



L'Oasis
DE LOTBINIÈRE
GROUPE COMMUNAUTAIRE ALTERNATIF
EN SANTÉ MENTALE

RAPPORT ANNUEL 2019-2020



L'organisme est ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 16h.



17, rue des Érables
St-Flavien (Qc)
G0S 2M0
418.728.2085

oasisdelotbiniere@globetrotter.net
www.oasisdelotbiniere.org

SOMMAIRE

Mot de la présidente.....	4
Mot de la directrice.....	5
Qui sommes-nous?	
Présentation de l'organisme.....	6
L'équipe de L'Oasis.....	8
Conseil d'administration.....	9
Membership.....	10
Nos bons coups 2019-2020.....	11
Bilan des priorités 2019-2020.....	13
Statistiques et faits saillants.....	15
Nos services	
Groupe d'entraide	
Milieu de vie.....	16
Connaissance de soi et vers la communauté.....	21
Volet intégration au travail	
Programmes d'intégration sociale.....	24
Service de suivi, maintien et intégration à l'emploi.....	27
Réalizations et implications	
Activités de promotion.....	30
Concertation, collaboration et représentation.....	31
Priorités 2020-2021.....	36
Remerciements.....	37

MOT DE LA PRÉSIDENTE

HILDA GUERARD

Bonjour!

Chers membres, l'année a été une belle réussite. On a eu des cours d'anxiété et d'estime de soi qui ont été très appréciés. On s'est impliqué pour le dossier de la pauvreté à travers plusieurs rencontres de partage, on a été sélectionné comme finaliste au Gala d'excellence du CISSS-CA pour notre programme d'intégration sociale et son projet nichoirs. On n'a pas gagné, mais c'était quand même très gratifiant. Merci aux personnes qui font le programme et qui fabriquent les beaux nichoirs d'oiseaux. Vous êtes victimes de votre succès, car les nichoirs sont très en demande.

Comme vacances d'été, nous sommes allées au Miller Zoo et au Domaine de l'Héritage, en plus des autres sorties.

Du côté de la maison, on a eu un pépin, l'eau est montée au sous-sol et il a fallu refaire tout le plancher. On a aussi fait faire la cour en asphalte.

Nous avons aussi mis sur place différents comités, entre autre celui de mobilisation pour le logement et un pour débiter le nouveau site internet.

Nous voilà rendu en 2020 qui était bien partie, mais il y a eu ce fameux virus qui a tout arrêté. C'est une pandémie; le coronavirus. Au mois de mars, nous avons dû fermer l'Oasis, mais l'équipe a continué de soutenir l'ensemble des membres et nous avons su nous réorganiser comme organisme pour être présents et proactifs dans cette crise.

Merci à notre dévouée Edith, aux intervenantes et au conseil d'administration pour votre beau travail! À très bientôt j'espère!





Le changement n'est pas seulement nécessaire à la vie, il est la vie. Et, par conséquent, vivre c'est s'adapter.

- Alvin Toffler



MOT DE LA DIRECTRICE

EDITH LAMBERT

Et voilà une citation qui résume, ô comment bien, la vie à L'Oasis! Encore cette année, les défis ont été nombreux et ont demandé de l'adaptation à tous.

L'année a débuté par un dégât d'eau majeur au sous-sol. Hé oui, il fallait tout refaire notre beau sous-sol presque neuf. Les travaux se sont déroulés sur plusieurs mois, mais maintenant nous sommes mieux protégés d'éventuels dégâts d'eau avec notre nouveau plancher à l'époxy et les plinthes de vinyle. Également, des cheminées d'accès nous permettront de nettoyer nos conduits souterrains.

La pénurie de main d'œuvre, nous a aussi amené plusieurs difficultés pour le maintien des activités du programme d'intégration sociale. L'équipe de travail et les participants ont été très persévérants, patients et conciliants dans cette longue démarche qui a presque duré 1 an. Le 1er octobre arrivait Émy, notre perle rare enfin trouvée! Une pensée spéciale à l'équipe de travail qui a pallié pendant 6 mois pour ce manque de personnel. Pour une petite équipe comme la nôtre, le fait d'avoir une travailleuse en moins, augmentait la charge de travail pour chacune d'entre nous. Merci Marie-Josée pour ta disponibilité et ton support auprès des PIS et merci super équipe de feu pour votre engagement exceptionnel !

Une belle mobilisation pour l'émergence de projets dans le milieu ont aussi teinté cette année. Le GRAP de Lotbinière pour le projet des Incroyables comestibles, la présidence à la TROCASM-12 et le travail fait pour le dossier du logement, font partie des nombreuses implications de notre ressource dans notre milieu. Cela est sans compter les nombreuses activités offertes et le support donné à nos membres.

Enfin, la fin de l'année avec la COVID-19, nous a donné bien du fil à retordre comme organisme, comme équipe et aussi comme individu. Malgré cela, nous avons su nous adapter et demeurer présents pour l'ensembles des membres de L'Oasis.

Je tiens à remercier les membres du conseil d'administration pour leur belle implication. Les réunions sont toujours agréables, courtoises et respectueuses, c'est vraiment plaisant de travailler avec vous. Aussi, merci Hilda de ta disponibilité, de ton ouverture et de l'amour que tu portes à notre mission. Je suis fière de l'équipe que nous formons tous ensemble, pour que L'Oasis soit ce merveilleux lieu d'accueil et d'acceptation.



PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

L'OASIS DE LOTBINIÈRE

L'Oasis est un groupe communautaire alternatif en santé mentale, qui existe depuis 1993 dans la MRC de Lotbinière.

Mission

Notre mission vise à améliorer la qualité de vie des personnes vivant ou ayant vécu une problématique de santé mentale, une période difficile ou un déséquilibre émotionnel.

Notre philosophie et notre approche

L'approche alternative nous amène à accorder une attention particulière à la personne, en reconnaissant son histoire, son vécu et ses forces. Nous sommes un lieu d'entraide favorisant le partage d'expériences et la solidarité permettant aux membres de s'impliquer et de faire connaître leurs forces.

L'Oasis, c'est une façon différente d'accueillir la souffrance psychologique.

entraide

accueil

liberté

solidarité

respect



PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

L'OASIS DE LOTBINIÈRE

Volet milieu de vie :

S'ENTRAIDER

Le volet milieu de vie vise à briser l'isolement en offrant une variété d'activités et en favorisant l'implication de chacun pour développer l'entraide en groupe. La lutte à la pauvreté est une importante préoccupation de ce volet.

Volet connaissance de soi et vers la communauté :

S'ÉPANOUIR

Ce volet vise à accompagner les personnes dans leurs démarches personnelles afin d'améliorer leur estime, leurs compétences et leur connaissance d'elles-mêmes. Il favorise également le rayonnement de l'organisme dans la communauté.

Volet d'intégration au travail : S'INTÉGRER et S'ACCOMPLIR

Ce volet vise à aider et accompagner les personnes qui souhaitent:

- Développer des compétences de travail ou un projet de vie
 - Intégrer le marché du travail
 - Maintenir leur emploi
- Avoir de l'aide et du support pour leur démarche d'emploi
 - Formation et soutien aux employeurs



L'ÉQUIPE DE L'OASIS

- Édith Lambert, directrice générale
- Émilie Tremblay, intervenante en santé mentale, responsable du volet milieu de vie
- Mélanie Boucher, intervenante en santé mentale, responsable du volet connaissance de soi et vers la communauté
- Marie-Josée Sirois-Brousseau, intervenante en santé mentale, responsable du service de suivi et de maintien à l'emploi
- Émilie Tanguay-Simard, intervenante en santé mentale, responsable du programme d'insertion sociale
- Geneviève Martineau, emploi d'été 2019
- Maggy Bédard, stagiaire automne 2019
- Carolane Chénard, stagiaire en orientation été 2019

De gauche à droite : Mélanie B. superviseure de stage de Maggy Bédard, Geneviève Martineau et M-Josée S-Brousseau superviseure de Carolane C.



De gauche à droite : Émilie Tanguay-Simard, Émilie Tremblay, Édith Lambert, Marie-Josée S-Brousseau et Mélanie Boucher



CONSEIL D'ADMINISTRATION

2019-2020

9 réunions
régulières et **2 CA**
spécial.

4 comités
- Politique transport
- Évaluation dg
- Financement
- Site Internet

Représentations

- Consultation CISSS
- AGA Centraide, CDC
et L'A-Droit
- RRASMQ
- Gala excellence du
CISSS

AGA de L'Oasis 6 juin 2019

37 personnes présentes
36 membres
1 non-membre

- Hilda Guérard, Présidente
- Francine Boucher, Vice-présidente
- Gabriel Demers, Secrétaire
- Christian Richard, Trésorier
- André Auclair, Administrateur
- Henri Thibodeau, Administrateur
- Julie Asselin, Administratrice



Gabriel, Edith L et Julie A. au RRASMQ

Henri T.

Christian R.

Francine B.

Gabriel D.

Hilda G.

André A.



MEMBERSHIP

2 TYPES DE MEMBRES

Membre actif :

toute personne vivant ou ayant vécu une problématique en santé mentale, qui participe aux activités ou recevant des services selon la philosophie alternative de l'organisme, peut devenir membre actif. Les membres actifs ont droit à toutes les activités de l'organisme et paient 40% du coût de l'activité et le transport est gratuit.

109 membres

Membre sympathisant :

toute personne adhérant aux valeurs et aux objectifs de l'organisme peut devenir membre sympathisant. Il ne peut toutefois prétendre au statut de membre actif. À certaines occasions, il sera invité à participer à nos activités.

34 membres

Assemblée générale de L'Oasis 2018-2019



Un total de 143 membres!

NOS BONS COUPS

Gestion de la crise Covid-19

Le 16 mars 2020 avait lieu un CA spécial, afin de mettre en place un plan d'action en lien avec la crise de la COVID-19. Les locaux de L'Oasis ont été fermés et toutes les activités prévues ont été annulées, afin de respecter les recommandations de la Santé publique. Des adaptations à nos services ont été faits :



- Appels téléphoniques auprès de tous les membres de l'organisme : 150 appels réalisés entre le 16 et le 31 mars 2020.
- Intervention en santé mentale de soutien, d'accompagnement auprès des membres.
- Paniers de dépannage alimentaire.
- Mise en place d'une ligne de soutien pour la communauté.
- Appels auprès de toutes les municipalités et du CISSS pour leur expliquer notre réorganisation de services.
- Réorganisation de l'équipe pour la mise en place du télétravail.

Mise en place d'un comité de vie associative

Nous avons d'abord accueilli le Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec pour une formation sur l'implication et l'entraide. L'équipe de travail, ainsi que les membres ayant participé à la formation ont tous manifesté le désir de davantage faire vivre ses valeurs dans notre ressource. C'est ainsi que le comité a vu le jour et l'objectif de celui-ci est de *favoriser l'implication des membres pour une meilleure vie associative à L'Oasis*. Celui-ci s'est rencontré à 5 reprises dans l'année.

Le rôle du comité est :

- Participer activement à la mise en place des activités.
- Cerner les besoins au sein du groupe.
- Amener de nouvelles idées.
- Respecter le budget d'activités.
- Avoir un pouvoir décisionnel sur le choix des sorties mensuelles ou les nouvelles activités du groupe d'entraide.



NOS BONS COUPS

Mise en nomination au Gala d'excellence du CISSS-CA

Nous sommes très heureux de notre nomination au Gala Cap sur l'excellence du CISSS de Chaudière-Appalaches. Nous étions finaliste dans la catégorie : *organisme communautaire/amélioration continue pour l'excellence de sa contribution pour le développement des communautés*, pour notre projet : " S'intégrer avec un projet vert et innovant (programme d'intégration sociale et nichoirs d'oiseaux).

Le conseil d'administration et la directrice ont vécu cette belle soirée en compagnie de Normand Côté, préfet de la MRC de Lotbinière et de Mme Nicole Labrecque, directrice du Centre d'éducation des adultes des Navigateurs, des partenaires importants à notre projet.



Virage vert



Suite à différents ateliers réalisés avec les membres, voici les changements qui ont été mis en place dans la ressource :

- Utilisation de savons à main, à lessive, à vaisselle biodégradables et écologiques.
- Utilisation de produits nettoyants biodégradables et écologiques.
- Fermer les lumières lorsque l'on quitte la pièce.
- Diminuer les photocopies.
- Réduire notre consommation d'eau.
- Atelier sur le compost et mise en place du compostage à L'Oasis
- Maintenir nos efforts de recyclage et porter une attention particulière à la réduction des déchets.
- Réduire le gaspillage alimentaire.

Asphaltage de la cour

En septembre dernier nous avons conclu le projet de la maison Oasis-Lions en pavant notre cour.

Cette aménagement permet des déplacements plus sécuritaires pour les personnes à mobilité réduite.



BILAN DES PRIORITÉS 2019-2020

Être proactif et se positionner dans le dossier du logement et de l'itinérance dans la MRC de Lotbinière, dans l'optique à long terme de développer de nouvelles alternatives pour les personnes vivant ou ayant vécu avec une problématique de santé mentale.

- Préparation et animation de la Soupe au caillou sous le thème du logement.
- Préparation de 2 témoignages en lien avec le vécu du logement.
- Journée de réflexion avec les membres de L'Oasis pour connaître leurs besoins en lien avec le logement.
- Mise en place du comité Action-logements Lotbinière.
- Travail à l'élaboration du projet « Équipe de soutien et de proximité de L'Oasis pour un mieux-être collectif dans les logements sociaux de la MRC de Lotbinière ».

Journée de réflexion et de consultation sur les enjeux de logements dans notre MRC



BILAN DES PRIORITÉS 2019-2020

Dans le contexte de pénurie de main d'œuvre, mettre de l'avant l'expertise de L'Oasis en intégration socioprofessionnelle et le travail des personnes vivant ou ayant vécu une problématique de santé mentale.

- Début des travaux de réflexion pour un nouveau dépliant.
- Contacts avec la SADC de Lotbinière et la MRC de Lotbinière/secteur économique pour favoriser le référencement.
- Mise en place d'un comité de partenaires pour une action commune.
- Malheureusement, la situation de la Covid-19 a retardé les travaux de cette priorité.

Développer et créer un nouveau site internet.

- Partenariat avec un bénévole de Bénévole expertise pour débiter la démarche.
- Mise en place d'un comité de travail (CA et équipe de travail).
- Rencontre avec la compagnie Niveau 5 pour débiter les travaux.
- Malheureusement, la situation de la Covid-19 a retardé les travaux.

STATISTIQUES ET FAITS SAILLANTS

En 2019-2020, l'Oasis a comptabilisé **2348 passages** dans la ressource.

Cette année, c'est **210 journées d'ouverture** pour une **moyenne de 45 à 60 passages par semaine** dans nos locaux.

Les appels téléphoniques

Pour l'année 2019-20, c'est un **total de 2815 appels téléphoniques**, dont **1481 provenant des membres** de L'Oasis et **1334 étant d'autres communications**.

Accompagnements individuels

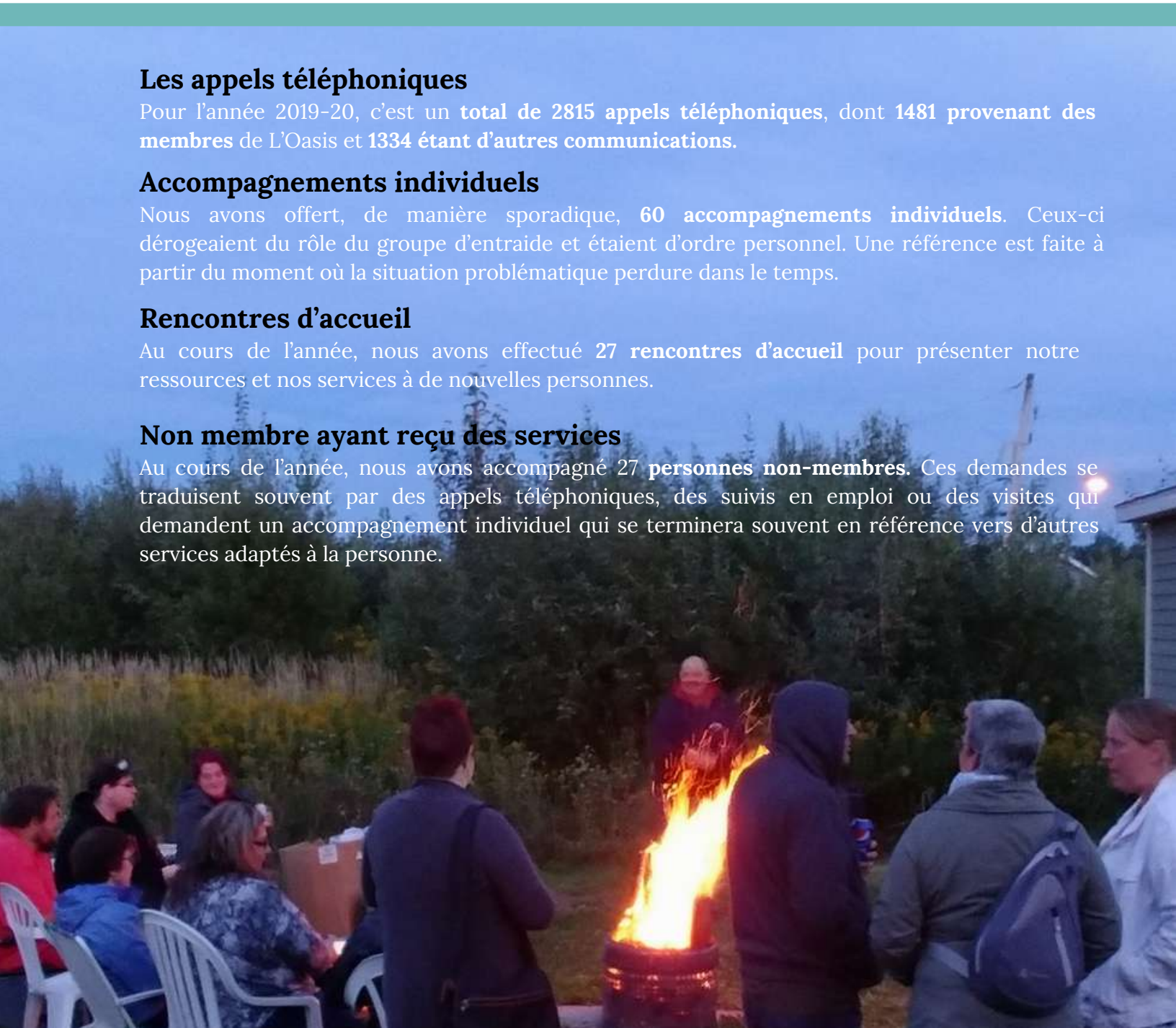
Nous avons offert, de manière sporadique, **60 accompagnements individuels**. Ceux-ci dérogeaient du rôle du groupe d'entraide et étaient d'ordre personnel. Une référence est faite à partir du moment où la situation problématique perdure dans le temps.

Rencontres d'accueil

Au cours de l'année, nous avons effectué **27 rencontres d'accueil** pour présenter notre ressources et nos services à de nouvelles personnes.

Non membre ayant reçu des services

Au cours de l'année, nous avons accompagné **27 personnes non-membres**. Ces demandes se traduisent souvent par des appels téléphoniques, des suivis en emploi ou des visites qui demandent un accompagnement individuel qui se terminera souvent en référence vers d'autres services adaptés à la personne.



GROUPE D'ENTRAIDE : MILIEU DE VIE



Le mandat du milieu de vie vise à briser l'isolement des personnes en favorisant l'implication de chacun pour favoriser l'entraide en groupe dans le respect de la philosophie alternative. Nous travaillons toujours afin que l'appropriation du pouvoir, l'entraide et l'écoute soient au coeur de nos actions et teintent tout le milieu de vie. Nous croyons que le bien-être des personnes débute par la reconnaissance de leurs forces, de leurs intérêts et de leurs besoins. Ainsi, la programmation mensuelle est planifiée par les membres en début de mois pour le mois suivant.

Sortie de groupe au Domaine l'Héritage



**Pour moi, le groupe
d'entraide c'est
« Le plaisir de se
retrouver! »**

MILIEU DE VIE

Voici une liste plus précise des activités du milieu de vie tenues au cours de l'année :

➤ Activités sportives : 9

Marche, relaxation, massothérapie, réflexologie, baignade etc.

➤ Activités culturelles : 23

Sorties, cinéma, magasinage etc.

➤ Activités créatives et récréatives : 32

Art, bricolage, jeux société, cuisine, bingo etc.

➤ Activités de développement social et personnel : 35

Ateliers estime, formation, alimentation, connaissance de soi, causerie etc.

➤ Activités d'entraide et de bénévoles: 8

Implication à un projet collectif, comités etc.

➤ Activités démocratiques : 16

Consultations horaires, pré-ca, journal etc.

➤ Les bruncheries : 9

➤ Repas communautaires : 50

➤ Activités spéciales : 4

Souper des bénévoles, voyage été, méchoui, party Noël, cabane sucre etc.

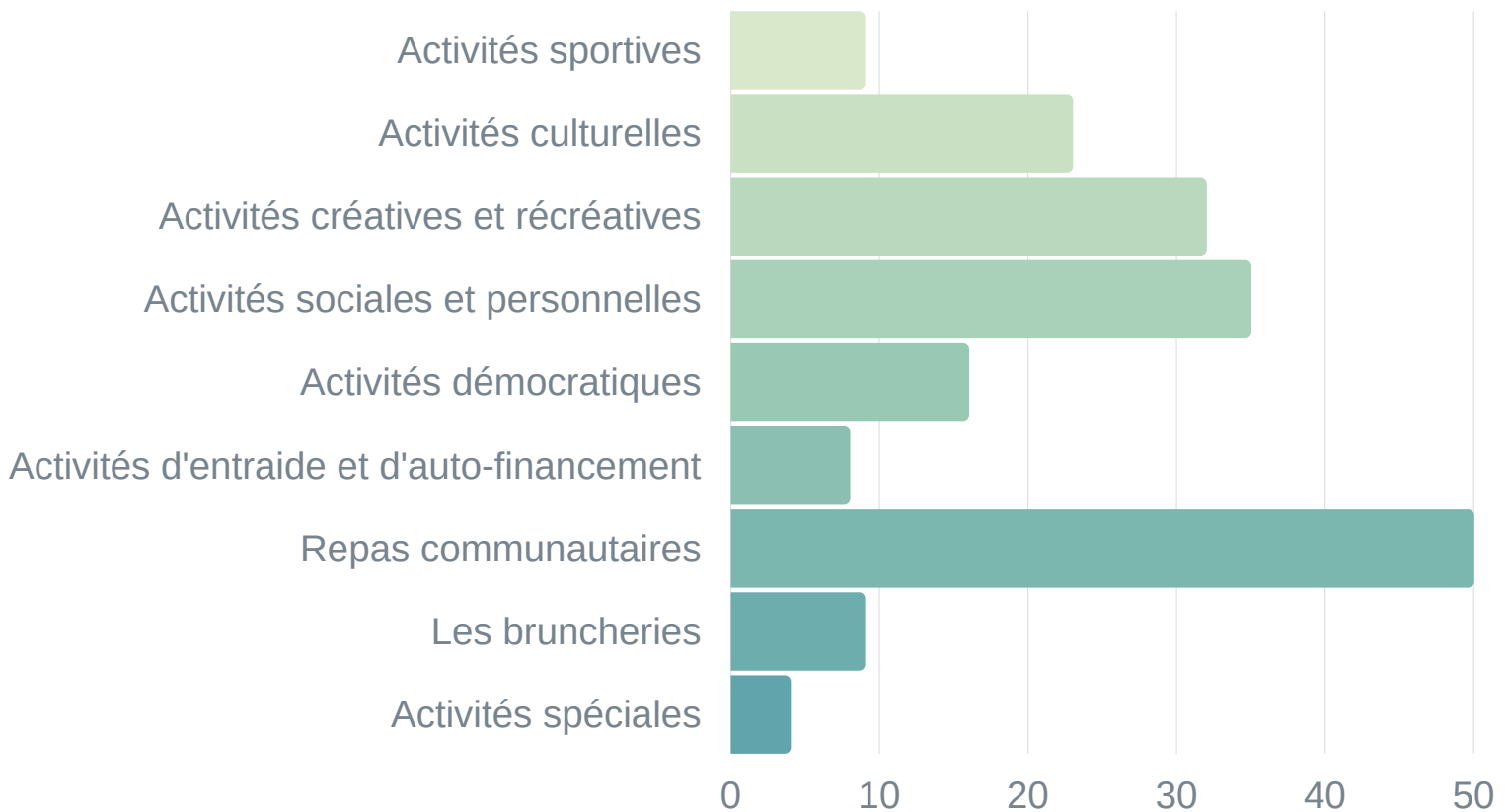
Un total de 186 activités



Cabane à sucre

MILIEU DE VIE

Le graphique suivant nous illustre bien comment sont réparties les activités du milieu de vie dans l'année selon les demandes et besoins des membres. Nous remarquons que les demandes d'activités venant des membres sont très diversifiées quant aux types d'activités.



MILIEU DE VIE



**Pour moi, le groupe
d'entraide c'est**
« Les intervenantes qui
sont des rayons de
soleil! »



Sortie de groupe au Miller Zoo



**Pour moi, le groupe
d'entraide c'est**
« Être accueilli dans un
environnement
chaleureux. »



MILIEU DE VIE

Café de l'entraide

C'est autour d'un bon café que cet atelier se veut un moment d'échange sur les expériences vécues ainsi que sur les forces et les moyens utilisés pour atteindre une amélioration de leur santé mentale.

Une moyenne de **10 participants** aux **3 rencontres**.

On cuisine!

Ces rencontres ont pour but de promouvoir l'autonomie alimentaire et de saines habitudes de vie dans afin d'améliorer la qualité de vie des membres de L'Oasis tout en développant l'estime de soi et le sentiment de compétence des participants.

À chaque rencontre, une moyenne de **15 personnes** étaient présentes!

Femmes de cœur

En collaboration avec le Centre-Femmes, les ateliers sont conçus pour permettre aux femmes de prendre un moment de pause, pour échanger et rencontrer d'autres femmes.

En moyenne, il y avait **18 femmes** par rencontre. Cela dit, les **8 rencontres** ont rejoint plus de **140 participantes**.



CONNAISSANCE DE SOI ET VERS LA COMMUNAUTÉ



Le mandat du volet connaissance de soi et vers la communauté vise à accompagner les personnes dans leurs démarches personnelles afin d'améliorer leur estime, leurs compétences et leur connaissance d'elles-mêmes. Il favorise également le rayonnement de l'organisme dans la communauté, dans le respect de la philosophie alternative.

Cuisines collectives

Les cuisines collectives s'adressent à tous les membres actifs de L'Oasis, qui désirent améliorer leur alimentation en tenant compte de leur budget limité.

9 cuisines collectives ont eu lieu avec **2 groupes de 6 participants** en alternance.

Marchand de lunette

Le Marchand de lunettes offre la possibilité à toute personne d'obtenir des lunettes, ce service est accessible à tous quel que soit le revenu.

10 cliniques qui ont rejoint plus de **100 personnes!**



Alternative santé Alternative Santé

Alternative Santé offre une série d'ateliers se concentrant sur les différentes alternatives favorisant une bonne santé mentale et physique.

20 séances ont au lieu avec une moyenne de **10 participants par rencontre.**



CONNAISSANCE DE SOI ET VERS LA COMMUNAUTÉ



Programme J'Avance

Les programmes J'Avance de Revivre sont implantés dans notre ressource depuis quelques années. L'autogestion de la santé vise l'adoption de comportements qui diminuent les symptômes, aident à prévenir les rechutes et améliorent le bien-être des personnes au quotidien.

1 cohorte d'autogestion de l'anxiété de participants en 19-20



1 cohorte d'autogestion de l'estime de soi de 12 participants a débutée en janvier 2020

Autogestion de l'anxiété :

Cette série de 10 ateliers permet d'acquérir des connaissances et des compétences pour jouer un rôle actif dans le rétablissement de son anxiété, ainsi que dans le maintien d'une bonne santé mentale à long terme. Cela dit, différents outils facilitant la réappropriation du pouvoir en lien avec l'anxiété sont exposés au groupe. une cohorte a terminé en avril et une autre a débuté en septembre.

En 2019-2020 nous avons rejoint **36 participants** avec les ateliers J'Avance.

Autogestion de l'estime de soi :

Cette série de 10 ateliers permet d'acquérir des connaissances et des compétences nécessaires afin de jouer un rôle actif dans le rétablissement de son estime de soi, ainsi que dans le maintien d'une bonne santé mentale à long terme. Ainsi, différents outils facilitant la connaissance de soi, les émotions, l'affirmation de soi et les comportements sains sont exposés aux participants.

CONNAISSANCE DE SOI ET VERS LA COMMUNAUTÉ



ABC Lotinière:

ABC Lotbinière se déplace une fois par mois dans nos locaux, afin d'améliorer les compétences de lecture et d'écriture des participants. En moyenne, il y avait 6 à 8 participants, lors des 8 rencontres.

BibliOasis

Nous comptons plus de 200 livres en lien avec la santé mentale dans notre bibliothèque et ceux-ci sont offerts en prêt à nos membres.



Journal

Cette année, le journal « Le Partage » a une fois de plus été le rassembleur d'informations tant pour les membres actifs que pour les membres sympathisants. On a pu compter 3 envois du journal, soit en septembre, décembre 2019 et mars 2020. C'est au minimum 125 copies par édition que nous imprimons.

Tirage à la fête de Noël



VOLET INTÉGRATION AU TRAVAIL

PROGRAMME D'INTÉGRATION SOCIALE



« **Ma réalisation de vie** » vise principalement les personnes qui veulent entreprendre une démarche personnelle et améliorer leur connaissance de soi par le biais d'activités d'apprentissage. L'intervenante assure une présence continue et offre un support aux participants afin de les guider vers leur objectif personnel. Les participants doivent s'impliquer activement dans leur démarche en étant présents au programme tel que demandé, soit 3 jours par semaine de 9h00 à 15h00.

6 participants différents ont participé au programme durant la dernière année, avec une moyenne de 4 participants actifs par groupe.

Le programme est divisé en 3 phases d'apprentissage:

178 périodes de savoir-faire, pour un total de 534 heures.

Le **savoir-faire**, se présente sous la forme d'expérimentations diverses et permet aux participants de développer des aptitudes telles que la minutie, la patience, la polyvalence, la capacité d'adaptation et le sentiment d'accomplissement, pour ne nommer que celles-là.

54 périodes de savoir-être, pour un total de 162 heures.

Le **savoir-être**, implique la participation active à divers ateliers, aide les participants à développer une bonne connaissance d'eux-mêmes, tout en leur donnant des outils pour améliorer leur qualité de vie.

38 périodes de savoir, pour un total de 114 heures.

Le **savoir**, aide les participants à acquérir une meilleure connaissance des ressources existantes dans leur région, facilite leur autonomie, stimule l'empowerment, et leur permet de développer des connaissances sur divers sujets.



PROGRAMME D'INTÉGRATION SOCIALE

« **En route vers l'emploi** » s'adresse aux participants qui ont un objectif de retour en emploi à plus ou moins long terme. Avec la collaboration de l'intervenante du Suivi et maintien à l'emploi, les participants peuvent bénéficier d'un stage de 4 semaines afin qu'ils puissent découvrir le milieu de l'emploi. Sinon, ils continuent leurs activités dans le programme. 5 participants ont participé à ce programme cette année, tous dans des mesures PAAS-Action.



Projet nichoirs

En avril 2018, nous avons démarré notre projet nichoirs, un petit plateau de travail à vocation régionale, environnementale et sociale. La MRC de Lotbinière est partenaire du projet, elle finance la moitié du coût d'achat des nichoirs pour les résidents de la MRC.

Au début du projet, nous avons fait une présentation au conseil des maires et les municipalités étaient invitées à acheter des nichoirs d'oiseaux pour les installer dans leur village respectif. La démarche pour une conformité des nichoirs, a été soutenue et validée par M. Stéphane Lamoureux, biologiste au Regroupement QuébecOiseaux. Les espèces ciblées étaient : l'hirondelle bicolor et le merle bleu de l'est, qui ont les mêmes besoins pour les nichoirs, et dont la population est en déclin dans la région.

PROGRAMME D'INTÉGRATION SOCIALE

Projet nichoirs

En 2019-2020, nous avons participé à 2 marchés de Noël et à la Fête des semences pour promouvoir le Projet Nichoirs sur le territoire de la MRC. Les participants étaient bien sûr impliqués dans la préparation et la participation à ces événements. Ils devaient s'occuper de préparer l'inventaire de nichoirs et le matériel nécessaire à l'installation du kiosque, assurer le service à la clientèle, tenir un registre lié à la vente des nichoirs, ainsi qu'opérer la petite caisse. De plus, la vente aux résidents des municipalités est allée bon train. Voici un tableau qui illustre le nombre de nichoirs vendus par municipalités en 2019-2020.

Municipalités	Total nichoirs
Dosquet	2
Issoudun	15
Joly	7
Laurier-Station	6
Leclercville	5
Lotbinière	23
St-Agapit	29
St-Agathe	34
St-Antoine	12
St-Apollinaire	21
Ste-Croix	12
St-Édouard	7
St-Flavien	6
St-Gilles	10
St-Narcisse	3
St-Patrice	11
Val-Alain	11
Autre	1
TOTAL MRC	215
HORS MRC	18
GRAND TOTAL	233



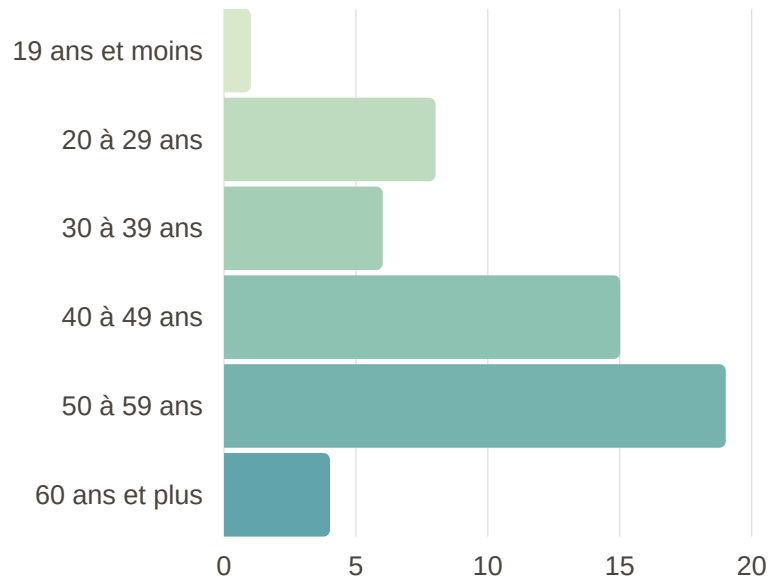
Soirée au Gala d'excellence du CISSS-CA



SERVICE DE SUIVI, MAINTIEN ET INTÉGRATION À L'EMPLOI

Ce service a pour but d'aider les personnes à cheminer vers le marché du travail et à s'y maintenir afin d'améliorer leur qualité de vie. Nous offrons ce service grâce à l'aide financière que nous avons en entente pour activités spécifiques au PSOC.

En 2019-2020, **53 personnes** différentes ont utilisées le service, dont **15 nouvelles personnes**. Au total, **16 personnes non membres** ont reçu des services. Les services ont été alloués à des personnes à l'emploi ou sans emploi, en arrêt de travail, en évaluation des besoins, références ou en recherche d'emploi.



Inauguration des nouveaux locaux de CETAL.



23 hommes
30 femmes

SERVICE DE SUIVI, MAINTIEN ET INTÉGRATION À L'EMPLOI

Suivis en emploi

En 2019-2020, **34 personnes travaillaient** en entreprise adaptée sur un poste subventionné (PSEA), **10 personnes** à titre de travailleur régulier, **5 personnes** en contrat d'intégration au travail (CIT), **3** en mesure d'emploi Québec (PASS).

C'est **714 suivis directs** avec les membres/employés (rencontres en milieu de travail ou à L'Oasis) et **417 suivis indirects** auprès des employeurs et des partenaires (appels, fax, courriels ou rencontres avec des partenaires, employeurs, médecins de famille, psychiatres, etc).



Au total, **1 131 interventions** ont été effectuées.

Au total, **168 suivis** ont été faits auprès de **7 différents employeurs**.

Suivis aux employeurs

Chaque personne recevant ce service a préalablement établi une entente particulière avec l'intervenante en lien avec son dossier employé. Avant toutes actions posées, la personne a été consultée et tous les gestes posés sont faits dans le respect de la confidentialité, ainsi que pour l'intérêt de la personne.

SERVICE DE SUIVI, MAINTIEN ET INTÉGRATION À L'EMPLOI

Un total de 249 suivis/rencontres de ce type a été réalisé en 2019-20.

Suivis avec les partenaires

Afin de mieux aider les personnes, nous avons travaillé avec différents organismes. Ces partenaires sont le CISSS de Chaudière-Appalaches, le SEMO, SPHÈRE-Qc, le CRDP, etc. L'implication des partenaires est importante dans le cheminement d'une personne puisqu'ils peuvent former un réseau d'aide adéquat et coordonner leurs actions afin d'aller dans un sens commun.



Les **dîners des partenaires** chez Cétal ont lieu 1 fois par mois et est l'occasion de s'informer en tant que partenaires de l'entreprise Cétal: les nouveautés, les changements, etc. En plus de regrouper le personnel de direction, les ressources humaines, chefs d'équipe et contremaîtres de Cétal, il y a également la Commission scolaire des Navigateurs (CSDN), le SEMO Ste-Croix et des Érables et la Passerelle qui sont impliqués dans ces rencontres.

Aussi, un **souper d'entraide des travailleurs** a eu lieu avec 7 personnes sous la formule 5 à 7.

RÉALISATIONS ET IMPLICATIONS

ACTIVITÉS DE PROMOTION

Nos différentes activités de promotion nous ont permis de rejoindre directement **600 personnes** différentes au cours de l'année 2019-2020 !

2 conférences qui ont rejoint **400 personnes**.

- Activité de la soupe au caillou
- Semaine Nationale de la santé mentale : *Éloge de la bienveillance* avec Jasmin Roy

Atelier sensibilisation

Cette année, 1 atelier de sensibilisation à la santé mentale, plus particulièrement sur la gestion de l'anxiété, a été donné au Regroupement des personnes aidantes dans la région de Lotbinière. Pour un total de **100 personnes** rejointes.

Kiosque de promotion

Nous avons tenu 2 kiosques de promotion au cours de la dernière année, un lors de notre conférence de Jasmin Roy et l'autre a eu lieu à l'école secondaire Pamphile Lemay. Nous avons rejoint **100 personnes** différentes.

Page Facebook

695 personnes suivent notre page Facebook « L'Oasis de Lotbinière ».

Communiqué de presse

Un total de 4 communiqués de presse qui nous a donné de la visibilité dans l'hebdo local et dans notre milieu.

Le comité organisateur de la conférence de Jasmin Roy, lors de la semaine Nationale de santé mentale



RÉALISATIONS ET IMPLICATIONS

CONCENTRATION, COLLABORATION ET REPRÉSENTATION

Ayant à cœur la transformation sociale de sa communauté, L'Oasis s'implique dans plusieurs instances locales, régionales et provinciales. C'est ainsi que plusieurs projets et activités voient le jour. Ces représentations contribuent à « nourrir » notre organisme et notre milieu en étant au fait des enjeux, des préoccupations ou des besoins en lien avec notre mission.

Local

GRAP de Lotbinière

Partenaires: Centre-Femmes, Corporation de développement communautaire, Corporation de défense de droits sociaux, Aide alimentaire Lotbinière, CLSC Laurier-Station, Carrefour Jeunesse Emploi Lotbinière et Carrefour des personnes âgées.

L'année a été particulièrement chargée en raison des Mesures 11 et 13 du PAGIEPS et des différents projets qui en découle. Des comités ont été mis en place à cet effet.

23 rencontres ont eu lieu dans l'année en GRAP et la directrice générale de L'Oasis a consacré **70 heures en représentation seulement** au GRAP pour ses comités, ses projets et les différentes activités en 2019-2020.

Journée dans le cadre de la tournée provinciale "Rassemblons" du Collectif pour un Québec sans pauvreté



GRAP de Lotbinière

Soupe au caillou

Le Groupe de réflexion et d'action sur la pauvreté de Lotbinière (GRAP) a souligné la Journée pour l'élimination de la pauvreté, le 17 octobre, sous le thème « Pauvreté et logements », près de 200 personnes étaient présentes.

Comité Incroyables comestibles

Le comité s'est rencontré à 6 reprises pour mettre en place les Incroyables comestibles dans notre MRC. Nous avons également été présenter le projet au conseil des maires de janvier et organisé une rencontre d'information où 50 personnes provenant de tous les milieux se sont déplacés pour en savoir davantage sur le déploiement du projet.

Comité RH pour la chargée de projets

Ce comité a été mis en place pour procéder à l'embauche et au suivi de la chargée de projet en lien avec la mesure 11 du PAGIEPS. 4 rencontres de comités ont eu lieu.

Rencontre en lien avec la pauvreté

2 rencontres ont eu lieu, une en novembre, en lien avec le Collectif de recherche Pauvreté et ruralité de l'UQAR et l'autre en janvier avec Collectif pour un Québec sans pauvreté. Plusieurs membres ont participé à ces rencontres.

CDC Lotbinière

L'Oasis a participé à un déjeuner des dg et à l'AGA de la CDC. Nous avons aussi participé à la Table de Concertation et Développement Communautaire de Lotbinière (TCDCL) où les différents acteurs de la région se rassemblent. Plus de 15 heures de participation aux activités de la CDC en 2019-2020.

Rencontre d'information pour la mise en place des Incroyables comestibles dans la MRC de Lotbinière



RÉALISATIONS ET IMPLICATIONS

CONCENTRATION, COLLABORATION ET REPRÉSENTATION

GAISL : Groupe d'action en intégration socioprofessionnelle dans Lotbinière

Partenaires : CISSS (CRDI, CLSC), Cétal, APHL, CJEL, SEMO Chaudière-Appalaches

Trois rencontres pour un bilan et état de la situation sur les enjeux socioprofessionnels des personnes vivant des limitations sur le territoire. Le comité analyse et discute des enjeux dans la MRC, qui se situent principalement au niveau de la pré-employabilité vu le contexte de plein emploi et du très bas taux de chômage dans la région.

Comité santé mentale Lotbinière

Partenaires : CISSS secteur Laurier-Station, Le Contrevent, S.R.I.C., Tel-Écoute du Grand Littoral

Le comité s'est rencontré à **3 reprises** au cours de l'année 2019-2020: l'objectif du comité est d'améliorer l'efficacité des services en santé mentale donnés sur le territoire de Lotbinière, en se donnant de l'information, en se concertant sur différents dossiers et en faisant la promotion de la santé mentale. Un total de **9 heures** de représentation par la directrice générale de L'Oasis pour ce comité.

Conférence de Jasmin Roy, lors de la semaine Nationale de santé mentale



RÉALISATIONS ET IMPLICATIONS

CONCENTRATION, COLLABORATION ET REPRÉSENTATION

Régional

Regroupement des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches ROC-12

L'Oasis de Lotbinière a participé à l'assemblée générale de ce nouveau regroupement et est membre de celui-ci depuis l'automne 2017.

Table Régionale des Organismes Communautaires Actifs en Santé Mentale de Chaudière-Appalaches : TROCASM-12

L'Oasis siège sur le conseil d'administration de la TROCASM-12; la directrice générale de L'Oasis, est la présidente de la table cette année. **Plus de 100 heures** de la directrice générale ont été consacrées au bon fonctionnement de cette table, qui est un lieu d'échange, d'information, de concertation et de ressourcement pour les organismes actifs en santé mentale.

Comité santé mentale Chaudière-Appalaches

Partenaires: Tous les organismes communautaires en santé mentale et le CISSS de Chaudière-Appalaches, direction santé mentale et dépendance.

Ce comité vise à favoriser la concertation et l'échange pour le déploiement du plan d'action en santé mentale dans Chaudière-Appalaches. **Deux rencontres** ont eu lieu en 2019-2020, **6 heures de représentation** par la directrice générale.

Rencontre avec la TROCASM-12



RÉALISATIONS ET IMPLICATIONS

CONCENTRATION, COLLABORATION ET REPRÉSENTATION

Provincial

PROVINCIAL RRASMQ : Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec

Au cours de la dernière année, L'Oasis s'est impliquée au RRASMQ. En effet, c'est cinq **personnes** ont participé à la rencontre régionale dans le cadre de la démarche "Se donner du souffle", en novembre sous le thème du logement. Nous avons aussi participé à la rencontre Nationale qui avait lieu en janvier 2020, afin d'établir une position commune en vue du prochain plan d'action en santé mentale. Nous avons participé à l'assemblée générale annuelle du RRASMQ, en juin. Enfin, toute l'équipe de L'Oasis a participé aux P'tits rendez-vous de l'alternative en septembre 2019.



Rencontres avec le RRASMQ



PRIORITÉS 2020-2021

Offrir des services aux membres adaptés au contexte de la Covid-19

Finaliser le site internet

Travail de proximité dans les HLM

Planification stratégique

Journée de formation avec le RRASMQ



REMERCIEMENTS

Pour le bon déroulement des nombreuses activités réalisées à L'Oasis, il est primordial d'avoir l'appui financier de partenaires et d'être entourés de plusieurs bénévoles.

Merci à nos partenaires financiers

Le **CISSS Chaudière-Appalaches** finance L'Oasis par le biais du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).



Centraide fait partie de nos bailleurs de fonds depuis de nombreuses années.



Moisson Québec nous fournit des denrées alimentaires afin de réaliser nos cuisines collectives et nos repas communautaires et ainsi lutter contre la pauvreté.



Mme Madeleine Cantin remettant un chèque de 1000\$ à la Présidente Hilda Guérard



Plusieurs de nos activités sont faites en collaboration avec le **Centre d'Éducation aux Adultes des Navigateurs** (CÉAN), dont le programme « Ma réalisation de vie ». Nous souhaitons les remercier de leur soutien, lequel contribue à améliorer notre financement. Nos PAAS-Action sont offerts avec la collaboration de **Services Québec**.



Merci à nos bénévoles

Remercions d'abord tous les **membres du conseil d'administration** qui ne comptent pas les nombreuses heures de réunion et autres comités. C'est près de **400 heures** dans le cadre des réunions régulières ou des comités qui ont été réalisées par les membres du conseil d'administration cette année.

Merci également à plusieurs de nos **membres et à nos bénévoles**, qui donnent de leur temps pour divers travaux en lien avec l'entretien de la maison et du terrain. Ce sont **25 membres** différents qui ont mis leur temps et leur énergie à la disposition de notre organisme en 2019-2020 pour un total de **200 heures**. Merci à nos transporteurs de denrées que nous allons chercher à tous les mois à Moisson Qc.

Un gros merci à vous!

La Caravane des investissements de Centraide



En avril dernier, nous avons souligné la Semaine de l'action bénévoles en participant à l'activité de Reconnaissance des bénévoles "Coeur de cowboys" organisée dans notre MRC.

Chaque personne ayant fait du bénévolat était invitée à cette soirée et un certificat leur était remis.

Bravo et merci à tous nos membres et nos bénévoles qui s'impliquent !



Nous remercions également chaleureusement tous nos donateurs pour l'année 2019-2020:

Dons en appui à la mission

- Le Marchand de lunettes
- Mme Madeleine Cantin
- Municipalité de Laurier-Station
- Chevaliers de Colomb de Val-Alain
- M. Michel Sylvain

Dons dans le cadre de la campagne

« Donner à L'Oasis, c'est pas fou! »

- Fondation Québec Philanthrope
- Hamel Construction
- Intragaz
- Miroir Laurier
- Promutuel Chaudière-Appalaches
- Les Immeubles Clément Dubois



L'Oasis

DE LOTBINIÈRE

GRUPE COMMUNAUTAIRE ALTERNATIF
EN SANTÉ MENTALE

17, RUE DES ÉRABLES
ST-FLAVIEN
G0S 2M0

418-728-2085

OASISDELOTBINIERE@GLOBETROTTER.NET



ORGANISME COMMUNAUTAIRE
ALTERNATIF EN SANTÉ MENTALE



Suivez-nous sur
facebook