

## Mot de la directrice

Le Centre l'Élan est un lieu vibrant, inspirant, riche et nourrissant.

S'il en est ainsi, c'est grâce à l'apport de chaque individu qui forme la grande famille que nous sommes.

Participants, employés, bénévoles, membre du CA, partenaires, merci de votre implication.

Lorsqu'une nouvelle personne vient faire une demande d'aide, qu'on embauche un nouvel employé, qu'on innove, maintient, ose, c'est le Centre l'Élan qui se construit.

Fort de 34 ans au service de la population de la MRC memphrémagog, nous pouvons être fiers de ce que notre Centre est devenu et rêver de ce qu'il deviendra.

La créativité comme trame de fond, l'accueil en avant-plan, la qualité des services en priorité et le désir de cheminer au fil du temps représentent bien notre ressource.

Martine Chiasson  
Directrice Centre l'Élan

## Membres du Conseil d'Administration

Yves Bergeron	Président
Claire Carpentier	Vice-Présidente
Daniel Corbeil	Secrétaire -Trésorier
Martine Chiasson	Directrice
Diane Gougeon	Représentante des participants
André Dufour	Représentant des employés
Diane Marcotte	Représentant des participants
Dominique Poulin	Représentante des bénévoles



## RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS 1er avril 2016 au 31 mars 2017 2016-2017

## PLAN D'ACTION 2017-2018

209, rue de Hatley  
Magog (Québec) J1X 3G2  
Téléphone: (819) 843-8885  
[infocentrelelan@gmail.com](mailto:infocentrelelan@gmail.com)  
[www.centrelelan.org](http://www.centrelelan.org)



## Activités réalisées 2016-2017

Personnes ayant fréquentées le Centre: 168  
 Nouvelles personnes: 87  
 Femmes: 146 Hommes: 22

## Ateliers de création

Une voie intéressante pour se découvrir, s'exprimer et révéler des talents insoupçonnés. Les gens y développent une belle confiance en eux et en tirent beaucoup de valorisation personnelle.

Fabrication de cartes	2 ateliers	15 présences
Aquarelle	30 ateliers	244 présences
Créativité	30 ateliers	237 présences
Sculpture sur bois	24 ateliers	121 présences
Peinture sur soie	10 ateliers	30 présences
Théâtre	08 ateliers	46 présences
Chorale	30 ateliers	367 présences
Yoga	60 ateliers	360 présences

**Total: 194 ateliers 1420 présences**

## Maintien dans le milieu de vie & Réinsertion sociale

Toutes les activités du Centre, à quelque niveau que ce soit, visent le maintien des personnes dans leur milieu de vie, un retour au travail, un retour aux études ou à un engagement bénévole dans la communauté.

## Nouveaux ateliers été 2017

RENCONTRER SES PENSÉES POUR S'EN LIBÉRER  
 Avec Elsa Mongeau  
 JAM SESSION  
 Avec Vickie Levasseur  
 DESSIN  
 Avec Luc Beaudoin

## Projets à développer

Site web  
 Outils promotionnels  
 Cour arrière

Bailleurs de fonds:

- MSSS
- Centraide Estrie
- Ville de Magog
- Dons de particuliers

Grâce à ces fonds, nous pouvons offrir des services de qualité accessible. Merci à chacun



## Formation membres du personnel

Supervision clinique des intervenants et formation continue en Intervention. Sensibilisation au paradigme du rétablissement.

## PLAN D'ACTION 2017-2018

Maintenir la totalité des activités du Centre avec les ressources dont nous disposons.

Adapter, améliorer et ajouter des services en fonction des besoins et intérêt des participants.

Proposer un atelier 'jam session' gratuit et ouvert à tous.

Proposer un atelier de théâtre à la saison régulière.

Entreprendre des démarches de financement afin d'aménager la cour en arrière et rendre accessible notre grand terrain accidenté et impraticable.

Offrir un lieu de stage en psychologie et en art-thérapie.

Mettre sur pied une formation en animation de groupe pour les employés.

Faire le lancement du nouveau site web et d'outils promotionnels.

Réaliser un recueil de textes et d'œuvres des participants.

## Promotion du Centre

Tout au long de l'année lors de divers événements, le Centre l'Élan informe, rejoint et promouvoit ses services.

En utilisant les médias écrits (Le reflet du Lac, Maillon Express), en faisant des représentations lors d'évènements (concert dans le cadre de la semaine de la santé mentale) et en invitant les partenaires à nos activités (semaine de thérapies par les arts), le Centre l'Élan est actif dans la diffusion de sa mission et ses services.

De plus, avec le lancement du nouveau logo, du site web et de divers outils promotionnels (banderole, carton promotionnel, cartes d'affaires), le Centre l'Élan souhaite refléter la qualité de ses services à travers des outils à son image.

*cheminer*



Privilégiées par plusieurs personnes, ces interventions sont menées à court, moyen ou long terme, selon les besoins. Nous vous offrons la thérapie verbale, la thérapie par l'art, la thérapie psycho corporelle ainsi que la musicothérapie.

## Suivis individuels - 624 rencontres

### Par la parole, face à face

Façon classique, le thérapeute et l'usager (ère) dialoguent face à face. Des prises de conscience et des découvertes amènent de nouvelles façons d'être et d'agir.

### Thérapie par l'art

La ligne, la forme et la couleur permettent d'approfondir la démarche de thérapie et d'accéder plus rapidement aux contenus cachés de la psyché.

### Thérapie psycho corporelle

A la parole s'ajoute l'écoute du corps: par le ressenti, la sensation, la respiration, les tensions, les postures, les mouvements, etc. Le corps devient révélateur de notre univers intérieur.

### Musicothérapie

La musicothérapie prend son sens lorsque le participant, la musique et le thérapeute entrent en relation. A l'aide de techniques musicales variées, le participant est encouragé à mettre en valeur sa créativité et ainsi être artisan de ses réussites et de son processus thérapeutique.

**Croissance par l'art**                      **20 ateliers**                      **159 présences**

## Ateliers de croissance personnelle

<b>Bien vieillir</b>	<b>10 ateliers</b>	<b>40 présences</b>
<b>Psycho danse</b>	<b>10 ateliers</b>	<b>62 présences</b>
<b>Musicothérapie</b>	<b>20 ateliers</b>	<b>59 présences</b>

**Total: 60 ateliers**                      **320 présences**

rassembler



Les dîners ren-

contres

### Activités sociales

128 repas	1435 présences
<b>Dîners festifs</b>	
De beaux moments où l'on se retrouve pour fêter et se réjouir.	
Repas de Noël	32 présences
St-Valentin	24 présences
Halloween	22 présences
Cabane à sucre	33 présences
3 rencontres discussions	38 présences
<b>Activités estivales</b>	
4 ateliers —dessin	21 présences
4 ateliers —rythme et expression	26 présences
4 ateliers —ouvrir le cœur et l'esprit	25 présences
<b>Lancement programmation</b>	40 présences
Participation active des usagers (ères) à la vie du Centre.	
Épluchette de blé d'inde.	
7 Conseil d'administration	51 présences
1 Assemblée générale	35 présences

**Total: 148 activités 1824 présences**

### Gestion, organisation

9 Comités d'usagers	138 présences
27 La grande équipe	158 présences

**Total: 40 rencontres 382 présences**

**Activités de groupe 3946 présences**  
**Rencontres individuelles 624 présences**

**Total: 442 activités 4570 présences**

### Projets de réinsertion à l'emploi

Bénéficiant d'un encadrement thérapeutique, les travailleurs de ce plateau se réapproprient à un rythme de travail quotidien, retrouvent motivation et plaisir du travail bien fait, ce qui facilite leur intégration au marché de l'emploi.

Subvention salariale	2 personnes	1470 heures
Projet Paas Action	2 personnes	800 heures

### Concertation / représentation Action communautaire

- **TCSMM:** Table de concertation en santé mentale Memphrémagog
- **TDSM:** Table de développement social Memphrémagog
- **RRCSME:** Regroupement des ressources communautaires en santé mentale de l'Estrie
- **CDC:** Corporation de développement communautaire
- **ISP :** Comité insertion socioprofessionnelle
- **EER:** Comité de gestion Équipe Ressource Relais
- **ROC:** Regroupement des organismes communautaires en Estrie
- **CLP:** Comité lutte à la pauvreté
- **BAM:** Banque alimentaire Memphrémagog

### Employés, bénévoles et stagiaires

<b>Permanence</b>		
Directrice		35 heures/semaine
Intervenant(es)		15 heures/semaine
Adjoint administratif		30 heures/semaine
Cuisinière		16 heures/semaine
<b>Personnel contractuel et stagiaire</b>		
Intervention individuelle et de groupe, animation des ateliers thérapeutiques, de création et de yoga		
Rémunérées	12 personnes	6627 heures
Stagiaire..	1 personne	165 heures
<b>Bénévolat, vie de la maison</b>		
	24 personnes	724 heures