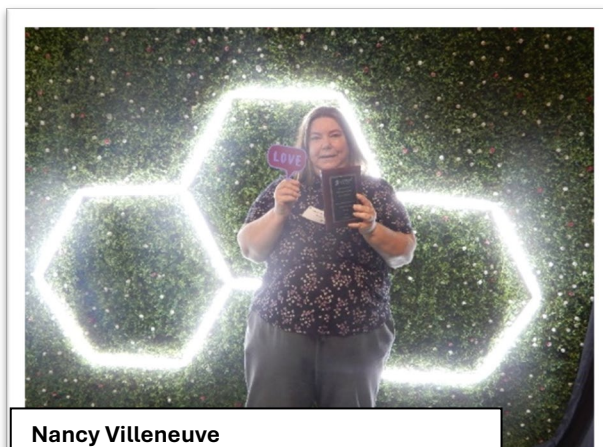
Angèle Brisson était une femme dévouée, au sein d’Au *Second Lieu*. Son engagement au sein de l’organisme a permis de faire d’Au Second lieu, la ressource qu’elle est aujourd’hui.

Depuis 2014, le prix de reconnaissance du « super-bénévole » est nommé Angèle Brisson en l’honneur de cette dernière et de ses efforts. Chaque année, il vise à honorer la personne qui s’est distinguée par son engagement bénévole. Un formulaire est mis à la disposition des membres pour qu’il puisse émettre leur vote. Ensuite, le décompte est fait selon les critères d’admission, le dévoilement se fait par la suite durant l’AGA. Cette année, lors de l’assemblée générale annuelle, le prix sera remis à un bénévole exceptionnel pour la 11^e année consécutive.



LE LAURÉAT DE L'ANNÉE 2024-2025

Nancy Villeneuve s'est démarquée par son assiduité et son organisation. Elle s'implique depuis plusieurs mois et s'est démarquée par sa vaillance et sa détermination. Cette personne apporte bonne humeur, motivation et éthique de travail durant son bénévolat. Elle a rempli son poste avec brio! Félicitation, Nancy, pour le prix Angèle Brisson !



Nancy Villeneuve
Gagnante du prix Angèle Brisson



Yves Bruneau
Gagnant de reconnaissance député de Vachon

2- Reconnaissance du député de Vachon, Ian Lafrenière

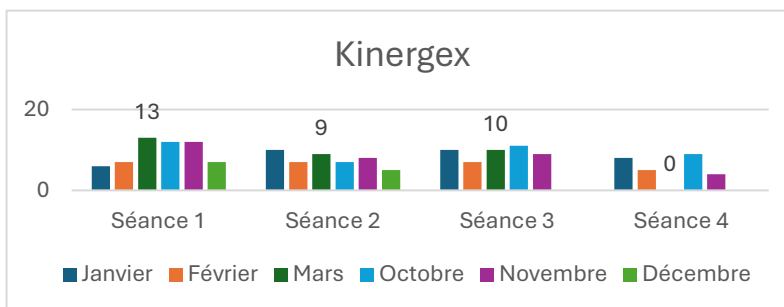
Le 15 avril 2024, monsieur Yves Bruneau, membre bénévole du conseil d'administration et bénévole ponctuel à la cueillette alimentaire, et l'intervenant responsable du programme pour et par d'Au second lieu, ont assisté à la soirée hommage des bénévoles au centre optimiste de Laflèche (3825 rue Windsor, à Longueuil). Cette soirée a été organisée par monsieur Ian Lafrenière, député de Vachon, afin de reconnaître l'apport du bénévolat de Monsieur Bruneau. Ce sont près d'une soixantaine de personnes qui ont assisté à cette rencontre qui fut l'occasion de souligner la générosité de plusieurs bénévoles du territoire. Bravo! À toutes ces personnes qui donnent de leur temps.

○ Programme des Saines Habitudes de Vie

Un esprit sain dans un corps sain! Voici, un mantra qui résume bien la raison pour laquelle, *Au Second Lieu*, croit qu'il est important d'avoir un volet d'activités, qui promeut les saines habitudes de vie.

a. Exercices physiques

En effet, il existe un lien entre le niveau d'activité physique et l'amélioration de l'état de santé mentale. Ainsi, nous travaillons avec Kinerdex, un partenaire qui emploie des kinésithérapeutes et nutritionnistes, pour offrir aux membres l'expérience des activités physiques ainsi que des ateliers alimentaires. Cela permet de conscientiser les membres sur l'impact positif d'une bonne hygiène de vie sur la santé mentale.



b. La cueillette alimentaire

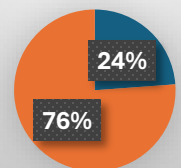
La cueillette alimentaire est un service qui a pour but à la lutte de la pauvreté et la sécurité alimentaire. Nous offrons deux cueillettes alimentaires par mois. Les membres participent en tant que bénévole, un groupe de 12 membres bénévoles gère, avec l'aide d'un intervenant, la commission, la réception et la préparation de la cueillette alimentaire.

Pour la modique contribution de 4\$, ils ont droit à une commande diversifiée. Grâce à notre partenariat avec Moisson-Rive Sud, des membres de l'organisme peuvent avoir accès à des denrées alimentaires de toutes sortes. Lorsque nous recevons un surplus de denrées périssables que nous n'avons pas pu distribuer, nous en faisons bénéficier un organisme de notre milieu : le castor qui donne.

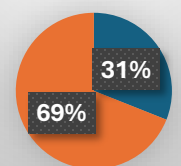
Il y a une progression constante de la demande concernant le dépannage alimentaire dans la région desservie par l'organisme.

- Nombre de dépannages alimentaires 2024-2025 : 23
- Nombre total de paniers distribués : 893 paniers
- Nombre total de kilos de denrées reçus de Moisson Rive-sud : 24 377kg

Inscription 2023-2024



Inscription 2024-2025



c. Préparation des repas à emporter

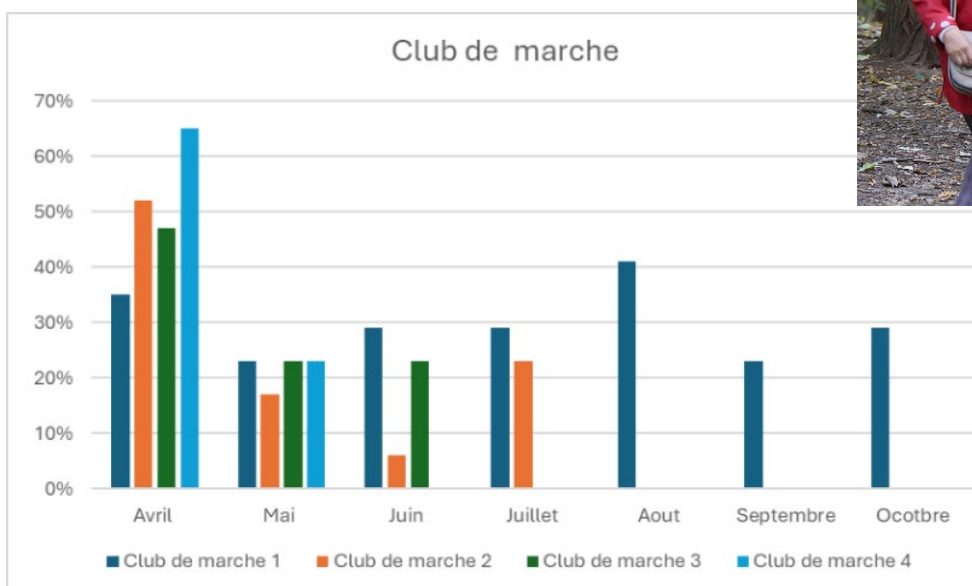
La demande des membres pour les repas à emporter est restée significative cette année. Notre cuisinière œuvre à la préparation d'une moyenne de 43 repas aux deux semaines. Pour y répondre, les membres bénévoles apprennent la préparation et la confection de recette en aidant notre cuisinière.

Pour 3 \$, les membres peuvent avoir un repas équilibré et nourrissant.



d. Club de marche

Nous avons commencé des groupes de marche en avril 2024, nous allons donc marcher avec nos membres à l'extérieur afin de motiver à bouger, et à favoriser les échanges entre les membres et les intervenants.



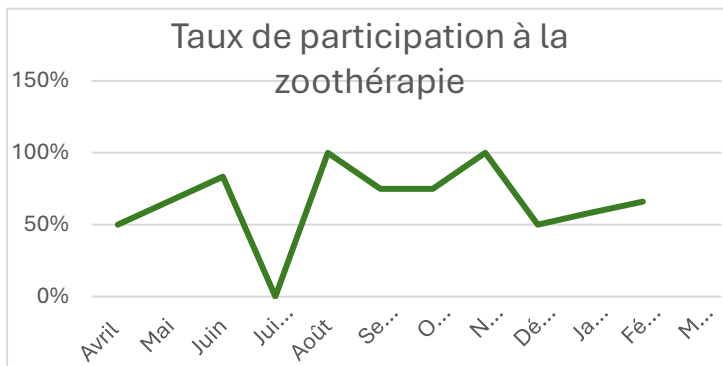
Les thérapies alternatives

L'approche alternative est très importante, elle est profondément ancrée dans notre philosophie d'intervention. Permettre aux membres d'expérimenter divers moyens de composer avec leurs enjeux de santé mentale, est un objectif principal pour Au Second Lieu. Ainsi nous offrons des activités abordables, qui leurs donnent l'opportunité de trouver le moyen qui leur convient pour gérer leurs émotions.

a. La zoothérapie :

La zoothérapie est une activité qui a un impact très positif sur nos membres. Cela permet aux participants de rencontrer Renton (chien de zoothérapie) dans un cadre thérapeutique. Cela permet aussi de créer des interactions positives entre les participants et d'offrir un espace d'apaisement, loin des préoccupations quotidiennes. Nous avons proposé 17 séances avec 6 places offertes à chaque fois (attention, elles ne sont pas toutes remplies à chaque session).

Cette année nous avons planifié une à deux séances par mois qui mène à un taux de participation de minimum 50 %.



b. Équithérapie :

Cette initiative enrichissante vise à promouvoir le bien-être et le développement personnel à travers des activités en lien avec les chevaux, offrant ainsi une expérience unique et thérapeutique.

Cette année, nous avons mis en place deux séances d'équithérapie en partenariat avec le Domaine du Chev'Allié à Saint-Jean-sur-Richelieu. L'objectif était d'aider nos membres à renforcer leur confiance en eux et à diminuer leur anxiété lors du travail. Au cours de l'année 2024 - 2025, nous avons eu 10 participants sur 11 inscriptions réelles et donc une annulation.



c. Tai-chi, méditation en mouvement

Cette année, nous avons continué à offrir le tai-chi. Cette manière de méditer permet aux membres qui ont besoin de bouger d'apprendre une méditation en mouvement.



	Activité	Moyenne de participants par séance	Participants différents
Ateliers	8	7	22

Atelier d'écriture			Atelier d'art-thérapie		
	#	Membres		#	Membres
Poésie classique	1	7	Atelier peinture sculpture (argile)	1	6
Slam poétique	1	5	Ensemble un dessin	1	5
Image pour soi	1	6	Atelier	1	5
Perception artistique	1	4	Ensemble une peinture	1	4
Connaissance de soi, volet 1-4	2	13	Atelier de perception artistique (Peinture)	2	13
Ensemble un poème	1	5	Connaissance de soi	1	6
Contemplation parc de la cité	1	2	Atelier peinture Sculpture/argile	1	5
Total :	8	42		8	33

d. Art-thérapie et Atelier d'écriture, représentations artistiques

Les ateliers d'écritures et de représentations artistiques sont une occasion pour les membres de découvrir un milieu artistique qui permet l'expression et la canalisation de leurs émotions. En 2024-2025, nous avons offert un total de 10 ateliers d'écritures et de représentations artistiques variées : poésie classique, slam poétique, peinture et poésie, ensemble un poème, contemplation au parc, image pour soi, perception artistique et connaissance de soi.

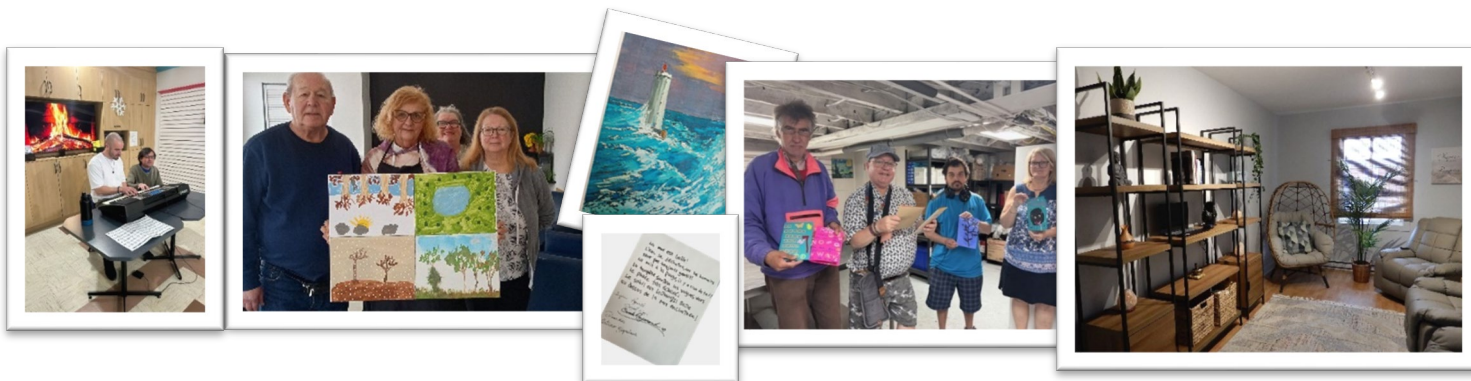
Musicothérapie : piano

Nous avons offert l'expérience de la musicothérapie à nos membres en jouant pour eux. Cela permet d'expérimenter l'effet de la musique, de canaliser leurs émotions artistiquement, moyennant un peu d'investissement de temps et de pratique. S'ils le désirent, les membres ont l'opportunité d'apprendre à jouer au piano avec un intervenant. Ce sont 2 ateliers de 1 heure qui ont été organisés avec une participation de 14 membres.

e. La bulle

La bulle se déroule dans une salle au deuxième étage, équipé de 4 fauteuils vibromasseurs. Nous utilisons les bienfaits de la luminothérapie, de l'aromathérapie ainsi qu'équipements multisensoriels contenant différentes sonorités relaxantes. Nous pouvons accueillir jusqu'à 16 membres par jours.

Nous pouvons accueillir jusqu'à 16 membres par jours. Durant l'année 2024-2025, les membres ont pu profiter de 108 séances de méditation/relaxation avec un nombre de 521 membres participants.



Enjeux et implications communauté

Au cours de l'année, plusieurs enjeux majeurs ont été soulevés par nos membres, reflétant la complexité de leurs réalités et les obstacles encore présents dans leurs parcours de rétablissement et de réinsertion.

○ Violence envers les femmes

La participation à la marche contre la violence faite aux femmes a mis en lumière l'importance de continuer à sensibiliser sur cette problématique.

○ Fracture numérique et accès à l'informatique

Que ce soit pour prendre rendez-vous, suivre une thérapie en ligne, chercher un logement ou maintenir un lien social, les barrières technologiques sont importantes pour plusieurs membres.

○ Lutte à la pauvreté

Considérant le fait que la majorité des membres reçoivent la sécurité du revenu, l'organisme se doit de considérer la question de l'accessibilité, à tarif abordable, dans la planification d'activités. En effet, l'augmentation fulgurante du coût de l'alimentation et la crise du logement touchent grandement les membres de la ressource.

○ Accessibilité du transport en commun

Lors de notre assemblée générale, de nombreux membres ont soulevé les difficultés d'accès au transport en commun. Que ce soit pour se rendre à des rendez-vous médicaux, à des activités ou même simplement pour maintenir un lien avec la communauté. L'enjeu de mobilité est un frein important à l'inclusion sociale.

○ Réinsertion dans un nouvel environnement

Se retrouver dans un nouvel endroit, souvent après une hospitalisation, une rupture ou une relocalisation, représente un défi majeur pour plusieurs. L'accompagnement personnalisé est souvent absent dans ces moments critiques.

○ Rupture dans les services

Enfin, une portion significative de nos membres se retrouve sans intervenant attitré, ou sans médecin. Cette réalité crée un vide de soutien psychosocial, alors même que les enjeux vécus nécessitent une approche globale et humaine. L'épuisement du réseau et le manque de ressources en santé mentale communautaire aggravent cette problématique.

Promotion, partenariat et visibilité

Dans le cadre de nos actions de promotion pour l'année 2024-2025, nous avons participé à une journée de réseautage organisé en collaboration avec le CISSS de la Montérégie. L'événement a rassemblé divers partenaires offrant l'opportunité de découvrir de nouvelles approches et d'explorer les offres de services disponibles dans le réseau.

Elle a également favorisé la création de nouvelles collaborations, tout en nous permettant d'accroître notre visibilité et de mieux nous faire connaître dans le domaine.

Nous faisons partie du :

- ROCSMM
- CDC_AL
- RRASMQ
- Troc-M



ROCSMM
Regroupement des organismes
communautaires en **santé mentale**
de la Montérégie
s'informer - oser dire - s'engager



Regroupement des
ressources alternatives
en santé mentale
du Québec



TABLE RÉGIONALE
DES ORGANISMES
COMMUNAUTAIRES ET
BÉNÉVOLES DE LA MONTE RÉGIE

a. Partenariat

Nous mettons un point d'honneur à collaborer avec nos partenaires locaux pour offrir des services et des activités variées à nos membres. Nous travaillons ainsi étroitement avec :

- Chambre des commerces
- DSSH
- TSM
- CAB
- Table de la sécurité des matières
- La bouffe du carrefour
- Cégep de St-Jean-Sur-Richelieu
- La ville de Longueuil
- Moisson Rive-Sud
- Maison des jeunes de Sainte-Catherine
- Centre d'action bénévole de St-Hubert
- Domaine Chev-Allié
- Université de Montréal
- Université du Québec en Outaouais
- CISSS de Montérégie
- Castor qui donne
- Réseau d'habitation chez soi



Centraide
du Grand Montréal



Centraide du Grand Montréal

Au Second Lieu est soutenu financièrement par Centraide du Grand Montréal depuis plusieurs années et toujours fier de collaborer avec ceux-ci au besoin. Cette année, un montant additionnel nous a été octroyé pour le camp d'été, ce qui a permis de maintenir le coût du camp à 80 \$, et ce, malgré la hausse des prix. Merci à Centraide sans qui, Au second Lieu ne pourrait pas atteindre ses objectifs.



- **Site web**

- **Inscription de la ressource dans divers bottins**

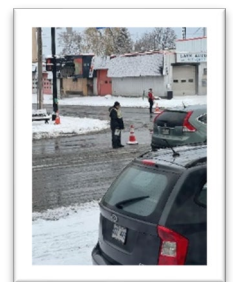
- Info lettre développement social Saint-Hubert
- Info lettre du ROCSMM

- **REPRÉSENTATIONS EXTÉRIEURES**

- CDC-AL : communauté de pratique des gestionnaires
- ROCSMM : communauté de pratique
- CDC-AL : communauté de pratique sur les approches inclusives
- Table de concertation de Brossard

- **La « Grande Guignolée des médias de la Rive-Sud » 2024**

Cette année Au Second Lieu a pu compter sur la participation des membres pour le projet « Grande Guignolée des médias de la Rive-Sud ».



- **Thématique de la santé mentale 2024 :**

Cette année les membres ont pu participer à une semaine thématique sur le thème de la gentillesse. Pour souligner cette semaine l'équipe a préparé divers ateliers : pensée positive derrière le calendrier, signet comment prendre soin de sa santé mentale, atelier bien-être, biscuits sourires, groupe de parole et création d'une corde à linge avec des mots bienveillants.



- Célébration de l'anniversaire de la ressource AGA 35^e
METTRE UNE PHOTO
- Nos calendriers sont disponibles sur page Facebook « Au Second Lieu », mais aussi sur notre site internet en page d'accueil : [Accueil — Au second lieu.](#)

Des sondages sont régulièrement distribués aux membres afin de leur permettre d'évaluer les différentes activités proposées. Ces outils d'évaluation sont essentiels pour recueillir leurs impressions, mesurer leur satisfaction, et identifier les pistes d'amélioration.

- Donner une voix active aux membres
- Adapter les activités aux besoins réels et aux intérêts
- Améliorer continuellement notre programmation
- Renforcer le sentiment d'appartenance et d'implication

Objectifs 2025-2026

Porté vers l'avenir...



Dans une volonté d'évolution, de modernisation et d'accessibilité, notre organisme amorce pour l'année 2025-2026 un virage numérique. L'objectif est de renforcer notre présence en ligne, de développer des outils de communication et de favoriser une meilleure diffusion de nos actions, services et valeurs auprès de notre communauté.

Aujourd'hui, une grande partie de la population utilise les plateformes numériques pour s'informer, se mobiliser, ou chercher de l'aide. Pour un organisme communautaire en santé mentale, être présent en ligne, c'est :

- Briser l'isolement numérique et social
- Rejoindre de nouveaux publics, notamment les jeunes adultes
- Valoriser le travail accompli au quotidien
- Rendre visibles notre mission, nos services et nos projets
- Créer une communauté en ligne bienveillante, axée sur le soutien et la sensibilisation

1. Inscription en ligne

Nous voulons que pour l'année 2025-2026 que les membres puissent avoir la possibilité de s'inscrire aux activités du mois en ligne, ce qui pourrait désengorger la ligne téléphonique et réduire l'anxiété d'attendre pour avoir la confirmation, réception de leur demande d'activité.

2. Lancement d'un compte Instagram

- Contenu destiné à faire connaître la ressource, valoriser les activités, et sensibiliser sur les enjeux de santé mentale
- Utilisation d'un ton humain, accessible et respectueux

3. Augmenter la fréquence et la qualité des publications

- Varier les formats : photos, témoignages, affiches, événements, citations
- Impliquer les membres dans la création de contenu (ex. : photos d'activités, mots inspirants)
- Optimiser les publications pour qu'elles soient plus visibles et partagées
- Créer des visuels professionnels et cohérents
- S'assurer que les informations essentielles (heures d'ouverture, services, contact) sont à jour et faciles à trouver.

4. Début des travaux de rénovation du recouvrement extérieur de la bâtisse : La date est fixée au 15 juin 2025.