RAPPORT annuel

2023-24

Association Renaissance
TCC et AVC Saguenay–Lac-Saint-Jean

Ce rapport a été adopté
par le CONSEIL D'ADMINISTRATION
LE 4 JUIN 2024

Diane Moisan, présidente

Sylvie Desbiens, secrétaire

Présenté lors de
l'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2024
LE 4 JUIN 2024

Table DES MATIÈRES

L'Association 4
Vie associative 6
Comités 8
Les membres du personnel 10
Formations 11
Les membres 12
Portrait régional 14
Points de service 16
Projets et nouveautés 17
Accueil et inclusion sociale 18
Le support psychosocial 20
Services indivisualisés 22
Intervention de groupe 23
Le maintien des acquis 24
Le Caphénix 25
Projet Santé et bien-être 26
Camps et répit 28
Sensibilisation et implication 30
Statistiques 32
Rétroviseur 33

Annexes

Annexe A
Activités de maintien des acquis 34
Annexe B
Intervention éducative 38
Annexe C
Guide de pratique clinique 40
Annexe D
Plan d'action 42
Annexe E
Coups de coeur 44
Annexe F
Lexique et abréviations 46

La raison d'être de L'Association

L'Association Renaissance a pour mission de favoriser le maintien des acquis, l'amélioration des conditions de vie et la reconnaissance des droits et intérêts des personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral ou un accident vasculaire cérébral.

Notre raison d'être se reflète dans la création d'un réseau d'entraide à travers la région et le désir de développer des services et des projets qui répondent aux besoins de notre clientèle grandissante.

> L'équipe actuelle est constituée de dix-sept professionnels permanents travaillant pour l'atteinte des objectifs de l'Association à laquelle s'adjoignent des employés occasionnels selon les besoins.

L'organisme est un acteur important dans la défense des droits des personnes vivant avec une déficience physique et présentant des troubles cognitifs avec ou sans trouble de comportement. Nous voyons à siéger sur des comités d'action en lien avec l'amélioration des services tant au niveau local, régional que provincial.

L'Association fait partie intégrante du réseau de continuum de soins et de services intégrés en traumatologie dont s'est doté le Ministère de la santé et des services sociaux du Québec. Une entente de collaboration avec notre principal partenaire, *le Centre de réadaptation Le Parcours* (CRDP), permet d'assurer une continuité des services.

Depuis le 23 mars 2023, notre mission s'est élargie avec l'intégration de la clientèle AVC à notre nom légal mais surtout dans l'ensemble des services individuels et de groupe qui sont offerts à l'Association. Nous sommes fiers d'accueillir de nouveaux membres, d'avoir une plus grande programmation régionale et de travailler avec de nouveaux partenaires. Ce changement permet de répondre à des besoins réels et confirme l'importance des actions de l'Association.

Partenaires, ressources et projets

> Au Québec, l'ensemble des organismes pour personnes TCC et leurs proches sont liés à la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) par une entente de service. Cette entente accrédite et confirme l'importance des services offerts par l'Association. La SAAQ considère que les personnes ayant subi un TCC sont privilégiées de pouvoir compter sur le dévouement exceptionnel de notre association.

Depuis mai 2016, l'organisme s'associe à la *Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec* et à la *Fondation Martin Matte* pour la prestation de services de répit aux proches aidants et aux personnes TCC, toujours dans le but de maintenir les gens dans leur milieu naturel. L'organisme contribue également au développement de projets similaires dans l'ensemble de la province. Le directeur de l'Association fait partie du comité provincial qui fait les suivis auprès du ministère.

L'organisme pilote aussi depuis janvier 2018 des projets financés par le *Programme d'aide financière du Fond de la sécurité routière*. Ils sont principalement axés sur le maintien de l'autonomie et le répit pour les proches aidants.

Avec la fin de la pandémie, le développement de projets, les nouveaux postes et les bonnes nouvelles sont au rendez-vous. Notre équipe s'agrandit nous permettant d'offrir de nouveaux services et de désservir sur une base régulière les membres du Lac-Saint-Jean.

La frénésie entourant la confirmation de l'arrivée prochaine de la maison d'hébergement pour les clientèles TCC et AVC du Saguenay-Lac-Saint-Jean confirme l'importance de l'Association dans le consortium de soins régionaux et pour l'ensemble de nos membres.

Nous croyons que le plaisir et la fierté qui règnent dans l'équipe de travail jumelés au désir de mettre de l'avant le développement de projets et l'implication des membres sont des forces qui expliquent bien les réussites et la raison d'être de l'Association Renaissance.

L'utilisation des abréviations TCC et AVC dans le texte sert à alléger la lecture.

La mission de l'Association transparaît dans les buts, l'image et les valeurs de celle-ci mais aussi dans l'équipe de passionnés qui veille à offrir des services qui répondent aux besoins de ses membres.

Les buts

En 1995, les membres fondateurs ont défini les buts de l'Association. Ces buts sont toujours actuels et nous pouvons maintenant y greffer notre nouvelle clientèle AVC qui cadre parfaitement avec notre mission.

- Promouvoir les droits et les intérêts des personnes TCC et AVC de la région et les accompagner dans leur démarche s'y rattachant;
- Sensibiliser la population aux besoins des personnes TCC et AVC;
- Regrouper les personnes victimes d'un TCC, d'un AVC et leurs proches ainsi que toute personne qui désire supporter l'Association dans la poursuite de ses objectifs;
- Informer les membres de leurs droits, des techniques de réadaptation, des programmes offerts, des soins et des services disponibles;
- Organiser des activités visant la réintégration sociale des personnes TCC et AVC;
- Offrir support et entraide aux personnes TCC, AVC et à leur famille;
- Organiser des campagnes de souscription dans le but de recueillir des fonds pour le bénéfice des personnes TCC et AVC;
- Collaborer avec les organismes de la santé pour une meilleure utilisation des services de réadaptation.

L'utilisation des abréviations TCC et AVC dans le texte sert à alléger la lecture.

Association Renaissance
TCC et AVC
Saguenay–Lac-Saint-Jean

Un nouveau logo, une nouvelle image !

L'arrivée de la clientèle AVC au sein de l'Association a permis la modification du nom officiel de l'organisme et a aussi permis de rajeunir l'image de marque et le style visuel.

Le phénix revêt maintenant des couleurs franches et la typographie choisie est plus facile à lire et apporte une touche plus actuelle qui représente bien l'organisme.

Les valeurs de l'Association

EMPOWERMENT
Respect
Plaisir
ENTRAIDE
Reconnaissance

La vie associative

Mot de la présidente

C'est avec beaucoup d'enthousiasme et avec grande fierté que je vous présente aujourd'hui le rapport annuel 2023-2024. Encore cette année, une multitude de projets mais surtout de très grandes réalisations. **Bravo**.

Votre mobilisation chers membres TCC, AVC, proches, employé.e.s, membres du conseil d'administration et bénévoles impliqués, nous a amené à la réussite de nos objectifs. Le conseil d'administration se joint à moi pour vous dire, **bravo**.

Également, je ne peux passer sous silence la participation et la collaboration de nos partenaires pour finalement confirmer cette année la construction de la maison d'hébergement. **Bravo**.

Soulignons surtout toute l'implication du personnel. Que ce soit à Alma ou Jonquière, nos deux points de services, ou La Baie, Dolbeau-Mistassini et Roberval, nos points de services satellites, tous travaillent à favoriser le maintien des acquis et la qualité de vie des personnes TCC, AVC et leurs proches de manière exceptionnelle. **Bravo**.

Depuis 1995, les buts et les valeurs de l'Association Renaissance sont toujours présents.

En 2025 nous célébrerons le 30e anniversaire. **Bravo**. Je vous invite tous à y participer.

Votre implication est essentielle dans cette belle aventure chers membres TCC, AVC et proches. L'Association a besoin de votre participation.

Bravo, bravo et encore **bravo** à tous et toutes et bonne continuité dans la réalisation de vos projets futurs.

Diane Moisan
Présidente du conseil d'administration

10 rencontres
du conseil d'administration

36 personnes présentes à l'Assemblée générale annuelle des membres le 7 juin 2023

Conseil d'administration

Diane Moisan
présidente

Éric Tremblay
Vice-président

Sylvie Desbiens
Secrétaire

Janick Richard
trésorier

Daniel Lavoie
administrateur

Paul-Benoît Tremblay
Administrateur

Mario Lagacé
administrateur

Jonathan Galarneau
administrateur

Notre vision : s'assurer que les personnes TCC, AVC et leurs proches soient au centre des services de l'organisme et de ses partenaires.

La vie associative

La vie associative c'est d'abord l'action d'individus ayant des objectifs et des besoins communs qui désirent se regrouper dans le but de se rapprocher et de développer un sentiment d'appartenance.

L'Association met en œuvre sa vie associative dans le but d'entretenir une vitalité interne saine et d'orienter ses actions de façon démocratique. Plusieurs membres actifs participent de différentes façons à la prise de décisions à l'intérieur de comités et du conseil d'administration.

Le conseil d'administration

Le conseil d'administration est formé de huit membres. Sa composition est la suivante : deux membres AVC, deux membres TCC, un membre proche, deux sympatisants cooptés et un employé de l'Association coopté.

La mobilisation

La mobilisation se caractérise par l'action de s'engager volontairement et pleinement dans une démarche collective permettant d'atteindre des objectifs communs.

Par différents comités de membres, l'Association offre à ceux-ci l'opportunité de s'impliquer auprès de diverses actions de l'organisme. Que ce soit dans les envois postaux, l'organisation de l'Assemblée générale annuelle, la réalisation de kiosques informatifs, les séances de sensibilisation, les décisions entourant le Caphénix et les expositions « Art en tête »... la force du groupe permet d'offrir un résultat plus concerté.

Les membres honoraires

FONDATION DE L'ASSOCIATION

Carmen Côté
Marlène Dallaire
Mélanie St-Amand
Jean-Pierre St-Amand
Nicole Tremblay

PROFESSIONNELS AYANT CONTRIBUÉS AU DÉVELOPPEMENT

Dr Donald Aubin
Dr Serge Bergeron
Guy Bérubé
Hélène Boivin
Pierre Mitchell
Dr Paul-Benoît Tremblay

MEMBRES IMPLIQUÉS BÉNÉVOLEMENT, 10 ANNÉES ET PLUS

André Auclair
Michel Dufour
Noémie Grenon
Éliane Martel
Ghislain Ratthé
Michel Tremblay
Sébastien Tremblay

ÉTABLISSEMENTS PARTENAIRES

Association québécoise des traumatisés crâniens Montréal-Laval
Centre de réadaptation en déficience physique « Le Parcours »
Centre intégré universitaire de santé et des services sociaux
Fondation Martin-Matte
Société de l'assurance automobile du Québec
Théâtre la Rubrique
Ville de Saguenay

Les comités

ADMINISTRATION

Le comité exécutif

Comité permanent qui se réunit ponctuellement. Sous délégation du conseil d'administration, le comité exécutif approfondi des sujets administratifs ou de gouvernance. Il est composé des quatre officiers de l'organisme et de la direction.

Le comité des ressources humaines

Comité permanent qui se réunit ponctuellement. Sous délégation du conseil d'administration, le comité effectue la mise à jour des politiques en lien avec les ressources humaines. Il est composé de trois membres du conseil d'administration, de la direction générale et la direction adjointe.

Le comité des Finances

Comité permanent se réunissant tous les trimestres.
Le comité effectue la vérification et la création des rapports financiers présentés au conseil d'administration et à l'Assemblée générale annuelle. Le comité, composé au minimum du trésorier et de la direction adjointe permet de proposer des réflexions, améliorations et solutions.

Le comité Relève

Comité de travail adhoc qui se réunit quand nécessaire. Sous délégation du conseil d'administration, le comité a pour objectif de proposer des réflexions et des outils permettant une meilleure relève pour le conseil d'administration.

Il est composé de trois membres du conseil d'administration, de la direction générale et de deux organisatrices communautaires du CIUSSS.

IMPLICATION

Comité clinique consultatif de la Maison d'hébergement

Comité constitué de professionnels de la santé ayant une bonne connaissance des besoins d'hébergement et/ou d'habitation. Quelques rencontres ont eu lieu depuis le mois de février 2024 afin de discuter des bonnes pratiques à mettre de l'avant mais aussi pour élaborer une série de recommandations pour le projet d'hébergement.

Le comité est composé de six représentants du CIUSSS, de la coordination clinique et d'une intervenante pivot de l'Association.

Le comité financement

Comité permanent qui se réunit mensuellement. Le comité voit aux besoins en matière d'autofinancement, notamment pour le projet d'hébergement. Le comité est composé de trois membres du conseil d'administration dont deux sont aussi des membres TCC, d'une bénévole, un membre AVC et d'une personne dans l'équipe de gestion de l'Association.

Les têtes d'Affiche

Comité permanent se réunissant au besoin et qui effectue de la reprographie, de l'assemblage et l'envoi de documents destinés aux membres de l'Association et à ses partenaires. Il est composé de tous les membres TCC, AVC et proches qui désirent s'impliquer.

Le comité du 30e anniversaire

Un comité festif qui s'occupe des célébrations de 2025 pour le 30e anniversaire de l'Association. Il est constitué de quatre employés de l'organisme et de quatre membres du conseil d'administration dont une personne TCC et une AVC. Le comité se réunit une fois par mois et sera effectif jusqu'à la fin des festivités.

IMPLICATION

Comité pilotage de la Maison d'hébergement

Comité qui travaille activement sur le projet d'hébergement pour les personnes TCC et AVC. Les rencontres se tiennent aux six semaines pour faire avancer les démarches, orienter le projet, suivre les mandats et répondre au besoins identifiés auprès des clientèles. Le comité est composé de deux membres du conseil d'administration, un bénévole, deux représentants du CIUSSS, un représentant de l'OMH du Saguenay, une intervenante pivot et la direction générale.

Membres du comité pilotage de la Maison d'hébergement

Membres du comité clinique consultatif de la Maison d'hébergement

OPÉRATION

Le comité de gestion

Comité permanent se réunissant une fois par semaine. L'objectif est de coordonner l'ensemble des services de l'organisme et de faire le suivi des projets et du plan d'action. Ce comité est composé de la direction générale, la direction adjointe, la coordonnatrice clinique et la coordonnatrice des communications.

Le comité intervention communautaire

Comité permanent qui se réunit une fois par mois.
Il permet l'arrimage entre les actions de vie associative, la mobilisation et le milieu de vie CaPhénix. Ce comité est composé de la direction générale et des deux intervenants communautaires.

Le comité santé et bien-être

Comité constitué des employés de l'Association qui font partie du projet santé / bien-être.

La rencontre mensuelle permet de discuter des activités mises en place et de trouver des moyens pour faire la promotion des saines habitudes de vie.

Le comité communications

Comité ad hoc créé pour développer l'image et les nouveaux outils promotionnels de l'Association. Trois rencontres ont eu lieu en 2023 et le comité pourrait reprendre du service si de nouveaux projets requièrent un travail d'équipe.

Il est composé de 3 membres du CA, d'une intervenante de l'Association et de la coordonnatrice des communications.

Le comité psychosocial

Comité ad hoc mis en place afin de recenser ce qui se fait à l'Association au niveau psychosocial. Les discussions avaient pour but d'évaluer si certaines de nos pratiques pouvaient être améliorées afin de faciliter le transfert d'information au sein de l'équipe. Il était composé de 3 intervenants et de la coordonnatrice clinique.

Le *bénévole* de l'année

Monsieur Éric Lavoie

Nous tenons à souligner l'implication de Monsieur Éric Lavoie au sein de l'Association Renaissance.

Membre actif sur le comité financement et celui des têtes d'Affiche, nous sommes aussi honorés de pouvoir compter sur sa présence lors des activités de sensibilisation de l'Association.

Fier participant à nos ateliers, au club de marche, à celui de randonnée et souvent présent au Caphénix, nous pouvons affirmer qu'il a l'Association tatouée sur le coeur à notre plus grand bonheur !

Le comité CNESST

Comité qui se réunit quatre fois par année et qui vise la mise en place d'outils pour assurer la sécurité et réduire les risques dans notre milieu de travail.
Il est piloté par une employée de l'Association.

Les membres du personnel

L'équipe travaille avec coeur pour offrir des services de qualité à l'ensemble des membres. Par leur accueil et leur professionnalisme, les employés démontrent l'importance de leur implication pour l'Association et la cause.

Carl Caron
Éducateur spécialisé
maintien des acquis

Quentin Carron
Intervenant

Stéphane Corbin
Agent de promotion
Santé et bien-être

Julie Dubé
Éducatrice spécialisée
Soutien individuel

Isabelle Dufour
Directrice adjointe

Audrey Fortin
Intervenante pivot

Katherine Fortin
Stagiaire en
éducatrice spécialisée

Isabelle Gagnon
Coordonnatrice des
communications

Jonathan Galarneau
Intervenant pivot

Jonathan Jean-Vézina
Directeur général

Marie-Kristine Laforge
Intervenante communautaire

Cyndie Lamontagne
Coordonnatrice clinique

Marianne Lemaire
Intervenante pivot
Proches aidants, santé et bien-être

Marie-Noëlle Morrissette
Intervenante psychosociale
Ateliers et interventions
de groupe

Alexandre Santos
Intervenant communautaire

Souad Taha
Adjointe administrative

Isabelle Tremblay
Intervenante psychosociale
Ateliers et interventions
de groupe

Marianne Veilleux
Responsable des bénévoles

En proposant des **suivis cliniques**, des **rencontres de codéveloppement**, des **réunions d'équipe** et des **formations**, nous mettons à la disposition du personnel des d'outils et des stratégies permettant d'offrir des meilleurs services aux membres.

Les formations

La formation continue est susceptible d'accroître l'efficacité des employés, notamment par l'amélioration de leurs capacités d'accomplir les tâches demandées.

La diversité en action bénévole
Le recrutement efficace des bénévoles
La sélection et le filtrage des bénévoles
Préparer l'implication des bénévoles
Soutenir l'implication des bénévoles
Louise Baillargeon et Tania Angulo,
Réseau de l'action bénévole du Québec.

Colloque action prévention Opioïdes
UQAC, organisé par la CDC de Jonquière

Formation des intervenants
Manoir du Lac Delage, Connexion TCC

Formation PDSB, Forgescom

Formation RCR
Danny Tremblay (Pro Réanimaction Inc.)

Colloque régional en traumatologie
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Saguenay-Lac-St-Jean

Webinaire : crédit impôt aux personnes handicapées
Finautonome

Protéger la sécurité psychologique au travail
Sébastien Auger, Connexion TCC

Comment utiliser les stratégies et outils de l'entretien motivationnel pour aider les personnes TCC
Dominic Pesant, Connexion TCC

Formation : Les protections juridiques à l'inaptitude
Léonie Doyon (avocate), Centre de justice et de proximité

Formation Outlook (calendrier, To do)
Forgescom, Charlie Vaillancourt-Maltais

Formation Sharepoint
Forgescom, Jean-Luc Doumont

Formation conférence L'employé ROI
RLS (Stéphane Simard)

Formation Analyse du climat de travail
organisés par Entreprise et collectivité

Formation gérer un employé difficile
Sylvie Cadorette, Expertis

Formation sur les politiques salariales dans le communautaire
M. Paul Girard, organisée par la TROC 02

Forum sur l'employabilité
organisé par Services Québec

Webinaire Régime canadien de soins dentaires
organisé par Services Canada

Cadre normatif du Programme de soutien aux organismes communautaires
Ministère de la santé et des services sociaux

Loi 25
Jean-Luc Doumont, organisée par la CDC de Jonquière

Prendre soin de la santé psychologique de ses employés
Marie-Ève Champagne, Connexion TCC

Formation évaluation des besoins et de la demande
Élaine Clavet, Appui proche aidant

Intervention auprès des hommes en détresses
Rémi Riverin et Anne Julie Gagnon (Collège d'Alma)

Famille choisie (sensibilisation au LGBT+)
Fondation émergence - Raja Ridi

Formation sociofinancement en OBNL
Espace OBNL, Jonathan Dussault

Formation les personas marketing
Espace OBNL, Stéphane Parent

Formation accompagner les couples en contexte de proche aidance
Carmen Lamelin (Appuis pour les proches aidants)

Formation Excel
Plateforme virtuelle, Online Formapro, Humanis

Formation Rémunération globale
organisée par la CDC des Deux-Rives

Formation Transfert des connaissances
organisée par Connexion TCC

Formation Deuils, quête de sens et TCC, la spiritualité comme outil
organisée par Connexion TCC.

Formation nouveaux administrateurs C.A.
Centre de justice et de proximité

Conférence consommation et TCC
Nadia Lespérence et Guylaine Bellemare

Le suivi clinique à l'Association permet aux intervenants d'obtenir du soutien et des références pour offrir les meilleurs services aux membres.

Le codéveloppement à L'Association c'est travailler en petit groupe dans une relation d'entraide et d'échanges.

Les réunion d'équipe à l'Association permettent des discussions ciblées pour atteindre les objectifs visés et s'assurer d'une cohésion dans les services.

Les membres

Les membres de l'Association Renaissance sont sa raison d'être et sa principale priorité. Les différents services évoluent en corrélation avec leurs besoins et réalité.

Les personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral

Le traumatisme craniocérébral est une atteinte cérébrale causée par une force physique extérieure qui peut entraîner des atteintes de gravité variable des capacités physiques, sensorielles, cognitives, affectives et comportementales. Ces atteintes peuvent à leur tour perturber, de façon temporaire ou permanente, un ensemble d'habitudes reliées aux différentes sphères de la vie humaine. Plus que toutes autres conditions traumatiques, les victimes de TCC requièrent une vaste gamme de services et d'interventions de réadaptation et d'intégration sociale prodigués par une équipe spécialisée et s'échelonnant sur plusieurs mois, voir parfois plusieurs années.

INESSS

TCCL : Un traumatisme craniocérébral léger, souvent appelé commotion cérébrale, occasionne une désorganisation habituellement temporaire du fonctionnement du cerveau.

De façon générale, les conséquences d'un TCCL se résorbent dans les deux premières années.

TCC modéré : Un traumatisme craniocérébral modéré survient lorsque l'impact a été assez puissant pour causer des saignements dans le cerveau visibles au scan cérébral.
La personne peut être dans un coma léger.

TCC grave : Un traumatisme craniocérébral grave survient lorsque la force de l'impact à la tête plonge la personne dans un coma plus profond et de plus longue durée. Les saignements au cerveau sont généralement plus graves et peuvent nécessiter une chirurgie.

Les personnes ayant subi un accident vasculaire cérébral

Un AVC survient lorsque le flux sanguin vers une partie ou une autre du cerveau rencontre un obstacle. Les séquelles de l'AVC dépendent de la partie du cerveau qui a subi des dommages et de l'étendue de ceux-ci. Mieux connaître le fonctionnement du cerveau vous permet de mieux comprendre votre AVC. Les séquelles de l'AVC varient d'une personne à l'autre. La gravité dépend de facteurs comme le type d'AVC et l'hémisphère du cerveau dans lequel l'AVC s'est produit.

AVC ischémique
Survient lorsqu'un caillot de sang bouche un vaisseau sanguin du cerveau.

AVC hémorragique
Un AVC hémorragique survient lorsqu'il y a une rupture d'une artère dans le cerveau. L'hypertension artérielle fragilise les artères au fil des années. Il s'agit d'une cause fréquente d'AVC hémorragique.

Accident ischémique transitoire (AIT)
Survient lorsqu'un petit caillot bloque temporairement une artère. Ses symptômes durent généralement moins d'une heure et parfois même quelques minutes seulement. Aussi appelé « mini-AVC », l'AIT est un avertissement sérieux : il annonce peut-être qu'un AVC plus grave est imminent.

Fondation Coeur et AVC

Les personnes proches aidantes

Les personnes proches apportent un soutien significatif et régulier à un membre TCC ou AVC. Ils jouent un rôle essentiel en fournissant des soins, de l'assistance et de l'accompagnement. En tant que membres de l'Association, ils bénéficient de services, de ressources et d'informations spécifiques à leur rôle de proche.

Leur engagement contribue à améliorer la qualité de vie de la personne aidée et renforce les liens au sein de la communauté.

Les personnes sympathisantes

Personne significative gravitant autour d'une personne TCC modérée ou grave ou survivante d'un AVC et ayant ses intérêts et besoins à cœur. Les membres sympathisants sont des personnes qui partagent les valeurs et les objectifs de l'Association mais qui n'ont pas le statut de membre à part entière. Ils soutiennent activement l'organisme et participent à ses activités de financement. Bien qu'ils ne bénéficient pas des mêmes droits et privilèges que les membres réguliers, leur soutien et leur engagement sont essentiels pour le fonctionnement et le rayonnement de l'Association.

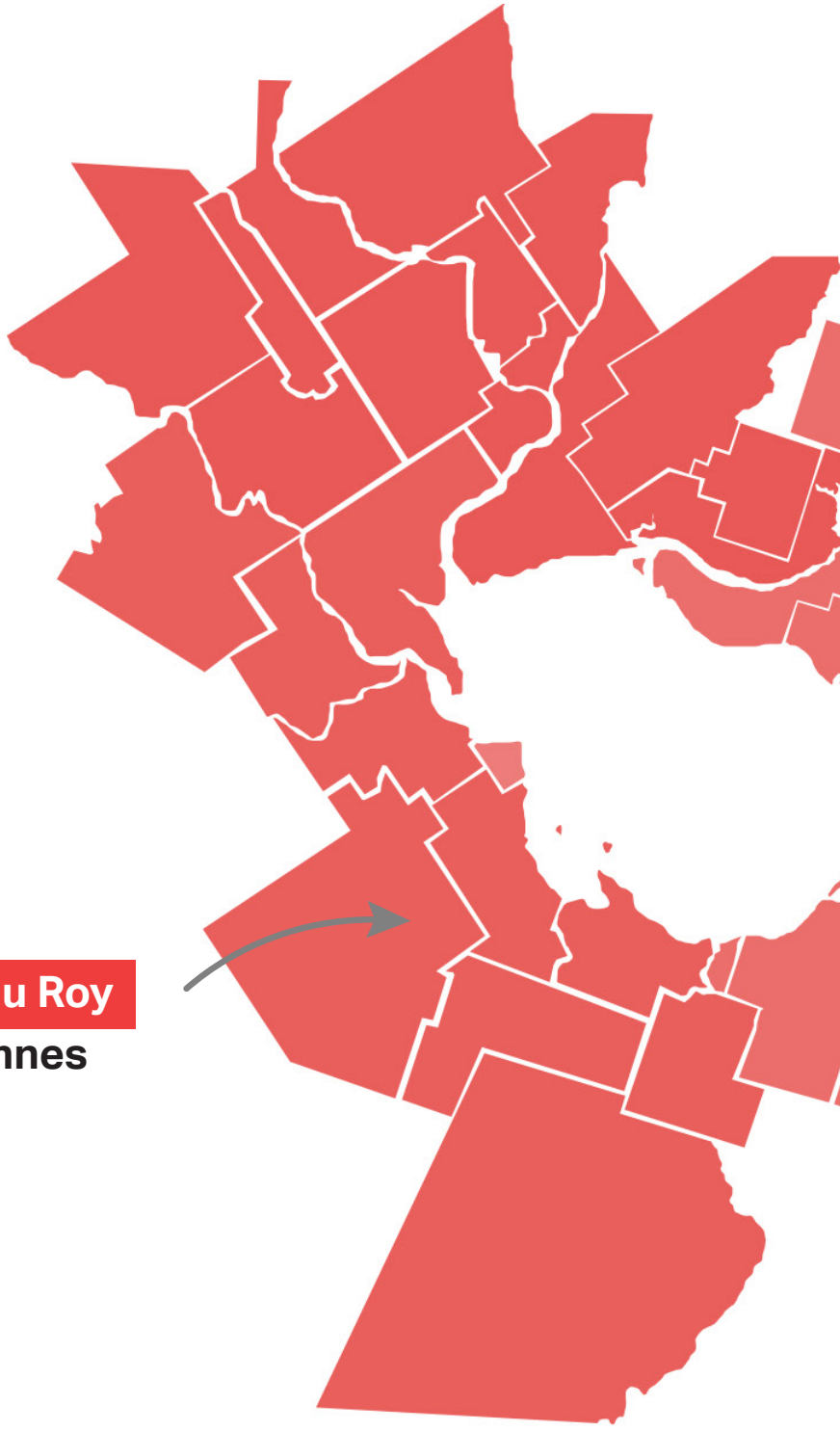
	TCC	AVC	Sympathisants et honoraires
Personnes ayant subi un TCC ou un AVC	173	74	43
Familles et proches	140	37	
Sous-totaux	313	111	43
TOTAL	467		

Les membres

La répartition sur le territoire

Personnes TCC, AVC et proches au 31 mars 2024

467 personnes desservies



Chibougamau-Chapais
3 personnes

Domaine du Roy
24 personnes

Hors région
27 personnes

Maria-Chapdelaine
12 personnes

Lac-Saint-Jean Est
95 personnes

Chicoutimi
125 personnes

La Baie et Bas-Saguenay
36 personnes

Jonquière et les environs
145 personnes

Les points de services

1 Siège social Jonquière

2123 rue Deschênes
Jonquière (Qc) G7S 5E3

418-548-9366

1 855-548-9366

Heures d'ouverture

Lundi :	8h à 16h
Mardi :	8h à 16h
Mercredi :	8h à 16h
Jeudi	8h à 20h
Vendredi	8h à 16h

2 Point de services Alma

431 rue Collard, suite 4
Alma (Qc) G8B 1N1

418-376-3569

Heures d'ouverture

Lundi :	8h à 16h
Mardi :	8h à 16h
Mercredi :	8h à 16h
Jeudi	8h à 16h
Vendredi	8h à 16h

3 Centre de ressources pour hommes Optimum Roberval

517 boul. Saint-Joseph
Roberval (Qc) G8H 2K7

4 Centre de ressources pour hommes Optimum Dolbeau

1889 boul. Sacré-Coeur
Dolbeau-Mistassini (Qc)
G8L 2A4

5 Pavillon St-Alphonse La Baie

631 boul. de la Grande-Baie Sud
La Baie (Qc) G7B 2E1

L'Association Renaissance est heureuse de compter sur ces partenaires pour l'occupation des locaux

Ville de Saguenay

CENTRE DE RESSOURCES POUR HOMMES Optimum – Saguenay-Lac-Saint-Jean –

Projets et nouveautés

La Maison d'hébergement

C'est en mars 2024 que l'annonce officielle de la construction de la **maison d'hébergement pour personnes TCC et AVC du Saguenay-Lac-Saint-Jean** a été faite. Un moment fort attendu par l'équipe de travail et les membres.

Un projet à la hauteur de nos attentes avec 13 unités de logements qui devrait être livré en mars 2025. Beaucoup de travail et de beaux défis à venir pour notre équipe avec cette nouvelle aventure !

Les rendez-vous proches aidants

Appui proches aidants

Les proches sont des membres à part entière à l'Association Renaissance et nous prenons grand soin d'offrir dans notre grille de services, des activités, du répit et des bonjours téléphoniques pour s'assurer que leurs besoins sont répondus.

Nous avons offert cette année, des ateliers de discussion de jour et de soir pour permettre à nos membres proches d'échanger sur des sujets qui les intéressent mais aussi pour jaser du quotidien.

Nous avions aussi des déjeuners et dîners mensuels qui permettaient de profiter d'un moment de répit et de partage. Ces activités étaient rattachées à notre projet des *rendez-vous proches aidants.*

	Activités	Présences
RDV proches aidants déjeuners	3	9
RDV proches aidants dîners	4	29
RDV proches aidants groupe de jour	13	81
RDV proches aidants groupe de soir	12	33
Répit accessoire des RDV proches aidants	10	10

Mesure 38 : Nous avons profité du *plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes* pour proposer un **projet d'accueil et de suivi individualisé pour nos membres proches aidants** et ainsi bonifier notre offre de services.

Québec

Mobilis'Action

L'action bénévole de l'Association Renaissance

Favoriser l'implication bénévole à l'Association et dans la communauté, c'est l'objectif principal de ce beau projet qui prend forme au sein de l'organisme.

C'est l'occasion pour nos membre qui veulent donner du temps et participer activement au développement de l'Association de mettre la main à la pâte. Leurs présences dans les comités, les activités de représentation et dans les tâches à l'interne sont source de fierté et de réussite.

Le personnage créé pour nos membres, est déjà présent dans nos visuels et devrait apparaître dans de futurs outils promotionnels.

Les Béné'volants

L'Association des personnes aphasiques du Saguenay (APAS)

Nous avons accueilli à notre siège social de Jonquière au printemps 2023, l'APAS qui se cherchait un toit mais aussi une formule pour offrir des activités de groupe à ses membres. Pour répondre à leurs besoins, notre équipe a proposé une programmation sur mesure offrant pour l'automne 2023 et l'hiver 2024, des sorties ainsi que des ateliers de groupe (les ateliers *Parlure*).*

La cohabitation des deux associations se passent à merveille et certains membres de l'APAS ont même pu adhérer à notre organisme.

	Activités	Présences
Sorties	5	81
Cours de peinture	5	24
Ateliers parlure	3**	70

*Les ateliers Parlure : Série de 8 ateliers de groupe permettant de stimuler les habiletés langagières et la communication fonctionnelle.
**Parlure 1 : nov. 2023 à déc. 2023 - Parlure 2 : janv. 2024 à mars 2024
Parlure 3 : mars 2024 (en cours)

L'accueil et l'inclusion sociale

L'inclusion sociale c'est permettre à un groupe d'être inclus dans un ensemble, permettant le plein droit de toute personne dans la société de façon homogène, quelles que soient leurs caractéristiques.

Processus d'accueil des nouveaux membres

Lorsqu'une personne devient membre de l'Association, un processus adapté aux besoins et aux capacités de la personne est offert. En plus de favoriser la création d'un lien de confiance, cette rencontre permet de dresser un portrait de la situation de la personne et de discuter avec elle de l'éventail de services qui lui sont offerts. Il s'agit d'un moyen facile et efficace de mettre en place des services adaptés aux besoins de chacun.

L'évaluation des besoins

> L'Association Renaissance reconnait chaque membre comme étant une personne unique avec des besoins qui lui sont spécifiques.
>
> L'évaluation des besoins est la première étape pour une cheminement optimal de la personne.

	TCC	AVC	Proches
Nouvelles personnes desservies	3	22	12
Personne n'ayant pas renouvelé son membership	5	13	17

Le plan de service individualisé

Ce plan permet d'identifier avec le membres les objectifs et les moyens pour les atteindre mais aussi les attentes de chacun.

Il est très important que chaque membre, ses proches et les intervenants qui gravitent autour participent activement à l'évaluation des besoins, au plan individualisé et à la réalisation des objectifs.

Par la suite, l'orientation vers les meilleurs services (internes ou avec nos partenaires) permet de maintenir les acquis de notre clientèle.

L'intégration aux activités

> Lorsqu'un membre souhaite intégrer une activité de l'Association, un intervenant offre un processus d'intégration basé sur les besoins de la personne.

Ce processus d'accompagnement individualisé permet une meilleure intégration.

Il sert également à l'évaluation des besoins de la personne en activités et à la cotation de sa capacité d'intégration et des besoins d'accompagnement. À la suite de l'intégration, la personne peut donc participer à l'ensemble des activités qui répondent à ses besoins.

L'intégration dans la communauté

Pour favoriser l'inclusion à la suite d'un TCC ou d'un AVC, l'organisme permet aux membres de recevoir **le soutien et l'accompagnement nécessaire** dans une démarche d'accessibilité et d'équité.

Cela peut toucher l'accessibilité au logement ou à l'emploi, le désir de participer à un événement ou tout autre service qui n'est pas adapté à la réalité pour une personne aidée.

L'Association Renaissance se veut un soutien ou encore le « petit coup de pouce » nécessaire pour offrir aux membres l'ensemble des services de la population générale.

Le bénévolat à l'Association et dans la communauté

> **Le bénévolat est un soutien essentiel pour plusieurs organisations et permet de s'accomplir en donnant de son temps.**

Au sein de l'organisme, les membres peuvent s'impliquer sur plusieurs comités, sur le conseil d'administration et dans diverses tâches de façon ponctuelle.

Mobilis'Action

L'action bénévole de l'Association Renaissance

> **Le projet *Mobilis'Action* (présenté en page 17) offre déjà de nouvelles opportunités dans l'organisme et nous croyons que son développement permettra de répondre à des besoins spécifiques pour chacun des membres participants.**

La cotation des membres
La classification pour la trajectoire de services

La classification pour la trajectoire de services permet à l'équipe d'orienter la personne vers le meilleur service de l'Association ou un partenaire.

Les personnes souhaitant intégrer l'organisme sont des membres actifs, des intervenants ou des partenaires. (Personnes TCCMG, personnes TCCL, survivants d'un AVC, proches d'une personne TCC et AVC, membres sympathisants, intervenants, ressources d'hébergement et autres)

La classification administrative selon l'agent payeur

L'agent payeur (SAAQ, CSST, IVAC, autres) est identifié pour chacun des membres dans le but de l'accompagner dans les démarches administratives auxquelles il doit se soumettre. De plus, dans certains cas, le numéro de dossier du membre en lien avec cet agent payeur permet à l'organisme de recevoir une subvention pour le service.

La cotation de la capacité d'intégration et des besoins d'accompagnement

À la suite de l'évaluation du potentiel d'intégration selon les difficultés cognitives et les besoins en accompagnement, une cote d'intégration est attribuée. La cotation sera révisée avec le temps et selon les aptitudes du membre.

Cotation

	CARACTÉRISTIQUES COGNITIVES	INTÉGRATION ET ACCOMPAGNEMENT
1	Personne autonome. Habituellement sans tuteur ou curateur. Peut vivre seule.	
2+	Personne avec des difficultés cognitives légères. Habituellement représentée par un tuteur ou un conseiller au majeur.	Pouvant vivre seule avec du support externe. Potentiel d'intégration dans divers milieux.
2-	Personne avec des difficultés cognitives légères. Habituellement représentée par un tuteur ou un conseiller au majeur.	Ne pouvant pas vivre seule. Potentiel d'intégration dans des milieux adaptés.
3+	Personne avec des difficultés cognitives sévères et/ou comorbidité avec problème de santé mentale. Représentée par un curateur.	Sans possibilité d'intégration externe. N'ayant aucun besoin d'accompagnement individuel dans les services de l'organisme.
3-	Personne avec des difficultés cognitives sévères et/ou comorbidité avec problème de santé mentale. Représentée par un curateur.	Accompagnement individuel soutenu en raison des difficultés cognitives ou d'un trouble physique ou comportemental. Sans possibilité d'intégration externe.

Le support psychosocial

Le support psychosocial constitue un atout pour aider les personnes dans leur développement psychologique et leur interaction dans un environnement social.

Le support psychosocial

> La démarche psychosociale permet d'établir une relation de confiance entre les personnes desservies et les intervenants. Elle tient compte des besoins individuels et du mode de vie de chacun.

Ce service est offert sur une base volontaire et propose écoute et accompagnement aux personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral, aux survivants d'un accident vasculaire cérébral et leur entourage.

Il est important d'identifier les besoins mais aussi de définir les services et ressources appropriés pour améliorer les conditions de vie de la personne.

L'approche globale

Travailler avec une approche globale, c'est comprendre la personne dans les multiples dimensions de sa vie : son identité, son histoire personnelle, ses conditions de vie, ses besoins, ses relations interpersonnelles, ses liens sociaux, ses capacités, ses forces, ses ressources, etc.

> Au sein des groupes communautaires, dans toute intervention menée selon l'approche globale, on porte attention à l'ensemble de ces dimensions de manière à répondre adéquatement à la demande selon la situation, en utilisant les services du groupe ou en dirigeant la personne vers une ressource plus appropriée.

Jumelée à cette approche, la vision globale correspond à la façon de voir les problèmes et les besoins des personnes rencontrées. Une vision globale doit tenir compte des causes sociales, économiques, culturelles et politiques ainsi que des situations vécues individuellement.

Les bonjours saisonniers

Service de soutien téléphonique personnalisé qui permet de discuter avec les membres de leur réalité et leurs besoins. Ce contact régulier permet à nos membres de développer des liens significatifs envers l'organisme et de nommer leurs difficultés afin de recevoir un suivi individuel adapté à leur réalité.

Les bonjours saisonniers VISITE

> Service de visites ponctuelles d'une durée de 15 à 30 minutes permettant d'échanger avec les membres sur leur réalité et leurs besoins.

Ce service, offert au besoin, permet à nos membres de développer des liens significatifs autrement que par un contact téléphonique. Il favorise l'affirmation des enjeux vécus et permet l'identification des services pouvant répondre à leurs nécessités.

Les rencontre psychosociales individuelles

Chaque membre est unique et demande des services spécifiques selon sa réalité. Pour un cheminement optimal, il faut évaluer les besoins et inclure la participation des proches et des intervenants pour identifier les buts à atteindre, établir les limites de chacun et favoriser la collaboration. Il peut être bénéfique de référer la personne vers des services complémentaires à ceux de l'organisme pour offrir les meilleures options et bien répondre aux besoins.

L'accompagnement médico-légal

Service offert sur demande afin de permettre aux membres d'avoir accès à des soins de santé. Préparation pour un rendez-vous, accompagnement chez le médecin ou suivi chez un spécialiste, il peut être rassurant de recevoir le soutien d'un professionnel dans ce type de démarches.

La défense des droits

> **Le respect des droits individuels et collectifs est une priorité et permet à nos membres de croire en une réhabilitation harmonieuse et une équité sociale face aux défis qui se dressent devant eux.**

Dans le but de supporter les personnes **TCC, AVC et leurs proches**, l'Association fait la promotion des droits en sensibilisant la population et les différentes instances régionales. Il est essentiel d'assurer la transmission d'une information juste et de diriger les gens vers les ressources adaptées à leurs bersoins.

Le Fonds d'aide

Le fonds a été mis sur pied afin d'accroître l'accès des membres de l'Association Renaissance à certains services qui nécessitent une contribution financière. Cette aide se fait de manière ponctuelle et non récurrente.

13	membres aidés
5382,46$	dollars accordés en 2023-2024

Statistiques de services individuels

Le partenariat clinique avec le Centre de réadaptation en déficience physique (CRDP)

Nous sommes très fiers de pouvoir compter parmi nos partenaires le *Centre de réadaptation en déficience physique (CRDP).*

La collaboration de nos deux établissements permet des échanges d'expertise professionnelle. Cette bonne entente est essentielle pour le bien-être de nos membres et la cohérence des services offerts. Nous travaillons pour que la clientèle obtienne des soins de qualité, l'aide nécessaire pour maintenir leurs acquis et le respect de leurs droits.

Les discussions de cas

Pour offrir un service de qualité, cerner les objectifs et prendre les meilleures décisions, nous prenons le temps de travailler avec les personnes qualifiées pour analyser la réalité de chacun. L'évaluation des capacités et les défis de chacun sont pris en compte pour bâtir un plan d'intervention sur mesure et offrir des activités qui répondent aux besoins et à la réalité de la personne. Les familles et les proches sont impliqués dans la démarche pour assurer une cohérence dans les actions.

Les plans d'intervention

Le plan d'intervention est une série d'actions concertées avec tous les intervenants qui gravitent autour d'une personne. Le but est d'être en mesure d'identifier les capacités et les besoins de nos membres afin de préciser les objectifs à poursuivre, les compétences à développer et de mettre en place des moyens efficaces pour y arriver. C'est un moment d'échange entre les partenaires, la personne TCC ou AVC et la famille dans un soucis d'amélioration constante.

Les rencontres interdisciplinaires

Dans l'optique d'un travail d'équipe maximisé, l'Association effectue des suivis cliniques efficaces avec ses partenaires.

Le continuum des services entre les installations du CIUSSS Saguenay-Lac-Saint-Jean et notre organisation se fait aussi grâce à des rencontres pour mettre à jour des transferts de dossiers et parler des besoins particuliers de nos membres.

Services	TCC	AVC	Proches
Accueil de nouveaux membres	3	22	12
Discussions de cas avec d'autres profesionnels	353	21	27
Rencontres interdisciplinaires	32	0	0
Bonjours saisonniers	486	103	120
Soutien et implication des membres	24	20	10
Références entrantes	12	77	15
Communication, information et appels de soutien	651	166	41
Interventions ponctuelles	429	107	28
Rencontres psychosociales individuelles	510	61	56
Bonjours visites	63	2	0
Références sortantes	6	2	1
Accompagnement à la défense des droits	21	1	0
Totaux	2590	582	310

Pour un grand total de **3482 services individuels**

L'intervention de groupe

La programmation

Au cours de l'année, deux sessions d'activités de maintien des acquis sont offertes soit une programmation automne/hiver et une autre estivale. Nous offrons un calendrier diversifié et intéressant qui propose des ateliers, des activités régulières et des sorties spéciales pour répondre aux besoins variés de nos membres.

Répartie sur trois sessions par le passé, nous avons opté en août 2023 pour une programmation automne/hiver unique qui s'étend de septembre à mai. Cette formule permet de retrancher deux semaines de planification pour l'équipe de travail pendant le mois de décembre. Les membres peuvent s'inscrire aux activités désirées en remplissant un formulaire et ainsi travailler avec l'Association pour maintenir leurs acquis et vivre en collectivité.

Les groupes de soutien

Les ateliers « La paroles est à vous » sont offerts dans différents secteurs de la région.

Ces groupes de soutien homogènes permettent à nos membres d'échanger sur leurs vécus, leurs expériences ainsi que leurs préoccupations communes. Dans un climat de respect et d'entraide, chacun peut émettre son opinion sans craindre le jugement des autres.

Les ateliers Parlure

> Nous avons développé dans la dernière année une collaboration avec **l'Association des personnes aphasiques du Saguenay** afin d'offrir une série d'ateliers sur le langage et des activités spéciales de groupe. D'abord proposés aux membres de leur association, le projet porteur de réussite devrait continuer à l'automne 2024 et a permis à plusieurs personnes de rejoindre notre organisme et de profiter aussi de notre programmation.

L'éducation populaire

À travers l'ensemble de ses activités, l'Association souhaite mettre de l'avant l'importance de l'équité et de la justice sociale. L'objectif est que les membres puissent avoir accès à l'information nécessaire pour acquérir une opinion juste et selon leurs valeurs. Que ce soit en lien avec les conditions de vie, ou les sphères économique, culturelle et politique, la transformation sociale est au centre de nos actions dans une vision d'amélioration continue.

Le maintien des acquis

Le maintien des acquis regroupe l'ensemble des moyens visant à maintenir au plus haut niveau les apprentissages et les capacités résiduelles d'une personne ayant des incapacités.

Animation d'activités de groupe

Une programmation en lien avec les besoins des membres est préparée par l'équipe d'intervenants. Grâce à Ville de Saguenay, les locaux à Jonquière répondent aux besoins actuels de l'Association. En plus de plusieurs bureaux pour les différentes rencontres, nous pouvons bénéficier d'une salle de conférence, d'un espace cuisine et d'une grande salle permettant la tenue de trois activités de groupe en même temps.

Notre bureau à Alma nous permet aussi d'accueillir les membres et d'offrir des activités diversifiées comme les points de services satellites à Roberval, Dolbeau-Mistassini et La Baie.

Accompagnement partagé

L'objectif de l'organisme est d'offrir une intégration positive et de déployer des services de maintien des acquis à l'ensemble des personnes desservies pour leur permettre de vivre des réussites. L'équipe en place travaille pour que les membres profitent des activités et retirent le maximum de bénéfices.

Nous offrons de l'accompagnement partagé en activités pour que les membres qui le nécessitent aient le plaisir de vivre pleinement leurs activités.

	Boccia	Jeux intérieurs	Matériaux recyclables	P'tites virées déjeuner	Quilles	Initiation artistique	Totaux
Présences	474	530	232	246	307	41	1830
Fréquences	73	70	42	22	42	12	261

	Dîners des membres	Activités de vie associative*	Totaux
Présences	291	217	508
Fréquences	44	6 activités	50

*(incluant ; St-Jean-Baptiste, épluchette, dîners Noël, cabane à sucre, visite des Belges)

Ateliers de matériaux recyclables

Depuis septembre 2007, des membres de l'Association se rendent dans la *Salle d'évaluation des capacités du Centre de réadaptation en déficience physique de Jonquière* (CRDP) pour effectuer la récupération de métaux. Le tout provient de matériaux désuets du réseau de la santé tels que des fauteuils roulants, marchettes, etc. Les sommes amassées sont affectées aux dépenses de l'activité et les surplus sont transférés au Fonds d'aide des membres à la fin de l'année.

Contribution au Fonds d'aide des membres

Les ateliers de matériaux recyclables ont permis d'amasser 1186 $ au profit du Fonds d'aide des membres de l'Association

Le Caphénix

Le Caphénix permet de vivre de belles rencontres, de développer des habiletés en présence d'intervenants compétents mais aussi de relaxer. Plusieurs de nos membres pourront vous dire que de passer un après-midi à jaser et rigoler... ça fait vraiment du bien.

Le Caphénix à Jonquière

À même les locaux de notre point de service de Jonquière se trouve le Caphénix, un endroit agréable, chaleureux et propice pour tisser des liens. Ouvert cinq jours par semaine dont deux matins ainsi que le jeudi soir, le café ludique est le lieu idéal pour venir se divertir.

La place offre la possibilité de prendre une bouchée en plus d'un café, de développer des habiletés avec la présence d'intervenants et d'y faire des expériences enrichissantes.

Lundi - Caphénix adapté : 13h à 16h

Mardi	9h à 16h	Jeudi	12h à 20h
Mercredi	9h à 16h	Vendredi	12h à 16h

Caphénix Saguenay, décembre 2023

Le Caphénix à Roberval

Depuis janvier 2024, les gens de Roberval et les environs peuvent eux aussi profiter de la formule Caphénix. Nous profitons de l'espace qui nous est réservé dans notre point satellite pour organiser une fois par mois des activités ludiques dans une ambiance qui rappelle les espaces de Jonquière et Alma.

Les 5 à 7 mocktail

Une belle réussite que les soirées mocktail ! Les 5 à 7 se succèdent avec des propositions de repas originaux et des breuvages colorés. Ces soirées offrent un contexte différent du café ludique et l'ambiance est propice à la création de liens.

	5 à 7	Présences
Jonquière	12	71
Alma	8	73

Le Caphénix à Alma

À même les locaux de l'Association Renaissance à Alma se trouve un second Caphénix.

Un autre espace agréable qui offre des services aux membres et qui permet de s'amuser, manger et rencontrer des gens en présence d'intervenants.

Mardi	12h à 16h	Jeudi	12h à 16h
Mercredi	12h à 16h	Vendredi	12h à 16h

Caphénix Alma, février 2024

Le Caphénix adapté

Le Caphénix adapté à Jonquière permet aux membres nécessitant plus de besoins de profiter eux aussi de cet endroit en raison d'une demi-journée par semaine. Cette plage horaire est spécialement réservée pour eux et permet de discuter ou relaxer autour d'un café et des biscuits.

Expositions éphémères « Art en tête »

À chaque début de mois, une exposition thématique d'œuvres de nos membres est affichée au Caphénix. La thématique choisie est souvent en lien avec une activité de maintien des acquis, le changement de saison, une fête, la fin d'un projet ou un événement vécu.

Exposition, octobre 2023

Ce service est financé par Transports, Mobilité durable et Électrification des transports Québec

Programme Santé et bien-être

Nouveau programme personnalisé en huit volets visant l'amélioration de la santé des personnes ayant subi un TCC, un AVC et leurs proches.

VOLET PHYSIQUE

Curling / club de marche / randonnée

Volet qui vise l'amélioration de la condition physique par la pratique d'activités et qui permet aussi de socialiser.

Curling
Nombre de sorties : 21
Présences : 71

Marche*
Nombre de sorties : 28
Présences : 55

Randonnée
Nombre de sorties : 29
Présences : 48

Fait saillant

Nos 3 marcheurs du club de randonnée pédestre ont marché **492 314 pas**, du mois d'aout 2023 au mois de mai 2024 à raison d'une fois par semaine. Ce qui représente **375 kilomètres**. Bravo !

* L'activité de marche inclus la session d'été 2023 ainsi que celle automne/hiver 2023-24.

VOLET ÉQUILIBRE

Ateliers santé et bien-être

Moments de partages et d'enseignement sur divers sujets : la motivation, la santé mentale, l'anxiété, l'organisation, se reconstruire, la spiritualité, stimuler sa mémoire et vieillir en santé.

Nombre d'ateliers : 8

Présences : 28

Fait saillant

La zoothérapie à été ajoutée à ce volet.

VOLET ÉNERGIE

Ateliers de gestion de l'énergie

Les ateliers permettent un enseignement offrant une meilleure gestion de l'énergie au quotidien.

Nombre d'ateliers : 8

Présences : 56

Fait saillant

Les ateliers de gestion de l'énergie c'est près de 25 documents informatifs et exercices remis à chaque participant tout au long de la session. Tout le matériel remis permettait une meilleure pratique de la gestion de l'énergie.
C'est presque 200 documents pour la session !

VOLET COGNITIF

Cardio cerveau et cours d'anglais

Lors des activités les membres sont appelés à travailler différentes fonctions cognitives et à utiliser plusieurs stratégies.

Cardio cerveau
Activités : 16
Présences : 90

Anglais
Activités : 31
Présences : 109

Fait saillant

Saviez vous que l'une des meilleures façons de travailler les fonctions cognitives est d'apprendre une nouvelle langue !

Voilà pourquoi nous avons offert aux membres intéressés de se lancer dans cette aventure !

VOLET MÉDITATION

La **méditation** est une méthode permettant d'atteindre une relaxation profonde de la tête aux pieds. C'est un entraînement mental qui réduit le stress, l'anxiété et dissout les pensées négatives.

Activités : 31

Présences : 121

Fait saillant

Une des rares activités où les participants peuvent prendre du temps pour eux, sans stress, sans question, sans animation, juste prendre le temps.

VOLET NUTRITION

Cuisine collective

Ce volet permet aux membres de développer de saines habitudes de vie et de développer des compétences en cuisine.

Ateliers : 25

Présences : 130

Fait saillant

Nous avons cuisiné un total de **75 recettes différentes** !

VOLET IMAGINATION

Initiations découvertes

Le volet imagination vise à offrir des expériences enrichissantes et inclusives adaptées aux membres. L'objectif principal est de favoriser les découvertes à travers les activités du projet santé / bien-être.

Activités : 8

Présences : 30

Fait saillant

8 activités d'initiation sur 16 proposées aux membres ont eu lieu. Il s'agit d'un tout nouveau concept qui gagnera à coup sûr en popularité !

VOLET PAROLE D'EXPERT

Offrir aux membres des rencontres avec des experts pour avoir l'information juste sur des sujets pertinents.

Activités de ce volet :
Conférence la consommations et ses effets combinés au TCC et à l'AVC.

1 conférence

Présences : 16

Fait saillant

Pour cette conférence nous avons eu la chance d'avoir des expertes du CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec. Quel plaisir d'accueillir des personnes aussi compétentes et qui acceptent de venir jusqu'au Saguenay pour nous partager leurs connaissances !

Compilation

	Volet physique	Volet énergie	Volet équilibre	Volet cognitif	Volet nutrition	Volet méditation	Volet imagination	Volet parole d'expert
Activités et ateliers	78	8	8	47	25	31	8	1
Présences	78	56	28	199	130	121	30	16

Nous avons offert un total de 206 sorties et activités pour 658 présences de nos membres.

Bravo à tous pour votre implication !

Le répit

Le répit est un accompagnement global et durable pour nos membres TCC et AVC et un temps de pause dynamique pour leurs proches aidants.

Le projet Accompagn'MOI

du 1er septembre 2022 au 30 juin 2023

Le projet de service à domicile personnalisé Accompagn'MOI s'est terminé en juin 2023. Chaque rencontre de 2 heures avait pour but de créer avec le membre des outils et/ou des nouvelles procédures pour faciliter le quotidien des personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral. Avec le suivi personnalisé des intervenants de l'Association, les membres ont pu profiter de conseils et d'accompagnement pour maximiser leurs acquis, rester plus longtemps à domicile et apprécier la vie en communauté. Toutes les manœuvres mises en place ont permis aux personnes aidées de prendre confiance en eux, développer de nouveaux acquis et d'accroître leur autonomie.

Transports, Mobilité durable et Électrification des transports Québec — Fondation Martin-Matte

Le répit individualisé

Ce volet vise à donner aux membres TCC et AVC habitant avec un proche l'opportunité de développer des outils et/ou de nouvelles procédures afin de faciliter certaines routines au quotidien. Le répit individualisé s'étend sur une période de 8 semaines et peut répondre à un maximum de trois besoins reliés à des objectifs différents. Chacune des rencontres est d'une durée d'environ 4 heures respectant le processus clinique en place. De plus, le programme vise dans sa stratégie à donner les outils nécessaires aux accompagnateurs pour que leurs interventions soient efficaces. Ce service permet également un répit pour les proches aidants favorisant le maintien du membre dans son milieu naturel.

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Saguenay-Lac-Saint-Jean Québec — Transports, Mobilité durable et Électrification des transports Québec — Fondation des médecins spécialistes du Québec — Fondation Martin-Matte

Mon rêve à moi

Le projet « mon rêve à moi » a donné l'opportunité à 11 membres de vivre une activité accompagnée d'un intervenant.

Ce moment unique accorde une douceur dans le quotidien de nos membres et leur donne accès à une sortie spéciale qui serait impossible sans accompagnement. Le montant dépensé pour la réalisation des rêves s'élève à 300,00$.

Les camps font partie des services de l'Association et demeurent très appréciés des membres. Que ce soit pour une journée ou une fin de semaine, le répit est nécessaire pour les proches mais aussi pour les membres. L'autonomie et le partage collectif est de mise lors

Les camps mobiles Fondation Martin-Matte

Fondation Martin-Matte

Offerts chaque mois, les camps mobiles ont lieu une journée de fin de semaine. Au rendez-vous, des activités ludiques et créatives pour offrir aux membres un moment précieux et faire le plein d'énergie.

Jardins d'Alex et Jennie, octobre 2023

Village sur glace de Roberval, février 2024

Les camps Renaissance

FONDATION FÉDÉRATION DES MÉDECINS SPÉCIALISTES DU QUÉBEC

Six fois par année, nous organisons des Camps Renaissance du vendredi au dimanche qui offrent du répit pour les proches aidants.

De belles expériences qui permettent à nos membres de sortir de la routine et de visiter des lieux enchanteurs dans la région et ailleurs. Pendant ces séjours, les membres peuvent maintenir leurs acquis et expérimenter différents types d'activités. Les petites tâches du quotidien se font également en groupe.

Charlevoix, août 2023

Équipe de curling de l'Association Camp de Québec, mars 2024

Camps mobiles	Camps Renaissance
13 camps mobiles, 64 présences	7 camps Renaissance, 50 présences

Sensibilisation et représentation

La sensibilisation vise le changement qui se situe sur le plan individuel ou collectif en favorisant la réflexion pour amorcer des solutions.

La visibilité, l'éducation et la collaboration sont trois mots forts de sens pour l'Association qui met de l'avant l'importance de l'implication de son équipe.

L'Association en mode virtuel

Données statistiques recueillies sur le site Internet, les publications de l'infolettre et celles sur Facebook.

Site Internet

Nombre de visites d'avril 2023 à mars 2024 : **2200 visiteurs**

Temps moyen de la visite : **4 min, 05 s**

Infolettre

Nombre d'abonnés : **378**

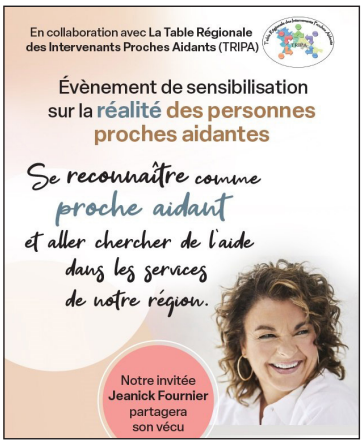
Nombre de publications de mai 2023 à mars 2024 : **14**

Nombre d'abonnés : **1221**

Nombre de publications d'avril 2023 à mars 2024 : **146**

Cégep de Jonquière, hiver 2024

Équipe 1, Beaux 4h, février 2024

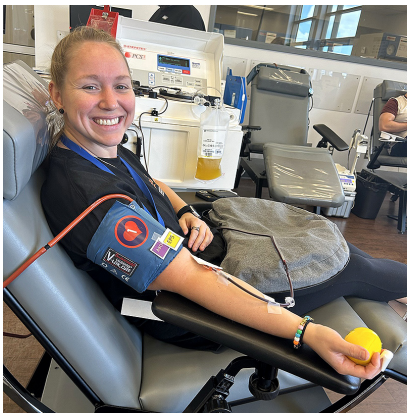


Événement de sensibilisation à la proche aidance, octobre 2023

Affiche promotionnelle, brunch 2023

SQTCC 2023

Implications



Partenariat avec Héma-Québec.
octobre 2023

Cueillette de denrées,
novembre et décembre 2023

Ensemble pour les proches aidants !
19 octobre 2023

IMPLICATIONS LOCALES

Corporation de développement communautaire du Roc
Corporation de développement communautaire des Deux-Rives
Corporation de développement communautaire Lac-Saint-Jean-Est
Corporation de développement communautaire Domaine-du-Roy
Corporation de développement communautaire Maria-Chapdelaine
Regroupement des organismes communautaire La Baie-Bas-Saguenay

COMITÉ DE SUIVI DU CONSORTIUM EN TRAUMATOLOGIE
Objectif : Améliorer les connaissances et la transmission d'informations entre les partenaires.
Avantages : Promouvoir les services aux principaux référents de l'organisme.

RENCONTRES DE CO-DÉVELOPPEMENT « DIRECTION/COORDINATION »
Objectif : Approche de développement pour l'amélioration de la pratique de gestion.
Avantages : Maintien des connaissances et compétences en matière de gestion.

IMPLICATIONS RÉGIONALES

TABLE RÉGIONALE DES INTERVENANTS EN PROCHE AIDANCE
Objectif : Regrouper les différents intervenants en proche aidance.
Avantages : Réseautage , outils, création de lien, partage et travail de dossiers communs.

COMITÉ RÉGIONAL EN TRAUMATOLOGIE
Objectif : Améliorer les services et la fluidité des services de traumatologie.
Avantages : Réseautage pour améliorer la pratique d'activités de loisir pour les PH.

TABLE RÉGIONALE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES 02
Objectif : Représenter, promouvoir et défendre les intérêts et les droits des organismes.
Avantages : Être bien représenté auprès du CIUSSS et partager de l'information.

TABLES SECTORIELLES DU MILIEU ASSOCIATIF DE PERSONNES HANDICAPÉES
Objectif : Comité de travail permettant d'approfondir des dossiers communs des organismes.
Avantages : Amélioration des services pour les personnes et partage d'informations.

REGROUPEMENT LOISIRS ET SPORTS SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN
Objectif : Regrouper dans le but de réaliser des actions favorisant le développement du sport.
Avantages : S'assurer que les personnes avec des problèmes cognitifs sont considérées.

GROUPEMENT DES ORGANISMES POUR PERSONNES HANDICAPÉES
Objectif : Regrouper les associations permettant la concertation entre les divers partenaires.
Avantages : S'impliquer activement dans la défense des droits collectifs des PH.

IMPLICATIONS NATIONALES

CONNEXION TCC.QC
Objectif : Regrouper les associations TCC au Québec pour partager des objectifs et des besoins.
Avantages : Concertation, représentation, sensibilisation et formation.

CONSEIL DE BRAIN INJURY CANADA
Objectif : Obtenir une vision plus grande des services et de l'information disponible au Canada.
Avantages : Soutenir le domaine des lésions cérébrales à une plus grande échelle.

Les statistiques

Le TCC au Saguenay-Lac-Saint-Jean (données régionales)

15 à 19 *
Les jeunes de 15 à 19 ans sont les plus à risque de subir un TCC.

42 % **
42,1% des traumatismes craniocérébrales dans la région sont causés par des chutes.

4 % **
4,1% des TCC sont des conséquences d'actes criminels

13 % **
12,7% des TCC sont reliés à la pratique d'un sport.

Le TCC au Québec

1 ***
Le TCC est la cause numéro 1 de décès chez les moins de 35 ans.

4 ***
Toutes les 4 heures, un québécois subit un traumatisme craniocérébral sur les routes.

45 % ***
La première cause d'une TCC est l'accident de la route, représentant 45% de l'ensemble des TCC.

13 000 ***
Chaque année, 13 000 personnes sont victimes d'un TCC.

75 % ****
Les hommes sont plus à risque, ils représentent 75% des victimes.

80 % *****
Le TCC léger, aussi nommé commotion cérébrale, représente 80% des TCC.

L'AVC au Québec

20 000 ♡
Au Québec, environ 20 000 personnes par année subissent un AVC

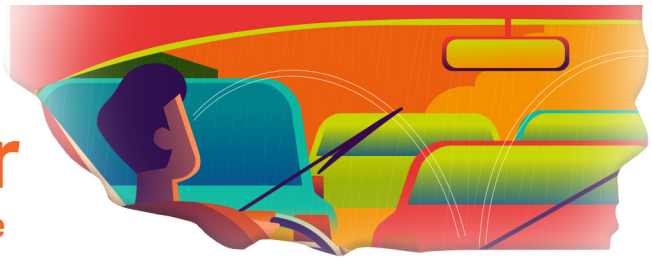
66 % ♡
66 % des personnes n'arrivent pas à l'hôpital à temps pour recevoir le traitement approprié, ce qui entraîne leur mort ou leur cause des séquelles.

1,9 M ♡♡
1,9 million de cellules cérébrales meurent toutes les minutes après un AVC.

* https://santesaglac.gouv.qc.ca/documentation/sante-publique/#sante-physique
** Données régionales 2024 du CIUSSS Saguenay-Lac-St-Jean, programme de traumatologie, hôpital de Chicoutimi
*** https://www.fondationmartinmatte.com/quest-ce-que-le-traumatisme-cranio-cerebral-tcc/
**** http://www.repar.veille.qc.ca/info-tcc/statistiques-sur-les-personnes
***** https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/traumatismes-et-traumatologie/commotion-cerebrale/
♡ https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/traumatismes-et-traumatologie/avc
♡♡ https://www.coeuretavc.ca/avc

Rétroviseur

Retour sur la dernière année



De la visite de Belgique pour dîner

Le 18 septembre 2023, nous avons eu la visite des gens de *La Pommeraie*, un organisme belge qui accompagne les personnes adultes en situation de handicap. Un dîner festif à été organisé dans nos locaux de Jonquière avec l'aide de l'ARLPH qui supervisait leur visite dans la région. Nous étions heureux d'avoir des invités de si loin, d'en apprendre un peu plus sur le fonctionnement de leur organisme et de rencontrer leur équipe de travail.

Voyage à Boston

Un beau voyage pour nos membres et nos intervenants qui ont pu visiter Boston et Salem du 26 au 31 septembre 2023. Beaucoup de préparatifs et d'excitation pour nos voyageurs qui traversaient la frontière et allaient découvrir des lieux magiques.

Le Brunch bénéfice

Deuxième édition de la formule brunch comme activité bénéfice. 156 personnes étaient présentes le samedi 14 octobre pour nous encourager mais aussi pour souligner la semaine québécoise du traumatisme craniocérébral (SQTCC). Le montant total amassé pour cette édition a été de 3035$

Partenariat avec Héma-Québec

Nous avons profité du mois d'octobre et de la semaine québécoise du traumatisme craniocérébral pour accepté un partenariat avec Héma-Québec pour le **don de plasma**. Pendant les 12 jours de collaboration, 15 personnes sont allées faire un don au nom de l 'Association Renaissance. Une belle initiative qui pourrait devenir un rendez-vous annuel.

Les Beaux 4h

Deux équipes ont porté les couleurs de l'Association lors de la dernière édition des Beaux 4h. Nous avons dépassé notre objectif en amassant 3289$.

Cabane à sucre et visite de l'Association Le Pillier

Quoi de mieux qu'une partie de sucre avec de la visite qui vient de loin. Nous avons profité d'un voyage dans notre région de *L'Association des traumatisés crâniens d'Abitibi-Témiscamingue, Le Pillier,* pour se réunir autour d'un brunch à la cabane à sucre. Une façon conviviale et originale de faire la rencontre de nouvelles personnes et de partager un bon moment.

Challenge hivernal Adaptavie

Une superbe édition pour notre équipe de curling qui a obtenu une 4e position lors du tournoi de mars 2024 à Québec.

La ludothèque du Caphénix à Alma

Un répertoire pour les membres du Lac-Saint-Jean qui désirent faire l'emprunt de jeux dans la banque du Caphénix à Alma. Le matériel est disponible sur place mais il est aussi possible d'en faire la réservation et de profiter des ateliers à Roberval ou d'un dîner des membres à Dolbeau pour faire livrer son jeu par nos intervenants.

Les tirelires du comité financement

Encore cette année, plusieurs tirelires identifiées étaient dans les commerces du Saguenay-Lac-Saint-Jean pour nous permettre d'amasser des fonds pour le *comité des usagers de la future maison d'hébergement.* Le montant accumulé depuis l'arrivée de ce moyen de financement est de 1231,85$.

Annexe A Les activités de maintien des acquis

L'Association offre aux membres des activités basées sur leurs besoins et adaptées aux capacités de chacun qui permettent de conserver les progrès faits lors de la réadaptation. Avec le programme Santé et bien-être mis en place, il est d'autant plus intéressant pour la clientèle de se fixer des objectifs et de profiter des options dans la programmation pour s'investir davantage dans des choix santé.

Les activités doivent être ciblées à l'aide de la cotation de la capacité d'intégration et des besoins d'accompagnement pour s'assurer que tous les membres ont des services qui répondent réellement à leurs besoins.

La parole est à vous

Objectifs : écoute, partage, communication, ouverture

Partager et discuter librement, sans jugement dans une ambiance conviviale.

- Jonquière, La Baie et Roberval
- Activité de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1 (2+ acceptés)

Théâtre La troupe Les En-Tête-T

Objectifs : créativité, mémoire, appartenance

Que de plaisir à devenir comédien et se produire sur scène.

- Théâtre la Rubrique, Mont-Jacob
- Activité de 120 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 1 et 2 (3+ acceptés)

P'tites virées déjeuner

Objectifs : partage, participation, capacité d'écoute,

Les membres se réunissent le temps d'un repas afin de partager leurs expériences et socialiser.

- Endroits variés
- Activité de 90 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 2+, 3-, 3+

Jeux intérieurs / extérieurs

Objectifs : coordination, motricité globale, coopération

Une grande variété de jeux à essayer en groupe.

- Association Renaissance de Jonquière
- Activité de 90 minutes, 3 sessions

Membres ciblés : 2- et 3+ (3- acceptés)

Gestion de l'énergie

Objectifs : fatigabilité, jugement, écoute, partage

Un groupe pour discuter de la gestion de ton énergie et des solutions pour faciliter le quotidien.

- Jonquière, La Baie et Roberval
- Activité de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1 (2+ acceptés)

Méditation

Objectifs : équilibre, concentration, confiance en soi

Prendre soin de soi, se centrer sur le moment présent et gérer son stress.

- Pavillon Mellon, Jonquière
- Activité de 90 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 1 (2+ acceptés)

Randonnées

Objectifs : agilité, motivation, forme physique

Marche en plein air pour conserver une bonne santé globale.

- Plusieurs endroits en région
- Activité de 120 minutes, 3 sessions

Membres ciblés : 1 et 2+ (2- et 3+ acceptés)

P'tites virées casse-croûte

Objectifs : partage, participation, capacité d'écoute,

On visite les casses-croûtes de la région pour socialiser.

- Endroits variés
- Activité de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 2+, 3- (3+ acceptés)

Le Parcours
Centre de réadaptation en déficience physique

Ateliers des matériaux recyclables

Objectifs : Partage, logique, patience, entraide

Équipe de démontage et de récupération de pièces de vieux fauteuils roulants au profit du fond d'aide de l'Association.

- Hôpital de Jonquière
- Atelier de 120 minutes, 3 sessions

Membres ciblés : 1 et 2 (3+ acceptés)

Cardio-Cerveau

Objectifs : logique, mémoire, concentration

Travailler les fonctions cognitives par divers exercices intéressants.

- Association Renaissance de Jonquière et Alma
- Atelier de 90 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 1 et 2+ (2- et 3+ acceptés)

Curling

Objectifs : analyse, equilibre, esprit d'équipe

Un sport d'équipe stratégique.

- Club de curling de Chicoutimi
- Activité de 120 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 1 et 2+ (2- acceptés)

CHALLENGE HIVERNAL ADAPTAVIE

Club de marche intérieure

Objectifs : cheminement, motivation, forme physique

Marcher tous ensemble en se donnant des objectifs.
Un mélange parfait pour améliorer la forme physique.

- SClub de soccer de Jonquière
- Activité de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1 et 2+

Boccia

Objectifs : analyse, esprit d'équipe, motricité globale

Le Boccia est un sport paralympique similaire à la pétanque, accessible et amusant.

- Association Renaissance de Jonquière
- Activité de 120 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : Accessible à tous, 2 et 3 acceptés

Cuisine collective

Objectifs : écoute, entraide, motricité fine

Plongez dans une aventure culinaire passionnante en découvrant de nouvelles recettes.

- Association Renaissance Jonquière et Alma
- Activité de 120 minutes

Membres ciblés : 1 et 2

Anglais, langue seconde

Objectifs : mémoire, apprentissage, patience, entraide

Apprendre de nouvelles choses et parler anglais sans gêne.

- Association Renaissance Jonquière
- Activité de 90 minutes

Membres ciblés : 1

Quilles

Objectifs : analyse, esprit d'équipe, motricité globale

Jouer aux quilles à son rythme et selon tes capacités.

- Centre Joseph Nio (Chicoutimi) 2 sessions
- Salle de quilles Alma, 1 session

Membres ciblés : 2 et 3+ (3- acceptés)

Aquaforme

Objectifs : Bien-être, forme physique, motivation, plaisir

Les bienfaits de l'activité physique sans la contrainte de la gravité.

- Foyer des loisirs, Jonquière
- Activité de 90 minutes, 2 sessions

Ville de Saguenay

Membres ciblés : 1 et 2+ (2- et 3 accompagnés)

Dîner des membres

Objectifs : partage, communication, plaisir, respect

L'Équipe de l'Association se promène dans la région pour vous rencontrer et partager un bon repas !

- Différents endroits de la région
- Activité de 90 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 1 (2+ acceptés)

Annexe A Les activités de maintien des acquis

Asso-Science

Objectifs : analyse, observation, partage, communication

Activité de découvertes et d'expériences scientifiques pour apprendre de nouvelles choses.

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes

Membres ciblés : 2 et 3+ (sans accompagnement)

Cinéma Comédie

Objectifs : observation, mémoire, patience

Programmation 100% fourires sur grand écran. Odeur de popcorn garantie !

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 2 sessions

Membres ciblés : 1, 2 et 3

Profitons de la terrasse

Objectifs : écoute, habiletés sociales, communication

Profiter de la terrasse pour manger son lunch, jaser, écouter de la musique et faire des jeux.

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 150 minutes, 1 session

Membres ciblés : 2 et 3

Détecteur de mensonges

Objectifs : jugement, logique, écoute, analyse

Avis aux plus grands perspicaces. Qui trouvera le mensonge dans les 3 énoncés amenés par les intervenants.

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1, 2+, 2-

Pétanque

Objectifs : plaisir, motricité globale, esprit d'équipe

Viens t'amuser avec nous et pratiquer ta précision en jouant à la pétanque dans la cour de l'Association !

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 2+, 2-, 3+, 3-

Café découverte

Objectifs : écoute, partage, habiletés sociales

Quoi de mieux qu'une activité conviviale de partage pour découvrir différents sujets.

- Association Renaissance Alma
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1, 2+, 2-

Initiation artistique

Objectifs : créativité, écoute, opinion et motricité fine

Ateliers pour explorer la créativité. Visites d'expositions.

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 2+, 2-, 3+

Activités spéciales

Objectifs : communication, plaisir, coopération, sentiment d'appartenance

Activités diverses et festivités

- Différents endroits dans la région
- Durée moyenne de 120 minutes

Membres ciblés : cotation variée en fonction de l'activité

Bingo

Objectifs : participation, logique, motricité fine

Un classique pour s'amuser et gagner des prix.

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 2, 2- et 3+ (sans accompagnement)

Party de famille

Objectifs : plaisir, habiletés sociales, motricité globale

On s'amuse avec des jeux qui se retrouvent dans les partys de famille. Les rires seront au rendez-vous !

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 2, 3 (3- avec accompagnement)

Multisport

Objectifs : fatigabilité, confiance en soi, forme physique

Pratiquer et découvrir des sports.

- Divers lieux
- Durée moyenne de 120 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1 et 2+

Jardin collectif

Objectifs : entraide, participation, motricité fine

Partagez des moments agréables et enrichissants en jardinant.

- Association Renaissance Jonquière
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1 et 2+

Tournée locale

Objectifs : écoute, opinion, organisation temporelle

Découverte des richesses de notre région.

- Divers lieux
- Durée moyenne de 90 minutes, 1 session

Membres ciblés : 1, 2+, 2-

Atelier des matériaux recyclés

Randonnée

Cuisine collective

Quilles

Ce service est financé par
Société de l'assurance automobile Québec

Annexe B Programme d'intervention éducative

Le programme d'intervention éducative a été mis en place afin d'offrir aux personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral ou un accident vasculaire cérébral et qui en ont les capacités, la possibilité de travailler leurs compétences sociales dans des services de groupe réfléchis et adaptés.

Ateliers offerts en 2023-2024

Ateliers santé et bien-être

Série d'ateliers offrant de l'information aux membres sur des sujets pertinents et connectés à leur réalité.

En lien avec le programme santé et bien-être de l'Association, l'ensemble des thèmes abordés met en évidence l'intérêt d'avoir un mode de vie équilibré.

Objectifs :
- Se connaître et accepter ses limites
- Accueillir de nouvelles informations et apprendre à discuter de sujets qui nous touchent personnellement

Liste des 8 ateliers proposés :

1- Se reconstuire après un TCC/AVC
2- La motivation
3- La santé mentale
4- La mémoire
5- Vieillir en santé
6- L'organisation au quotidien
7- L'anxiété
8- La spiritualité

Durée :
8 ateliers de 90 minutes à raison d'une rencontre aux deux semaines.

La parole est à vous

Groupe de soutien qui permet aux membres inscrits de discuter de divers sujets et de leurs vies personnelles. L'objectif principal est de créer un environnement positif pour permettre à chacun d'utiliser des sujets communs comme levier de communication et favoriser l'entraide.

Objectifs :
- Favoriser le partage et la communication
- Accueillir les émotions et la réalité d'autrui
- Développer un sentiment d'appartenance à une groupe de pairs.

Durée :
Séances de 90 minutes à raison d'une rencontre aux deux semaines.

Gestion d'énergie

Un groupe spécialement conçu pour travailler la constante de fatigabilité et pour apprendre à mieux gérer son énergie.

Objectifs :
- Comprendre la séquelle de fatigabilité
- Approfondir les cycles de la fatigue
- Trucs et astuces pour mieux gérer l'énergie

Durée :
Séances de 90 minutes à raison d'une rencontre aux deux semaines.

Autres ateliers psychoéducatifs disponibles

MIEUX ME CONNAÎTRE
Gestion des émotions

MIEUX ME CONNAÎTRE
Relationnel

MIEUX ME CONNAÎTRE
Budgétaire

MIEUX ME CONNAÎTRE
Plan de vie

MIEUX ME CONNAÎTRE
Dépendance

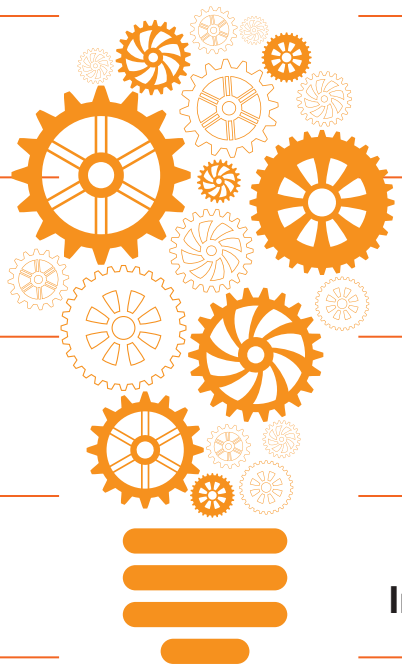
MIEUX ME CONNAÎTRE
Informatique

MIEUX ME CONNAÎTRE
Sexualité

MIEUX ME CONNAÎTRE
Recherche de services

MIEUX ME CONNAÎTRE
Alimentation

MIEUX ME CONNAÎTRE
Santé



MIEUX ME CONNAÎTRE
Bien vivre mon célibat

MIEUX ME CONNAÎTRE
Déséquilibre relationnel

MIEUX ME CONNAÎTRE
Impulsivité et gestion de la colère

MIEUX ME CONNAÎTRE
Organisation

MIEUX ME CONNAÎTRE
Être un proche aidant

MIEUX ME CONNAÎTRE
Approche globale

MIEUX ME CONNAÎTRE
Intervention spécifique

MIEUX ME CONNAÎTRE
Respecter ses limites personnelles

MIEUX ME CONNAÎTRE
Se mobiliser ou lâcher-prise

Annexe C Guide de pratique clinique

Le GPC produit par l'équipe du projet INESSS-ONF a été conçu de façon à fournir des recommandations basées sur les données probantes pour la réadaptation de la clientèle adulte ayant subi un traumatisme craniocérébral (TCC) modéré ou grave. Ce GPC :

- Contient des recommandations appropriées aux besoins de la clientèle adulte et ne concerne pas spécialement la clientèle pédiatrique ou gériatrique. Un processus distinct de revue de la littérature et de consensus aurait été nécessaire pour permettre l'élaboration de recommandations destinées à ces populations.

  Les données probantes relatives à ces populations sont beaucoup plus limitées.

- Ne porte pas sur l'évaluation et la gestion des individus ayant subi une commotion cérébrale. (traumatisme craniocérébral léger).

- Présente de l'information qui s'adresse aux programmes couvrant toutes les phases du processus de réadaptation [...] il est également adéquat pour la réadaptation dans la communauté que ces services soient offerts dans le réseau public ou dans le réseau privé. Il contient de nombreuses recommandations pertinentes à tout le continuum de soins de réadaptation.

Les recommandations du GPC où l'Association doit être impliquée sont les suivantes :

C 3 - PLANIFICATION DU CONGÉ ET DU RETOUR DANS LE MILIEU

C 3.9

La préparation de la personne ayant subi un traumatisme craniocérébral, de sa famille et de ses proches au retour dans la communauté devrait inclure : la formation de la famille et des proches sur l'utilisation de l'équipement et la prise en charge de la personne à domicile de façon sécuritaire; la transmission d'informations à la personne et à sa famille ou ses proches sur les ressources publiques ou privées, y compris les organismes bénévoles et les groupes d'entraide, et devrait indiquer comment y avoir accès. (Adapté d'ABIKUS 2007, G84, p. 30)

D 1 - SOUTIEN ET SUIVI APRÈS LE CONGÉ

D 1.2

Après le congé des services de réadaptation, la personne qui a subi un traumatisme craniocérébral, sa famille et ses proches devraient avoir accès, au besoin, à des services à long terme (counseling, informations, etc.) afin de permettre et de soutenir une participation sociale optimale tout en respectant les décisions personnelles et en facilitant l'adaptation. (Adapté de NZGG 2007, 9.2, p. 132)

D 2 - RÉADAPTATION DANS LA COMMUNAUTÉ

D 2.1

La personne qui présente des incapacités résiduelles après un traumatisme craniocérébral devrait avoir accès au moment opportun à des services externes spécialisés ou à des services de soutien dans son milieu afin que soient réintégration dans la communauté.
(Adapté de NZGG 2007, 6.6, p. 116)

D 2.2

La personne qui a subi un traumatisme craniocérébral devrait avoir accès à un programme de soutien par les pairs, intégré à un programme de soutien communautaire, afin de favoriser l'intégration sociale, l'adaptation et le fonctionnement psychologique. (INESSS-ONF, 2015)

D 4 - ACTIVITÉS DE LOISIRS

D 4.2

Un programme d'intervention dans la communauté axé sur des objectifs et visant à augmenter la participation à des activités de loisirs, des activités sociales ou toute autre activité significative devrait être offert à la personne ayant subi un traumatisme craniocérébral qui éprouve des difficultés dans ces sphères.
(Adapté d'ABIKUS 2007, G97, p. 32)

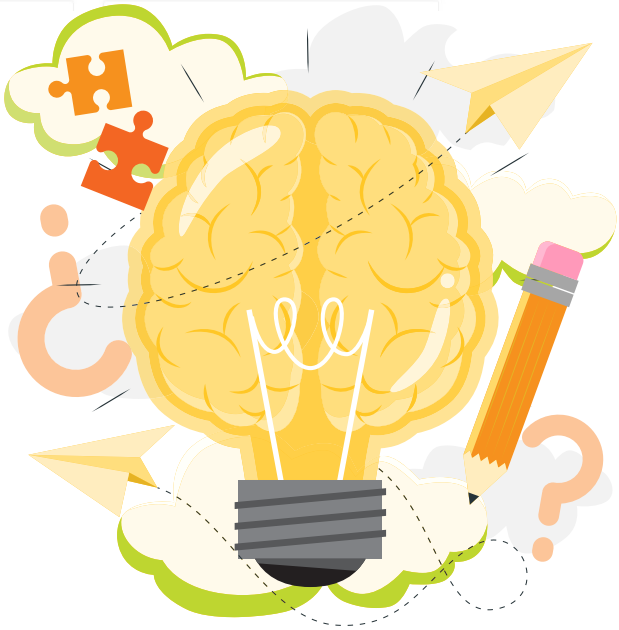
D 6 - RÉADAPTATION ET INTÉGRATION SOCIOPROFESSIONNELLE

D 6.8

Si la personne ayant subi un traumatisme craniocérébral (TCC) est incapable d'occuper un emploi rémunéré, elle devrait être aidée à explorer d'autres possibilités de participation productive favorisant l'intégration dans le milieu (p. ex. du bénévolat dans des organismes offrant [ou non] des services aux personnes ayant subi un TCC).
(INESSS-ONF, 2015)

GUIDE CANADIEN DE PRATIQUE CLINIQUE

POUR LA RÉADAPTATION DES ADULTES AYANT SUBI UN TRAUMATISME CRANIOCÉRÉBRAL MODÉRÉ-GRAVE



E 1 - SOUTIEN À LA FAMILLE / AUX PROCHES LORS DU CONGÉ ET DU MAINTIEN DANS LA COMMUNAUTÉ

E 1.3

La famille et les proches de la personne ayant subi un traumatisme craniocérébral devraient pouvoir avoir accès à du soutien en continu. La participation à des groupes d'entraide et des thérapies de soutien devrait être envisagée, par exemple des associations ou groupes de soutien par les pairs, de la thérapie cognitive basée sur la pleine conscience (mindfulness) ou encore de la thérapie par le yoga ou les arts, la zoothérapie, la musicothérapie, etc. (INESSS-ONF, 2015)

F 1 - ÉDUCATION ET SENSIBILISATION AUPRÈS DE L'USAGER

F 1.1

La personne ayant subi un traumatisme craniocérébral (TCC) et ses proches devraient recevoir, au moment opportun et de manière progressive et régulière, de l'information verbale et écrite sur le TCC, adaptée à l'âge, la culture et la langue des individus concernés.

Cette information devrait inclure :

- les conséquences les plus fréquentes d'un TCC sur les plans physique, cognitif, comportemental et émotionnel;
- la réassurance à propos des signes et symptômes auxquels on peut s'attendre;
- la possibilité de problèmes à long terme;
- des conseils à propos des situations à haut risque, des mesures de sécurité et d'autosoins;
- des conseils sur les interactions entre l'alcool et les médicaments psychotropes;
- des conseils sur l'abus d'alcool ou de substances chez les personnes ayant subi leur TCC dans un contexte d'intoxication à l'alcool ou aux substances;
- les services et ressources en réadaptation;
- les ressources communautaires;
- la difficulté, pour les personnes qui n'ont pas de connaissances sur le TCC, à détecter les problèmes qui y sont reliés. (Adapté de NZGG 2007, 9.2, p. 132)

F 1.2

La personne ayant subi un traumatisme craniocérébral (TCC) et ses proches devraient recevoir de l'information et des conseils et, par le biais d'une référence, pouvoir échanger sur les effets du TCC dans leur vie avec une personne expérimentée en gestion des effets émotionnels à la suite d'un TCC. (Adapté d'ABIKUS 2007, G21, p. 19)

Ontario Neurotrauma Foundation
Fondation ontarienne de neurotraumatologie

Institut national d'excellence en santé et en services sociaux
Québec

Pour accéder au document complet : www.guidepratiquetcc.org/modtosevere

Annexe D Le plan d'action

	1 ACCROÎTRE L'AUTO-RÉFÉRENCEMENT ET LES RÉFÉRENCES VERS L'ASSOCIATION	2 MAXIMISER L'OCCUPATION DU TERRITOIRE ET SES PÉRIPHÉRIES	3 ACTUALISER LES MEILLEURES PRATIQUES DE SOUTIEN INDIVIDUEL
RÉALISATIONS ANNÉES 1 ET 2	• Créer une vidéo promotionnelle des services destinés aux personnes TCC en réadaptation et à leurs proches. • Accroître le référencement des proches d'enfants et d'adolescents TCC. • Approfondir nos connaissances sur le cheminement de la personne dans le continuum régional.	• Mettre en place deux points de services satellites (RLS Domaine-du-Roy et La Baie). • Promouvoir les services disponibles pour le secteur B.E.S.T. (Haute-Côte-Nord).	• Créer un nouveau fonctionnement de bonjours saisonniers commun aux intervenants. • Mettre en place le programme « Accompagn'MOI ». • Évaluer et optimiser la gestion des dossiers. • Consolider le programme « Répit et accompagnement ». • Créer un programme « Plein air et activité physique ».
OBJECTIFS ANNÉE 3	• Développer un nouveau kiosque de promotion des services.	• Structurer et publiciser des services pour le secteur Chibougamau-Chapais. • Développer une première activité régulière de groupe dans le RLS Maria-Chapdelaine.	• Mise en place de plans de cheminement spécifique. • Restructurer et mettre en place un nouveau Programme d'intégration sociale. • Développer un outil d'information et de sensibilisation pour la fratrie des personnes TCC. • Créer un plan de formation continue pour les intervenants. • Mise en place de services spécifiques pour TCCL.

4 ACTUALISER LES MEILLEURES PRATIQUES DE SOUTIEN COLLECTIF

- Restructurer notre programme d'ateliers psychoéducatifs à l'ensemble des clientèles desservies par l'Association.
- Créer un programme « Prendre soin de soi » destiné aux proches.
- Restructurer les Camps Renaissance dans le but d'assurer une pérennité.

- Offrir un cours de langue seconde.

5 INVESTIR DANS LA VIE ASSOCIATIVE ET DANS LE SENTIMENT D'APPARTENANCE

- Construire un plan de relève pour le conseil d'administration.
- Mettre en place un nouveau comité « Vie Associative ».
- Structurer le projet « Art en tête ».
- Permettre aux membres de participer à une activité témoignage chaque année.
- Organiser un Lac-à-l'épaule pour les employés et membres du C.A.
- Organiser une activité reconnaissance d'un bénévole lors de l'AGA.

- Organiser un Lac-à-l'épaule pour les employés et membres du C.A.
- Mettre en place un programme d'implication bénévole pour les membres au sein de l'Association.
- Réactiver le service de sensibilisation.

6 STRUCTURER DES PROJETS MOBILISATEURS POUR LES MEMBRES

- Réactiver les travaux du comité hébergement.
- Mettre en place un comité financement.
- Mettre en place un jardin collectif Réaliser une aventure thérapeutique (Phase 1).
- Organiser deux activités de financement.
- Établir les partenariats nécessaires à l'élaboration du projet hébergement.

- Réaliser une aventure thérapeutique (Phase 2).
- Organiser trois activités de financement.

7 AUGMENTER LA VISIBILITÉ DE L'ASSOCIATION DANS LES COMMUNAUTÉS

- Mettre en place un comité « Les beaux 4 heures ».
- Mettre à jour la formation TCC des intervenants externes.
- Mettre en ligne un nouveau site web (Phase 1)

- Mettre en place un comité communication.
- Construire un plan de visibilité.
- Mettre en ligne un nouveau site web (Phase 2)
- Construire une politique de représentation.
- Structurer un système de réaction rapide lors d'un évènement dans l'actualité.

Annexe E

Les photos *coups de coeur*

« La grandeur de la nature, la grandeur d'un sourire, la grandeur du coeur ! »

Isabelle Dufour

Ils sont beaux et inspirants nos membres !
C'est un privilège de côtoyer de si belles personnes.

Isabelle Gagnon

Depuis mon arrivée en mai 2023, je me considère choyée de pouvoir côtoyer nos membres.

Lors des activités, j'ai été témoin de discussions parfois sérieuses et touchantes mais aussi de situations drôles et cocasses. Cette photo représente bien le plaisir que les membres et les intervenants peuvent avoir ensemble.

Cyndie Lamontagne

Les soirées mocktails sont très attendues et appréciées.

Nous avons beaucoup de plaisir à nous rassembler autour d'un joli breuvage et d'un bon repas !

Marie-Kristine Laforge

Comme je prends d'innombrables photos, il est très difficile pour moi de choisir un seul coup de cœur.

Cette année mon choix s'arrête sur celle-ci car elle représente bien la partie préférée de mon travail ; lorsque je mets un sourire et un rire sur le visage de ceux que je côtoie au quotidien !

Carl

Nous proposons des activités tout au tour du Lac-Saint-Jean. Les dîners des membres sont très appréciés et peut importe l'endroit où nous mangeons, il y a toujours une belle gang !

Alexandre Santos

Voici la belle gang lors du camp Renaissance à Québec. Nous étions dans le funiculaire du Parc de la chute Montmorency. Le paysage était magnifique tout comme le sourire de nos membres !

Jonathan Galarneau

Les gens me demandent souvent à quoi ça sert de proposer des activités à des personnes qui n'ont pas de mémoire ? De toute manière, ils ne se souviennent pas de ce qu'ils ont fait.

C'est pour ça qu'on le fait !

Stéphane Corbin

Le camp de Québec a été un coup de coeur car il m'a permis de me rapprocher des membres.

L'activité du lancer de la hache, malgré son allure intimidante, a été vraiment trippante et les membres s'en sont donnés à cœur joie !

Marianne Veilleux

Quelle chance de pouvoir partager d'aussi beaux moment lors des camps Renaissance ! Des rencontres enrichissantes et des souvenirs gravés dans nos mémoires !

Audrey

Annexe F Le lexique et les abréviations

Agent payeur
Instance publique habilitée à régler le versement d'une indemnisation ou toute autre somme due à un membre.

Bonjour saisonnier
Appel téléphonique permettant de prendre des nouvelles d'un membre, de s'assurer que ses besoins sont comblés et de l'informer des services ou des nouvelles de l'Association.

Camp Renaissance
Camp d'une durée d'environ 48 heures, du vendredi au dimanche, habituellement organisé dans un site d'accueil reconnu (Lac Pouce, Camp Kiwanis, etc.).

Camp mobile
Camp d'horaire variable, d'une durée maximum d'une journée. Les camps mobiles se déplacent sur l'ensemble de la région.

Conseiller au majeur
Personne qui assiste, pour certains actes administratifs, une personne atteinte de difficultés cognitives légères ou d'une incapacité temporaire. L'assistance doit maximiser l'autonomie de la personne.

Continuum de services
Système intersectoriel auquel collaborent des organismes gouvernementaux, paragouvernementaux, universitaires et communautaires. Il a pour principaux objectifs l'accessibilité, la continuité, l'efficacité et la qualité des services offerts aux personnes ciblées.

Coopté
Mode de désignation par lequel les membres actuels choisissent les nouveaux membres sans qu'il y ait d'élection.

Counseling
Forme d'accompagnement psychologique et social dans le but de répondre à une demande aux fins de traiter, résoudre, assumer un ou des problèmes.

Curateur privé
Personne désignée comme responsable « aux biens » et/ou « à la personne » d'un membre donc l'inaptitude est totale et permanente.

Curateur public
Le Curateur public agit comme curateur ou tuteur d'un membre, lorsqu'aucun proche ne peut les représenter ou que ce n'est pas dans l'intérêt de la personne inapte. Il s'assure que les décisions sont prises dans l'intérêt de la personne représentée, le respect de ses droits et la sauvegarde de son autonomie.

Epsilon
Outil d'évaluation permettant aux organismes communautaires de mieux structurer la réflexion qui jaillit de leurs actions et de poser ainsi un regard évaluatif sur ceux-ci.

Gouvernance
L'ensemble des mesures, des règles, des étapes de décisions, d'informations et de surveillance qui permettent d'assurer le bon fonctionnement et le contrôle de l'organisme.

Guide de pratique clinique
Outil pour améliorer les soins de santé qui permet aux professionnels de prendre des décisions cliniques basées sur les données probantes scientifiques et les opinions d'experts.

Inclusion sociale
Permettre à un groupe (personnes en situation de handicap) d'être inclus dans un ensemble, permettant le plein droit de toute personne dans la société de façon homogène, quelles que soient leurs caractéristiques.

Intégration sociale
Permettre à un groupe (personnes en situation de handicap) d'avoir accès à l'ensemble des services d'une communauté en offrant l'adaptation aux capacités de l'individu.

Lettres patentes
Document qui atteste que la constitution de la corporation est conforme à la « Loi sur les compagnies, Partie III ». Synonyme : Charte, acte constitutif.

Maintien des acquis
L'ensemble des moyens mis en œuvre pour une personne ayant des incapacités à conserver au plus haut niveau ses apprentissages et ses capacités résiduelles.

Prévention
L'ensemble des mesures à prendre pour éviter qu'une situation ou qu'un accident ne survienne.

Proche
Toute personne gravitant autour de la personne TCC et qui contribue ou souhaite contribuer à l'amélioration de sa condition de vie; un parent, un frère, une sœur, un ami, un voisin, un propriétaire, un collègue, etc.

Proche aidant
Personne qui, bénévolement (sans être rémunérée), prend soin d'un proche de son entourage atteint d'une incapacité permanente, dont la santé est précaire ou qui ne peut répondre lui-même à ses besoins pour assurer sa survie.

Programme
Ensemble de services et de projets qui contribuent à atteindre des objectifs similaires ou complémentaires, gérés de manière coordonnée afin d'obtenir des bénéfices.

Projet
Engagement temporaire qui se concentre sur l'atteinte d'objectifs précis et qui se termine lorsque ceux-ci sont atteints.

Qualité de vie
Notion multidimensionnelle couramment utilisée pour cerner l'état de bien-être (mieux-être et bonheur) d'une personne.

lexique

Santé publique
La santé publique est une discipline qui prend en charge toutes les dimensions administratives, sociales, politiques et économiques de la santé. Elle s'occupe de préserver la santé, de la protéger au niveau de groupes d'individus.

Sensibilisation
L'ensemble des mesures pour rendre les personnes attentives, disponibles et compréhensives. Ce sont des actions particulières qui impliquent du savoir-être et savoir-faire spécifiques dans le but de faire évoluer la population pour modifier durablement des attitudes envers une clientèle ciblée.

Service
Prestation mettant à disposition un savoir-faire intellectuel et/ou technique et qui comprend l'ensemble des étapes pour sa réalisation.

Société civile
L'ensemble des rapports interindividuels, des structures familiales, sociales, économiques, culturelles, religieuses, qui se déploient dans une société donnée, en dehors du cadre et de l'intervention de l'État.

Statuts et Règlements généraux
Document regroupant les obligations légales de la corporation et de ses membres. Il définit comment la corporation entend appliquer la Loi dans la définition des membres, la structure de responsabilité et de pouvoir, la gestion des finances et le fonctionnement démocratique dont ils définissent la gouvernance de l'organisation.

Sympathisant
Personne interpellée par le TCC, sans en vivre les répercussions personnellement, et qui approuve globalement les idées et actions de l'organisme.

Tissu social
L'ensemble des interactions entre les individus et leur entourage basé sur les différentes expériences d'un individu ou d'un groupe.

Transformation sociale
Transformation observable qui affecte, d'une manière qui ne soit pas provisoire ou éphémère, la structure ou le fonctionnement de l'organisation sociale d'un groupe ayant les mêmes intérêts ou besoins.

Tuteur
Personne désignée comme responsable « aux biens » et/ou « à la personne » d'un membre donc l'inaptitude est partielle ou temporaire.

Vie associative
L'ensemble des actions et activités de l'organisme permettant aux membres de se regrouper, de s'exprimer, de partager.

abréviations

AGA :	Assemblée générale annuelle
ACA :	Action communautaire autonome
APAS :	Association des personnes aphasiques du Saguenay
AVC :	Accident vasculaire cérébral
ARLPH :	Association régionale de loisir des personnes handicapées
CIUSSS :	Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
CLE :	Centre local d'emploi
CDC :	Corporation du développement communautaire
CHSLD :	Centre hospitalier de soins de longue durée
CNESST:	Commision des normes, équité, santé et sécurité au travail
CRDP :	Centre de réadaptation en déficience physique
DSP :	Direction de la santé publique
FQIS :	Fonds québécois d'initiative sociale
GOPHS :	Groupement des organismes de pers. handicapées de Saguenay
GPC :	Guide de pratique clinique
INESSS :	Institut national d'excellence en santé et services sociaux
IVAC :	Indemnisation des victimes d'actes criminels
MSSS :	Ministère de la santé et des services sociaux
OMHS :	Office municipal d'habitation de Saguenay
ONF :	Ontario Neurotrauma Foundation
PAIPH :	Plan d'action pour l'intégration des personnes handicapées
PSOC :	Programme de soutien aux organismes communautaires
RAPTCCQ :	Regroupement des associations de personnes TCC du Québec
RAC :	Ressource à assistance continue
RI:	Ressource intermédiaire
RISS:	Ressource d'intégration sociale spécialisée
RLS :	Réseau local de services
RPA :	Résidence pour personnes agées
RTF :	Ressource de type familial
SAAQ :	Société de l'assurance automobile du Québec
SQTCC :	Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral
STS :	Société de transport du Saguenay
TCC :	Traumatisme craniocérébral (ou traumatisme crânien)
TCCL :	Traumatisme craniocérébral léger (ou commotion cérébrale)
TCCMG :	Traumatisme craniocérébral modéré ou grave
TROC02 :	Table régionale des organismes communautaires de la région 02

L'Association **est membre**

Partenaires **communautaires**

Saguenay

Siège social
2123 rue Deschênes
Jonquière (Qc) G7S 5E3

418-548-9366

Lac-St-Jean

Point de service
431 rue Collard, suite 4
Alma (Qc) G8B 1N1

418-376-3569

Pour plus d'information, visitez nos site Internet au www.associationrenaissance.net
ou numérisez le code QR suivant avec votre téléphone.