



En chantant en criant à tue-tête
On peut bien m'entendre sur des kilomètres
Comment je pourrais faire pour m'en libérer
De cette chaîne accrochée à mes deux pieds
Mes pensées me font mal
Plus ça va j'en prends conscience
C'est du vent, c'est du temps et même dans tous les tourments
Tu respire et tu vis
C'est ça le lâché prise
J'y songe, j'y repense et j'y pense encore
Plus les années avancent j'en prends conscience
C'est passé, dépasse et c'est fini
Ce que les autres pensent ou disent
C'est du vent, c'est du temps et même dans tous les tourments
Tu respire et tu vis
C'est ça le lâché prise
J'y songe, j'y repense et j'y pense encore
Plus les années avancent j'en prends conscience
C'est passé, dépasse et c'est fini
Ce que les autres pensent ou disent
C'est du vent, c'est du temps et même dans tous les tourments
Tu respire et tu vis
C'est ça le lâché prise



R A P P O R T

C'est passé, dépasse et c'est fini
Ce que les autres pensent ou disent
C'est du vent, c'est du temps et même dans tous les tourments
Tu respire et tu vis

2025 / 2026

On parle souvent du lâcher prise comme si c'était une grande idée compliquée. Comme si c'était une méthode à apprendre, une étape à franchir, presque une compétence à développer. Pourtant, quand on y pense un peu, le lâcher prise est souvent beaucoup plus simple que ça. C'est quelque chose de très humain. Quelque chose qui arrive quand on arrête, un instant, d'essayer de tout tenir. Parce qu'on passe beaucoup de temps à retenir. On retient des pensées, des inquiétudes, des choses qu'on aurait voulu dire, des choses qu'on aurait voulu faire autrement. On retient aussi des peurs, des regrets, des petites phrases qui nous restent dans la tête longtemps après qu'elles ont été dites. Parfois, on garde tout ça en nous sans même s'en rendre compte. Retenir devient presque une habitude. On se dit qu'il faut être fort. Qu'il faut continuer. Qu'il faut comprendre, analyser, trouver des réponses. On essaie de mettre de l'ordre dans ce qu'on ressent, de donner un sens à ce qui nous arrive. Et souvent, on pense que pour aller mieux, il faut être capable de raconter, d'expliquer, de mettre les bons mots sur les bonnes choses. Mais la vérité, c'est que ce n'est pas toujours possible. Il y a des moments où les mots ne viennent pas. Des moments où ce qu'on ressent est trop mélangé, trop confus, trop lourd pour être expliqué clairement. Et c'est correct comme ça. Tout n'a pas besoin d'être parfaitement compris pour exister. Le lâcher prise commence souvent là. Pas dans une grande révélation. Pas dans un discours bien construit. Mais dans un moment très simple où on accepte, pour un instant, de ne plus retenir quelque chose aussi fort qu'avant. Lâcher prise, ce n'est pas effacer ce qu'on a vécu. Ce n'est pas oublier. C'est juste accepter que tout allait bien. C'est plutôt arrêter de serrer les poings autour de quelque chose qui nous pèse. Quand on tient un objet dans sa main pendant longtemps, au début, on ne s'en rend pas compte. La main devient raide. Les muscles se tendent. Et un jour, on réalise qu'on est fatigué. Ce geste-là, tout simple, c'est déjà du lâcher prise. On n'a pas besoin de le faire pour annoncer quoi que ce soit. Il suffit de le faire. Ça demande beaucoup d'énergie. On ne le fait pas quand on pense que ce n'est pas le bon moment. On le fait quand on a peur d'être mal compris. Ça prend de la place. Ça demande du courage. C'est là que l'idée de déposer quelque chose se présente. On se force à expliquer ce qui se passe. On se force à tirer un peu de soi. Ça peut être un peu dur, mais ça se fait. Parfois, écrire un peu aide. Parfois, parler à voix haute. Parfois, il existe ailleurs que dans notre tête. Parfois, il se passe quelque chose de très simple. On crée un petit déplacement. On crée un petit déplacement change déjà quelque chose. Ça change quelque chose de plus large. Les épaules descendent un peu. Les pensées tournent un peu moins vite. Le lâcher prise ne ressemble pas toujours à une grande transformation. La plupart du temps, c'est discret. Presque invisible. C'est souvent quand on décide de ne plus tenir quelque chose aussi fort. Ce qui est intéressant avec le lâcher prise, c'est qu'il n'a pas besoin d'être vu par les autres pour être réel. On vit dans un monde où beaucoup de choses passent par le regard des autres. On explique, on partage, on cherche à être compris. Mais le lâcher prise n'a pas toujours besoin de tout ça. Il peut exister sans public. Sans explication. Sans réaction. C'est un geste qu'on peut poser pour soi, tranquillement. Un geste qui n'attend pas d'applaudissement ni de validation. Un geste qui n'a pas besoin d'être parfait. Parce que lâcher prise, ce n'est pas une performance. On ne gagne pas une médaille pour ça. On ne peut pas dire qu'on a réussi une fois pour toutes. Parfois on lâche un peu, puis on reprend. Parfois on laisse aller quelque chose aujourd'hui et ça revient demain. C'est normal. Le lâcher prise n'est pas une destination finale. C'est un mouvement qui revient dans la vie, à différents moments. Et souvent, ce mouvement commence par quelque chose de très ordinaire : reconnaître qu'on est fatigué de porter quelque chose seul. Alors on le dépose. Pas pour s'en débarrasser complètement. Mais pour respirer un peu. Parce qu'au fond, c'est peut-être ça l'idée la plus importante : ce qui est retenu peut être relâché. Pas parfaitement. Pas complètement. Mais parfois juste assez pour sentir que la pression diminue un peu. Juste assez pour sentir qu'on n'a pas à tout garder pour soi tout le temps. Et quand plusieurs personnes font ce geste-là, chacune de leur côté, il se crée quelque chose de particulier. Pas parce que les histoires se ressemblent. Pas parce que les mots sont les mêmes. Mais parce qu'il y a une reconnaissance silencieuse : celle que chacun et chacune porte des choses invisibles. Et que chacun et chacune mérite aussi, de temps en temps, de les déposer.

On lâche prise est toujours

*Je pense et j'y pense
encore
Les avancées j'en
conscience*

*Et mal que ça me
du tort
Et vrai qu'un jour on
sort*

*Juste assez pour
respirer un peu
plus.*

On parle souvent de lâcher prise comme si c'était quelque chose qu'il fallait expliquer ou raconter. Pourtant, ce n'est pas toujours comme ça que ça se vit. Parfois, on n'a pas les mots. Parfois, on n'a simplement pas envie de tout raconter.

On sait seulement qu'il y a quelque chose qu'on porte et qu'on aimerait déposer.

LE CONCEPT

faire de l'insomnie
Plus ça va j'en perd
toute mon énergie
Même que mes
neurones se portent
moins bien
Est ce que ça augmente
ou ça coupe ma faim

J'y songe, j'y repense et
j'y pense encore
Plus les années
avancent j'en prends
conscience
Que ça me fait mal que
ça me cause du tort
J'espère que c'est vrai
qu'un jour on s'en sort
C'est passé, dépassé et
c'est fini
Ce que les autres
pensent ou disent
C'est du vent, c'est du
temps et même dans
tous tes tourments
Tu respire et tu vis
C'est ça le lâché prise

En chantant en criant à
tue - tête
On peut bien
m'entendre sur des
kilomètres
Comment je pourrais
faire pour m'en libérer
De ces chaînes

le lâcher prise est d'abord un geste.

Il ne demande pas d'explication.

Il ne demande pas d'histoire. Écrire
devient alors une façon de se
désencombrer. Les mots n'ont pas
besoin d'être parfaits ni de faire du
sens. Ils existent simplement pour être
sortis de soi et déposés ailleurs.

Le ballon agit comme un contenant
neutre. Il accueille ce qui est écrit sans
juger, sans exposer et sans chercher à
comprendre. Le geste reste personnel,
discret. Parce qu'au fond, le lâcher
prise ne se fait pas dans le récit, mais
dans l'action de déposer.

Et parfois, ce simple geste rappelle
une chose importante :

ce qui était retenu peut être relâché.

*Pas parfaitement, pas complètement.
Juste assez pour respirer un peu plus.*



*On peut bien entendre sur
des kilomètres*

ce qu'on passe
beaucoup de
temps à retenir.
On retient des
pensées, des
inquiétudes, des
choses qu'on
aurait voulu dire,
les choses qu'on
aurait voulu faire
autrement. On
retient aussi des
peurs, des
regrets, des
petites phrases
qui nous restent
dans la tête
longtemps après
qu'elles ont été
dites. Parfois, on
garde tout ça en
nous sans même

qu'on
ait le temps de le dire.
C'est comme
un habit qui
reste dit sans
qu'on s'en
soigne. Qu'il faut
le laisser aller, mais
on comprend
pas, trop en
réponse, que
c'est de même
à l'ordre de
qu'en restant
un long moment
dans la tête.

pense que pour
aller mieux, il
faut être capable
de raconter,
d'expliquer, de
mettre les bons
mots sur les
bonnes choses.

TABLE

- 01 Lâcher prise
- 05 Mot de la présidente
- 06 Mot du directeur général

DES

Nous sommes

- 8 Notre nom
- 9 Notre mission
- 9 Notre conseil d'administration
- 10 Nos ressources humaines
- 11 Notre équipe
- 13 Notre petite histoire
- 16 Notre planification stratégique
- 17 Notre structure
- 19 Notre approche

MATIÈRE

Mise en action

- 21 La mise en action
- 24 Le Boulev-Art itinérant
- 25 Portrait de la clientèle
- 27 L'action socialisation
- 31 L'action réflexion
- 35 L'action exploration
- 39 La vie au Boulev-Art
- 49 L'action engagement
- 55 L'économie sociale

A C T I O N E N M I S E

C'est là que l'idée de déposer devient importante.

Lâcher prise, ce n'est pas effacer ce qu'on a vécu. Ce n'est pas oublier. Ce n'est pas faire comme si tout allait bien. C'est plutôt arrêter de serrer les poings autour de quelque chose qui nous fatigue.

C'est un peu comme quand on tient un objet dans sa main pendant longtemps. Au début, on ne s'en rend pas trop compte. Puis, tranquillement, la main devient raide. Les muscles se tendent. Et un jour, on réalise qu'on est fatigué de tenir. Alors on ouvre la main.

Ce geste-là, tout simple, c'est déjà du lâcher prise.

On n'a pas besoin de faire un grand mouvement. On n'a pas besoin d'annoncer quoi que ce soit. Il suffit parfois de relâcher un peu la pression qu'on met sur soi-même.

Parce que retenir demande beaucoup d'énergie.

On retient pour se protéger. On retient parce qu'on ne veut pas déranger. On retient parce qu'on pense que ce n'est pas le bon moment pour parler.

Boulev'Art itinérant

- 60 Sensibilisation
- 60 Rétablissement jeunesse
- 61 Suivi communautaire
- 62 Lutte à la stigmatisation

Rayonnement du Boulev'Art

- 64 Partenaires
- 65 Collaborateurs, Concentration et membership
- 66 Communication et formation
- 67 Perspective 2025 / 2026

Parfois, ce geste passe par la parole. On parle avec quelqu'un de confiance, on raconte ce qui nous habite, on met des mots sur ce qu'on ressent.

Mot de la présidente

Comme à chaque AGA, et ce depuis plusieurs années, je suis toujours aussi émerveillée par la qualité des services et des projets que l'équipe met en place pour notre clientèle.

L'année qui vient de se terminer a encore une fois démontré l'engagement, la créativité et le dévouement de tous ceux qui contribuent au rayonnement du Boulev'Art.

Je tiens à remercier sincèrement les membres du conseil d'administration, nos précieux partenaires, l'équipe de travail ainsi que notre clientèle pour leur confiance et leur implication tout au long de l'année.

Ensemble, nous continuons de faire une réelle différence dans notre communauté.

Merci à tous

Présidente du conseil d'administration /

Le Boulev'art de la Vallée

Sylvie Filion

L'année 2025/2026 fut une merveilleuse année pour Le Boulev'art de la Vallée. Elle a été portée par un conseil d'administration engagé, une direction solide, et une équipe d'employés passionnés, à qui je tiens à exprimer toute ma reconnaissance.

Ensemble, nous avons maintenu une offre d'activités variées, porteuses de sens, au service des personnes vivant avec des enjeux de santé mentale. Fidèles à notre mission, nous continuons d'affirmer que ces personnes ne sont pas leur maladie. Chaque action posée par notre organisme repose sur cette conviction fondamentale : valoriser la personne dans son entièreté, avec dignité, respect et humanité.

Le Boulev'art, c'est un lieu vivant, ancré dans la communauté, qui met l'accent sur l'inclusion, la créativité et la résilience. En 2025/2026 nous avons su offrir un espace accueillant, structurant et réconfortant, où chacun peut trouver sa place.

Pour l'année à venir, nous nourrissons de grandes ambitions : Toujours accroître notre offre d'activités, et travailler collectivement à l'aboutissement de logements adaptés, essentiels pour répondre aux besoins de stabilité et de qualité de vie de la clientèle.

Merci à toutes celles et ceux qui, de près ou de loin, contribuent à faire rayonner Le Boulev'art de la Vallée.

Jean-Francois
parent

VOUS SOMMES

N O T R E N O M

Voici la réflexion qui est à l'origine
de notre dénomination sociale.

CE À QUOI NOUS CROYONS !

Ces mots forment l'acronyme : ART

L'Art de vivre :

Réseau social, actualisation du
potentiel, etc.

L'Art expressif :

La découverte de soi par
l'expression des talents

*L'art permet de supporter
les participants dans leur
cheminement !*

prise comme si c'était une grande fête. L'émotion. Comme si c'était une invitation à apprendre, une étape à franchir, presque une compétence à développer. Pourtant, quand on y pense un peu, le lâcher prise est souvent beaucoup plus simple que ça. C'est quelque chose de très humain. Quelque chose qui arrive quand on arrête, un instant, d'essayer de tout tenir. Parce qu'on passe beaucoup de temps à retenir. On retient des pensées, des inquiétudes, des choses qu'on aurait voulu dire, des choses qu'on aurait voulu faire autrement. On retient aussi des peurs, des regrets, des petites phrases qui nous restent dans la tête longtemps après qu'elles ont été dites. Parfois, on garde tout ça en nous sans même s'en rendre compte. Rester là, devient presque une habitude. On se dit qu'il faut être fort, qu'il faut continuer, qu'il faut comprendre, analyser, trouver des réponses. On essaie de mettre de l'ordre dans ce qu'on ressent, de donner un sens à ce qui nous arrive. Et souvent, on pense que pour aller mieux, il faut être capable de raconter, d'expliquer, de mettre les mots juste sur les bonnes choses. Mais la vérité, c'est que ce n'est pas toujours possible. Il y a des moments où les mots ne viennent pas. Des moments où ce qu'on ressent est trop mélangé, trop confus, trop brouillé pour être expliqué clairement. Et c'est correct, comme ça. Tout n'a pas besoin d'être parfaitement compris pour exister. Le lâcher prise continuera d'être là. Pas dans une grande révélation, pas dans un discours bien construit. Mais dans un instant très simple où on accepte, pour un instant, de ne plus retenir quelque chose avec force d'arrêt. Lâcher prise, ce n'est pas effacer ce qu'on a vécu. Ce n'est pas oublier. Ce n'est pas faire comme si tout était bien. C'est plutôt arriver de face à ses peurs, autour de quelque chose

plus les années avancent
prends ce que ça me fait mal que
cause j'espère que c'est un
jour on z

Qui dit cheminement dit :

Continuum, mouvement, dynamisme
et parcours temporairement sinueux.

À l'image d'une route...

Parfois avec une circulation modérée
Parfois avec une circulation plus dense

Le Boulev'Art offre....

Des points de ravitaillement pour refaire le plein
Des haltes routières avec des aires de repos
Des paysages changeants
avec différentes perspectives

Le Boulev'Art permet....

Des rencontres
Un sentiment de liberté
De sentir qu'on avance

Nous pouvons donc parler de la route
de l'autonomie, du rétablissement et des talents !

D'où le...

Boulev'Art

S E M O S
N O U S

Le Boulev'Art de la Vallée est un organisme communautaire autonome à but non lucratif dont la mission consiste à offrir des services de réadaptation et d'intégration sociale en santé mentale sur le territoire du comté de Papineau. L'organisme vise à favoriser l'entraide, le soutien et l'autonomie de la clientèle adulte desservie.

NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration d'un organisme communautaire est en quelque sorte le gardien des orientations, de la philosophie d'intervention et du respect de sa mission. C'est par lui que se décident les actions et le développement à prioriser pour toujours mieux répondre aux besoins de la clientèle.

Un conseil d'administration efficient est un conseil où les membres s'impliquent dans le respect de leur rôle et qui met à l'avant plan l'intérêt de la clientèle.

Que ce soit au niveau des infrastructures, de l'offre de services, du développement ou encore au niveau du contexte politique, ils sont appelés à prendre les meilleures décisions possibles dans le respect des budgets disponibles. En ce sens, les membres du conseil d'administration du Boulev'Art de la Vallée sont des atouts précieux pour l'organisme.

Sylvie Filiou,
présidente
Communauté

Mélanie Sarazin,
Administratrice
Communauté

Michel Bronsard,
Administrateur
Communauté

Jessica, Gauthier Leblanc,
Administratrice
Participante

Chantal Courchaine,
Vice-présidente
Communauté

Suzanne Thériault,
Secrétaire- trésorière
Communauté

Au Boulev'Art de la Vallée, chaque membre du personnel est choisi avec soin en fonction de critères bien précis qui relèvent autant du savoir, du savoir-faire que du savoir-être.

À l'intérieur de ces savoirs, des aptitudes spécifiques sont recherchées en fonction des volets d'apprentissages que l'intervenant est appelé à animer.

Avec la pénurie de travailleurs observée dans plusieurs domaines d'emploi, les postes en intervention ne font pas exception. Et j'oserais dire encore davantage lorsque l'on parle d'un milieu rural. Évidemment, la concentration de personne formée en intervention y est moindre. Si on ajoute à cela la distance à parcourir lorsque l'on vient de la « ville » et les coûts inhérents à ces déplacements, le recrutement s'en voit sérieusement affecté.

En ce qui concerne l'année qui vient de se terminer, l'équipe fut stable sans aucun changement. Nous avons aussi eu la chance d'accueillir deux stagiaires au printemps et à l'hiver, un grand merci à Camille Guindon en technique d'éducation spécialisé et Solène Parent au Baccalauréat en travail social. Bravo pour leurs engagements. Il est important de souligner que nous avons eu trois employées carrière **été: Camille Guindon, Solène Parent et Ophélie Guindon Girard**

Il faut que les efforts de rehaussement de financement se poursuivent de la part de nos gouvernements afin de bonifier les conditions de travail de nos travailleurs et suivre la courbe ascendante du coût de la vie.

D'autant plus que, contrairement à une certaine croyance populaire, les travailleurs du communautaire, du moins chez nous, sont des gens de formation collégiale et universitaire qui ont fait le choix de s'investir dans leur communauté et de contribuer à une plus grande justice sociale. Ce sont des gens de cœur et de conviction pour qui l'humain, quel qu'il soit, a le droit au respect, la dignité et à un endroit de référence où il peut s'épanouir dans une perspective de rétablissement.

Nos travailleurs ont droit à ce même respect et dignité. Et ce respect passe, en grande partie, par la reconnaissance financière des organismes pour lesquels ils travaillent.

Nous parlons beaucoup d'équité salariale entre les hommes et les femmes. Et c'est bien ainsi. Cependant, il ne faudrait pas oublier les autres inégalités qui existent entre des travailleurs du communautaire et des travailleurs d'autres organisations qui, avec le même diplôme et des tâches similaires, ont des conditions de travail à ce point différentes que nous perdons des travailleurs de grande valeur au profit de ces organisations. La TROCAO, recommande un rehaussement de 20% minimum des salaires du communautaire pour être en meilleure posture.

Il est aussi important de souligner la créativité et l'engagement des équipes des deux points de service. Adaptation et proactivité sont les mots clés pour illustrer la détermination de ceux-ci. Nous sommes très fiers de cette synergie qui se perpétue.

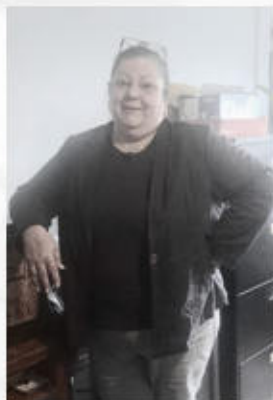
LES ÉQUIPES DE TRAVAIL

Directeur général



Jean-François Parent

Nathalie Marinier



Adjointe à la direction

Valérie Beauregard



Intervenante et suivi communautaire

Patrick Collyer



Formateur en mesurserie

Crystel Beaudin



Coordonnatrice du milieu de jour et de l'hébergement

Jean-Sébastien McMillan



Intervenant et hébergements supervisés

Juliane Mercier Caron



Intervenante et hébergements supervisés

Chloé Sevigny



Intervenante rétablissement jeunesse

Annik Côte

Coordonnatrice de la pré-employabilité et de l'économie sociale



Martine Sarazin
Formatrice en art



Tristan Guay



Intervenant

Boulev'Art de la Vallée de la Lièvre

Boulev'Art de St-André Avelin

Krystale Perrier Fardais



Intervenante et
suivi communautaire

Nathalie Faubert



Intervenante milieu de jour

Francine Cloutier



Intervenante milieu
de jour

François Giroux



Intervenant milieu
de jour



Intervenant

Isabelle Périard-Brunet

Merci également à vous,

*Merci à Richard, Luc, Roland,
Garry, Louise et Pascale pour
votre engagement, votre
disponibilité et votre précieux
travail au sein de la boutique Les
Artisans du Boulev'Art.*



P
l
u
m
e
t
t
e

*Chacun et chacune d'entre vous
contribue à faire de la boutique
un lieu accueillant, vivant et
apprécié de la communauté.*

2003

Différents intervenants du milieu se mobilisent afin d'offrir des services communautaires à la clientèle adulte du territoire vivant avec une problématique en santé mentale. De cette mobilisation, un conseil d'administration provisoire est formé afin de créer un nouveau service : L'Alternative de la Vallée-de-la-Lièvre. L'organisme offre des services temporaires dans des locaux loués à un organisme du territoire.

2004

La direction générale étant embauchée, la toute première équipe se forme et travaille à l'élaboration des bases de ce que sera le nouveau service communautaire en santé mentale.

2005

Acquisition d'un édifice à logements dans le secteur Buckingham. Connu sous l'appellation « Havre », cet édifice de 6 logis permet d'offrir à la clientèle ayant un problème de santé mentale un appartement supervisé par des intervenants de l'organisme.

2005

Lors de la première assemblée générale, L'Alternative de la Vallée-de-la-Lièvre devient le Boulev'Art de la Vallée. Ce changement d'appellation est nécessaire afin d'éviter toute confusion avec un autre organisme de la région qui a sensiblement la même dénomination sociale.

2005

Nous nous portons acquéreurs d'une chaleureuse maison victorienne dont le cachet suppose davantage un esprit familial que commercial ce qui permet d'offrir un environnement adapté à la réalité individuelle de chacun et aux réalités de groupe. Des plans sont élaborés et des travaux d'aménagement se succèdent jusqu'au 2 décembre 2005, date de l'intégration de nos nouveaux locaux.

2007

Le Boulev'Art de la Vallée acquiert le 126-128 Maclaren afin de procéder au développement d'ateliers et de plateaux de travail. Les balbutiements de l'atelier de menuiserie s'initient au sous-sol de l'édifice alors que le rez-de-chaussée accueille l'atelier d'art. L'administration déménage ses bureaux au deuxième étage de l'édifice.

2009	Des travaux de rénovation sont faits sur la façade du 126-128 Maclaren, ce qui met en valeur la vitrine commerciale où sont présentées les différentes œuvres issues de nos ateliers.
2010	Grâce à un important support financier de Desjardins, via le fonds d'aide au développement du milieu, le Boulev'Art de la Vallée procède à la construction de son nouvel atelier de menuiserie légère. Nous sommes fiers aujourd'hui d'offrir à la clientèle de ce plateau, un espace éclairé, convivial et conforme aux différentes réglementations.
2011	Date importante dans l'histoire de l'organisme puisqu'elle marque l'inauguration de notre boutique Les Artisans du Boulev'Art où sont vendues les créations de nos différents ateliers. Il s'agit d'une belle fenêtre ouverte sur la communauté et d'un levier de sensibilisation fort important.
2012	Naissance d'un nouveau bébé du Boulev'Art de la Vallée, soit l'ouverture d'un milieu de jour dans la Petite-Nation. Inaugurée le 19 novembre à St-André-Avellin, cette nouvelle acquisition s'inscrit dans la tradition et la philosophie de ce qui nous anime depuis le tout début : « l'expression des talents, au cœur du rétablissement ».
2013	L'aménagement d'une terrasse et d'un gazebo à l'arrière du 126 Maclaren, permet à la clientèle de profiter des belles journées de l'année dans le confort de l'ombre et parfois animé au son des guitares des participants.
2014	Des œuvres du Boulev'Art de la Vallée traversent les frontières. Dans le cadre du colloque de la magistrature du Québec en Outaouais, 35 sculptures textiles à l'effigie d'un juge ont été créées par les artisans des deux Boulev'Art, dont certaines se retrouvent aujourd'hui dans la francophonie mondiale.
2015	Des travaux de rénovation sont faits sur la façade du 68 Principale à St-André-Avellin, notamment la porte et le perron, de façon à redonner un aspect plus résidentiel à l'entrée principale. L'édifice n'en est que plus accueillant.
2016	Des aménagements extérieurs fixes, notamment une pergola avec bacs à fleurs ainsi qu'une structure d'intimité à laquelle est intégrée une balancelle ont été érigées au Boulev'Art de la Petite-Nation de façon à permettre à la clientèle de profiter au maximum des belles journées de printemps, d'été et d'automne.

2016

Toujours avec la contribution de Desjardins via le fonds d'aide au développement du milieu, un grandissement est fait au milieu de jour de la Vallée de la Lièvre afin d'offrir à la clientèle un local de musique digne de ce nom. Équipements d'enregistrement et instruments de musique permettent des apprentissages fort intéressants, mais surtout ouvrent la voie à la possibilité de créer à la guise de son inspiration. Cet espace et ce nouvel équipement offrent également un nouvel élan pour les adeptes de la photographie.

2018

Par l'entremise d'un don substantiel d'Énergie Brookfield, le local d'art est reconfiguré avec un ajout de fenêtre et la relocalisation des bureaux qui permettent un agrandissement de l'aire de travail. Ces importants travaux permettent une plus grande confidentialité au niveau des rencontres individuelles et un espace mieux éclairé et plus aéré pour les adeptes des ateliers d'art.

2019-2020

Mise en place du Boulev'Art itinérant qui regroupe des activités dans la communauté et qui vise la sensibilisation à la santé mentale, la lutte à la stigmatisation ou encore l'intervention directe.

2021

Pierre Leclair quitte l'organisation pour vivre de nouveaux défis après plus de 16 années à la direction. Jean-François Parent prend la relève à la direction du Boulev'Art de la Vallée. Après plusieurs années de service, l'adjointe à la direction Chantal Taillefer a quitté l'organisation pour retourner dans son coin de pays.

2022-2023

Première planification stratégique pour le Boulev'Art de la Vallée, celle-ci sera présentée l'an prochaine. L'organisme célèbre ses 20 ans de service. Début des ateliers relief à Buckingham.

2023-2024

Mise en place de la formation des Éclaireurs, création du suivi communautaire, début des ateliers Relief à Saint-André-Avellin et l'arrivée d'un pair-aidant dans l'équipe de travail.

2024-2025

Après plus de 17 ans de loyaux services Julie Houde a déménagé dans une autre région et a quitté l'organisation. Elle sera à toujours dans nos cœurs. C'est avec fierté que l'on donne désormais la formation des Sentinelles.

Mise en contexte de notre planification stratégique 2023-2026

Le Boulev'Art de la Vallée est un organisme reconnu et bien établi dans la région depuis 23 ans, ce qui en fait un pilier pour la communauté. L'organisme offre des services essentiels en santé mentale à la communauté de la Vallée-de-la-Lièvre et de la MRC de Papineau.

Considérant que la santé mentale a pris une place d'envergure dans les besoins de la population, il est important de bien ancrer la mission de l'organisme et de faire des choix stratégiques pour bien positionner l'organisme sur le territoire de la MRC de Papineau

De plus, puisque l'environnement externe est en constante mouvance, il est bien de revoir les grandes composantes du cadre stratégique afin de rester pertinent avec la mission de l'organisme et les besoins de la population et ainsi prévoir les défis possibles et saisir les opportunités.

Axes Stratégiques

Le Boulev'art compte quatre (4) axes stratégiques : • **Services et programmes**

- **Sensibilisation et promotion**
- **Renforcement des liens**
- **Capacités organisationnelles**

N O T R E P L A N I F I C A T I O N S T R A T É G I Q U E

Ces axes définissent les capacités d'intervention du Boulev'Art de la Vallée et permettent à l'organisation de transformer la planification stratégique en plan opérationnel.

Bien que le plan d'action soit un outil de travail guidant les prochaines années du Boulev'Art, il va de soi qu'il reste dynamique et adaptable aux nouvelles réalités.

Le Boulev'Art de la Vallée est fier de mentionner qu'il a réalisé la majorité des objectifs en date d'aujourd'hui. Un grand merci pour l'implication de tous.

Je vous invite à vous rendre sur notre site internet pour prendre connaissance des documents : plan d'action triennal et plan stratégique pour prendre connaissance des documents : plan d'action triennal et plan stratégique .

Structure

ASSEMBLÉE
GÉNÉRALE

Conseil d'administration

Direction générale

VALÉÉ DE
LA LIÈVRE

Milieu de jour

Composante
Résidentielle

Coordination (1)

Intervenants (5)
Et suivi Communautaire

Domaine
Journal

Rétablissement Jeunesse

*Je me choisis
1 intervenante*

Programme de pré-employabilité

Économie Sociale

Coordination (1)

Formatrice en art (1)
Formateur en menuiserie (1)

Domaine
Créations artistiques

Domaine
Menuiserie

Adjointe à la direction

P E T I T E -
N A T I O N

Milieu de jour

Coordination (1)

Intervenants (4)
Pair-aidant mi-temps

Domaine

Boutique cadeaux
Économie Sociale

Pas pour qu'
Pas pour
compris. Mais
qu'il existe ailleurs
notre tête.
qu'il quitte un
qu'il occupai
Quand on fait ça.
quelque chose de
On c
déplacement.
coincé en dedans
place à
Et souve
déplacement
qu
On respire
large. Les épaules
un peu. Les pense
un peu

Nos pratiques s'inscrivent dans l'approche axée sur les forces pour accompagner la personne dans son rétablissement. Cette approche peut se résumer par l'accompagnement de l'individu dans ses besoins pour grandir au travers de sept domaines essentiels (vie quotidienne, finances, travail/éducation, réseau sociale, santé, loisirs, sexualité/spiritualité/intimité) avec un minimum d'intervention tout en croyant à son plein potentiel.

Il demande
seulement
une petite
ouverture.
Un moment
où on
accepte de
se dire :
je n'ai pas
besoin de
tout garder
en moi
aujourd'hui.

ce qui est important est de le faire

L'approche axée sur les forces repose sur 6 principes

- 1 Le soutien est centré sur les forces et les intérêts de l'individu plutôt que sur le diagnostic
- 2 Les individus possèdent la capacité inhérente d'apprendre, de grandir et de changer
- 3 La personne utilisatrice est le maître d'œuvre de la relation d'aide
- 4 La relation personne utilisatrice /intervenant devient un facteur essentiel du processus de soutien
- 5 Le mode d'intervention privilégié est l'accompagnement des usagers dans des contextes de la vie en société
- 6 La communauté est un oasis de collaborateurs potentiels au processus

Au Boulev'Art de la Vallée, le tout commence par l'accueil de l'autre. Pour nous, l'accueil porte en son sein tout l'espoir d'être reconnu pour ce que l'on est et non pour ce que l'on a c'est-à-dire un trouble de santé mentale.

Accueillir l'autre, c'est reconnaître sa singularité et lui confirmer qu'il y a une place pour lui. C'est voir plus loin que les stigmates du trouble mental pour reconnaître chez lui cet espace qui appelle à grandir : sa partie saine. Cette partie de l'individu a, malheureusement, trop souvent, été laissée pour contre, a été oubliée, a été piétinée par l'apparition de la maladie et la stigmatisation.

Alors oui, « la redécouverte de soi, de ses capacités et de ses rêves tout en se donnant de nouvelles possibilités » est au cœur du processus de rétablissement. Mais il faut un premier pas.

Le lâcher prise est d'abord un geste. Il ne demande pas d'explication. Il ne demande pas d'histoire. Ecrire devient alors une façon de se désencombrer. Les mots n'ont pas besoin d'être parfaits ni de faire du sens.

Ils existent simplement pour être sortis de soi et déposés ailleurs.

LES I N T É G R A T I O N S

En ce sens, une rencontre d'intégration est un pas fort important puisqu'elle fait appel à la volonté de l'individu. C'est pourquoi, pour toute nouvelle référence, un rendez-vous est pris pour une rencontre d'exploration.

Généralement accompagnée de son intervenant référent, la personne est accueillie par l'intervenant qui anime le volet en lien avec ses intérêts et est guidée à travers les différents volets et services offerts chez nous. Les principaux objectifs de cette rencontre sont de mettre la personne en contact avec la vie de notre organisme, de briser la glace et de répondre à ses questions.

Le fait de demander à l'intervenant référent d'être présent est une façon d'offrir du support à cette volonté parfois fragile. Car ne l'oublions pas, il peut être très intimidant de se présenter dans un milieu que l'on ne connaît pas pour rencontrer des gens que l'on ne connaît pas.

Il est donc important de miser sur le lien de confiance qu'a cette personne avec son intervenant du réseau afin de rendre ce défi plus accessible.

que les autres pensent ou disent
C'est du vent, c'est du temps et même dans

tous tes tourments
Tu respire et tu vis

des peurs, des
regrets, des
petites phrases
qui nous
restent dans la
tête longtemps
après qu'elles
ont été dites.
Parfois, on
garde tout ça
en nous sans
même s'en
rendre compte.
Retenir devient
presque une
habitude.
On se dit qu'il
faut être fort.
Qu'il faut
continuer. Qu'il
faut
comprendre,

des peurs, des
regrets, des petites
phrases qui nous
analysent, trouvent
des réponses. On
essaie de mettre de
l'ordre dans ce
qu'on ressent, de
donner un sens à ce
qui nous arrive. Et
souvent, on pense
que pour aller
mieux, il faut être
capable de
raconter,
d'expliquer, de
mettre les bons
mots sur les bonnes
choses.

On peut bien mentendre
sur des kilomètres

MISE

et je pourrais faire pour men
Libérer

ACTION

*déposer un mot suffit pour respirer
un peu plus.*

Le lâcher prise est souvent présenté comme quelque chose de compliqué, presque comme une étape à atteindre ou une méthode à apprendre. Pourtant, dans la vie de tous les jours, c'est souvent beaucoup plus simple que ça. On passe énormément de temps à retenir : des pensées, des inquiétudes, des souvenirs, des choses qu'on aurait voulu dire autrement ou des émotions qu'on ne sait pas comment nommer. À force de tout garder en nous, ça finit par prendre de la place. Lâcher prise commence souvent au moment où l'on reconnaît simplement qu'on n'a plus besoin de tout porter seul. Lâcher prise ne veut pas forcément dire raconter son histoire ou expliquer ce que l'on vit. Il y a des moments où les mots sont difficiles à trouver ou où l'on n'a tout simplement pas envie de tout raconter. Et c'est correct comme ça. Parfois, il suffit de faire un geste simple :

L A M I S E E N A C T I O N

Pour nous, la première étape de réadaptation passe par « être en action ».

L'action est au cœur de toute transformation et c'est par l'action que l'on renoue avec qui l'on est et qu'émergent les aspirations et les « possibles ».

Cette mise en action est la pierre angulaire de notre stratégie de réadaptation.

Elle se doit d'être dosée. Mais pour doser, il faut d'abord oser.

C'est pourquoi notre éventail de volets, d'activités et de programmes ratisse aussi large : pour augmenter les probabilités qu'une personne se sente interpellée par un type d'activité et ose se mettre en action.

Et en
- tête
bien
sur des

Les quatre types d'action que nous observons sont inter-reliés et la progression de l'un fait souvent progresser l'autre. Le tout culmine vers l'appropriation du pouvoir que se donne la personne sur sa vie.

ACTION SOCIALISATION

- Activités spéciales
- Les animaux et ma santé mentale
- Jardin collectif
- Ateliers de création
- Ateliers d'art libre
- Santé et bien-être
- Entraide par les pairs
- Internet
- Facebook
- Sortie de groupe

ACTION RÉFLEXION

- Rétablissement :
Ma boîte à outils
- Autogestion de l'anxiété
- Ateliers thématiques
- Suivis communautaires
- Bilan des participants
- Interventions ponctuelles
- Comité journal
- Accompagnements communautaires

ACTION ENGAGEMENT

- ACTION EXPLORATION
- Volets d'apprentissages
 - Atelier de couture
 - Atelier photo
 - Atelier de cuisine
 - Atelier d'art dirigé
 - Atelier de musique
 - Studio d'enregistrement
 - Atelier d'écriture
 - Atelier de menuiserie
 - Aide techno

- Appartements supervisés
- Pré-employabilité
Art
Menuiserie
Journal
- Économie social
- Boutique cadeaux
- « **Les Artisans du Boulev'Art** »
- Bénévolat

LE BOULEV'ART ITINÉRAIRE

À la mise en action des participants, s'ajoute une série de réalisations qui viennent ancrer encore davantage le Boulev'Art de la Vallée dans sa communauté.

Le Boulev'Art itinérant regroupe des activités qui se déroulent à l'extérieur des murs des Boulev'Art et qui s'inscrivent soit dans la sensibilisation à la santé mentale, soit dans la lutte à la stigmatisation ou encore dans l'intervention directe.

Dans la dernière année, nous avons donné des ateliers pour former les gens comme Éclaireurs (être en mesure de comprendre la santé mentale et détecter la détresse) à la communauté. Les ateliers d'auto-gestion Relief sur l'anxiété et la dépression ont aussi été offerts à la communauté.

*Le lâcher prise ne demande pas
toujours de longues explications
ou des mots parfaitement choisis.
Parfois, il commence simplement
par la permission de déposer
quelque chose que l'on portait
depuis un moment.*

P R O M O T I O N E T S E N S I B I L I S A T I O N

SENSIBILISATION

Suivi communautaires
Rétablissement jeunesse

« je me choisis »

- Centre La Cité
- Centre du Valon

FORMATION

À travers nos formations

- Les éclaireurs
- Les sentinelles

STIGMATISATION

Lute à la stigmatisation via :

- Artisans du Boulev'Art
- Bibliothèques vivantes
- Ateliers Reliefs
- Les éclaireurs
- Les chaussures
- les sentinelles

EXPOSITIONS

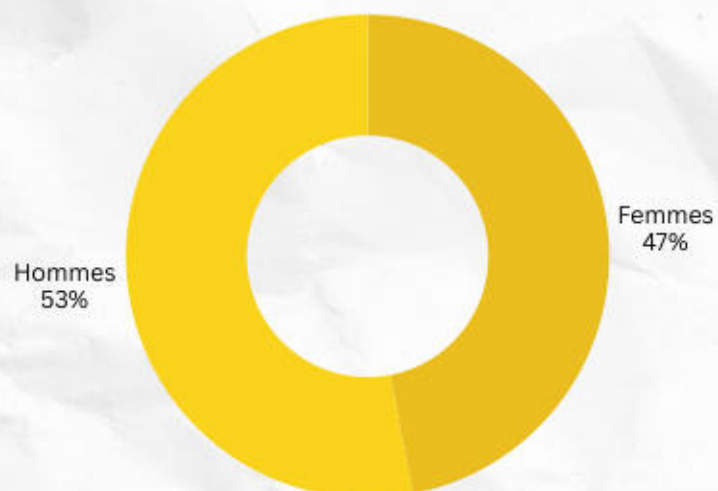
Une exposition:

- « Avant de me juger, mets mes souliers »

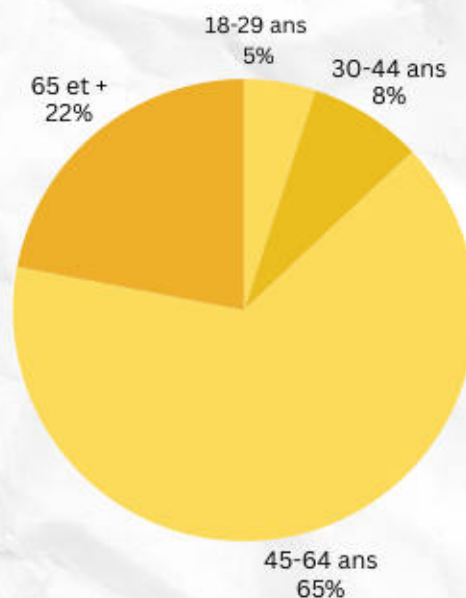
FRÉQUENTATION, PROFIL ET RÉFÉRENCE

DE LA PETITE NATION

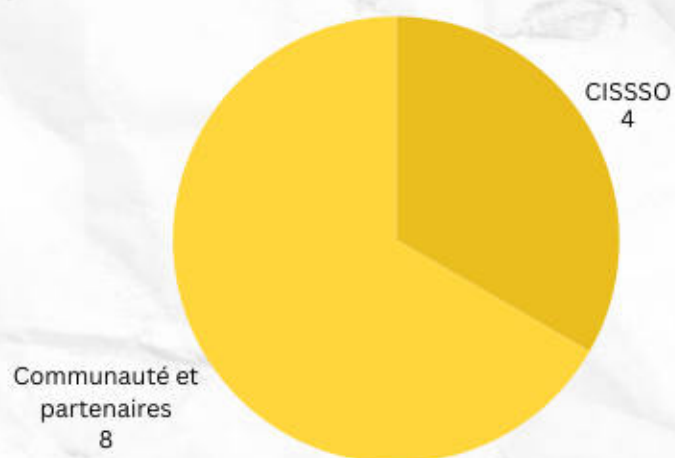
Genre



Âge



Références



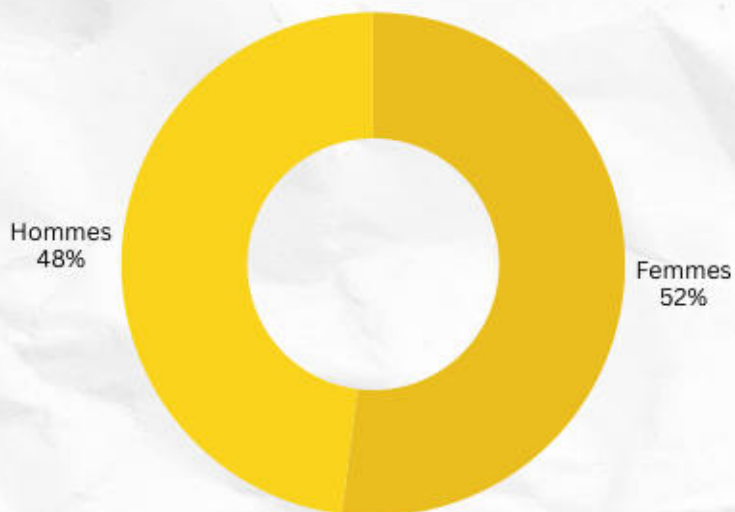
Fréquentation

Nombre de personnes rejointes

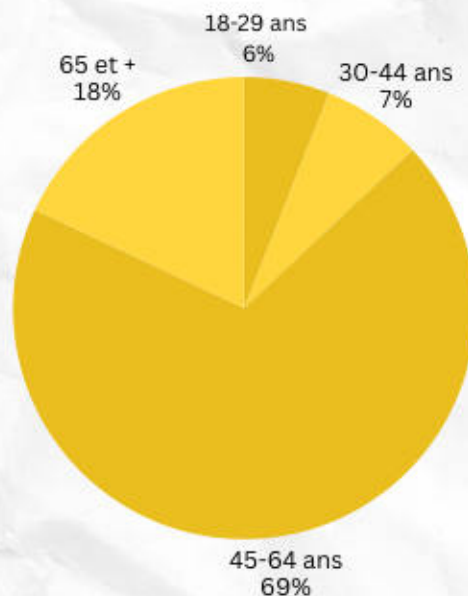
53

FRÉQUENTATION, PROFIL ET RÉFÉRENCE DE LA VALÉE-DE-LA-LIÈVRE

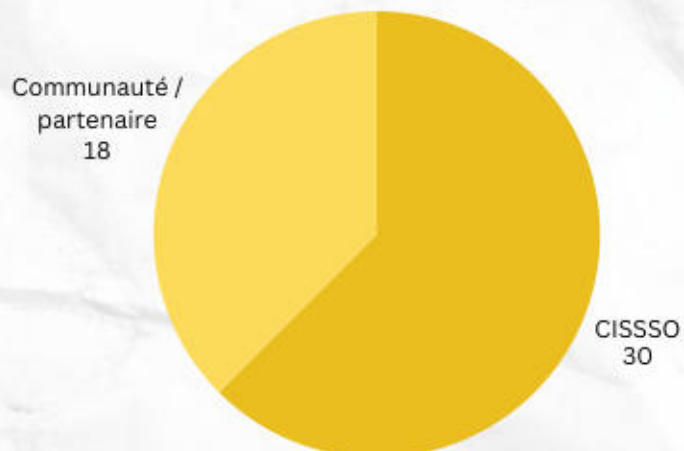
Genre



Âge



Références



Fréquentation

Nombre de personnes rejointes

278

ACTION

ion

*Pour exister en dehors des murs
de la maladie*

ACTION SOCIALISATION

Pour plusieurs personnes qui fréquentent l'organisme, la socialisation est le premier jalon de leur parcours de rétablissement.

Les activités de socialisation proposées ont permis d'entrer en contact avec les pairs dans un contexte de plaisir où la bonne humeur était présente et parfois contagieuse. « Être avec du monde » fait du bien lorsque son réseau social s'est effrité ou que l'on est isolé depuis un certain temps.

À travers les activités de cette sphère, nous voulions créer un contexte favorisant la rencontre, les échanges informels et le vécu partagé.

*Juste assez pour
respirer un peu
plus.*

un geste simple qui aide à faire un peu de place à l'intérieur. Les mots n'ont pas besoin d'être complets, ni parfaitement organisés. Ils peuvent être courts, mélangés, même un peu flous. L'important n'est pas qu'ils racontent une histoire, mais qu'ils permettent de sortir quelque chose de soi. Ce geste peut sembler petit, mais il crée un mouvement. Ce qui était retenu cesse d'être uniquement à l'intérieur.

Et parfois, ce petit déplacement suffit à changer quelque chose. On respire un peu plus librement.

La prose continue un... cher prise... veut pas dire... tout disparaît... que tout... rég... la

que ce qui était aussi

Que ce soit par des défis sur Facebook, les arts libres ou des activités spéciales, les participant·es ont été invités à vivre ensemble des moments rassembleurs, porteurs de plaisir. Dans la dernière année, les activités d'échanges sur les animaux à St-André-Avellin ont été maintenues.

Les STRAITJACKET poursuivent leurs musiques.

Pour Buckingham, nous avons les JAMS du vendredi et nous avons les friperies qui ont été très populaires et qui a permis à tout le monde de donner au suivant. Nous sommes toujours ouvert à de nouvelles idées,

c'est ça le Boulev-Art.

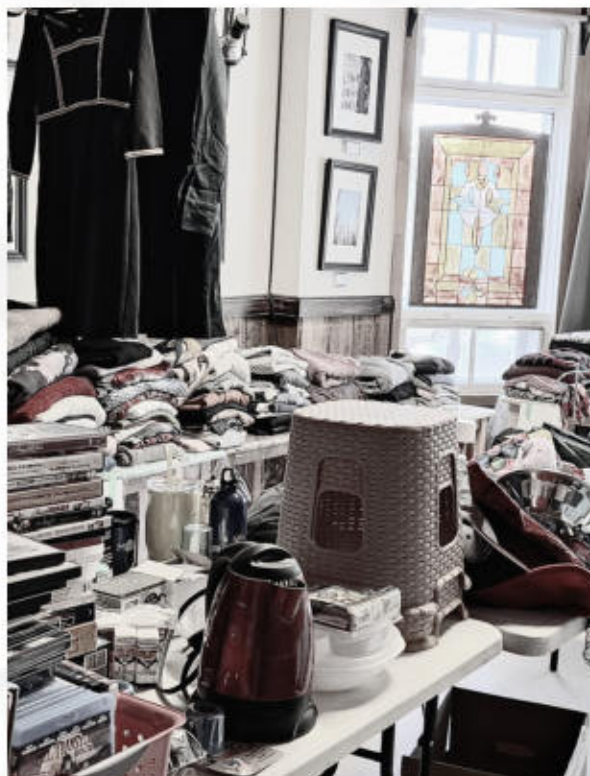
n

isatin

F R I P E R I E

Les friperies ponctuelles du Boulev'Art sont des activités très appréciées des participants. Elles permettent d'offrir gratuitement des vêtements et divers objets, répondant ainsi à un besoin de base dans un contexte où le coût de la vie augmente sans que les revenus suivent.

Chaque événement mobilise près de 20 personnes, qui s'impliquent à différentes étapes : certains font des dons, d'autres participent à la préparation de la salle, parfois sans même venir « magasiner ». Au-delà de l'accès à des biens essentiels, ces activités favorisent l'entraide, la création de liens sociaux et contribuent à briser l'isolement.



Donner, partager, s'habiller : la solidarité en action

*Au camping, les journées sont
simples et les souvenirs sont
grands.*

C A M P I N G

Pour une 12^{ème} année, nous sommes allés en camping. Cette activité permet aux participants de vivre un moment de détente en plein air tout en sortant du quotidien.

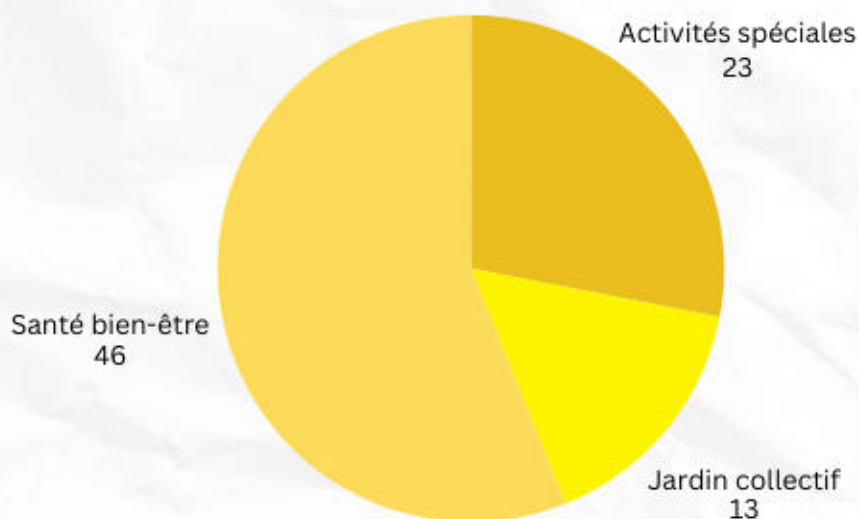
Plus de 15 participants ont ainsi partagé leur quotidien pendant 4 jours et vécu une expérience remplie d'entraide, de partage et de moments mémorables.



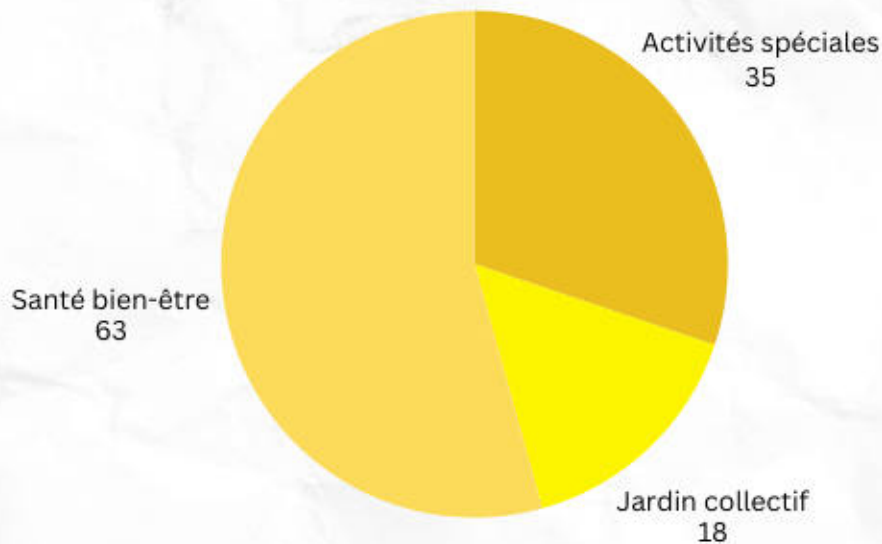
Les deux secteurs offrent un atelier de créations d'art libre en continu.

STATISTIQUE DE NOS ACTIVITÉS

Petite-Nation



Vallée-de-la-Lièvre



ACTION

A C T I O N R É F L E X I O N

RÉFLEX

*Pour abattre les cloisons de la
maladie et rebâtir les fondations
de mon avenir*

**Les activités de cet axe offrent
un temps d'arrêt structuré où il
est possible de poser un regard
critique sur sa situation.**

ce n'est pas effacer ce qu'on a vécu. Ce n'est pas oublier. Ce n'est pas faire comme si tout allait bien. C'est plutôt arrêter de serrer les poings autour de quelque chose qui nous fatigue. C'est un peu comme quand on tient un objet dans sa main pendant longtemps. Au début, on ne s'en rend pas trop compte. Puis, tranquillement, la main devient raide. Les muscles se tendent. Et un jour, on réalise qu'on est fatigué de tenir. Alors on ouvre la main. Ce geste-là, tout simple, c'est déjà du lâcher prise. On n'a pas besoin de faire un grand mouvement. On n'a pas besoin d'annoncer quoi que ce soit. Il suffit parfois de relâcher un peu la pression qu'on met sur soi-même. Parce que reténir demande beaucoup d'énergie. On retient pour se protéger. On retient parce qu'on ne veut pas déranger. On retient parce qu'on pense que ce n'est pas le bon moment pour parler.

C'est là que l'idée de déposer devient importante.

C'est un moment privilégié pour conscientiser ses forces afin d'en arriver à définir/redéfinir qui je suis et qui je veux être.

C'est une distanciation du moi « malade » pour laisser grandir la partie saine en soi.

C'est évaluer les différentes options dans le but de faire des choix le plus éclairés possible.

Prendre soin de la santé mentale, c'est aussi créer des espaces où chacun peut respirer, déposer un peu de ce qu'il porte et avancer à son rythme

A C T I O N R É F L E X I O N

En ce sens, des ateliers de groupe ont été créés et renouvelés au goût des périodes de l'année.

Aussi des accompagnements individualisés s'inscrivent dans notre volonté de supporter les personnes dans leur cheminement personnel.

Pour les rencontres individuelles, nous avons diversifié les moyens avec le téléphone, le courriel. Nous parlons ainsi d'interventions, qui ont permis aux participants désireux, d'améliorer certaines sphères de leur vie, de se fixer des objectifs et d'y travailler.

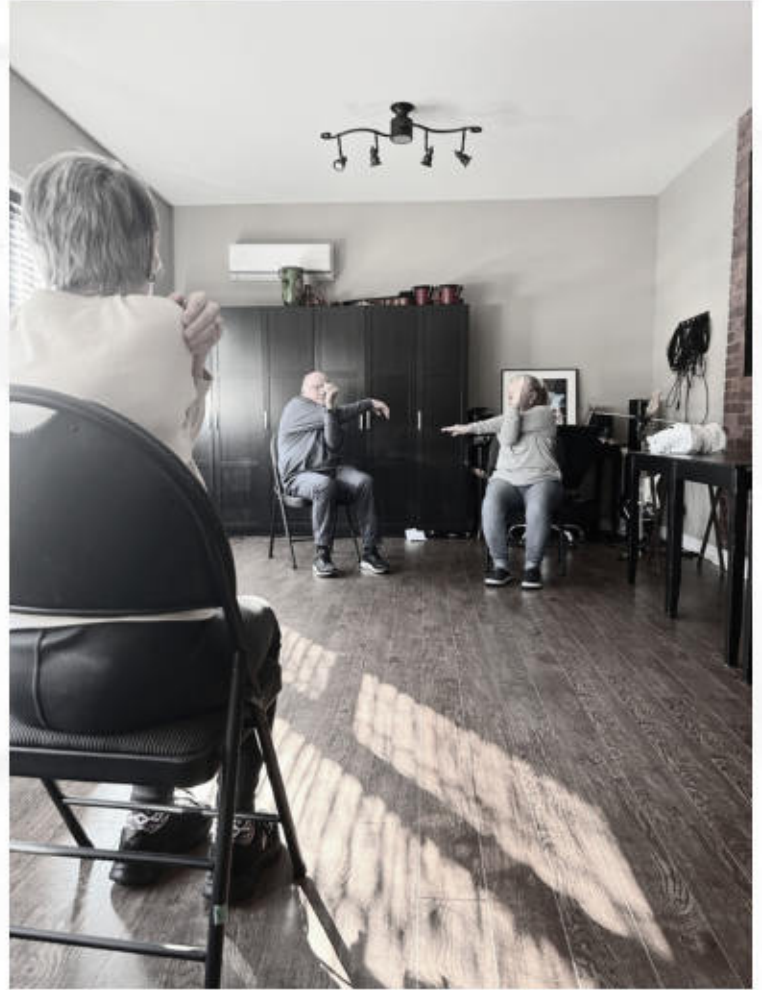
À travers ce processus, la personne a pris graduellement conscience de sa capacité à trouver des solutions qui conviennent aux préoccupations qu'elle porte ou difficultés qu'elle rencontre. Le défi de la liberté de choix pour la personne est également un défi pour l'intervenant : reconnaître que l'individu est le mieux placé pour savoir ce qui est bon pour lui. Notre approche repose sur cette croyance et cette reconnaissance. L'intervenant met l'ensemble de ses aptitudes au service de la personne de façon à lui faire prendre conscience du contrôle qu'il a et/ou peut avoir sur sa vie.

Interventions individuelles et suivis	3400	5905
Accompagnements communautaires	9	35
Boîte à outils	N/A	40

PETITE-NATION

VALLÉE-DE-LA-LIÈVRE

Un espace pour respirer, se déposer et avancer



Parfois, aller mieux commence simplement par une rencontre.

conscience
t mal que ça me
du tort
t vrai qu'un jour on
e sort

Action

Pour redécouvrir
les possibilités
que contient mon
potentiel

exploration

tion

Les activités de ce volet
font appel à l'exploration
et l'expression des
talents.

On parle ici de talents
connus ou de talents
latents, méconnus,
insoupçonnés.

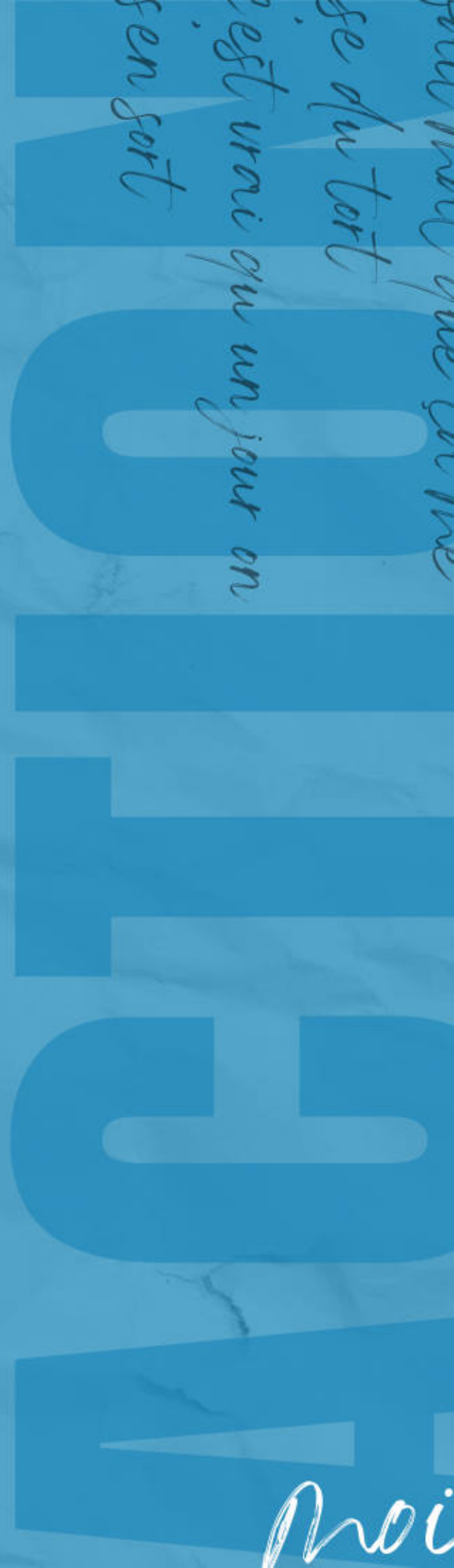
A C T I O N
E X P L O R A T I O N

C'est un pas à travers le nouveau à «*moi*» qui est appelé à émerger en fonction des nouvelles réalités de la condition de chacun.

Bien sûr, chaque volet proposé n'est qu'un moyen de se recentrer sur ses forces et de vivre des expériences enrichissantes, valorisantes et sources de grande satisfaction : enregistrer sa voix sur une musique karaoké et en faire un cd que je peux faire écouter à mon entourage est source d'une belle fierté.

Faire lire à un proche un article que j'ai signé dans le journal interne permet de partager ma pensée. Présenter à un ami la pièce de guitare que j'arrive maintenant à jouer est un bel accomplissement.

Comme vous le devinez, ce qui importe encore davantage que l'aspect technique du volet est le ressenti que vit la personne à travers ce dernier.



En ce sens, le cheminement pour arriver au résultat final est riche en développement et en dévoilement des forces : assiduité, constance, persévérance, effort, minutie, patience, etc. S'ancrer les pieds dans un nouvel intérêt, voire même une nouvelle passion, est une façon significative de s'exprimer et de s'éloigner de la maladie pour laisser vivre la partie saine en soi.

De réussite en réussite, des projets naissent et lorsque des projets naissent l'espoir en rejaillit.

Vous remarquerez les photos dans notre salle commune, tout au long de l'année, différents thèmes ont été exploités tels;

- Cultivez une santé mentale fleurissante
- Atelier flash photo créative
- Il était une fois une vie.
- Les perceptions
- Sortir du cadre.

A C T I O N E X P L O R A T I O N

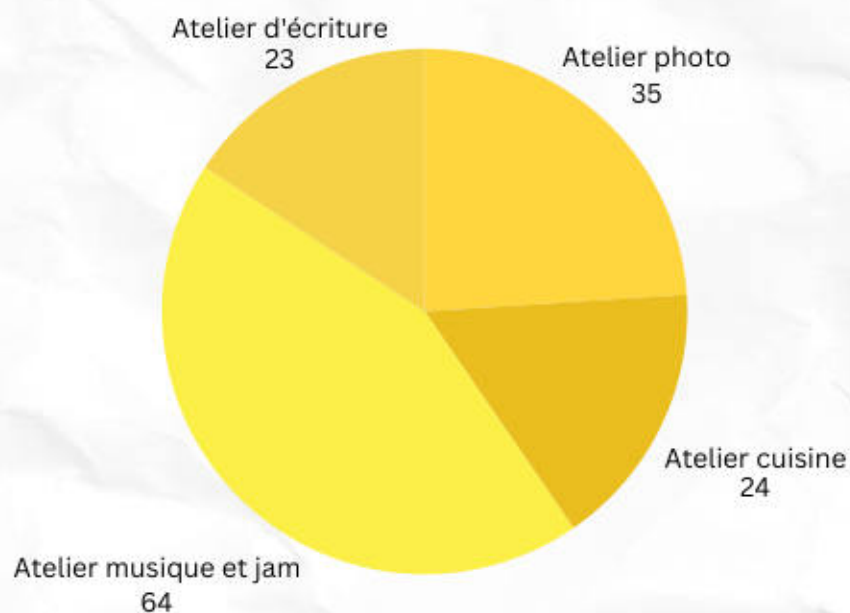
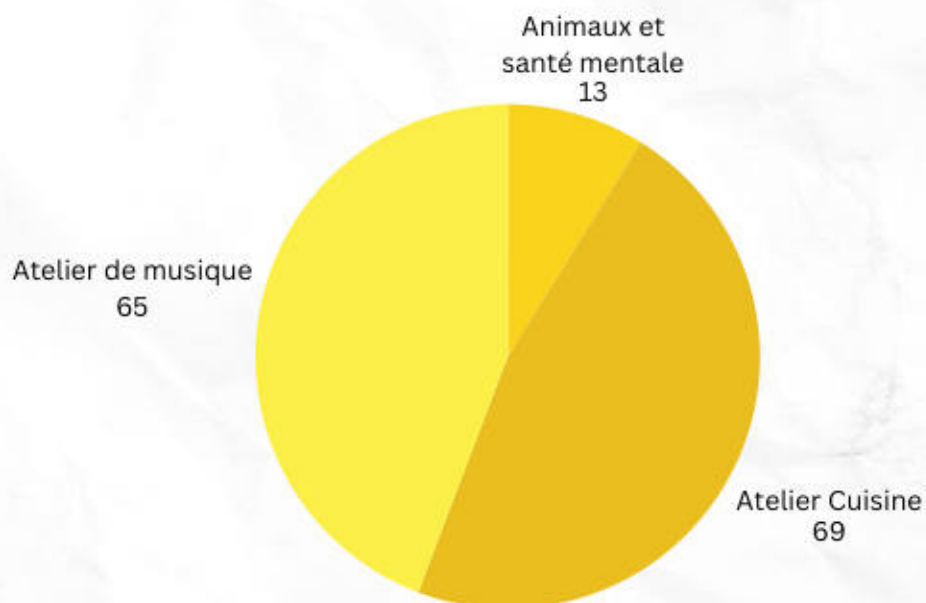


Cultivez une santé mentale fleurissante, explorez vos perceptions, laissez place à votre créativité et osez sortir du cadre pour voir autrement.



Les deux secteurs offrent des ateliers d'art dirigé et des ateliers de menuiserie en continus

STATISTIQUE DE NOS ACTION EXPLORATION



LA VIE

AU

BOULEVARD

On retient des
pensées de
études.
choses quand
aurait voulu dire
et hosc
aurait voulu faire
surtout. On
reprend aussi
pensée
regrette, les

petites phrases
qui nous restent
dans la tête
longtemps après
qu'elles ont été
dites. Parfois, on
garde tout ça en
tête, sans même
rien en vendre
compte. L'avenir
devient
presque une
habitude.
On se dit qu'il
faut être fort
qu'il faut
continuer. Qu'il
faut comprendre,
analyser, trouver
des réponses. On
essaie de mettre
un ordre dans ce
gros tas de
d'aller de l'avant
ce qui nous
arrive. Et
souvent, on
pense que pour
aller mieux, il
faut être capable
de raconter,

À Boulev'Art, la vie se passe
simplement, au rythme des
personnes qui entrent et qui
prennent leur place à leur façon. On
y arrive comme on est, avec nos
hauts, nos bas, nos journées plus
faciles ou plus difficiles. Et
tranquillement, on découvre un
espace où ça fait du bien d'être là,
sans pression.

*Les rencontres sont
vraies, humaines.*

Prendre soin de la santé mentale, c'est aussi créer des espaces où chacun peut respirer, déposer un peu de ce qu'il porte et avancer à son rythme.

LA VIE AU
BOULEV'ART

On jase, on rit, on partage des moments, parfois en parlant, parfois juste en étant ensemble. Chacun peut être lui-même, à son rythme. Et sans trop s'en rendre compte, un sentiment d'appartenance se crée. On se sent accueilli, reconnu, moins seul.

Le Boulev'Art c'est un milieu de vie.

Un endroit où on peut respirer, connecter avec les autres, retrouver un peu d'équilibre... et surtout, se sentir à sa place.

On pourrait croire que lâcher prise veut dire comprendre parfaitement ce qui nous arrive, analyser nos émotions, trouver les bons mots pour expliquer ce qu'on ressent. Mais dans la réalité, ce n'est pas toujours comme ça que ça se passe. Souvent, les choses qu'on porte ne sont pas claires. Elles sont mélangées. Elles viennent de plusieurs endroits à la fois : une inquiétude, une fatigue, une frustration, un souvenir, un regret, une peur pour demain. Tout ça peut s'accumuler tranquillement. Au fil des jours, on avance avec ces choses-là en nous. On continue de travailler, de prendre soin des autres, de répondre aux attentes, de faire ce qu'on a à faire. Et pendant ce temps-là, certaines pensées restent dans un coin de notre tête. Certaines émotions restent dans notre corps. On les garde avec nous parce qu'on ne sait pas trop quoi en faire.

ART

Un espace d'accueil, de création et de liens, où chacun peut être soi



ÊTRE SOI



< Plein d'émotion. On peut être authentique. >

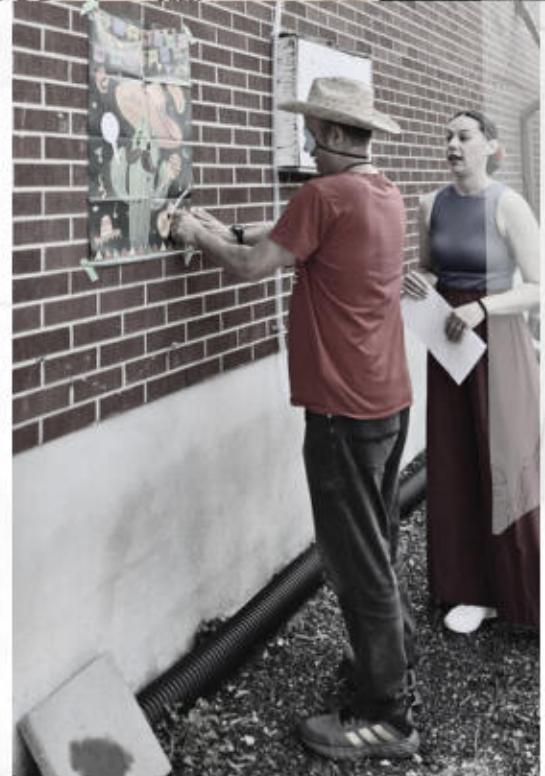


« Ça m'apporte plein de bienfaits physiquement et mentalement »



CRÉATIVITÉ

AUTHENTICITÉ



< Tu peut être toi même et tu vas être
accepté même si tu es différent >

échange



En chantant
en criant à tue-
-tête
On peut
m'entendre
sur des
kilomètres
Comment je
pourrais faire
pour m'en
libérer De ces
chaines
accrochées à
mes deux
pieds



R E N C O U T R E

*< Ça apporte du bonheur parce qu'on rit,
on fait des blagues >*



BIENVUEILLANCE



Parfois, il suffit d'un espace accueillant, d'un geste simple ou d'une rencontre bienveillante pour relâcher un peu ce que l'on porte et respirer plus librement.

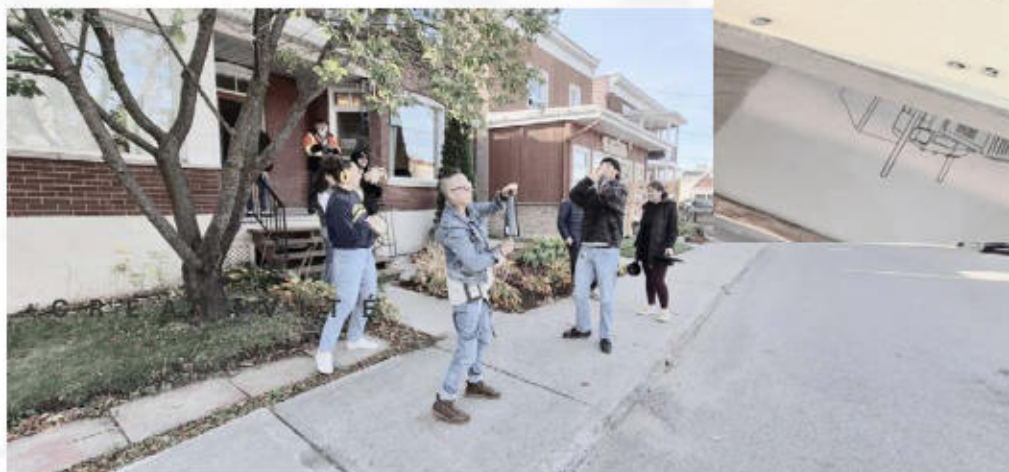
Ensemble



< Plein d'émotion. On peut être authentique. >



ÉCOUTE



appartenance



CONNEXION



« Une famille, l'identité, un réconfort, un oasis de bien-être »

LA FAMILLE.

, c'est souvent le premier espace où l'on apprend à porter, à partager... et parfois, à relâcher ensemble.



C O M P L I C I T É S



Le communautaire vit dans ces liens humains où la joie partagée aide chacun à trouver sa place

ACTION

L'action engagement se définit par une prise de pouvoir encore plus grande sur sa vie. La personne s'engage dans un processus où des responsabilités et des attentes sont signifiées dans des objectifs précis.

ENGAGE

MENT

ACTION
ENGAGEMENT

De façon générale, ces engagements sont traduits par un contrat entre l'organisme et la personne concernée. Que ce soit un contrat pour une démarche de pré-employabilité via les ateliers de travail, un contrat d'embauche pour la boutique d'économie sociale ou un contrat de service pour les appartements supervisés, chacune de ces sphères témoigne de la volonté pour ces personnes de reprendre le pouvoir de leur vie et s'inscrit entièrement dans cette démarche de rétablissement prônée par le Boulev'Art de la Vallée.

Pour laisser ma partie saine habiter ma vie

LES APPARTEMENTS SUPERVISÉS

Un axe important de l'action-engagement est l'offre d'appartements supervisés, soit 6 unités. Cette composante, communément appelée le Havre, s'adresse aux personnes qui, pour différentes raisons reliées à leur problématique de santé mentale, ne pourrait actuellement vivre en appartement autonome.

Pour y accéder, les demandes passent par un comité d'accès où le futur locataire présente sa demande et traduit en besoin l'aide requise pour bien vivre cette étape cruciale qui, ultimement, devrait mener vers un appartement autonome dans la communauté.

À travers l'accompagnement proposé, la projection dans l'avenir permet d'identifier des aspirations qui seront intégrées au plan de service tout au long du séjour chez nous. La réadaptation et la réintégration dans la communauté sont également au cœur de l'intervention.

Pour atteindre leurs objectifs, nous offrons aux locataires un environnement sain, des appartements abordables et adaptés à leurs besoins. De plus, en cas d'urgence et ce, 24h par jour / 7 jours par semaine, ils peuvent rejoindre une intervenante par l'entremise d'un téléphone cellulaire.

Objectifs poursuivis par le Havre sont:

- Développer son autonomie et reprendre le pouvoir sur sa vie (appartement, finances, hygiène, activités de vie quotidienne et de vie domestique, etc.)
- Développer et/ou poursuivre un projet de vie (travail, études, bénévolat ou autres)
- Gérer les activités nécessaires au maintien d'une bonne santé physique et psychologique
- Maintenir, développer ou agrandir son réseau social
- Reprendre confiance en soi
- Susciter l'entraide et la coopération au sein des locataires Prendre sa place de citoyen.

Demande reçus en 2025/2026	Depuis 2005
1 demande d'hébergement en attente :	51 locataires sont passés par cette ressource :
• 5 places ce sont libérée dans la dernière année • Nous avons des PSL (programme de soutien au logement)	• 6 personnes y vivaient au 31 mars • 38 personnes ont quitté pour un appartement autonome • 8 personnes ont été dirigées vers une autre ressource

PROGRAMME DE PRÉ-EMPLOYABILITÉ

Depuis leur mise sur pied, il y a plus de 14 ans, les ateliers de travail ont offert à des participants l'opportunité de vivre une expérience de pré-employabilité leur permettant, d'une part, de se donner une hygiène de vie, de développer des connaissances techniques, de se confronter aux réalités du marché du travail et, d'autre part, de toucher une allocation mensuelle du ministère de l'emploi et de la solidarité pour leur participation.

BÉNÉVOLAT

Depuis quelques temps, une nouvelle réalité s'est dessinée. Des personnes intéressées par les plateaux de travail n'étaient pas éligible à l'allocation gouvernementale. Leur motivation était ailleurs : s'adonner à une sphère d'activité qui les nourrit et se donner une hygiène de vie salubre à leur mieux-être.

Ce sont des gens qui, dans leur processus de rétablissement, avaient besoin de s'engager et de s'établir une routine de vie en y intégrant un espace où l'expression de leur talent devient un symbole de reprise de pouvoir sur leur vie.

C'est donc à travers une expérience pratique que bénévoles et participants au programme passe-action ont acquis différentes compétences transférables à d'autres sphères de leur vie : persévérance, endurance, stabilité du rythme, engagement et bien sûr, des compétences techniques et une grande satisfaction d'où un sentiment de fierté. Chacun répondant à ses objectifs personnels.

*Has pour
Has pour
compris. M
qu'il existe
dans notre
pour qu'il
l'espace qu
Quand on*

D'ailleurs, le rôle de travailleur semble tout aussi porteur de rétablissement que le travail lui-même. Pour certains, l'estime que suscite le fait de travailler, transcende l'aspect rémunération.

Il s'agit d'une étape de remise en action et un pas de plus vers l'empowerment. C'est donc une réappropriation de son pouvoir et de sa valeur dont il est question dans cette démarche. Trois plateaux de travail ont été offerts cette année.

LE JOURNAL LA RUCHE

Pour me dire et te lire

L'organisme a pu offrir un programme de pré-employabilité à une personne au profil journalistique au cours de l'année.

Ce rôle fait appel à plusieurs dimensions : l'écoute, l'attention, l'esprit de synthèse, la mise en mots, la mise en page, etc. Quatre journaux ont été publiés soient les coupleurs de la vie, poussière de souvenirs, plaisirs d'hivers et fleurir ensemble. Chaque édition présente les activités du Boulev'Art et différents articles se référant au thème exploré. Plusieurs personnes qui gravitent autour du Boulev'Art ont eu la chance de s'exprimer sur la thématique choisie.

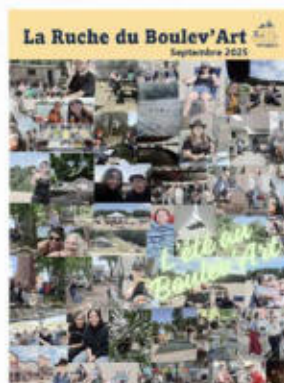
Podcast

Un nouveau projet s'est ajouté au volet journal : le podcast La Ruche. Un espace d'échange et de réflexion autour du thème du journal, où des participants s'y rencontrent pour partager idées, expériences et points de vue, dans un dialogue ouvert et authentique.

2 podcasts ont été enregistrés au cours de l'année 2025-2026 : l'art de vivre et une édition spéciale pour la semaine de la prévention du suicide.



*Merci aux 1 participants et collaborateurs
qui fournissent des textes de leur cru et
partagent ainsi une parcelle de leur monde.
Pour ce domaine : 1 programme de pré-
employabilité*



L'ESPACE CRÉATION

Cet atelier est orienté vers une démarche artistique où chacune des créations porte l'empreinte de cette quête d'originalité et d'unicité qui habite chacun des membres de ce groupe.

À partir de consignes de base et de techniques enseignées, ces travailleurs peuvent laisser parler leur créativité et créer différentes œuvres sous la gouverne d'une artiste-formatrice.

Il importe également de préciser que le partage de connaissances ainsi que les initiatives sont encouragés de façon à maximiser les apprentissages et mener à bien les différentes créations destinées à la boutique d'économie sociale.

Sur ce plateau

- 2 bénévoles
- 1 programmes de pré-employabilité

ATELIER DE MENUISERIE

Le travail manuel est une occasion privilégiée pour ce « grounder ». Il nécessite attention, minutie et précision. À travers la réalisation de différents projets de création ou encore le recyclage de vieux meubles de bois, la recherche esthétique rime avec qualité, originalité et utilité.

Chacune des productions est un contexte d'apprentissage de nouvelles techniques qui mettent au défi ces travailleurs.

Le travail d'équipe, la complicité et le respect qui prévalent, font en sorte que des liens significatifs se créent.

Toutes les créations sont destinées, elles aussi, à la boutique d'économie sociale ou sont des commandes spéciales.

Sur ce plateau

- 2 bénévoles
- 2 programmes de pré-employabilité

Quelle que soit sa forme, l'art ouvre un espace où le geste prend le relais des mots, permettant de relâcher la pression

C'est là que l'idée de déposer devient importante.

Pour rendre hommage à cette approche, le projet « Les Artisans du Boulev'Art » repose sur la commercialisation des produits et créations issus de nos différents ateliers. Bien qu'en grande partie les œuvres offertes au public proviennent des plateaux de travail en art et menuiserie, on y retrouve également des créations issues des volets d'apprentissage tel que couture, tricot, chandelles, etc.

Toutes portent la signature de l'espoir, du talent et de la volonté. Volonté de cheminer, volonté de s'exprimer. De par sa réponse positive, la communauté contribue à l'essor de ces personnes qui refusent d'être réduites à une étiquette de santé mentale. Créer pour s'affranchir de la stigmatisation. Créer pour se réinventer. Créer pour se redéfinir de nouveaux horizons.

Dans la dernière année, nous avons pu compter sur l'expertise et l'assiduité de 7 commis-boutiques. De plus, nous avons débuté la promotion et de la publicité sur les différents médias sociaux. Merci à la clientèle ainsi qu'au personnel de la boutique qui sont restés fidèles.

Ce volet d'économie sociale est porté par quatre objectifs importants

Mettre en valeur le talent créatif des participants

Comme il a été mentionné initialement, les volets d'apprentissages font partie intégrante de nos stratégies de réadaptation. Créer du « beau » ne peut que rejaillir sur la vie de son créateur...et des gens interpellés par l'œuvre. La boutique regorge de ces créations issues de nos différents ateliers. Cette fenêtre ouverte sur leur talent est porteuse de fierté, de reconnaissance et met du vent dans les voiles à ceux qui osent projeter une partie d'eux même dans une création unique, originale et de qualité. L'expression des talents...au cœur du rétablissement



Sensibiliser la population à la santé mentale

La stigmatisation est un phénomène malheureusement trop souvent vécu par les personnes vivant avec un trouble de santé mentale. L'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale définit la stigmatisation comme « une marque de honte, de disgrâce, de désapprobation conduisant un individu à être évité et rejeté par les autres. La stigmatisation accompagne toutes les formes de maladie mentale, mais elle est en général d'autant plus marquée que le comportement de l'individu diffère davantage de ce qui est commun ».



En ce sens, la boutique Les Artisans du Boulev'Art est un levier exceptionnel de sensibilisation à la santé mentale, car elle s'appuie sur la beauté des œuvres et sur la créativité des personnes qui vivent avec un problème de santé mentale pour démystifier ce que sont réellement ces maladies.

La boutique permet de mettre en évidence le côté lumineux des personnes plutôt que d'insister sur le « côté malade ». Les préjugés sont gratuits ...



La santé mentale a un prix !

Créer des emplois à temps partiel pour des personnes vivant avec un trouble de santé mentale

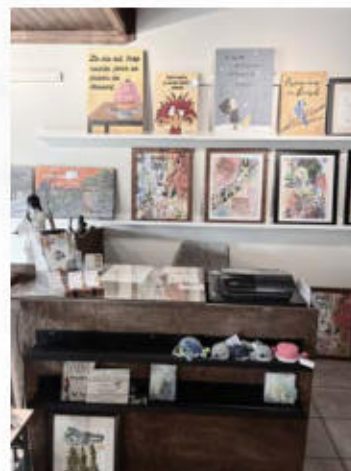
« Ici vous achetez plus qu'un produit, vous contribuez à la bonne santé mentale de la communauté »

3 Ce slogan exprime bien la mission sociale de la boutique, car en plus de permettre aux artisans de créer dans une perspective de commercialisation, la boutique d'économie sociale permet la création de postes à temps partiel pour la clientèle de l'organisme qui désire s'engager sur le plan de l'emploi. Cette possibilité est d'autant plus importante que l'emploi fait partie des déterminants de la santé. Se définir comme travailleur dans une société de productivité est généralement une source de valorisation même si cet emploi est à temps partiel. En ce sens, la boutique permet un pas important sur le sentier du rétablissement.

Sept Commis-vendeurs ont travaillé à la boutique dans la dernière année !!!

Assurer l'autofinancement du matériel d'atelier

4 En plus de sa mission sociale, la Boutique permet un autofinancement qui n'est pas à négliger compte tenu du coût des matières premières. Bien que les revenus soient somme toute modestes, ils permettent un approvisionnement de matériel et d'outillage de qualité, lesquels sont indispensables pour atteindre les standards recherchés. Malgré tout, et à l'image de l'être humain, des imperfections peuvent s'observer à l'occasion...mais elles font partie du charme et témoignent de la main humaine derrière la création.



Boulev

Art

*Parlons ensemble de
santé mentale...
On pas de plus vers la
communauté*

itinéraire

nt

C'est le Boulev'Art qui va à la rencontre de sa communauté.

En sortant de ses murs, il crée des espaces de sensibilisation, de prévention et de dialogue pour faire rayonner la santé mentale autrement.

À travers ses actions dans les milieux de vie, il contribue à briser les préjugés, à favoriser une meilleure compréhension de la santé mentale et à rappeler que le rétablissement, l'espoir et l'entraide ont aussi leur place partout dans la communauté.

SENSIBILISATION À LA SANTÉ MENTALE

Le Boulev'Art de la Vallée offre des ateliers de promotion et de prévention pour vivre en bonne santé mentale aux milieux d'éducation, organismes communautaires et entreprises.

Les objectifs sont :

- Mieux comprendre la santé mentale.
- Développer une compréhension de certains troubles en santé mentale.
- Sensibiliser à l'importance de la santé mentale positive.
- Prendre conscience de nos facteurs de protection et de vulnérabilité.

Plus la population est informée, moins la stigmatisation sera présente autour de nous. Le fait d'être sensibilisé aux caractéristiques de la maladie mentale peut permettre de mieux comprendre certains agissements de nos collègues ou de la clientèle. Cela permet également d'offrir un support et/ou service adéquat et avoir même une réflexion sur soi.

Nous avons donné 5 formations et formé plus de 41 personnes pour le réseau des éclaireurs. Ce réseau, initiative du ministère de la Santé et déployé provincialement à pour mandat d'outiller à reconnaître les personnes présentant des signes de détresse et les référer vers les ressources.

La formation Sentinelles a rejoint 41 participant-es réparti-es dans 6 groupes au cours de l'année.

De plus, nous avons offert 4 ateliers Relief, d'une durée de 10 semaines, sur l'autogestion de l'anxiété. Nous offrons aussi des suivis individuelles ou de groupes pour les personnes qui ont fait les ateliers.

RÉTABLISSEMENTS JEUNESSE *JE ME CHOISIS*

Tout au long de l'année scolaire, des ateliers « Je me choisis » ont été offerts aux centres de formation pour adultes La Cité et Le Vallon. Ces groupes s'adressent aux jeunes adultes en milieu scolaire et visent à favoriser le mieux-être psychologique, le développement personnel et le rétablissement à travers une approche centrée sur les forces.

Les ateliers permettent aux participants d'explorer différents thèmes liés à la santé mentale tout en développant une meilleure connaissance d'eux-mêmes. L'approche privilégiée mise sur la valorisation des capacités personnelles, la redécouverte de soi, le renforcement de l'estime personnelle, la clarification des motivations et des choix de vie, ainsi que le développement du plein potentiel de chacun. Les activités proposées visent également à semer l'espoir et à encourager les participants à devenir acteurs de leur propre parcours.

Au cours de l'année, plusieurs thématiques ont été abordées, notamment la santé mentale, l'anxiété, l'estime de soi et l'importance de se choisir, de prendre soin de soi et mettre ses limites.

Les ateliers ont été déployés dans deux centres de formation pour adultes :

- Centre La Cité : 10 ateliers réalisés, avec une participation variant entre 5 et 12 personnes par atelier.
- Centre Le Vallon : 12 ateliers réalisés, avec une participation variant entre 5 et 13 personnes par atelier.

Ces ateliers ont permis de rejoindre de nombreux jeunes adultes et de leur offrir un espace de réflexion, d'échange et de développement personnel favorisant leur bien-être global.

À chaque rencontre, nous favorisons des lectures, des échanges, des exercices, des visualisations, qui touchent un des thèmes du rétablissement : espoir, pouvoir d'agir, redécouverte de soi et d'un sens à la vie. Ces ateliers de rétablissement sont une série de rencontres sur la conscience de sa santé mentale qui vise à travailler sur les motivations, les choix et les rêves pour nous permettre de vivre notre plein potentiel.

De concert avec l'école Le Vallon et l'école La Cité, du centre d'éducation aux adultes de la Commission scolaire aux Cœurs- des-Vallées, le Boulev'Art de la Vallée poursuit l'animation des ateliers. Pour l'école Le Vallon, nous avons eu un groupe à l'automne et un en hiver. Pour l'école, La Cité nous avons eu un groupe à l'automne. Ces groupes nous ont permis de rejoindre 76 personnes sur le territoire de la Petite-Nation et 117 personnes sur celui de la Vallée de la Lièvre. On parle de 10 sessions de 6 à 13 jeunes pour chaque établissement

Grâce à son succès, cette initiative est appelée à perdurer dans le temps.

VOICI CE QUE LES JEUNES EN ONT RETIRÉ :

- « *Je me fais plus confiance et je comprends mieux la vie* »
- « *L'importance de s'écouter* »
- « *Je fais maintenant des choix pour moi* »

S U I V I S C O M M U N A U T A I R E S

Le suivi communautaire est un service offert pour les adultes vivant avec un diagnostic en santé mentale qui s'associe à des défis sur le plan des habiletés personnelles, sociales et relationnelles, de même que des difficultés d'intégration, d'organisation et d'adaptation dans la communauté. Il est offert dans une perspective de rétablissement, de réadaptation et réinsertion sociale.

Nous croyons que chaque individu peut développer son plein potentiel à travers ses forces et défis et ce, même en ayant un diagnostic en santé mentale. Nous croyons au potentiel de chacun, dans son unicité à travers ses valeurs, ses croyances et son style de vie. Nous offrons un accompagnement individuel dans les objectifs de vie de la personne, tout en respectant son rythme.

Plus de 35 interventions ont été effectuées pour ce service.

Offres de service

- **Suivi individuel** : accompagnement, démarches, références et réflexion.
- **Suivi moyen terme** (maximal de 2 ans).
- **Proximité** : déplacement dans le milieu et/ou milieux de vie de la personne.

LUTTE À LA STIGMATISATION

Via les Artisans du Boulev'Art

Le Boulev'Art a participé à quatre événements tout au long de l'année dont 1 kiosque à Arts-Aux-Parcs, 1 kiosques avec le Cercle des Fermière, qui ont aussi fait un don à notre organisation, 1 au marché de Ripon et 1 dernier pour le Carnaval de Ripon.

C'est un médium pertinent pour parler de la santé mentale avec la communauté.

À travers leurs œuvres, les artisans témoignent du fait qu'il est possible d'avoir une vie remplie d'espoir malgré les défis de la maladie. À travers leurs œuvres, ils témoignent à l'ensemble de la population que l'art est un outil privilégié pour se reconstruire et reprendre pied lorsque l'on a l'impression que notre vie bascule.

En ce sens, chacune des créations exposées est faite de résilience et d'espoir.

-Via l'exposition de chaussure « Avant de me juger, mets mes souliers »

Ce projet est un véhicule afin de sensibiliser et informer la population à la santé mentale. Chacun des souliers sert de médium pour transmettre un message, des émotions et des expériences de vie. Il est le symbole de la définition que les sens attribuent à la santé mentale

*compris. Mais
qu'il existe a*



Scannez le
code pour
découvrir
notre
boutique.

Scannez
pour
accéder à
l'exposition.



resser, c'est simplement reconnaître

RAYONNANTE

MENT

*On peut bien
entendre sur des*

kilomètres

DU

BOULEV'ART

Mes neurones
me font mal
en l'instant
J'ai le moins
de neurones
d'énergie

Même que mes
neurones se
portent moins
bien

Est-ce que ça
augmente ou
ça coupe ma
faim J'y songe,
j'y repense et
j'y pense
encore

Plus les années
avancent j'en
prends
conscience

Que ça me fait
mal que ça me
cause du tort

J'espère que
c'est vrai qu'un
jour C'est
passé, dépassé
et c'est fini

Ce que les
autres pensent
ou disent

C'est du vent,
c'est du temps
et même dans
tout tes
tourments

Tu respirez et
tu vis

C'est ça le
lâché prise En
chantant en
criant à tue
tête

On peut
m'entendre sur
des kilomètres

Comment je
pourrais
mourir
sière
ce n'est
pas rodé

Mes neurones
sont là
non à tout
ce que j'ai
dit

Je vous ai pas fait
trop souffrir
Je m'en veux
encore pour ce
que j'ai fait

N O S P A R T E N A I R E S

CISSSO

- Financement à la mission de base
- Projet les Éclaireurs
- Atelier Relief pour l'autogestion
- Programme de formation des Sentinelles et prévention du suicide.
- Projet Vers un chez soi (En collaboration avec la Maison Pour Elles des deux Vallées, Maison Oxygène, Le Bras et la Banque Alimentaire La Lièvre)

Commission scolaire aux Cœur-des-Vallées

- Formation en insertion sociale

Société d'habitation du Québec

- Projet Achat-Rénovation

Office Habitation de l'Outaouais (OHO)

- Programme de soutien au logement

Réseau Outaouais ISP

- Programme PASS Action

Ville de Gatineau

- Jardin communautaire

Communauté

- Divers dons

C'est du v
c'est du te
et même d
tout tes
tourment
Tu respire
tu vis
C'est ça
lâché pris

N O S C O L L A B O R A T E U R S

CEGEP de l'Outaouais

- Rencontre de présentation de l'organisme
- Stages dans notre milieu

Ville de Gatineau

- Prêt de salles
- Vignette de stationnement

Moisson Outaouais

- Dons alimentaires

N O T R E C O N C E N T R A T I O N

CISSEO

- Plan de services individualisés

Acteurs du milieu

- Diverses rencontres formelles et informelles avec différents acteurs du milieu
 - ROCSMO
 - CDC Rond Point
 - TDSL
 - CISSEO
 - RRASMQ

N O T R E M E M B E R S H I P

- **ROCMSO** / Regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais

Présidence au conseil

- **TROCAO** / Table régionale des organismes communautaires autonomes de l'Outaouais

- **CDC Rond Point** / Corporation de développement communautaire Rond Point

- **TDSL** / Table de développement sociale de la Lièvre.

Présidence au conseil

- **RRASMQ** / Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec.

Administrateur au conseil

LA COMMUNICATION

Page Facebook : Boulev'Art de la Vallée
Site web : www.boulev-art.ca
Distribution du dépliant
Cartons de sensibilisation via la boutique
Autocollant « Avant de me juger, mets mes souliers »
Instagram
Facebook

Il y a pour qu'il
juste pour qu'il
re tête. Juste
u l'espace qu'il
upait en dedans.
ge quelque chose
n crée un petit
coincé en dedans
e à l'extérieur.
ment change déjà
quelque chose.
lus large. Les
u. Les pensées
peu moins vite.

RAYON MEN DU

ATELIERS ET FORMATION

- Formation pour animer les ateliers Relief
- Formation sur le trauma
- Journée thématique du ROCSMO sur les approches alternatives
- Colloque santé mentale à l'UQO
- Approche par les forces avec l'AQRP
- Formation sur la résilience

Perspective

Juste assez
respirer
un
plus.

I N T E R V E N T I O N

L I G N E D I R E C T R I C E S

Mettre en place avec l'équipe et le conseil d'administration les axes qui sont ressortis de la démarche de planification stratégique pour les 3 prochaines années.

- Toujours faire connaître le suivi communautaire.
- Poursuivre de donner la formation des Éclaireurs et les Sentinelles.
- Poursuivre la mise en place des ateliers d'auto-gestion Relief tout en ajoutant un groupe de soutien en soirée.
- S'impliquer dans la formation pour la Pair Aidance dans notre région et accueillir des stagiaires.
- Poursuivre, en septembre, et toujours selon nos protocoles de fonctionnement, le volet rétablissement jeunesse avec JE ME CHOISIS, en collaboration avec la CSCV.

e et j'y pense encore
ent j'en prends conscience
que ça me cause du tort
si un jour on s'en sort

RELATION EXTERNE

- Rejoindre nos partenaires pour divers projets et s'impliquer dans la communauté.
- S'impliquer dans la Journée de réflexion sur la santé mentale avec le ROCSMO.
- S'impliquer avec le RRASMQ comme membre.
- Simplifier avec le COSME pour nos représentations politiques.
- Collaborer à l'implantation du projet immobilier du Centre Inter-Section dans notre secteur

IMOBILISATION

Poursuivre les travaux d'entretien et tenir compte d'une planification sur plusieurs années.

Merci



LES TOURMENTS

C'est passé, dépassé et c'est finit Ce que
C'est du vent, c'est du temps et même a
Tu respire et tu vis

RESPIRES ET

VIS

EST

ÇA LE

ACHÉ PRISE

Ty songe, y repense

me fait mal que ça me cause du t
re, que c'est vrai en un jour on s'en so

LE BOULEV'ART DE LA
VALÉE DE LA LIÈVRE

coordo@boulev-art.ca
132, rue MacLaren Est,
Gatineau (QC) J8L 1k4
819-281-0680

LE BOULEV'ART DE LA
PETITE NATION

coordpn@boulev-art.ca
68, rue principale, Saint-
André-Avelin (QC) J0V1W0,
819-516-0681

LE BOULEV'ART DE LA
VALÉE DE LA LIÈVRE

132, rue MacLaren Est,
Gatineau (QC) J8L 1k4
819-281-0680

