

**5 décembre, 9h00 à 12h00**

*Chez Action Famille Lavaltrie*

## Compte-rendu de rencontre

### Étaient présent.e.s :

Julie Tétreault, En toute amitié  
Isabelle Bazinet et Mélody Bibeau, Avec des elles  
Serge Beaupied, chargé de projets en sécurité alimentaire  
Samuel D'Astous, Projet Tandem  
Dave Ferland, Centraide  
Jérémy Lagacé, MRC de D'Autray  
Lisette Falkner, Action famille Lavaltrie  
Josée Mailhot, Table des préfets de Lanaudière  
Marielle Breault, Comité des usagers du Nord de Lanaudière  
Josianne Lévesque Desmarais et Isabelle Lamothe, CISSS de Lanaudière, Réseau des Éclaireurs  
Carole Bellerose et Lyne Rivest, L'Envol  
Daphné Kelly, Agir pour mieux vivre dans D'Autray  
Solange Tougas, Groupe Déclit  
Jade Martin, Maison des jeunes Sens Unique

### 1. Accueil et déroulement de la rencontre

En l'absence de Maryse, Daphné anime la rencontre. Solange prend les notes jusqu'à 15h30 et Jérémy prend le relais par la suite.

### 2. Tour de table

Toutes et tous se présentent. Marielle Breault nous explique la campagne publicitaire du Comité des usagers du Nord de Lanaudière et offre à chaque personne une gourde et des documents d'information.

### 3. Agir pour mieux vivre dans d'Autray

#### 3.1 Informations

- Projets en sécurité alimentaire : les deux organismes (Nomade alimentaire, épicerie mobile dans Brandon et Canoé collectif, ressourcerie communautaire à Lavaltrie) ont eu leur assemblée de fondation et nommés les conseils d'administration.
- Projet Tandem de la Table persévérance scolaire Brandon : une vidéo qui veut informer les parents a été réalisée :  
<https://www.facebook.com/100084059995150/videos/1062398571566760/>
- Table Éducation Berthier – Bassin Pierre-de-Lestage : des messages qui s'adressent aux parents et aux enseignants ont été réalisés et seront diffusé 4 fois cette année. Le premier circule sur Facebook, n'hésitez pas à partager :  
<https://www.facebook.com/photo?fbid=325937563519216&set=pcb.325937620185877>

#### 3.2 Le CLDS, porteur de la démarche

Tel qu'annoncé par la Table des préfets, le financement pour La démarche est renouvelé pour 5 ans, donc elle pourra se poursuivre jusqu'en 2029. Au 1<sup>er</sup> mars 2024, il faut faire une mise à niveau des priorités et au 1<sup>er</sup> juin 2024, une mise à niveau du plan d'action.

D'ici le CLDS du 21 février, Daphné nous propose de réfléchir aux priorités; celles qu'on veut conserver, changer ou de nouvelles. Les comités porteurs de projets et de priorités seront également consultés d'ici cette date. Le CLDS du 21 février permettra d'établir les priorités pour le 2<sup>e</sup> cycle. Soyez-y en grand nombre.

Il est proposé que le CLDS reste porteur de la démarche *Agir pour mieux vivre dans D'Autray* pour le 2<sup>e</sup> cycle et que la MRC de D'Autray demeure fiduciaire pour le poste de coordination de la démarche. Ces propositions sont adoptées à l'unanimité par les participants.

### 3.3 Évaluation

En l'absence de Laurence, Solange explique les consignes. Les participants sont divisés en trois groupes qui répondent aux questions suivantes :

- Quelles sont les conditions favorables à la réalisation de vos projets?
  - Qu'est-ce qui présentement favorise la réussite de vos objectifs?
- Quels seraient vos besoins en appui supplémentaire?
  - Formation, nombre et lieux des rencontres, etc.
- Nombre de comités et rencontres: vous n'en voulez pas plus en début de Démarche.
  - Avez-vous l'impression que certaines actions se dédoublent?
  - Pouvez-vous imaginer des regroupements possibles?

Les réponses sont recueillies par Solange, qui les compilera pour les envoyer à Laurence. On y revient au prochain CLDS.

## 4. Santé mentale

### 4.1 Pair-aidance

La pair-aidance est un processus d'accompagnement entre une personne qui a un vécu, qui peut être en santé mentale (on parle de savoir expérientiel), et une autre qui essaie de se rétablir. Le pair aidant utilise son vécu dans ses interventions.

Le Comité santé D'Autray, dans son plan d'action, veut faire connaître la pair aidance. En novembre, une présentation d'Annie Bossé a eu lieu pour expliquer les bienfaits et les répercussions dans un organismes.

La maison des jeunes de Lavaltrie a des pairs aidants, ce qui permet de bonifier l'offre de service, de créer facilement des liens avec les jeunes. Ça peut aussi être une solution à la pénurie de main d'œuvre.

### 4.2 L'Envol

Carole et Lyne font une présentation de leur organisme et de leurs activités (voir présentation jointe à l'envoi du compte-rendu).

### 4.3 Avec des Elles

Isabelle et Mélodie partagent un bon coup de leur organisme : voir le potentiel d'une femme qui vit avec des enjeux de santé mentale et l'embaucher avec des conditions de travail adaptées à ses besoins. Son intégration s'est faite avec des heures partielles, des moments de retrait sont possibles, etc.

Mélodie présente son histoire et ce que travailler au centre Avec des Elles a amené de positif, dont de belles réussites en lien avec le suivi de formations.

Il s'agit d'une expérience positive dans l'aménagement du travail, qui peut inspirer d'autres milieux de travail.

### 4.4 Les éclaireurs

Josianne et Isabelle présentent le réseau des Éclaireurs (voir présentation jointe à l'envoi du compte-rendu).

Il s'agit d'une formation pour les premiers soins psychologiques (PSP), l'équivalent des premiers soins physiques. Un facteur de protection important vient de la communauté. En période COVID et post-COVID, on observe de la détresse. On souhaitait créer des liens entre les différents niveaux d'action.

L'équipe relais est présente pour outiller les communautés. Il est possible d'offrir la formation pour plusieurs organismes en même temps. Les organismes intéressés peuvent contacter Les éclaireurs pour obtenir la formation : <https://www.cisss-lanaudiere.gouv.qc.ca/reseau-declaireurs/>

## 5. Échange

Les participants échangent sur les questions suivantes :

- Que faites-vous dans vos organisations pour favoriser la santé mentale?
- Avez-vous d'autres initiatives positives à partager?

Les commentaires suivants sont recueillis :

- Reprise de temps autonome des employés ;
- Les congés « santé » (et non « de maladie ») ;
- Élimination du gardien de sécurité qui accompagne les personnes qui doivent se rendre en psychiatrie à l'hôpital de Joliette ;
- Activités rassembleuses dans la communauté pour briser l'isolement, pour la santé mentale collective
- Célébration, collation de grade en persévérance scolaire ;
- Intervenants en zoothérapie ;
- Faire du sport ou développer des pratiques artistiques ;
- Former les intervenants en santé mentale ;
- Promotion du plaisir au travail, journées thématiques ;
- Importance de la confiance de l'employeur envers ses employés.

## 6. Prochaine rencontre

La prochaine rencontre aura lieu le **21 février à 9h à la salle des maires de la MRC de D'Autray**. On y décidera les priorités de la démarche pour le 2<sup>e</sup> cycle. Il est important que la participation soit nombreuse.

## 7. Évaluation et fin de la rencontre

Rencontre intéressante. On se rend pas compte à quel point on a des besoins et de l'importance d'être outillés. Nous avons reçu de beaux témoignages, c'est riche et ça demande du courage.