

# Les organismes communautaires des Laurentides...



Septembre 2008

*du monde*

*à découvrir !*



Regroupement des organismes communautaires des Laurentides

# Les organismes communautaires des Laurentides *...du monde à découvrir !*

## **Chargé de projet et rédaction**

Benoît Larocque

## **Aide à la rédaction**

Susye Bernier

## **Correction**

Linda Déry, Pierre Dionne Labelle

## **Traitement de texte et mise en page**

Louise Robert

## **Impression**

Le Copie Heure  
28, rue de la Gare  
Saint-Jérôme

## **Production et distribution**

Regroupement des organismes communautaires des Laurentides (ROCL)  
344, rue Parent  
Saint-Jérôme, Québec, J7Z 2A2  
Téléphone : 450. 438.8005  
Télécopieur : 450. 438.3998  
[rocl@bellnet.ca](mailto:rocl@bellnet.ca)  
[www.roclautentides.com](http://www.roclautentides.com)

Dépôt légal – 4<sup>e</sup> trimestre 2008  
Bibliothèque nationale du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada

ISBN 978-2-9806486-1-8

**L**e ROCL est fier de vous présenter ce recueil de témoignages. Il se veut un outil d'éducation pour faire connaître ce qu'est un organisme communautaire et, plus particulièrement, comment se vit la vie des organismes des Laurentides du point de vue des gens qui y circulent d'une façon régulière.

Chacune de ces organisations enracinées dans la communauté est animée par une vie qui lui est propre. Chacune a son histoire, sa mission distincte, sa culture. Les organismes communautaires sont dans le paysage des Laurentides comme autant de fleurs sauvages; uniques, colorées, différentes. Ces fleurs sont dans la flore de la santé et des services sociaux des espèces indigènes qui trouvent racine dans le terreau fertile de l'initiative citoyenne. Dans la mosaïque que crée la diversité de ces organismes, une chose relie l'ensemble des gens qui les font mouvoir; le souhait profond d'amoinrir les souffrances humaines. C'est un milieu où beaucoup ont le cœur sur la main !

Dans ce monde où tout va toujours vite, où la souffrance est omniprésente, où l'effcience et la performance sont devenues des croyances qui dominent toutes les autres facettes de la vie, il nous manque cruellement de repères essentiels qui puissent nous éclairer sur le sens de nos existences.

Il ressort dans la multitude des témoignages reçus que le plaisir d'être ensemble, canalisé dans une recherche d'un mieux être collectif crée au sein des organismes un bouillonnement d'humanité et de joie solidaire intense. Il y circule une énergie d'une grande puissance! Les mots des gens qui y oeuvrent au quotidien, participantEs, bénévoles, employéEs, que vous lirez dans les pages qui suivent en témoignent.

Cette vie qui se vit dans les organismes communautaires mérite d'être considérée et entretenue, au même titre qu'une espèce de fleur sauvage en voie de disparition...

Par ce recueil, nous souhaitons tracer un **portrait de la contribution des organismes communautaires des Laurentides à l'amélioration de la santé et du bien être des personnes qui y vivent**. Nous y ferons ressortir certaines caractéristiques propres aux organismes communautaires :

- Travailler à partir d'une conception et d'une approche globale de la personne.
- Demeurer enracinés dans la communauté.
- Mettre de l'avant une vision globale de la santé et du bien-être des personnes et de la société, agir sur les déterminants et poursuivre notre mission de transformation sociale.
- Être des éclaireurs, développer des pratiques nouvelles.
- Être des espaces d'appropriation de pouvoir, de participation sociale et de citoyenneté.

*Bonne lecture !*

## TRAVAILLER À PARTIR D'UNE CONCEPTION ET D'UNE APPROCHE GLOBALE DE LA PERSONNE

Dans un organisme communautaire, l'accueil et le regard porté sur les personnes est très important. La personne n'est pas un problème, un cas, un client à risque, mais une personne qui possède une histoire, des expériences de vie, des savoirs et sa propre conception d'elle-même et de sa réalité. L'accueil est reconnu comme une grande force des organismes, on tient à ce qu'il soit chaleureux, sans discrimination ou jugement. Prendre le temps d'accueillir est fondamental.

« Ici je retrouve un contact humanitaire sans ségrégation. Que tu sois riche, beau, pauvre, laid, intelligent, noir, blanc ou jaune, il y a de l'ouverture. Ce n'est ni politique, ni religieux. Il y a de la place pour les 7 à 98 ans ! »

*R.L. 65 ans, laveur de vaisselle à la Rencontre de Sainte-Marguerite*

« Je m'implique bénévolement à la rencontre pour aider le monde qui en a de besoin. Ça m'apporte beaucoup de satisfaction personnelle, de la joie et de la bonne humeur. J'y apporte mon sourire, ça me touche. J'ai appris à ne pas juger les gens et à être plus à l'écoute. Mon implication ici m'a assagi. »

*Micheline Legaut, 58 ans, serveuse bénévole à la Rencontre de Sainte-Marguerite*

« Le Centre de femmes La Mouvance nous donne l'opportunité d'être et de retrouver le bonheur en soi. Merci de cette abondance ! »

*Jacqueline Robert, 65 ans, participante au Centre de femmes « la Mouvance »*



« J'ai évolué depuis que je viens ici. J'ai toujours un très bel accueil. J'ai trouvé des amiEs, de l'information sur beaucoup de choses. Je me sens plus valorisée, trouve une écoute extraordinaire et des sorties plaisantes et amusantes. »

*G.D. membre du Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp*

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !



« Ce n'est pas toujours facile de vivre avec une différence (un handicap intellectuel) dans un monde où la performance est super valorisée. Ce sont des gens vrais et malheureusement certains en abusent vu leur naïveté et leur grand cœur. »

**Louise Tremblay, 47 ans, bénévole à tout faire à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« Je fais partie du CA. Ça m'apporte beaucoup de choses. Je vais dans différentes associations et j'aime beaucoup ça. Les gens qui sont ici sont comme mes amiEs. Au point de vue psychiatrique, ça m'apporte beaucoup. Si on a un problème, on peut en parler aux intervenants à huis clos dans le bureau. Après, on est soulagé, on a le cœur moins sensible et on se sent moins stressé. »

**Michel, participant et membre du CA du Centre aux sources d'Argenteuil**

« La Rencontre m'a apporté de l'aide lors de moments difficiles de la vie. J'y trouve un accueil chaleureux et un dialogue ouvert sur les problèmes vécus. »

**Un homme de 45 ans qui fréquente la Rencontre de Sainte-Marguerite**



« Je vis un bonheur d'être encore utile dans notre société qui parfois rejette très facilement les aînés, les malades, les handicapés, en somme tous ceux qui sont différents selon les critères actuels de notre société qui jette au rebus tellement facilement ce qui n'est pas à la mode. J'aime rendre les gens heureux autour de moi, cela me donne de l'énergie. »

**Francine Lavallée, coordonnatrice du Groupe relève pour personnes aphasiques**

« Fréquenter le Centre m'apporte beaucoup : la confiance en moi. Faire du bénévolat pour les femmes, recevoir de l'information, des rencontres, de l'instruction, me sortir de la solitude, aller chercher de la joie de vivre, beaucoup d'amour, l'écoute, le sourire. »

**M.L.D., 65 ans, participante au Centre de femmes « la Mouvance »**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Coté fierté, il va sans dire que l'identification à l'ACEF agit positivement sur l'estime de soi. À cet égard, il est surprenant de prendre conscience de la satisfaction qui surgit du fait de donner de l'aide, de rendre service. Toutefois, je me suis rendu compte qu'il convenait de traiter les personnes qui font appel à nos services avec modestie et humilité. Leur histoire, parfois digne d'un bon roman, nous rappelle que la vie n'étant pas une mer étale, il peut arriver à n'importe qui de se retrouver, du jour au lendemain, au cœur d'un tsunami. À chaque fois, c'est une occasion nouvelle de pratiquer l'apprentissage de la compassion et de la magnanimité. »

**Bernard Deshaies, bénévole à l'Association coopérative d'économie familiale des Basses-Laurentides (ACEF)**

« J'aime l'ouverture d'esprit du milieu communautaire. L'intervenant prend une place plus importante et peut exprimer sa personnalité par la place qu'on lui donne et l'initiative qui lui revient. Le milieu communautaire est un milieu où l'intervenant peut mieux se connaître et ainsi avoir une meilleure relation avec les participants. »

**Virginie Vanier, 20 ans, stagiaire en éducation spécialisée à l'AmiE du quartier**

« Je trouve que je suis plus ricaneuse depuis que je viens à l'APHIL »

**M.L. 33 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« La chaleur humaine autant de l'équipe de travail que la clientèle est fort stimulante et fait en sorte que chaque journée au travail je suis imprégnée d'une motivation intrinsèque puissante. »

**J. D., 42 ans, chargée de projet, infirmière au Centre de femmes « la Mouvance »**



« Depuis plus de 10 ans déjà, je participe, entre autres, au sein de la belle équipe de Solange-Beauchamp, au bien-être des personnes en perte d'autonomie. Ensemble, nous veillons à trouver à notre clientèle des services qui les aident à continuer à vivre dans leur maison. J'ai la chance de voir et comprendre la dynamique qui anime notre entourage, j'ai le plaisir de rencontrer et de connaître les bénévoles qui y travaillent, mes horizons se sont élargis. »

**Michèle Paquette, 74 ans, bénévole au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« J'ai évolué depuis mon implication dans cet organisme. Ça m'a fait comprendre mieux ceux qui ont des problèmes et je peux mieux les aider. »

**Rose T, bénévole au Groupe relève pour personnes aphasiques**

« J'ai trouvé ma place, ma voie, une bonne façon de me rendre utile aux autres sans oublier de m'aider moi-même. C'est une très belle expérience de vie qui me stimule et me donne l'envie de me lever le matin pour aller travailler.»

**Chantal Verville, 33 ans, aide-animatrice à l'AmiE du quartier**

« J'ai fréquenté cet organisme pendant plusieurs années, environ 10 ans. Cet organisme m'a aidé à m'épanouir. Les intervenants ainsi que les entraidents ont collaboré à mon cheminement personnel. J'ai vécu des moments très agréables en participant à des ateliers de dessin, en écrivant dans le journal, en participant à des discussions de café-rencontre, en faisant de la cuisine collective. J'y ai rencontré mon mari ! »



**Lucie, entraidente à l'Échelon des Pays-d'en-Haut**

« J'ai évolué en sortant de mon appartement, en me sentant dans une famille. L'accueil est toujours joyeux et je me sens bien quand je viens. »

**Hélène Lavoie, 44 ans, participante à l'AmiE du quartier**

« Je participe à la chorale, je suis des cours de peinture et je fais partie d'un atelier qui augmente l'estime de soi. Tout ça contribue à mon bien-être. »

**Participante anonyme au Centre de femmes « la Colombe »**

« On ne peut pas changer le monde, mais on peut faire de petits gestes qui font la différence pour nous ou pour la société. Ma filleule sait qu'elle est importante pour moi et que les gens qu'elle rencontre dans nos sorties, que ce soit des membres de ma famille ou des amis, l'apprécient dans sa différence. »

**Yolande Racicot, marraine bénévole de Julie à Parrainage civique Basses-Laurentides**

« Aller à la maison de jeunes m'apporte de prendre ma vie à la légère. »

**Martin Despard, 17 ans, fréquente le Carrefour jeunesse Desjardins**

« Venir ici aide à mon moral. Les gens sont chaleureux, agréables. Je suis plus coopérant. »

**Jean Bélanger, 51 ans, participant bénévole à la Rencontre de Sainte-Marguerite**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !



### **AUSSI, LES ORGANISMES TIENNENT COMPTE DE TOUTE LA PERSONNE.**

**Cela implique d'éviter la fragmentation et la spécialisation tant dans l'analyse des problèmes que dans l'intervention. Les organismes communautaires veulent offrir à la personne une place où elle peut être accueillie avec un regard neuf. Ils refusent d'enfermer la personne dans un diagnostic, dans une étiquette. On peut d'ailleurs se demander comment il est possible de développer un sentiment d'appartenance à une collectivité qui nous définit en terme de problème. La défense de droits fait partie intégrante de l'approche globale.**

« Fréquenter l'AmiE du quartier me donne la joie de vivre et une vie sociale. Quand je suis ici, j'ai un sourire et confiance en moi. Les gens sont l'un, intéressés, accueillants.  
J'aimerais y faire du bénévolat plus tard.  
J'apprécie la vie de plus en plus. »  
*M.B. 40 ans, participante à l'AmiE du quartier*

« L'humanisme des interventions me permet de découvrir des êtres humains plutôt que leurs problématiques. »  
*Jenny Charest, 24 ans, intervenante à l'AmiE du quartier*

« Pour moi le Centre aux sources est comme un rayon de soleil. On peut participer à des activités, se faire des amiEs. Ça aide à mon moral. On peut discuter avec les intervenants, ils savent nous conseiller. »  
*Johanne, participante au Centre aux sources d'Argenteuil*



« On fait des activités et du théâtre avec des metteurs en scène. La pièce s'appelle destination Santa-Banana. Ça se passe à l'aéroport. C'est une comédie musicale. C'est bien drôle, il y a de la musique la dedans, ça danse, ça chante et puis on a bien du plaisir. J'aime bien ça venir ici, je peux me faire des amiEs. J'aime beaucoup les intervenants, sont très agréables et très très gentils, très gentilles et ils s'occupent bien de nous autres. »

*Nancy Langlois, 38 ans, participante à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)*

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Cet organisme m'a apporté beaucoup de confiance en moi, beaucoup de plaisir et de belles activités. »

**M.L.T. 17 ans, fréquente le Carrefour jeunesse Desjardins**

« À l'Échelon, je n'ai pas de stress, je ne sens pas de jugement. Ce n'est pas directif, on ne nous dit pas quoi faire ou ne pas faire. L'Échelon, ça nous permet d'exister. »

**Entraidant anonyme à l'Échelon des Pays-d'en-Haut**

« Je suis plus disciplinée depuis que je viens ici. Aussi, je suis plus joyeuse. »

**C.M. 27 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**



« Quand on m'a offert de partager un repas rencontre, j'ai accepté car je venais de perdre mon conjoint et depuis, je viens faire le plein toutes les semaines. Ce que j'aime particulièrement c'est l'accueil et le sourire de chacunE quand on arrive. Je vous remercie de la disponibilité, de l'amitié, de l'amour que vous m'avez démontré. »

**Françoise Campbell, 84 ans, participante au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**

« Cet organisme est venu briser la monotonie et l'ennui qui m'habitait.

Je suis plus en joie. Je ne me sens pas jugée. »

**C.M., 68 ans, participante au Centre de femmes « la Mouvance »**

« J'ai eu des épisodes suicidaires très prononcés, mais grâce à leur écoute, leur compréhension, leur appui humain, les entraidants et les intervenantes ne m'ont point jugé mais elles ont vu mes forces et m'ont encouragé du mieux de leurs connaissances. J'ai eu des hauts et des bas mais les intervenantes de l'Échelon ont toujours été à mon écoute, elles m'ont été indispensables durant des moments très difficiles. »

**G.B. entraidant et s'occupe de l'entretien ménager à l'Échelon des Pays-d'en-Haut**

« Les intervenants font en sorte de contribuer à l'épanouissement des participantes en encourageant ceux-ci à vivre de nouvelles expériences et à continuer de créer leur propre vie. »

**Suzanne Legault, intervenante en zoothérapie au Groupe relève pour personnes aphasiques**

« Les cours et services que donne la Mouvance est très valorisant et me redonne confiance en moi. »

**S. B., 42 ans, participante au Centre de femmes « la Mouvance »**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !



« Lorsque j'arrive au centre, c'est le bonheur total. L'accueil si chaleureux, on vient vers moi avec tant de tendresse, la belle accolade, les beaux grands sourires, les baisers amicaux et la petite tape sur l'épaule et le souci de l'autre. Chaque personne est importante. »

**Jocelyne Godon, 54 ans, membre du Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**

« En participant à une rencontre de croissance personnelle, cela m'a permis de grandir intérieurement et de connaître de nouvelles personnes. »

**Mélanie Perron, 23 ans, parent participante au Centre de la famille des Hautes-Laurentides**

« J'apprends à me connaître un peu plus. J'ai plus confiance en moi. Je me sens utile, ça m'aide à sortir de mon isolement. »

**F.M. participante au Centre de femmes « la Colombe »**

« Venir à l'APHIL me permet de voir mes amiEs. Je suis beaucoup plus sociable. »

**P.G. 33 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« Bien c'est mes amies qui m'ont fait découvrir ce lieu et les activités sont l'fun, « faque » c'est ça qui m'a fait décider de continuer à y aller. Il y a des cours de tai chi et plein d'autres choses. J'ai bien évolué dans un bon climat avec du respect et en s'amusant. »

**Mélanie, 17 ans, présidente du comité des jeunes de la Maison des jeunes de Grenville**

« Ici, je fais de la couture avec la machine à couture. Je fais des sacs à mains, des sacs à souliers. Je fais des peintures. Je peinture des fleurs, des bouquets, des paniers.  
C'est beau les fleurs !

**Suzanne, 36 ans, participante au sourire rayonnant à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« En venant à la maison de jeunes, j'ai évolué en devenant moins gênée. Je suis plus débrouillarde et assez sociable avec les gens. »

**S.R. 15 ans, fréquente le Carrefour jeunesse Desjardins**

« De me réhabiliter au travail me permet de retrouver l'estime de moi et le côté social. Le Centre m'a permis de sortir ma créativité, de m'affirmer, de communiquer et de travailler en équipe. »

**Arianne Arrelle, 21 ans, participante et animatrice au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**



---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

**En bref,  
travailler à partir d'une conception et d'une  
approche globale de la personne  
implique :**

- D'être considérée comme une personne à part entière**
- De se définir autrement que comme une personne à problèmes**
- D'être reconnue dans ses savoirs et expériences**
- D'être renforcée dans son potentiel et dans sa dignité**



## demeurer enraciné dans la communauté...

Les organismes naissent de l'identification d'un besoin par une communauté dans un milieu donné. Ces assises communautaires sont au fondement du lien social que les groupes cherchent à alimenter, voire dans certains milieux, à recomposer, à refaire.

Les organismes vont donc se définir à partir d'une première appartenance qui est celle que se donnent les personnes qui se regroupent : *communauté géographique, communauté de solidarité axée sur une identité commune, réseau social, communauté d'intérêts, espace de vie partagée.*

C'est à partir de cette première communauté d'appartenance que des actions pourront s'organiser dans l'ouverture à une communauté plus large. En effet, l'objectif n'est surtout pas de créer des communautés qui se referment sur elles-mêmes, ce qui irait à l'encontre des valeurs de l'action communautaire.

**L'objectif c'est de donner des lieux, des espaces, pour prendre la parole, pour s'exprimer, pour «vivre ensemble» et pour participer à l'amélioration des conditions de vie et de la société.**

L'enracinement dans la communauté se traduit par l'implication active des personnes, des membres de la communauté, de l'importance accordée au bénévolat dans l'organisme et du rayonnement vers une communauté plus large.



« Salut, je m'appelle Julien, je suis un jeune de la Maison des jeunes. J viens ici depuis 4 ans, en fait depuis que j'habite dans la rue. J'habite tellement proche que c'est comme mon salon ici. Je suis ici pour remercier les intervenants pour toutes ces années passées avec eux. Ils ont été présents dans les bons et les mauvais moments. Grâce à eux, j'ai des souvenirs que je ne suis pas prêt d'oublier. Je me souviens des moments de folie, quand les intervenants s'éclatent et que d'un seul coup mon humeur change : j'ai de nouveau un sourire. Le temps passe et mes 18 ans approchent. C'est un moment important dans la vie, encore plus quand tu viens à la Maison des jeunes. Je sais que ça va être dur, mais je sais aussi que toutes les rencontres passées avec les intervenants vont sûrement m'aider à passer mes 18 ans et à faire un bout de chemin après. Donc tout ce que je veux dire c'est : merci. »

**Julien «Julius» qui a fréquenté la Maison des jeunes Basses-Laurentides**

« Au moins on fait pas de conneries quand on est ici (drogue, délinquance). »  
**Jessica, 15 ans, fréquente la Maison des jeunes « Tornade jeunesse »**

« Je viens à l'APHIL depuis 1981. Ici j'ai des amiEs, on a du fun. »  
**Claude Proulx, 50 ans, participant à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL) depuis sa fondation**



« J'ai la chance d'apprendre avec un professeur qui a 25 ans d'expérience en bureautique. De plus, si je me sens seule ou si j'ai des problèmes, je peux en discuter avec le personnel qui aura une oreille attentive pour me seconder. J'aime le Centre, j'aime y aller, j'étudie, j'apprends et me fais beaucoup d'amies. Ça me donne la chance de sortir de mon isolement. Tout le monde est souriant, aimable et c'est dans la gaieté que je passe mes journées. »

**Liliane Tremblay, 44 ans, participante à la formation en bureautique au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

« J'aime beaucoup jouer la vedette dans la pièce de théâtre. »

**M.M.O. 25 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« Je recherche surtout des outils pour mieux fonctionner dans ma vie de tous les jours.

Je constate que je ne suis pas toute seule à vivre des épreuves. »

**J.B. , 51 ans, participante au Centre de femmes « la Mouvance »**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« J'aime travailler dans le milieu communautaire pour son côté humanitaire. Être en contact constant avec des gens de cœur, qui reçoivent et qui donnent aussi énormément, m'apportent beaucoup de bonheur dans mon travail. »

**Geneviève Guilbault, 36 ans, formatrice aux activités d'entraide au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

*« Je travaille pour le CA et c'est un grand défi pour moi. Ici je retrouve l'encouragement du monde, des participants, des intervenants. J'ai beaucoup d'émotions. Ça fait du bien à mon moral. Je suis une personne qui ne se fait pas confiance et qui ne s'aime pas. Ici avec ma gang, je me sens aimée, appréciée et utile à quelque chose. Je remercie le groupe. »*

**C.B. participante et membre du CA du Centre aux sources d'Argenteuil**

« Les activités que je préfère sont les soupers collectifs parce qu'on rit bien ensemble. Nous formons une belle équipe. »

**Nathalie Gouin, participante au Mouvement « Personnes d'abord de Saint-Eustache »**



« J'aime toutes les responsables (les tannantes Hi!Hi!Hi!) J'apprends plusieurs choses. Ça me permet de rencontrer des gens et de socialiser. »

**Louise Rhéaume, 59 ans, participante à l'AmiE du quartier**

« Quand je viens ici, je rencontre des gens. Ça me permet de briser l'isolement. Aussi, j'apprends à composer avec toutes sortes de personnes. Je m'exprime davantage. »

**Mélissa, membre du Centre aux sources d'Argenteuil**

« Mon meilleur souvenir est la journée de l'halloween parce que j'ai dansé mon premier « slow » avec David. »

**K.M. 20 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« Pour moi, la Rencontre est un endroit essentiel. Quand je suis arrivée à Sainte-Marguerite en 1999, je ne connaissais pas un chat. J'étais pas riche et j'avais besoin d'un réseau. Ici on s'entraide, il y a des groupes de discussion, l'épicerie populaire, les dîners rencontre. Ici, je me suis fait des amiEs que je vois en dehors. J'ai dernièrement vécu 2 ans absolument seule dans un village en Montérégie. Il n'y avait

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

pas de place comme la Rencontre. Quand t'es étranger dans un petit village, il n'y a personne qui veut te parler. Ici on peut rencontrer des gens, ça ne nous engage en rien et puis, si il y a des affinités, tu peux développer une amitié. L'ambiance est comme une grande famille. J'ai jamais connu ça ailleurs. Tous les petits villages devraient avoir ce genre d'organisme. »

**D.P. une femme de 54 ans impliquée à la Rencontre de Sainte-Marguerite**

« Ça m'apporte des amiEs de venir ici. Le voyage que nous avons fait à Niagara Falls est un bon souvenir pour moi. »

**Emmanuel, 30 ans, administrateur participant à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« Depuis que je viens ici, j'ai plus confiance en moi, je me gâte plus, je prends plus de responsabilité et je m'implique plus qu'avant. »

**D.M. 25 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« Pour moi ça brise l'isolement. Depuis que je viens au Centre aux sources, je me suis fait des amiEs, je rencontre du monde. Chez nous, si je restais dans ma place, je ne verrais presque pas personne. Je me sens bien ici, ça me fait du bien. »

**R.A. membre du Centre aux sources d'Argenteuil**

« Ça fait 3 ans qu'une thérapeute me suit pour une dépression majeure. Je vis seule et ce n'est pas facile. Je pleure, je ne sors pas, je suis isolée dans ma bulle. Alors je viens ici pour rencontrer des gens et chercher du support moral. »

**N.L. , 53 ans, participante au Centre de femmes « la Mouvance »**

« L'ORGANISME ME DÉLIVRE DE LA SOLITUDE, DE L'ENNUI. QUAND J'AI EU BESOIN D'AIDE, JE L'AI TOUJOURS EUE. »

**J.R. 45 ans, fait l'entretien extérieur au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

« Je suis heureux de pouvoir être un lien entre deux mondes, le mien et celui des gens sans problème de santé physique, mentale ou autre, et ceux qui sont dans l'autre monde, le leur, celui de la difficulté et de la lutte quotidienne. »

**Vito Bucari, assistant-coordonnateur au Groupe relève pour personnes aphasiques**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !



« Fréquenter le mouvement me permet de gagner un peu de sous, de me changer les idées, de sortir de la maison, d'aider les autres et de rencontrer du nouveau monde. »

**Martin P. participant au Mouvement « Personnes d'abord de Saint-Eustache »**

« Pour moi le Centre aux Sources me donne beaucoup de raisons de vivre. Je rencontre des gens qui me permettent de me donner un sens à ma vie. Ces gens me donnent beaucoup. Moi, j'apporte un support moral à mes gens et à mes amis, amies. »

**Denis, participant au Centre aux sources d'Argenteuil**

« Je me sens apprécié, écouté, valorisé. J'ai brisé mon isolement en venant ici et ça m'a permis de me faire des amis. »

**Jean-Pierre Rheault, 39 ans, participant à l'AmiE du quartier**

« Moi je suis retraité; ça fait que j'ai du temps de libre. Au lieu d'être toujours sur internet ou de toujours aller faire du ski, je sers à quelque chose. Se sentir utile, c'est la raison principale de mon implication bénévole. »

**Denis Charbonneau, bénévole depuis 8 ans et président du CA à l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut**

« Au projet, j'ai appris à travailler sur moi de façon ardue et continue. Étant particulièrement perfectionniste, j'ai dû apprendre la tolérance, le respect du rythme des autres et le travail en équipe. Nous sommes un groupe dont les unités sont si différentes les unes des autres que ça nous permet une ouverture sur le monde, sur différents points de vue, sur différentes idées, sur de nouvelles expériences. Cela nous permet d'acquérir une maturité et une sagesse qui font de nous de meilleures personnes. Le fort sentiment d'appartenance qui nous rallie nous apprend à accepter les critiques et à travailler dans un but commun. Le projet nous permet de développer notre sens de l'organisation et une méthode de travail qui nous seront largement utiles. Il y a aussi quelques autres vertus qui nous sont inculquées par la philosophie du projet : la détermination, la persévérance, l'unité, le respect, l'empathie, la compassion et j'en passe un paquet énorme sinon la liste serait beaucoup trop longue pour être énumérée en entier. Grâce à Imagine-Action!, je connais des nouveaux sentiments qui m'étaient inconnus jusqu'à ce jour : l'accomplissement, le sentiment d'être à la bonne place au bon moment, l'espoir d'avoir une chance d'avancer et de réaliser mes rêves, etc. »

**Philippe-Alexandre Côté, participant au projet Imagine-Action ! parrainé par Grands frères, Grandes sœurs de la Porte-du-Nord**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Je viens au Centre aux sources pour briser l'isolement et avoir des amiEs à qui me confier quand ça va mal physiquement ou mentalement parce que j'ai une maladie mentale. »

**H.M. membre du Centre aux sources d'Argenteuil**

« J'ai travaillé dans les CSSS et CLSC. Aujourd'hui, je suis retraitée. J'ai vu une annonce dans le journal pour le cours de dessin. Quand on m'a dit que le repas était compris dans le prix du cours, je n'en revenais pas; j'ai retéléphoné 2 fois ! J'ai assisté dernièrement à un conseil d'administration et je me suis aperçu que je ne comprenais pas combien il y avait d'aide offerte ici.

C'est un endroit qui relie toutes les classes de la société. »

**Louise, participante au cours de dessin du Café communautaire « l'Entre-Gens »**

« Je viens au Centre aux sources surtout pour briser l'isolement. Ici, ça bouge beaucoup.

On a des activités à prix modique dans lesquelles on peut s'impliquer. On rencontre du monde. On a notre place. Les intervenants sont disponibles si on a besoin de conseils. J'ai développé ma débrouillardise avec le projet Inter agir. J'y fais du tai chi, des séances de relaxation. J'apprends que je suis capable de me réaliser. Ça me fait beaucoup de bien et je ne pourrais pas vivre sans ça. »



**Sonia, participante au Centre aux sources d'Argenteuil**

« Je viens pour rencontrer du monde, faire des activités et de la culture physique.

Au lieu de rester toute seule dans mon coin, je connais du nouveau monde.

C'est des gens assez sympathiques. »

**Claudette, fréquente le Café Communautaire « l'Entre-Gens »**

« J'AI LE SENTIMENT D'AIDER, DE ME RENDRE UTILE ET CELA M'APPORTE BEAUCOUP DE RENCONTRER DE NOUVELLES FEMMES. »

**Aline Larocque, bénévole au comptoir vestimentaire aux repas et membre du CA au Centre de femmes « la Colombe »**



« JE ME SENS UTILE ET HEUREUSE LORSQUE LA PERSONNE REPART AVEC LE SOURIRE. JE CROIS QUE CES PERSONNES ESSAIENT DE SE DÉBROUILLER AVEC LE PEU DE REVENUS QU'ELLES ONT ET CE SERVICE LEUR DONNE UN PETIT COUP DE POUCE. »

**Jeanne d'Arc B. bénévole au comptoir vestimentaire du Centre de femmes « la Colombe »**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Je suis un nouveau retraité qui arrive dans le coin et le Café l'Entre-Gens m'a permis de rencontrer des amiEs et des gens intéressants. J'y ai aussi suivi des cours de dessin. Le vendredi, il y a des artistes qui viennent faire de la musique. C'est un endroit important d'un point de vue social. Ici, il y a toutes les classes de monde. »  
**Pierre, fréquente le Café Communautaire « l'Entre-Gens »**

« Je suis impliqué au conseil d'administration de la maison de jeunes dans le but d'offrir un environnement joyeux, vivant et épanouissant aux jeunes. J'y apporte mon cœur, mon expérience, un exemple que la participation, l'échange, le don de soi sont indispensables pour la réalisation de belles choses. »

**Claude, 57 ans, membre du CA du Carrefour jeunesse Desjardins**



« C'est un endroit où je rencontre des amies de tous les âges, où l'on peut parler de tout et de rien sans être jugé, dans le respect de chacun envers l'autre. Quant à moi, je me plais à dire que c'est ma 2<sup>e</sup> famille qui m'aide à vaincre la solitude et l'ennui, et de partager des moments de joie ou de peine. »

**Cécile B. Lampron, 83 ans, membre active et présidente du CA de Grands-parents tendresse**

« Merci beaucoup pour ce que vous avez fait pour moi aujourd'hui, pour ma fête. »

**Nicole, participante au Centre aux sources d'Argenteuil**

« J'aime les gens. J'ai commencé très jeune à faire du bénévolat avec ma mère et j'ai continué avec mes garçons. Tout jeune, ils m'accompagnaient. Et j'en fais encore et mes garçons ont continué à s'impliquer dans différents domaines communautaires. »

**Nicole T., éducatrice au Centre de femmes « la Colombe »**

« Je parle maintenant avec tout le monde,  
je suis plus à l'aise de m'exprimer. »

**M.L. 20 ans, membre de l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« On est juste 3 permanents. Si la grosse machine marche, c'est parce qu'il y a des bénévoles pivots qui acceptent de prendre des grosses responsabilités. Par comité, on a des bénévoles responsables sur qui on peut s'appuyer. C'est comme ça que la structure fonctionne. On a de très bons bénévoles. »

**Danielle Forget, employée permanente à l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Aller à la maison de jeunes m'apporte de ne pas m'emmerder chez moi.  
J'ai appris à mieux jouer au pool. »

**Nicolas Henry-Falardau, 13 ans, fréquente le Carrefour jeunesse Desjardins**

« Je suis impliquée dans cet organisme parce que j'y  
accompagne mon mari qui est en fauteuil roulant. J'y trouve un  
plaisir à rencontrer des gens formidables. »

**Anita D., bénévole au Groupe relève pour  
personnes aphasiques**



« Peu importe les activités que j'ai entreprises avec le Centre, ça m'a permis de discuter  
avec des gens ordinaires mais uniques, me permettant aussi de voir que je ne suis pas la seule  
à vivre le quotidien de la famille. Peu importe les moments de faiblesse,  
il y a des gens pour te soutenir moralement et économiquement.

Le travail qui s'y fait va bien au-delà des apparences ! »

**Jacinthe Benoit, 29 ans, une maman qui participe à plusieurs activités de cuisine  
au Centre d'entraide Racine-Lavoie**

« Je suis une femme de 82 ans qui habite seule depuis plusieurs années. Le  
fait que je fréquente le centre m'a permis de sortir de ma solitude et de  
connaître des gens agréables. Depuis, cela m'a permis de découvrir un  
certain talent pour la peinture. »

**Cornélia T, participante au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**



« Mon implication ici me permet, en premier lieu, de sortir de mon  
isolement. Ça me permet aussi de me réaliser en apprenant plein de  
choses et surtout, de me réorienter tout doucement vers un autre  
emploi. Il y a beaucoup d'écoute et de compréhension entre nous, les  
animatrices. J'ai appris à communiquer avec délicatesse et de continuer  
à grandir encore plus parmi la société. Je dis un grand merci au Centre  
de la famille. »

**Carole, 51 ans, animatrice au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

« En venant ici, je fais beaucoup de social, j'apprends à connaître d'autres personnes  
de ma région et des mets différents et nutritifs. »

**Sunny D. participante au Centre de femmes « la Colombe »**

« À l'APHIL, j'ai rencontré ma copine. »

**D.V. 24 ans, membre de l'Association des personnes  
handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« MOI JE VIENS ICI POUR LE MONDE, POUR AVOIR DES CONTACTS. C'EST PLUS L'UN QUE DE  
RESTER À LA MAISON À REGARDER LA TÉLÉ AVEC MON P'TIT FRÈRE. »

**Yan, fréquente la Maison des jeunes « Tornade jeunesse »**



« Moi je viens pour briser l'isolement, rencontrer du monde,  
me faire de nouveaux amiEs. Chez nous quand je ne sors pas, je trouve  
ça long. J'aime bien ça venir ici. »

**Benoit, participant au Centre aux sources d'Argenteuil**

« En venant à l'AmiE, je socialise et évolue en groupe. »

**Michel Dillon, 50 ans, participant à l'AmiE du quartier**

« Le Centre de la famille est un endroit chaleureux où règne un climat  
d'acceptation et de respect. J'ai découvert un milieu où l'on retrouve un  
merveilleux sentiment d'appartenance, un climat d'entraide et une belle  
ouverture d'esprit. »

**Laurianne, 20 ans, bénévole au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

« Venir ici me permet de chanter parce que j'adore ça. Par les cafés  
rencontres, ça me permet de me renseigner et  
de m'informer sur différents sujets. »

**D.L. participante au Centre de femmes « la Colombe »**

« Cela m'aide à rencontrer des gens, participer aux ateliers, aider à faire de la  
nourriture. Venir au Centre de la famille m'aide à combattre l'isolement. J'ai suivi un  
cours en bureautique et je participe à nos déjeuners causeries.

J'ai évolué dans cet organisme en tant qu'être vraiment un être humain et une personne  
à part entière. Ils m'ont montré à m'exprimer, à n'être plus gênée et

apprendre à me débrouiller par moi-même. »

**T.R. 53 ans, bénévole à l'accueil et autre au  
Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**



« Je me sens bien quand je suis à l'AmiE du quartier. J'aime beaucoup le sourire  
des gens et leur approche envers moi. J'ai grandement apprécié un jour où on m'a  
gentiment offert un cadeau. Je fais partie intégrante de cet organisme. »

**Mimi Charbonneau, 43 ans, bénévole participante à l'AmiE du quartier**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !





« JE ME DOUTAIS QUE CE MILIEU ÉTAIT INTÉRESSANT MAIS DEPUIS QUE JE M'IMPLIQUE, JE SUIS PLUS CONSCIENT DE L'ISOLEMENT DES GENS ET DE LEUR BESOIN DE COMMUNIQUER. »

**François Le Ber, bénévole à la popotte roulante au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**

« JE VIENS ICI POUR LE SPECTACLE PARCE QUE J'AIME CHANTER ET PUIS LES ANIMATEURS SONT VRAIMENT HOT. »

**Sabrina, 11 ans, fréquente la Maison des jeunes « Tornade jeunesse »**



« J'aime particulièrement les valeurs de cet organisme : authenticité, respect, transparence, solidarité et équité. Aujourd'hui, je suis intervenante contractuelle et je suis fière de travailler dans un organisme communautaire qui a de si belles valeurs. Je me sens appréciée et valorisée dans mon travail et cela est très important pour moi. »

**Josiane Yacyk, intervenante au Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel des Laurentides (CALACS)**

« Si je suis ici, c'est que je suis seule. C'est gai, j'aime beaucoup ça rencontrer les gens. Je trouve dommage que les gens ne viennent pas plus. Pour eux autres, on est du monde sur le bien-être social. Il y a des préjugés. »

**Nicole Lamarre, participante au cours de dessin Café communautaire « l'Entre-Gens »**



« Moi, j'aime beaucoup la maison des jeunes. On peut faire des affaires qu'on aurait jamais faites, comme par exemple le spectacle. C'est une occasion pour montrer notre talent. Je suis contente qu'il y ait une maison des jeunes. »

**Jessica, 13 ans, fréquente la Maison des jeunes « Tornade jeunesse »**

« Venir à l'APHIL m'aide à apprendre des choses. Par le théâtre, j'ai fait un personnage que j'ai beaucoup aimé. Je m'implique de plus en plus. »

**Jean-Pierre Prévost, 39 ans, participant à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**

« J'ai beaucoup changé depuis que je travaille au Centre de la famille. Je peux dire que je suis moins timide. Je parle plus avec une intervenante sociale.

Si j'ai des problèmes, elle me conseille. »

**Doris Ringuette, 49 ans, fait de l'entretien au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Le milieu communautaire, c'est une passion, une façon de vivre et de voir la vie, mais aussi une force puisqu'il rassemble les gens d'intérêts communs. »

*Caroline Beaulieu, animatrice communautaire responsable de l'équipe de travail au Mouvement « Personnes d'abord de Saint-Eustache »*



« J'y rencontre des gens de différents milieux qui peuvent apporter des idées nouvelles. Chaque personne a son vécu bien à elle. Moi, je donne un coup de main une fois par mois pour la cuisine collective. C'est très agréable de cuisiner ensemble. Ça nous met en forme pour le reste de la semaine ! »

*Dorothée Cimon, 69 ans, bénévole aux cuisines collectives de Grands-parents tendresse*



## **En bref,** demeurer enracinés dans la communauté permet :

*De sortir de l'isolement*

*De développer un sentiment*

*d'appartenance à une collectivité*

*De reprendre sa place quelque part*

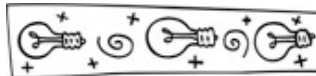


# ÊTRE DES ÉCLAIREURS, DÉVELOPPER DES PRATIQUES NOUVELLES

Les organismes communautaires ont fait sortir de l'ombre des problèmes enfermés dans la sphère du privé, pensons :

- ✧ aux problèmes de santé mentale,
- ✧ à la violence faite aux femmes,
- ✧ à la perte de dignité des personnes handicapées, des personnes pauvres, etc.

Ils ont développé une multitude d'initiatives pour répondre à des besoins de façon novatrice.



« En faisant du bénévolat ici, j'ai appris beaucoup de choses sur la vieillesse et le vieillissement. On voit combien il y a beaucoup de vieilles personnes qui sont laissées complètement à elles-mêmes. C'est pas plaisant mais c'est ça. On voit des gens en perte d'autonomie qui ne savent pas où aller, qui demander ou quoi faire. Il y a des gens qui sont complètement dépourvus et la société ne s'y intéresse pas vraiment. Il va bien falloir un jour que la société s'y intéresse. »

**Diane Robert, bénévole et membre du CA à l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut**

« Je suis entré dans ce monde, comme dit Martin Deschamps, avec une virgule de trop. Ce qui fait de moi une personne handicapée. Mon quotidien n'est pas toujours facile et par ricochet, celui de ma famille non plus. J'ai reçu pendant plusieurs années des services publics qui ne répondaient pas à mes besoins spécifiques soit : un pour un. Mes choix d'activités étaient limités et je me sentais comme un fardeau. Mais un jour, un beau soleil est entré dans ma vie; le Parrainage civique Basses-Laurentides, un organisme communautaire. Pour la première fois, je pouvais me permettre de participer à des activités sans que mes handicaps me freinent. J'avais et j'ai encore cette sensation de faire partie d'une grande équipe... et cette équipe là... bien, moi, je l'aime. C'est tellement agréable de se sentir respecté dans ses limites. Cela me donne le goût d'aller plus loin, d'en faire plus. Ils sont vraiment importants à mes yeux et je suis certain d'une chose, c'est qu'eux aussi ils m'aiment et ils me le démontrent en me donnant le temps de prendre mon temps. Ils me donnent le droit d'être moi, tout simplement, une personne avec une virgule de trop. »



**Marc-Étienne Dorion, 24 ans, membre filleul à Parrainage civique Basses-Laurentides**

« Je donne des classes d'exercices d'étirement. Je commence avec une mini-thérapie de rire. On fait 22 exercices d'étirements. Ensuite, on fait une méditation guidée. Ça me valorise, ça me rend utile et puis mon cours, j'en profite moi aussi ! »

**Sylvia Tremblay, à la fois salariée et bénévole au Café communautaire « L'Entre-Gens »**

« Je partage les valeurs communautaires et travaille dans le mouvement depuis plus de 12 ans. Selon moi, l'approche communautaire met vraiment la personne au centre de l'intervention. Nous respectons son rythme, ses besoins, ses droits et agissons comme accompagnateur tout en visant la réappropriation du pouvoir de la personne. Nous ne sommes pas contraints pas des critères et des programmes. De plus, nous n'avons pas l'obligation de répondre aux grandes lignes directrices du gouvernement ni à la bureaucratie qui l'entoure. Nous sommes à l'affût de nouvelles pratiques et travaillons avec beaucoup de créativité. Je suis émerveillée de voir le chemin parcouru par certains entraïdants. Leurs témoignages nous indiquent que nous sommes sur la bonne voie. J'aime beaucoup les voir se soutenir, s'entraider et s'échanger l'amour qu'ils ne retrouvent pas ailleurs...»

**Lucie Arcand, intervenante à l'Échelon des Pays-d'en-Haut**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Je choisis de travailler dans un organisme communautaire parce que c'est une des meilleures façons d'être proche des gens et qu'une bonne portion de cette clientèle n'aurait pas accès aux informations qui leur sont transmises si cet organisme n'existait pas. L'approche est plus humaine, plus personnalisée, donc permet une plus grande ouverture de la part de la clientèle ce qui a pour effet de maximiser l'impact de nos interventions. »

**H. L., 52 ans, animatrice d'ateliers au Centre de femmes « la Mouvance »**



Nous vous invitons à prendre connaissance de témoignages de personnes malentendantes en langue des signes directement sur le site web d'un organisme qui a su innover pour permettre à ses membres de s'exprimer. il s'agit de **l'Association des personnes avec des problèmes auditifs des Laurentides.**

Les organismes s'opposent à la détermination des besoins «*par en haut* » : ce sont les personnes mêmes des collectivités qui identifient les problématiques auxquelles elles font face, déterminent leurs propres besoins ainsi que les manières d'y répondre. En ce sens, les organismes communautaires apportent une contribution très importante dans le renouvellement des pratiques sociales. Pensons, par exemples, au travail de rue, à l'ailleurs et l'autrement en santé mentale, à l'humanisation des naissances, aux maisons d'hébergement pour femmes victimes de violence et leurs enfants, aux cuisines collectives, etc.

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

Devant les problématiques rencontrées et les besoins s'y rattachant, les organismes communautaires ont su identifier et mettre en œuvre des solutions novatrices, apaisant tant sur les causes que sur les conséquences et des solutions correspondant aux besoins de la communauté.

« La collaboration des personnes soutenues en milieu communautaire est grande et celles-ci se sentent en sécurité. Je n'ai pas la prétention d'être plus efficace qu'un médecin ou un psychiatre mais je sais que mon rôle est important et que des gens ont besoin de moi et aiment bien se retrouver en milieu communautaire. Je reçois leur confiance et leur reconnaissance, je me sens près d'eux et de leur famille. Je ressens moins de pression face à la performance. Ma collaboration au processus de maintien social et de suivi m'apporte la satisfaction du travail accompli. »

**Chantal Lefebvre, éducatrice spécialisée à Parrainage civique Basses-Laurentides**

« C'est moi qui donne le cours de dessin à l'Entre-Gens. J'ai un BAC en dessin et je voulais essayer un autre milieu que le commercial où j'ai travaillé plusieurs années. Ici, je rencontre toutes sortes de personnes, de milieux différents et de groupes d'âge différents. C'est super comme expérience et j'ai des élèves qui sont vraiment motivés. »

**Francine Séguin, enseigne le dessin au Café communautaire « l'Entre-Gens »**

« J'apprécie particulièrement le fait que la porte soit ouverte à qui en ressent le besoin, sans distinction, sans formalité étouffante, en toute simplicité et authenticité. Dans le communautaire, j'ai véritablement la sensation de changer les choses. Non seulement pour les jeunes ou les gens qui viennent quérir de l'aide, mais aussi pour la société toute entière. Pour moi, le travail dans le communautaire c'est aussi de descendre sur la place publique pour dénoncer, pour brasser les choses. C'est une façon de changer le monde et de tendre à l'amélioration des conditions de vie de tous et chacun. »

**Stéphanie Gaussirand, 31 ans, coordonnatrice de l'Antre-Jeunes**

« Pour moi, le communautaire c'est la vraie vie dans toute sa splendeur, mais aussi dans toute sa tristesse, sa misère. Parfois, c'est cette misère qui permet aux gens de renforcer leurs liens humains et c'est par cette voie que se vivent les plus beaux moments d'espoir, d'amitié, de don de soi. »

**Christiane O'Leary, directrice au Mouvement « Personnes d'abord de Saint-Eustache »**



---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

## **En bref**

### **Être des éclaireurs et développer des pratiques nouvelles permet :**

- ☆ De rendre visible les problèmes et d'agir.
- ☆ De développer des pratiques plus adaptées et qui tiennent compte des savoirs et expériences des personnes concernées.
- ☆ De développer des pratiques basées sur des analyses sociales différentes.







## **DE PARTICIPATION SOCIALE ET DE CITOYENNETÉ**

Les organismes communautaires offrent des lieux, des espaces permettant aux personnes de se rencontrer, d'échanger, de s'enraciner, de vivre ensemble. Ils constituent des espaces d'implication et de participation dans un monde traversé par l'effritement des liens sociaux, un endroit pour être soi-même. Ils constituent, en quelque sorte, des oasis d'humanité dans une société de plus en plus touchée par l'individualisme désertifiant.

« Il y a une quinzaine d'année, au seuil de la retraite, je m'étais promis d'en profiter « pleinement », m'offrir des voyages, des loisirs, et tout ce qu'une vie remplie de loisirs semblait pouvoir m'apporter. J'ai donc voyagé. Je m'étais promis un grand voyage en Europe, je l'ai fait, mais après trois semaines je n'étais plus tenté de continuer et je suis revenu. J'ai passé de durs et difficiles moments dans ma vie et chaque fois je m'en suis sorti, mais pas tout seul! On est jamais seul dans la vie et grâce aux amis et avec eux, je suis sorti indemne de bien pénibles situations. Rentré à la maison, je me demandais quoi faire pour retrouver cet état d'âme qui me manquait. Mon épouse qui me voyait tourner en rond sans but précis me suggéra le bénévolat. Bien que, finalement le mot bénévolat lui-même ne me soit pas étranger, cette idée ne m'avait pas encore effleuré. Je me rendis donc au

Centre de bénévolat et offris mes services, ne sachant pas ce que je pouvais offrir. Je pense que j'ai tout fait dans ce centre. Accompagnement, visites amicales, transport de personnes âgées et de malades en réelles difficultés et, finalement membre du conseil d'administration et trésorier. Et depuis, je vis une retraite heureuse. Je me sens responsable et utile. Le contact humain, qui me manquait, je l'ai trouvé. Ce contact qui m'avait parfois manqué dans ma vie professionnelle, je le vis tous les jours, avec nos bénéficiaires et les employés du Centre. Finalement, je suis heureux. Je n'ai rien donné au bénévolat sinon ce que j'avais déjà mais combien ais-je reçu! Merci à vous tous qui avez permis à une âme en peine de se trouver un but. »

*Roland B. 83 ans, bénévole à tout faire au  
Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp*



« J'aime travailler dans un organisme communautaire pour le côté humain, pour la diversité des tâches à accomplir. Chaque jour est différent, ce n'est pas routinier. »

*Pascal Mailloux, 36 ans, coordonnateur du Carrefour jeunesse Desjardins*

« À l'Échelon, je n'ai pas de stress, je ne sens pas de jugement. Ce n'est pas directif, on ne nous dit pas quoi faire ou ne pas faire. L'Échelon, ça nous permet d'exister. »

*Entraidant anonyme à l'Échelon des Pays-d'en-Haut*

« Cela fait près d'un an que je livre des popottes. Ce n'est pas grand chose, livrer des repas. Une tâche simple et sans prétention que je répète une fois par semaine. Mais étrangement, c'est une tâche qui s'est lentement transformée ou plutôt devrais-je dire qu'elle m'a transformé d'une certaine manière. Avec le temps, j'ai découvert des gens. Des personnes avec des vécus riches, des gens blessés aussi, d'autres pour qui la vie n'est plus facile tout à coup, des gens qui ont besoin d'un coup de main, d'un coup de pouce pour passer une période difficile. J'ai réalisé qu'en plus d'un repas, on échange un sourire, un bonjour, une parole. Ce n'est plus seulement le sentiment d'être utile que je ressens mais aussi la satisfaction de découvrir des gens qui me sont sympathiques. »



*Pierre Sicotte, bénévole à la popotte roulante du Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp*



« C'EST AVEC FIERTÉ QUE JE SUIS BÉNÉVOLE POUR EUX. ÇA APORTE UN PLUS DANS MA VIE. »

*Gilles B., bénévole au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp*



« Moi j'ai été 5 ans à la maison des jeunes. Maintenant, j'y fais du bénévolat pour m'impliquer et aider le monde en même temps. J'ai fait quelques jours de bénévolat pour opération Nez Rouge cet hiver. C'est la maison des jeunes qui s'en occupe dans la région. Aussi, je donne un coup de main pour l'organisation du spectacle. »

**Marco Fournier, 19 ans, ancien participant devenu bénévole à la Maison des jeunes « Tornade jeunesse »**

« Au bout de 15 ans à la maison des jeunes, les jeunes qui ont maintenant 25-30 ans viennent me voir encore. Que de joie de les voir maintenant travailler avec moi, soit au camp de jour ou à la maison des jeunes comme animateurs/bénévoles.

J'y crois de tout cœur à nos jeunes. »

**Carolle Normand, 57 ans, directrice de la Maison des jeunes de Grenville**

« Depuis plus de 18 ans que je participe aux activités de la Rencontre. Cet organisme n'est pas seulement utile, il est un élément indispensable socialement et psychologiquement. J'admire immensément tous les administrateurs et bénévoles. »

**Un homme de 78 ans qui se nomme lui-même comme étant un vieux bénévole bénéficiaire à la Rencontre de Sainte-Marguerite**

« Aller au Centre de la famille m'apporte des amiEs et des bonnes choses. C'est le fun de venir ici, de faire des activités et de jouer à des jeux de société. J'ai évolué depuis que je viens ici, ça m'a fait beaucoup changer et fait du bien. J'y rencontre toutes sortes de personnes. J'aimerais être bénévole pour le Centre de la famille. »

**Sonia Gascon, 34 ans, visiteuse au Centre de la famille du grand St-Jérôme**

« Venir ici me permet de faire de la cuisine collective à très bon prix. »

**Romero Quezada Marcela, participante au Centre de femmes « la Colombe »**

Le bénévolat [accompagnement transport] tel que je le pratique actuellement me fait voir une autre facette de la vie que je ne connaissais pas auparavant. En effet, il ne m'est pas arrivé souvent dans le passé de côtoyer autant de gens malades et dans le besoin. Ça me permet aussi de voir et de comprendre ce qui se passe dans nos centres de santé et dans nos hôpitaux. »



**Bernard D. 65 ans, bénévole à l'accompagnement au transport au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Je suis issue d'une famille dysfonctionnelle. J'ai été rejetée par ma famille dès ma naissance et maltraitée durant de nombreuses années. Il m'aura fallu trente-cinq ans pour découvrir qui j'étais



vraiment. J'ai maintenant plus de quarante ans et j'ai fait un grand nettoyage dans ma vie. J'ai réussi à guérir physiquement et intérieurement. J'y suis arrivé grâce à plusieurs bonnes personnes qui ont croisé ma route, dont l'équipe de Parents Uniques. Ils m'ont simplement offert de sortir de mon isolement, mais en fait, j'y ai trouvé un sentiment d'appartenance à une famille puisque nous nous cotoyons depuis près de quatorze ans déjà et c'est toujours avec beaucoup de plaisir que nous aimons nous rappeler, moi et mes enfants, tous les merveilleux souvenirs que nous avons partagés avec Parents uniques. Ils nous ont aidé à resserrer les liens qui nous unissent tout en nous permettant de tenir le coup dans la tempête en attendant que le ciel brille à nouveau. Je suis convaincue que Parents uniques a fait une différence dans ma vie! Alors, je désire vous remercier du fond du cœur d'exister et de croire en cette raison d'être, cette vocation qu'est la vôtre ! »

***Jacynthe Tassé, 43 ans, membre fidèle, commis de bureau et bénévole active à Parents uniques des Laurentides***



« Je crois que nous avons tous un rôle à jouer dans la société et que nous devons nous engager socialement. Selon moi. L'entraide fut un moyen pour nos parents et nos ancêtres de passer à travers la vie difficile du siècle passé. Comme j'ai la chance de posséder une assez bonne santé pour mon âge, il m'a semblé normal d'en faire profiter les autres. J'espère donc apporter un peu de chaleur et de gaieté dans des quotidiens qui sont trop souvent remplis d'ennui et de solitude. »

***Germaine M. Martine, 80 ans, bénévole au Centre d'action bénévole Léonie-Bélanger***

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

Ce travail d'implication des personnes se situe au cœur de la nature même des organismes.

Il s'inscrit dans tout un processus d'empowerment individuel et communautaire.

*L'empowerment individuel correspond à la possibilité pour une personne de développer ses capacités et de les actualiser à la fois*

DANS SA FAMILLE

DANS SON ENTOURAGE IMMÉDIAT : AMIS, MILIEUX DE VIE, RÉSEAU SOCIAL

DANS SON MILIEU DE VIE : QUARTIER, COLLECTIVITÉ LOCALE

ET DANS SA SOCIÉTÉ : RÉGIONALE ET NATIONALE

POUR CE FAIRE, UNE PERSONNE DOIT POUVOIR DÉVELOPPER :

- sa participation sociale
- ses compétences personnelles
- son estime de soi
- sa conscience critique



« J'adore cet endroit, c'est un peu comme ma maison, je me sens vraiment bien là-bas. Avec l'aide des animateurs, moi et mon amie avons organisé une parade de mode. Cet endroit permet de rallier plein de jeunes à une place où il n'y a ni drogue, ni alcool, ni violence. Quand on arrive, on reçoit toujours un très bel accueil. »

**Lara Richard, 16 ans, fréquente le Carrefour jeunesse Desjardins**



« Cet organisme communautaire m'apporte beaucoup plus que le cours lui-même en bureautique. C'est un endroit qui nous montre à respecter les gens et le matériel, de se responsabiliser dans différentes circonstances, d'avoir sa propre opinion. Il nous donne des outils et des moyens pour nous aider à surmonter des épreuves. »

**Nathalie Forget, 37 ans, participante à la formation en bureautique au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

« Le Centre aux Sources m'a permis de m'extérioriser et de parler plus ouvertement avec les autres. Un moment intéressant que j'ai vécu, c'est quand j'ai organisé la rencontre beignes et café chez Tim Horton's le 27 décembre 2007. Ça m'a permis de prendre une initiative, chose que je ne fais pas souvent. »

**Denis, membre du Centre aux sources d'Argenteuil**

« Je travaille dans les Créations Florafil. Je fais des sous à toutes les deux semaines, c'est mon budget de travail. Je trouve ça bien parce qu'on apprend. À force d'apprendre, on produit, on produit et puis après on vend nos affaires dans des kiosques. Ça fait des fonds et puis ça paye nos sorties une fois par mois. »

**René Roy, 51 ans, participant à l'Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)**



« Le hasard fait bien les choses. J'ai toujours cru que le travail c'était barbant et qu'il fallait une bonne dose de courage pour sortir hors de son lit tous les matins. Il y a 5 ans, lorsque je me suis retrouvée sans emploi et que j'allais chaque jour au Centre local d'emploi de ma localité, une flamme en moi s'est allumée lorsque j'ai vu mon poste affiché. Depuis ce jour, j'ai le grand plaisir de travailler avec des gens exceptionnels. Par le biais de mon organisme, je peux mesurer chaque jour les bienfaits et l'aide de mes actions dans ma communauté. Depuis, je me lève le matin, le cœur léger et heureuse d'avoir l'opportunité d'utiliser mes talents afin de rendre la vie un peu plus douce à tous ceux qui en ont besoin. »

**Michèle Duchaine, responsable des services au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Je suis là parce que mes amiEs viennent et je fais aussi partie du CJ. Le CJ c'est le conseil des jeunes et puis on fait les activités, genre. On consulte les autres pour voir ce qu'ils veulent faire et si on a assez de « cash », ben, on le fait ! »

**Isabelle, fréquente la Maison des jeunes « Tornade jeunesse » et est membre du conseil des jeunes**

« Depuis que je viens à l'Échelon (12 ans), j'ai réussi à me reconstruire, à échanger socialement. Au début, je n'avais pas le goût de vivre, j'étais toujours triste. J'étais très anxieuse, j'ai vécu des périodes d'angoisse, de panique. Ça a été très difficile et très douloureux. Maintenant, avec le recul et une douzaine d'années, je me sens beaucoup mieux, équilibrée et je dirais même que j'ai guéri dans ma tête. Merci



de m'avoir permis de m'exprimer par l'écriture, c'est une passion pour moi. Ça m'a fait un beau grand bien à l'âme.»

**H.M. entraïdante à l'Échelon des Pays-d'en-Haut**

« La première fois que je suis venue ici, c'est après que ma fille soit venue chercher de l'aide alimentaire. Ça me gênait énormément de venir demander de l'aide. Ça m'a demandé de l'humilité. Puis après je me suis rendu compte qu'il n'y avait pas de honte : toute personne peut du jour au lendemain avoir besoin d'aide. Quand j'ai vu tout ce qui avait été donné à ma fille par l'AmiE du quartier, je me suis dit : je veux y faire du bénévolat. J'ai appris ici qu'il fallait pas juger les gens, j'ai appris la compassion. Mon implication bénévole ici m'a même aidé dans la relation avec ma fille. Je suis maintenant sur le conseil d'administration. Quand on m'a proposé ça, ça m'a flatté l'ego : j'étais fière ! »

**L.D. 58 ans, bénévole et administratrice à l'AmiE du quartier**



« LE CENTRE DE LA FAMILLE M'APPORTE UNE EXPÉRIENCE DE TRAVAIL EN BUREAUTIQUE. ON APPREND TOUTE LA BASE EN INFORMATIQUE : WORD, EXCEL, WINDOWS. J'APPRENDS AUSSI LE FRANÇAIS, L'ANGLAIS. ICI, J'APPRENDS À APPRENDRE. MON IMPLICATION ME PERMET DE BRISER L'ISOLEMENT, DE DÉVELOPPER UNE CONFIANCE EN MOI, DE BONNES HABITUDES DE TRAVAIL ET DE VIVRE UNE EXPÉRIENCE DE TRAVAIL. J'AI PRIS CONFIANCE EN MOI ET SUIS MOTIVÉE À TROUVER UN EMPLOI.»

**G.G. 46 ans, participante à la formation en bureautique au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**



« J'ai fréquenté la Maison des jeunes pendant plusieurs années. J'ai voulu continuer en donnant de mon temps comme bénévole parce que je crois en cet organisme. Ça me valorise et ça me fait plaisir en même temps de m'impliquer à ma façon auprès des jeunes. »

**Joé Vaillancourt, 24 ans, ancien jeune devenu bénévole à la Maison des jeunes de Grenville**

« Dans cet organisme communautaire, j'effectue un travail d'équipe où la productivité, la rentabilité ne sont pas au premier plan mais plutôt centré sur les relations humaines positives. Je travaille au sein d'individus qui désirent et décident d'être ensemble afin de s'entraider,

partager leur expérience et s'encourager. On y gagne autant qu'on y donne et même plus ! »

**Nathalie Doucet, orthophoniste au Groupe relève pour personnes aphasiques**

« Ce que j'aime le plus dans mon travail c'est de travailler avec des jeunes qui sont volontaires. Je suis émerveillée de voir que des jeunes viennent cogner à la porte de l'organisme et manifestent un désir de changement et cela même s'ils sont encore enfant. Je crois que les jeunes qui prennent soin d'eux investissent dans leur vie future pour ainsi avoir une meilleure qualité de vie. Peut-être qu'ils n'en sont pas conscients maintenant, mais ils s'offrent, à mes yeux, le plus beau cadeau : prendre soin d'eux et de leur vie. »

**Geneviève Mercier, 25 ans, intervenante à l'Antre-Jeunes**

« Je cherchais à faire le bien en regardant ce que les gens faisaient et en cherchant d'autres horizons. Le bénévolat m'a appris à me connaître, à m'améliorer et à faire des choses que j'ignorais que j'étais capable de faire auparavant et ce petit à petit. Apprendre à connaître mon entourage m'a aussi aidé à devenir plus confiant dans la vie. J'ai appris à lire au Centre communautaire en regardant le menu du repas qui est écrit par un bénévole tous les mardis sur le tableau pour annoncer le dîner du mercredi. J'ai aussi appris à lire les mots sur les pots et à compter l'argent. Ça m'a aidé à faire face à mes responsabilités et à me sentir plus mature et plus adulte. La vie apporte son lot d'obstacles à affronter et je suis maintenant plus en mesure de les affronter parce que mon estime de moi est meilleure. »



**Joël Robillard, bénévole au Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp**



« Ayant reçu de la formation dans l'animation et en bureautique, ça m'a permis d'aller chercher des outils de travail, d'apprendre à me connaître, d'apprendre ce que je pouvais donner aux autres, d'améliorer ma situation de vie au quotidien, de m'impliquer avec les gens, de dégeler en partie ma phobie sociale, justement en m'impliquant bénévolement. »

**Nathalie Brisebois, 39 ans, bénévole au Centre de la famille du grand Saint-Jérôme**

L'empowerment communautaire concerne à la fois les pratiques internes aux groupes et leurs actions au sein de la collectivité.

### **À l'interne,**

les groupes se renforcent en favorisant la participation accrue des divers acteurs : usagers et usagères, participantes, membres, bénévoles, intervenantes, administrateurs et administratrices qui oeuvrent au sein de leurs propres structures.

*« J'ai à cœur de travailler dans un organisme communautaire puisque j'apprécie la place que les participants y ont. De plus, les interventions sont réellement adaptées aux besoins de l'individu qui est considéré comme une personne à part entière et non comme un "simple client." »*

**Any Melançon, 26 ans, intervenante au Calacs-Laurentides**

« Ça fait 2 ans que je suis dans le conseil des jeunes. C'est une rencontre de personnes qui parlent pour les jeunes. Il faut qu'on fasse des campagnes de financement et puis s'occuper de l'argent. Des fois, on a la journée générale où toutes les maisons de jeunes se rencontrent. J'aime beaucoup ça ! »

**Nancy Dufour, 16 ans, fréquente la Maison des jeunes «Tornado jeunesse» et est membre du conseil des jeunes**

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

« Il y a quelques années, j'ai reçu un diagnostic de sclérose en plaque et durant les 2-3 premières années, je ne mêlais pas aux autres, je rageais seul chez moi. Un jour, un ami m'a invité à venir à un dîner communautaire et à venir voir le groupe de cuisine communautaire. J'ai trouvé les gens bien sympathiques, j'ai été attiré, je me suis fait amis avec tout

le monde et j'ai lâché comme ça de me morfondre tout seul chez moi. J'ai même parlé de mon groupe de cuisine collective à la responsable d'une organisation pour la sclérose en plaques. Je l'ai invitée à venir voir comment ça se passait, et aujourd'hui, il y a deux groupes de cuisine collective spécifiquement pour les gens atteints de la

maladie. J'aime à penser que j'ai participé à l'implantation de ces deux groupes. J'étais quelqu'un qui demandait rien aux autres moi. Maintenant, sans obliger personne, je sais demander de l'aide dans le respect des autres. Je reste responsable de moi. Il y a beaucoup d'entraide dans les cuisines collectives. »

***Marcel Corbeil, 57 ans, participant aux cuisines collectives du Centre d'entraide Racine-Lavoie***



La participation au sein du groupe se situe dans une perspective de cheminement vers une réelle prise de décision et de pouvoir dans le cadre démocratique qui tend vers une citoyenneté active tant à l'intérieur de la vie associative que dans le milieu géographique. Cela tient également à une dynamique qui favorise la circulation de l'information, l'ouverture des structures participatives et décisionnelles et le partage des responsabilités et des pouvoirs au sein du groupe.

### **À l'externe,**

l'empowerment communautaire tient à l'accroissement de la participation et de l'action des groupes dans leurs collectivités. Ce processus implique une plus grande ouverture et implication de leurs membres dans les structures de concertation et de collaboration de la collectivité.

L'empowerment communautaire vise à développer l'analyse critique sur les besoins de la population et les enjeux du développement social local. Ainsi, les interventions des organismes influencent le débat collectif et les pistes de développement dans la collectivité territoriale. Cela implique aussi le développement de compétences que les organismes reconnaissent : techniques d'intervention adaptées, bonnes connaissances du milieu et des problématiques, enracinement dans le milieu, réseautage, etc.

La description de tout ce processus permet de rendre compte de l'apport fondamental des organismes communautaires au développement social.



« Je peux travailler en équipe. Je suis dans le CA depuis 1984 et, à tour de rôle, j'ai été président (2001-2002), secrétaire-trésorier et conseiller. Je participe au comité du transport et aussi le comité du MDPA. Faire partie de cette équipe m'a permis de mettre en pratique ma patience. »

**Patrick P., participant au Mouvement « Personnes d'abord de Saint-Eustache »**

« J'ai connu l'organisme Parents uniques des Laurentides en 1989 par le biais de ma prof de dactylo et sténo. J'étais étudiante en secrétariat et mère monoparentale de deux jeunes enfants âgés de 2 et 4 ans. J'ai rapidement eu un coup de cœur pour cet organisme qui m'a permis de rencontrer d'autres gens vivant sensiblement la même situation que moi. Assez rapidement, j'ai intégré le conseil d'administration et occupé différents postes d'administratrices, secrétaire, trésorière et présidente. Aujourd'hui, je travaille à Parents uniques à titre de coordonnatrice depuis maintenant 10 ans. Je côtoie des gens fantastiques qui doivent concilier la vie de parent unique avec tout ce que cela comporte de défis. Ils sont courageux et persévèrent malgré tout. Notre organisme est un lieu de rassemblement pour permettre à ces familles de briser l'isolement, d'accéder à des activités familiales à moindre coût et de favoriser l'entraide. Je suis fière d'avoir partagé au moins 18 ans de ma vie au sein du communautaire. »



**Nancy Désormaux, 40 ans, coordonnatrice de Parents uniques des Laurentides**

**La démocratie, la citoyenneté**  
sont des objectifs majeurs pour les organismes. Ils veulent donner une voix, une visibilité, un poids à ceux qui sont l'objet d'exclusion. Une personne doit compter quelque part pour une voix essentielle.

« J'aime accompagner Christiane (la directrice) à la Table de concertation sur la déficience intellectuelle. L'organisme m'a permis de prendre parole. »

**P.A.R., participant au Mouvement  
«Personnes d'abord de Saint-Eustache»**

« Lorsque mon père a eu un gros accident sur la construction, j'ai décidé d'être bénévole à l'AmiE du quartier. J'ai fait la soupe à chaque semaine (entouré de jeunes), j'ai aimé le partage et la dynamique. Cela m'a occupé une bonne partie de mon temps et, ouf, ma santé a continué à se porter bien! Maintenant parfois je prends les photos des activités. Je suis aussi impliqué au collectif des Laurentides en santé mentale. La force, c'est l'union. Le bénévolat rapporte à petite ou à grande échelle. »

**D.P., 37 ans, membre actif à  
l'AmiE du quartier**

« Après plusieurs années, j'ai décidé de faire du bénévolat pour l'Association de la

Sclérose en Plaques des Laurentides car je suis moi-même atteinte. Pendant plusieurs années, je me cherchais, je trouvais que j'étais inutile, sans but, ma vie traînait, j'étais comme sur un air d'aller. Je me remettais toujours en question, je me disais constamment : « Qu'est-ce que je fais dans la vie ? » en attendant la prochaine poussée. Depuis le début de mon implication dans cet organisme, je ressens une grande satisfaction personnelle, une joie de vivre. Cela me fait un grand bien d'apporter l'Espoir, de l'aide aux membres atteints à la société. Pour moi, aider les gens qui sont dans le besoin et défoncer des portes pour avoir un présent et un avenir meilleur cela me motive et me donne du courage de continuer même avec la maladie. Cela est mon salaire et me nourrit. »

**Karolyn Arsenault, bénévole,  
responsable adjointe de la marche  
de l'eSPoir et membre du conseil  
d'administration de la Société  
canadienne de la sclérose en  
plaques, division Laurentides**

## En bref,

### Être des espaces d'appropriation de pouvoir, de participation sociale et de citoyenneté amène :

- ✧ Des actions et des luttes contre la pauvreté et l'exclusion sociale et politique.
- ✧ Des espaces de reprise de pouvoir sur sa vie, de participation et d'implication sociale.
- ✧ Une contribution majeure au développement social.
- ✧ Des espaces qui favorisent le passage de la situation de clientE à celle de citoyenNE.

**METTRE de l'AVANT une VISION GLOBALE de la SANTÉ  
et du BIEN-ÊTRE des PERSONNES et de la SOCIÉTÉ**

**AGIR sur les DÉTERMINANTS de la SANTÉ**

**POURSUIVRE notre MISSION de TRANSFORMATION  
SOCIALE**

C'est à travers cette vision que les organismes communautaires en santé et services sociaux conçoivent les déterminants de la santé et du bien-être. L'analyse et la lecture des problèmes doit prendre en compte le contexte social, économique, politique, culturel et environnemental dans lequel les gens vivent. Ce contexte constitue un des déterminants majeurs de leur bien-être et influe sur leur capacité à exercer du pouvoir sur leur vie, à prendre la parole, à agir individuellement et collectivement.

Les gains appréciables en santé passeront par une amélioration des conditions sociales, notamment celles des groupes les plus démunis de la société.

Le travail accompli jour après jour par les organismes afin d'améliorer les conditions sociales des personnes n'est plus à démontrer. Les organismes sont des espaces, des lieux investis par les citoyennes et les citoyens pour faire les choses autrement : lutter contre l'exclusion, l'exploitation, les inégalités, améliorer les conditions de vie pour une meilleure réponse aux besoins spécifiques, bref, pour changer le monde. En plus de vouloir « changer le monde », ces organisations ont fait le choix de le faire en s'appuyant sur la participation citoyenne.

- ▶ En jouant un rôle critique et agissant pour transformer des formes d'organisation sociale ou des politiques qui créent ou maintiennent l'injustice, l'oppression, l'exclusion.
- ▶ En faisant de l'éducation populaire pour sensibiliser sur les conséquences de certaines façons de faire politiques.
- ▶ En travaillant à l'avènement d'une société juste et solidaire.

---

Les organismes communautaires des Laurentides... du monde à découvrir !

Des personnes concernées par des problèmes ou des situations s'y regroupent, échangent, posent des actions, se solidarisent dans le but d'améliorer leurs conditions de vie et les conditions d'un vivre-ensemble.

## **BREF,**

**les ORGANISMES COMMUNAUTAIRES CONTRIBUENT  
à l'AMÉLIORATION de la SANTÉ  
et du BIEN-ÊTRE des PERSONNES**



**Tant parce qu'ils  
SONT des  
ORGANISMES  
COLLECTIFS et  
DÉMOCRATIQUES,  
Que par ce qu'ils  
FONT et COMMENT  
ils le FONT !**





**Les organismes communautaires des Laurentides...  
du monde à découvrir !  
Liste des membres (mars 2008)**

Accueil collectif des conjoints en relation opprimante et colérique (A.C.C.R.O.C.)	Case postale 1 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-569-7779
Action bénévole de la Rouge	284, rue l'Annonciation Sud Rivière-Rouge, Qc J0T 1T0	819-275-1241
AmiE du quartier	665, rue Filion Saint-Jérôme, Qc J7Z 1J6	450-431-1424
Antre-Jeunes	655 - 9 <sup>e</sup> Rue Saint-Jérôme, Qc J7Z 2Z3	450-436-1547
Appartements supervisés « le Transit »	303, rue Féré Saint-Eustache, Qc J7R 2V2	450-974-1510
Association coopérative d'économie familiale des Basses-Laurentides (ACEF)	42 B, rue Turgeon Sainte-Thérèse, Qc J7E 3H4	450-430-2228
Association des personnes avec problèmes auditifs des Laurentides (APPAL)	421 B, boul. Labelle Blainville, Qc J7C 2H4	450-434-2135
Association de la fibromyalgie des Laurentides	723, rue Labelle Saint-Jérôme, Qc J7Z 5M2	450-569-7766
Association laurentienne des proches de la personne atteinte de maladie mentale (ALPPAMM)	373, rue Parent Saint-Jérôme, Qc J7Z 2A1	450-438-4291
Association des maisons de jeunes de Mirabel	8515, rue St-Jacques Mirabel, Qc J7N 2A3	450-475-2091
Association des parents d'enfants handicapés des Hautes-Laurentides	764, rue Labelle Nord Rivière-Rouge, Qc J0T 1T0	819-275-3828
Association de parents PANDA Sainte-Thérèse	2, chemin du Ravin Sainte-Thérèse, Qc J7E 2T2	450-979-7263
Association des personnes handicapées «Clair-Soleil»	1045, rue Suppère Mont-Tremblant, Qc J8E 3J3	819-425-7447
Association des personnes handicapées intellectuelles des Laurentides (APHIL)	62, rue Préfontaine Est Sainte-Agathe, Qc J8C 1S2	819-326-5202
Association québécoise pour les enfants atteints d'audimudité, chapitre Laurentides (AQEA)	Case postale 101 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-560-1220
Atelier « Ensemble on se tient »	185, rue du Moulin Saint-Eustache, Qc J7R 2P5	450-623-1561
Atelier des aînéEs Rivière-du-Nord	668, rue Labelle Saint-Jérôme, Qc J7Z 5L5	450-569-8313
Carrefour d'actions populaires	Case postale 426 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5V2	450-432-8696
Carrefour des femmes du grand Lachute	310, rue de l'Église Lachute, Qc J8H 4A8	450-562-7122
Carrefour des jeunes Mont-Laurier	513, boul. Albiny-Paquette Mont-Laurier, Qc J9L 1K8	819-623-2835
Carrefour jeunesse Desjardins	291, rue l'Annonciation Sud Rivière-Rouge, Qc J0T 1T0	819-275-3930

Centre aux sources d'Argenteuil	546, rue Sydney Lachute, Qc J8H 1K1	450-562-0673
Centre communautaire Ferme-Neuve	130 – 13 <sup>e</sup> Rue Ferme-Neuve, Qc J0W 1C0	819-587-4189
Centre d'action bénévole « Artisans de l'aide »	184, rue St-Eustache, bur. 108 Saint-Eustache, Qc J7R 2L7	450-472-9540
Centre d'action bénévole « Association solidarité d'Argenteuil »	212, rue Wilson Lachute, Qc J8H 3J3	450-562-7447
Centre d'action bénévole Léonie-Bélanger	610, rue de la Madone Mont-Laurier, Qc J9L 1S9	819-623-4412
Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp	75, rue Turgeon Sainte-Thérèse, Qc J7E 1S9	450-430-5056
Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel des Laurentides (CALACS)	Case postale 202 Saint-Jérôme, Qc J8Z 5T9	450-565-6231
Centre d'aide et de références Sainte-Anne-des-Plaines	181 – 3 <sup>e</sup> Avenue Sainte-Anne-des-Plaines, Qc J0N 1H0	450-838-8288
Centre d'aide aux personnes traumatisées crâniennes et handicapées physiques des Laurentides	Case postale 11 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-431-3437
Centre d'entraide d'Argenteuil	200, rue Princesse Lachute, Qc J8H 3G5	450-562-5151
Centre d'entraide Racine-Lavoie	154, rue Dorion Saint-Eustache, Qc J7R 2N9	450-623-6030
Centre d'entraide Thérèse-de-Blainville	245, rue Blainville Est Sainte-Thérèse, Qc J7E 1M8	450-435-0199
Centre de femmes « la Colombe »	9, rue Liboiron Sainte-agathe, Qc J8C 2X5	819-326-4779
Centre de femmes « la Mouvance »	103, rue de Bellefeuille Saint-Eustache, Qc J7R 2K5	450-472-7245
Centre de femmes « les Unes et les autres »	741, rue Mgr. Dubois Saint-Jérôme, Qc J7Y 3X2	450-432-5642
Centre de femmes « Liber'Elles »	Case postale 3177 Mirabel, Qc J7N 2X4	450-594-0556
Centre de femmes « Signée femmes »	798, rue L'Annonciation Nord Rivière-Rouge, Qc J0T 1T0	819-275-5455
Centre de la famille du grand Saint-Jérôme	200, rue Labelle Saint-Jérôme, Qc J7Z 5K8	450-431-1239
Centre de la famille des Hautes-Laurentides	362, rue Salaberry Mont-Laurier, Qc J9L 1N7	819-623-7215
Centre Marie-Ève 6 <sup>e</sup> Jour	232, rue Féré Saint-Eustache, Qc J7R 2T8	450-491-1494
Centre de prévention du décrochage scolaire OMÉGA	2, chemin du Ravin Sainte-Thérèse, Qc J7E 2T2	450-979-7755
Centre de prévention suicide « le Faubourg »	Case postale 1 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-565-0490
Centre de femmes « Rayons de femmes »	27, boul. Desjardins Ouest Sainte-Thérèse, Qc J7E 1E3	450-437-0890
Centre « Regain de vie »	12, rue Turgeon Sainte-Thérèse, Qc J7E 3H3	450-437-3136

Centre « Ressources familiales 4 Korners »	1801, chemin Oka Deux-Montagnes, Qc J7R 1N3	
Centre sida amitié	527, rue St-Georges Saint-Jérôme, Qc J7Z 5B6	450-431-7432
Césame Deux-Montagnes	328, chemin de la Grande-Côte Saint-Eustache, Qc J7P 1E7	450-623-5677
Citad'Elle de Lachute	Case postale 602 Lachute, Qc J8H 4G4	450-562-7797
Coin alpha	475, rue Labiolette Saint-Jérôme, Qc J7Y 2T8	450-436-2099
Comité d'aide alimentaire des Patriotes	95, rue Principale Saint-Joseph-du-Lac, Qc J0N 1M0	450-472-9469
Comptoir d'entraide de Labelle	127, rue du Collège Labelle, Qc J0T 1H0	819-686-1878
Corporation de développement communautaire Hautes-Laurentides (CDC)	445, rue du Pont Mont-Laurier, Qc J9L 2R8	819-623-4494
Droits et recours Laurentides	227, rue St-Georges, bur. 104 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5V2	450-436-4633
Échelon des Pays-d'en-Haut	734, rue Principale Piedmont, Qc J0R 1K0	450-227-1996
Élan - Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel des Laurentides (CALACS)	Case postale 64 Sainte-Agathe, Qc J8C 2N5	819-326-8484
Entraide bénévole Pays-d'en-Haut	1312, boul. de Ste-Adèle Sainte-Adèle, Qc J8B 2N5	450-229-9020
Envolée Sainte-Agathe-des-Monts	100, rue Principale Est Sainte-Agathe, Qc J8C 3A3	819-326-5778
Espace Laurentides	480, rue des Capucines Sainte-Adèle, Qc J8B 1W5	450-229-6650
Fonds communautaire d'accès au micro-crédit	100, boul. Ducharme, bur. 100 Sainte-Thérèse, Qc J7E 4R6	450-437-1635
Fonds d'emprunt communautaire féminin	508, rue Principale Lachute, Qc J8H 1Y3	450-562-3553
Garde-manger des Pays-d'en-Haut	1310, boul. Ste-Adèle Sainte-Adèle, Qc J8B 2N5	450-227-3757
Grands frères, Grandes sœurs de la Porte-du- Nord	55, rue Castonguay, bur. 104 Saint-Jérôme, Qc J7Y 2S9	450-565-4562
Grands-parents tendresse	374, rue Laviolette Saint-Jérôme, Qc J7Y 2S9	450-436-6664
Grenier populaire Basses-Laurentides	196, boul. Industriel Saint-Eustache, Qc J7R 5C2	450-623-5891
Groupe «Jad»	310, rue des Mélèzes Mont-Tremblant, Qc J8E 3L6	819-681-7717
Groupe «la Licorne»	198, rue Blainville Ouest Sainte-Thérèse, Qc J7E 1Y5	450-433-9084
Groupe « Marraine tendresse »	3, rue Blainville Est Sainte-Thérèse, Qc J7E 1L4	450-435-6924
Groupe relève pour personnes aphasiques	268, boul. de la Grande-Côte Saint-Eustache, Qc J7P 1B9	450-974-1888

Harfang-des-Neiges	290, rue Labelle Saint-Jérôme, Qc J7Z 5L1	450-565-1161
la Libellule	865 – 43 <sup>e</sup> Rue Pointe-Calumet, Qc J0N 1G2	450-472-4532
Maison Aloïs Alzheimer	Case postale 312, bureau chef Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T9	450-660-6225
Maison Clothilde	420, rue Hébert Mont-Laurier, Qc J9L 2X2	819-623-3843
Maison d'accueil de Prévost	1331, rue victor Prévost, Qc J0R 1T0	450-224-2507
Maison d'accueil « le Mitan »	92, rue Blainville Est Sainte-Thérèse, Qc J7E 1L8	450-435-3651
Maison d'Ariane	Case postale 35 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-432-9355
Maison d'hébergement « Accueil communautaire jeunesse Basses-Laurentides »	400, rue Boileau Saint-Eustache, Qc J7R 4R7	450-974-1510
Maison d'hébergement jeunesse «la Parenthèse»	256, rue de Villemure Saint-Jérôme, Qc J7Z 5J3	450-565-0958
Maison d'hébergement «l'Ombre-elle»	Case postale 374 Sainte-Agathe, Qc J8C 3C6	819-326-1321
Maison d'hébergement «le Petit Patro»	48, boul. Desjardins Est Sainte-Thérèse, Qc J7E 1C1	450-430-5482
Maison d'hébergement «le Préfixe»	196, rue Rochon Saint-Eustache, Qc J7R 2P8	450-974-2887
Maison de la famille de Bois-des-Filion	28 – 36 <sup>e</sup> avenue Sud Bois-des-Filion, Qc J6Z 2G3	450-965-0666
Maison de la famille de Sainte-Anne-des-Plaines	238, rue Beaupré Sainte-Anne-des-Plaines, Qc J0N 1H0	450-478-6537
Maison de la famille des Pays-d'en-Haut	480, rue des Capucines Sainte-Adèle, Qc J8B 1W5	450-229-3354
Maison de la famille du nord	919, rue de St-Jovite Mont-Tremblant, Qc J8E 3J8	819-425-5407
Maison des jeunes Basses-Laurentides	53, rue St-Lambert Sainte-Thérèse, Qc J7E 3J9	450-437-0335
Maison des jeunes Blainville	7 – 70 <sup>e</sup> avenue Ouest Blainville, Qc J7C 1R7	450-435-8866
Maison des jeunes Grenville	201, rue Principale Grenville, Qc J0V 1J0	819-242-2126
Maison des jeunes «Tornado jeunesse»	70, rue du Ruisseau Clair Mont-Tremblant, Qc J8E 0A3	819-425-8983
Maison des jeunes Oka	96, rue Notre-Dame Oka, Qc J0N 1G2	450-479-1354
Maison des jeunes Pointe-Calumet	871, boul. de la Chapelle Pointe-Calumet, Qc J0N 1G2	450-974-7556
Maison des jeunes Rivière-du-Nord	540, rue Madeleine Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-436-2573
Maison des jeunes Saint-Colomban	100, rue du Village Saint-Colomban, Qc J5K 0B5	450-436-1453

Maison des jeunes Saint-Eustache	193, boul. Arthur-Sauvé Saint-Eustache, Qc J7P 2A7	450-491-3336
Maison des jeunes Saint-Sauveur	57, rue de l'Église Saint-Sauveur, Qc J0R 1R0	450-227-4129
Maison des jeunes Sainte-Anne-des-Plaines	130, rue des Saisons Sainte-Anne-des-Plaines, Qc J0N 1H0	450-478-1011
Maison des jeunes Vallée-de-la-Rouge	2212, chemin Tour-du-Lac Lac Nominique, Qc J0W 1R0	819-278-0560
Maison des mots Basses-Laurentides	4, chemin du Ravin Sainte-thérèse, Qc J6Y 2T2	450-434-9593
Maison Lyse-Beauchamp	772, rue de la Madone Mont-Laurier, Qc J9L 1S9	819-623-3719
Maison «Parenfant Basses-Laurentides»	310, montée Sanche Rosemère, Qc J7A 3R6	450-434-9934
Maison des parents d'enfants handicapés Laurentides-Lanaudière	909, rue Guy Saint-Jérôme, Qc J5L 1P3	450-431-7428
Maison « Pause-Parent »	424, rue du Palais Saint-Jérôme, Qc J7Z 1Y1	450-565-0015
Maison populaire d'Argenteuil	335, rue Principale Lachute, Qc J8H 2Z7	450-562-1996
Manne du jour	386, rue Hébert, CP 112 Mont-Laurier, Qc J9L 3G9	819-623-6604
Mesures alternatives Basses-Laurentides	209, de la Grande-Côte Boisbriand, Qc J7G 1B6	450-437-9903
Mesures alternatives Vallées-du-Nord	515, rue St-Georges Saint-Jérôme, Qc J7Z 5B6	450-436-6749
Mouvement d'entraide de Bellefeuille	1020, rue Jean-Louis, bur. 301 Saint-Jérôme, Qc J5L 1R7	450-431-5757
Mouvement «Personnes d'abord Saint-Eustache»	Case postale 221 Saint-Eustache, Qc J7R 4K6	450-623-7792
Mouvement «Personnes d'abord Saint-Jérôme»	500, boul. des Laurentides, bur. 255 Saint-Jérôme, Qc J7Z 4M2	450-565-1691
Mouvement «Personnes d'abord Sainte-Thérèse»	12, rue St-Joseph Sainte-Thérèse, Qc J7E 3L6	450-971-6478
Naissance-Renaissance Hautes- Laurentides/Mèreveille	2797, chemin Adolphe-Chapleau Mont-Laurier, Qc J9L 2N7	819-623-3009
Nourri-Source Laurentides	Case postale 60073 Boisbriand, Qc J7G 3G4	450-433-8785
PAIX	Case postale 523 Sainte-Agathe, Qc J8C 3C6	819-326-1400
Panda Basses-Laurentides Sud-Ouest	29, chemin Oka Saint-Eustache, Qc J7R 1K6	450-475-7413
Papillons de Nominique	2252, rue Sacré-Cœur Lac Nominique, Qc J0W 1R0/	819-278-4748
Parents uniques des Laurentides	14, rue Brissette Sainte-Agathe, Qc J8C 3K2	819-324-1004
Parrainage civique Basses-Laurentides	141, rue St-Charles, bru. 201-B Sainte-Thérèse, Qc J7E 2A9	450-430-8177

Passe-R-Elle Hautes-Laurentides	Case postale 354 Mont-Laurier, Qc J9L 3N7	819-623-1523
Petite Maison de Pointe-Calumet	861, boul. de la Chapelle Pointe-Calumet, Qc J0N 1G2	450-974-7556
Projets communautaires des Laurentides	508, rue Principale Lachute, J8H 1Y3	450-562-3553
Regroupement des centres de la petite enfance des Laurentides	236, rue Parent, bur. 21 Saint-Jérôme, Qc J7Z 1Z7	450-569-6424
Regroupement de concertation des personnes handicapées	Case postale 97 Saint-Jérôme, Qc J7Z 5T7	450-438-7736
Regroupement des handicapés visuels de Laurentides	544 – 10 <sup>e</sup> Ave, Lac Capri Saint-Colomban, Qc J5K 2M7	450-432-9689
Regroupement des personnes handicapées Mont-Laurier	294, rue du pont Mont-Laurier, Qc j9L 2R2	819-623-5258
Regroupement en toxicomanie «Prisme»	147, rue St-Laurent Saint-Eustache, Qc J7P 5H6	450-491-3670
Rencontre Ste-Marguerite-du-Lac-Masson	2 chemin Masson, C.P. 270 Ste-Marguerite-du-Lac-Masson, Qc J0T 1L0	450-228-8606
Réseau des femmes des Laurentides	344, rue Parent Saint-Jérôme, Qc J7Z 2A2	450-431-1896
Ressources communautaires Sophie	3458, Route principale Wentworth-Nord, Laurel, Qc J0T 1Y0	450-226-1304
Resto-Pop Thérèse-de-Blainville	61, rue Blainville Ouest Sainte-Thérèse, Qc J7E 1X4	450-434-0101
Sablier	224, rue Brière Saint-Jérôme, Qc J7Y 3A8	450-565-8888
Service collectif familles Notre-Dame-du-Laüs	170, rue Principale, C.P. 276 Notre-Dame-du-Laüs, Qc J0X 2M0	819-767-3355
Société alzheimer des Laurentides	37, rue Principale Est, C.P. 276 Sainte-Agathe, Qc J8C 3A3	819-326-7136
Société canadienne de la sclérose en plaques	416, rue St-Georges Saint-Jérôme, Qc J7Z 5B1	450-436-4469
Société de l'autisme des Laurentides	474, rue Laviolette Saint-Jérôme, Qc J7Y 2T7	450-569-1794
Solidarité Laurentides Amérique centrale (SLAM)	712, rue St-Georges Saint-Jérôme, Qc J7Z 5C6	450-569-6470
Soupe populaire Vallée-de-Saint-Sauveur	205, rue Principale Saint-Sauveur, Qc J0R 1R0	450-227-2423
Tangage des Laurentides	12, rue St-Donat Sainte-Agathe, Qc J8C 1P5	819-324-2261
Unité «Domrémy» de Sainte-Thérèse	56, rue Turgeon Sainte-Thérèse, Qc J7E 3H4	450-435-0808
Unité «Toxi» des Trois-Vallées	1412, rue Deguire Mont-Tremblant, Qc J8E 3C4	819-425-5666

Le cadre du présent recueil piloté par le ROCL est largement inspiré de la vision de militantEs et d'auteurEs qui ont écrit sur les approches et les particularités du communautaire dont :

Lorraine Guay  
Jocelyne Lamoureux  
Henri Lamoureux  
Lise Gervais  
William A. Ninacs.

Merci à ces penseurs et penseurEs de nous inspirer dans notre travail de sentinelle sociale !

Merci surtout à tous ceux et celles qui ont livré leurs vécus, opinions, pensées et cœurs à cette expérience. La participation a été telle qu'il nous a été impossible de publier tous les témoignages reçus. Nous avons sélectionné ceux qui nous permettaient d'offrir l'éventail le plus large de vision, de provenance ainsi que de tranche d'âge.