



# RAPPORT ANNUEL 2021-2022



## Mission

Améliorer la participation sociale et citoyenne grâce à une relation de jumelage entre une personne bénévole (parrain/marraine) et une personne filleule vivant de l'isolement social en raison d'une problématique en santé mentale ou d'une incapacité, physique ou intellectuelle.

## Vision

Favoriser par ce jumelage une relation d'égalité et d'entraide où tant la personne bénévole que la personne filleule mise sur ses forces, ses capacités et son pouvoir d'agir dans une optique de réciprocité, d'acceptation de l'autre et de rétablissement.

Contribuer à l'acceptation de la différence et à la lutte aux préjugés dans la communauté, ainsi qu'à la défense des droits des personnes vivant certaines incapacités, soutenant ainsi leur démarche vers une pleine citoyenneté.

## Valeurs

À travers notre approche centrée sur les forces des personnes, nous privilégions :

- Le respect de la personne dans sa globalité et dans son processus de rétablissement.
- L'authenticité, la confiance et la réciprocité dans la relation de jumelage.
- L'entraide et l'engagement dans un objectif de sensibilisation et de transformation sociale.

# TABLE DES MATIÈRES

## 01.

### À propos

- Ressources humaines
- Mot de la présidente
- Notre histoire

## 03.

### Nos membres

- Témoignages
- Membership
- Intervention et statistiques

## 07.

### Vie associative

- Assemblée générale annuelle
- Activités sociales
- Actions dans la communauté
- Comités
- Formations
- Heures de bénévolat

## 14.

### Promotion et visibilité

## 15.

### Orientations 2022-2023

## 16.

### Remerciements

# À PROPOS

## HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi, 8h30 à 16h30. Ouvert 50 semaines par année



## TERRITOIRES DESSERVIS

- Ville de Québec
- Ste-Brigitte-de-Laval
- Stoneham et Tewkesbury
- Lac-Beauport
- MRC de l'Île-d'Orléans
- Boischatel

## Ressources humaines

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

Catherine Côté-Giguère	Présidente
Josée Bédard	Vice-présidente**
Vincent Bilodeau	Trésorier
	Démission février 2022
Pierre Morissette	Secrétaire**
Josée Morin	Administratrice*
Nadia Abida	Administratrice**
Michel Forgues	Administrateur
Gabrielle Côté	Administratrice
Annie Pouliot	Administratrice*

\*Représentante des personnes filleules

\*\*Représentante des parrains/marraines



### ÉQUIPE DE TRAVAIL

Monique Maltais	Coordonnatrice
Francine Ducasse	Intervenante sociale
Nelly Bourgier	Intervenante sociale
Jeanne Gagnon	Intervenante stagiaire De septembre 2021 à avril 2022
Sabrina St-Laurent	Adjointe à la coordination
Sophia Hirschenhahn	Conseillère aux communications Depuis octobre 2021
Vincent Bilodeau	Conseiller au développement organisationnel
Carole Bolduc	Comptable



# Mot de la présidente

Chers membres du Centre de parrainage civique de Québec,

Nous pouvons enfin pousser un soupir de soulagement après ce difficile orage de deux ans que fut la pandémie. Notre organisation a subi des vents contraires et a dû naviguer entre de nombreux récifs, mais en ressort grandie et prête à relever de nouveaux défis. Il me fait grand plaisir de vous retrouver en présence après cette année exceptionnelle!

Somme toute, l'année 2021-2022 s'est bien déroulée, grâce à l'équipe qui a su garder le gouvernail du bateau du CPCQ bien en main. De belles réalisations, comme les mises en beauté lors de la Journée P et vos rires déclenchés pendant la pièce de théâtre de Noël, nous ont permis de voir votre soleil à travers cette tempête.

Je souligne le travail de l'équipe qui a dû, à de nombreuses reprises, faire preuve de flexibilité et d'adaptation pour maintenir les liens si précieux entre et avec nos membres.

Cette année fut l'occasion de regarder vers l'horizon et de projeter notre organisation vers l'avenir, notamment en se dotant d'une nouvelle base de données et en embauchant un conseiller en développement organisationnel.

Je vous invite à redécouvrir avec nous les accomplissements de la dernière année. À l'aventure!



## **JEANNE GAGNON, STAGIAIRE EN TRAVAIL SOCIAL**

Dans le cadre de sa troisième année au Baccalauréat en Travail Social, à l'Université Laval, Jeanne a fait un stage d'un an au Centre de Parrainage Civique de Québec. Elle est arrivée au sein de l'organisme en septembre 2021, elle a donc pu s'impliquer au CPCQ de diverses manières.

Comme les autres intervenantes, Jeanne a réalisé des évaluations individuelles de personnes bénévoles et filleules, ainsi que des réévaluations. Elle a aussi participé à la création de jumelages et a réalisé les suivis de certains d'entre eux. De plus, elle a coanimé des groupes de bienvenue, un groupe de parole et des jassettes virtuelles avec les autres intervenantes.

Jeanne a aussi eu l'occasion de travailler en équipe dans l'élaboration du projet des jumelages internationaux. En outre, pour contribuer au recrutement de bénévoles, elle a aussi contacté différents centres commerciaux pour faire de la représentation. Par ailleurs, notre stagiaire a aussi participé à plusieurs formations, en plus d'en organiser une sur la diversité sexuelle et la pluralité de genres.

# NOS MEMBRES

## Place au témoignage



### CAROLE...

Je m'appelle Carole Grenon, j'ai 51 ans et je suis une personne non voyante. J'ai demandé une marraine au Centre de parrainage civique de Québec en 2020, parce que je me sentais très isolée à cause du covid qui avait fait son apparition au printemps. Au tout début, ma marraine du nom d'Audrey, communiquait avec moi par appels téléphoniques étant donné la situation. Je l'ai tout de suite adorée. Elle m'est apparue comme une femme douce et très gentille, ce qui m'a encouragée à poursuivre la relation. Un peu plus tard, nous avons pu nous voir en personne et, ainsi, nous connaître davantage. J'ai connu une personne remplie de belles valeurs, attentionnée, respectueuse à mon égard, de plus, elle est très à l'écoute. Nous avons développé une belle complicité et avons plusieurs centres d'intérêt en commun. Je vous remercie car grâce à votre organisme, j'ai maintenant une amie sincère, humble, et disponible.

MERCI AU PARRAINAGE CIVIQUE DE QUÉBEC.



### ... ET AUDREY, BIEN PLUS QU'UN JUMELAGE TÉLÉPHONIQUE

J'ai démarré mon parrainage avec Carole en mai 2020, en début de pandémie. Au début, nous ne pouvions nous parler que par téléphone. Ce fut étrange au départ de faire connaissance uniquement de cette manière, mais pas si compliqué, car j'ai eu la chance d'être jumelée avec une personne d'une gentillesse et d'une douceur inestimable. Finalement, les conversations se sont faites d'elles-mêmes, et nous avons chacune trouvé un public respectif à nos humeurs. Par la suite, on a pu continuer le parrainage en personne. Je suis vraiment très heureuse d'avoir rencontré Carole, c'est une personne exceptionnelle. Je suis relativement timide et plutôt pudique sur ma vie, pourtant durant le parrainage je n'ai jamais eu ce genre de problème; on parle de tout ensemble et j'ai parfois l'impression que c'est elle la marraine, et moi la filleule. Lorsque l'on vient à parler du handicap visuel ou d'autres épreuves que Carole a eu à traverser, à chaque fois, je trouve chez elle un modèle de résilience et de volonté. À y regarder de plus près, avant de commencer le parrainage, je pense que j'avais certains préjugés sur ce qu'est le handicap visuel. Carole a littéralement torpillé ces idées reçues, à tel point que, parfois, pour une fraction de seconde, j'en oublie qu'elle ne voit pas.



Cette année, 68 personnes ont renouvelé leur adhésion. Nous avons donc 326 membres inscrits au total. La carte de membre est toujours au coût de 5\$. Certaines activités ont aussi été annulées cette année ce qui fait en sorte que les gens ont eu moins d'occasions de payer leur adhésion.

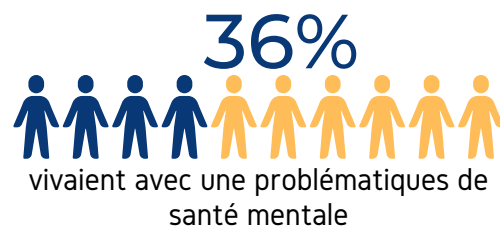
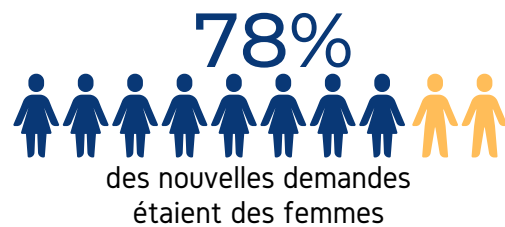
## Intervention et statistiques

### NOUVELLES DEMANDES ET GESTION DE LA LISTE D'ATTENTE

Pour l'année 2021-2022, nous avons été sollicités pour 50 nouvelles demandes de personnes filleules.

Cette année encore, les personnes vivant de l'isolement en raison d'une problématique en santé mentale sont en majorité. Cela peut être en lien avec la situation de pandémie qui a pu aggraver certaines fragilités ou avec le manque de ressources du réseau, qui fait que de plus en plus de personnes vivant avec une problématique en santé mentale trouvent du soutien auprès du communautaire.

Au final, sur ces 50 nouvelles demandes de personnes filleules, 24 nouveaux membres ont intégré le parrainage, quatre sont en attente de participer au groupe de bienvenue. Les autres se sont désistés ou n'ont pas été retenus car ils ne remplissaient pas tous les critères d'admission.



### AUTRES DONNEES

Cette année, les 35-54 ans et des 65 ans et plus étaient les groupes d'âge les plus représentés parmi les nouvelles demandes. La majorité provenaient des arrondissements de la Cité-Limoilou et de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge. Sur ces 50 nouvelles demandes, 32 nous ont été référé par des travailleurs du réseau de la santé et des services sociaux.

### GROUPES DE BIENVENUE

Cette année, au fil des vagues successives du Covid nous n'avons pu organiser autant de groupes de bienvenue que nous l'aurions souhaité. Cependant, ces groupes sont toujours appréciés. Nous avons organisé sept groupes de bienvenues pour un total de 21 membres filleuls.



## ÉVALUATION DE PARRAINS/MARRAINES LONG TERME

Cette année, 50 nouveaux bénévoles ont manifesté leur intérêt à s'impliquer. Près de 60% des offres de bénévolat provenaient de femmes, mais on remarque que le nombre d'hommes bénévoles augmente chaque année. Donc, plus d'hommes offrent leurs services au parrainage, et c'est très apprécié. Les groupes d'âge les plus représentés étaient les 20-24 ans et les 35-54 ans. La majorité était aux études ou sur le marché du travail. En ce qui concerne les arrondissements, ce sont Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et La Cité-Limoilou qui sont les plus représentés. Sur les 50, 40 ont été jumelés, alors que les 10 autres se sont désistés ou n'ont pas été admis.

## JUMELAGES À COURT TERME

Nous souhaitons mettre en lumière un type de jumelage qui n'est pas toujours connu de nos membres: le jumelage à court terme. Il s'agit d'un jumelage limité dans le temps avec un(e) étudiant(e). Ce sont des étudiants qui recherchent une expérience en relation d'aide dans le cadre de leur formation. Cette année, nous avons accueilli 14 étudiants pour des jumelages d'une durée de 10 semaines. Ces étudiants sont issus d'une formation universitaire en travail social ou en ergothérapie, ou collégiale en technique de travail social.

Même si la séparation peut être difficile lorsque le jumelage prend fin, ces jumelages permettent aux membres de participer à la formation de nouveaux professionnels de la santé et de découvrir de nouvelles activités. Sur le plan de l'intervention, les jumelages à court terme nous ont permis d'expérimenter un nouveau mode de suivi par le biais d'un formulaire/questionnaire à remplir par l'étudiant après chaque sortie. Cette formule permet un bon suivi du jumelage et offre à l'étudiant un cadre rassurant pour sa formation. Une formule qui reste à améliorer, mais qui offre de nouvelles perspectives pour les suivis en général.

## UNE ANNÉE D'ADAPTATION POUR LES PARRAINS/MARRAINES

Les bénévoles ont fait preuve de beaucoup d'adaptation encore cette année. Ceux étant déjà jumelés sont parfois retournés au travail en ayant moins de temps à consacrer à leurs filleuls. D'autres ont vu leur patience être mise à dure épreuve avec les nombreuses vagues de covid. Sans compter ceux qui étaient jumelés avec quelqu'un vivant dans une ressource d'habitation, où les règlements internes sont plus strictes que les mesures sanitaires imposées par le gouvernement. Il y a aussi eu la période où les gens avaient peur d'être jumelés avec une personne non vaccinée. Ce n'était pas simple.

Même à travers toutes ces difficultés, il y a toujours eu du beau et du positif. Comme ces bénévoles qui sont jumelés avec deux personnes à la fois et qui ne ménagent pas leurs efforts pour leur apporter tout le soutien nécessaire. Ou ceux qui, avant de quitter leur jumelage s'assurent de trouver un remplaçant auprès de leur personne filleule. Et que dire de tous ces jeunes qui s'impliquent comme parrains ou marraines, que ce soit dans le cadre de leurs études ou d'une initiative personnelle. Merci à tous les bénévoles qui continuent à cheminer avec leur filleul à travers tous les hauts et les bas du quotidien. Vous êtes des acteurs indispensables pour une transformation sociale.



## LES JUMELAGES

On peut noter une baisse du nombre de jumelages par rapport à l'année dernière, qui était assez exceptionnelle au niveau de la participation des bénévoles. L'engouement semble être retombé avec le prolongement de la pandémie et des confinements successifs. Nous sommes revenus à un flux de jumelages comparable aux années pré-pandémie. À noter que 70 personnes filleules étaient toujours en attente d'un jumelage à la fin de l'année 2021-2022.

### COMPILATION DES NOUVEAUX JUMELAGES

28	3	14	2	2	49
JUMELAGES À LONG TERME	JUMELAGES PAR TÉLÉPHONE	JUMELAGES À COURT TERME	JUMELAGES VRAIS COPAINS	JUMELAGES D'ENTRAIDE	<b>NOUVEAUX JUMELAGES</b>

### TOTAL DES JUMELAGES À LA FIN DE L'ANNÉE

49	14	10	10	5	88
JUMELAGES À LONG TERME	JUMELAGES PAR TÉLÉPHONE	JUMELAGES À COURT TERME	JUMELAGES VRAIS COPAINS	JUMELAGES D'ENTRAIDE	<b>JUMELAGES</b>

## NOUVEAUTÉ CÔTÉ INTERVENTION

En ce qui concerne la qualité des interventions, cette année, de nombreuses nouveautés et réflexions ont émergé. Premièrement, nous nous sommes dotées d'un outil de travail essentiel au bon fonctionnement de notre organisme : une base de données. Pourquoi est-ce si utile? Simplement pour avoir un accès simple et rapide aux renseignements importants concernant nos membres; adresses, numéros de téléphones, courriels, détails pouvant faciliter les jumelages, statistiques, etc. Nous avons fait affaire avec Hestia Solutions. Cette entreprise travaille avec de nombreux organismes communautaires et a donc rapidement compris nos besoins. C'est une acquisition intéressante pour une productivité accrue du travail quotidien.

D'autres outils indispensables ont été acquis afin de s'adapter à la pandémie. Pour que les employées puissent travailler à distance, le Centre s'est muni d'ordinateurs portables, d'écrans, de claviers, d'écouteurs, de micros, de caméras, de logiciels pour le télétravail, etc. Nous voici donc équipées pour travailler efficacement même en temps de confinement. Nous apprenons à réaliser notre travail d'une autre manière et force est de constater que ça marche! Un fond d'investissement nous a permis de faire l'acquisition de ce matériel nécessaire à la poursuite de nos tâches.

L'équipe travaille également à l'amélioration de ses outils d'intervention notamment en ce qui concerne les statistiques et les suivis. Bien sûr, la principale amélioration dans notre équipe d'intervention reste l'arrivée de notre collègue Mary Lou Maroist.



# VIE ASSOCIATIVE

## Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale a eu lieu le 20 juin 2021 de manière hybride sur la plateforme zoom et en présentiel. Quatorze personnes étaient présentes, dont deux en présence. Monique Maltais, coordonnatrice, a assuré la présidence d'assemblée. Nous avons eu l'appui technique de Jean-Nicolas Vigneau pour le déroulement virtuel de la rencontre.

## Activités sociales

### ACTIVITÉS D'ÉTÉ

Grâce à la subvention d'Emploi d'été Canada, Rafaelle Ste-Onge, intervenante sociale, a pu offrir une programmation d'activités aux membres pour favoriser le lien social. En moyenne, quatre participants étaient présents. Voici la liste des six activités:

- Circuit découverte sur Grande Allée - 9 juin 2021
- Exposition au Vieux-Port - 22 juin 2021
- Jeu de société au CPCQ - 15 juillet 2021
- Pique-nique sur les Plaines - 28 juillet 2021
- Parc de la Jacques-Cartier - 5 août 2021
- Musée de la civilisation - 10 août 2021



### FÊTE DE NOËL

Nous avons pu enfin nous réunir le 12 décembre 2021 pour fêter Noël! 35 personnes ont participé à un après-midi de théâtre avec la troupe du Théâtre des aînés de Charlesbourg. Leur pièce DING DONG DOMINICA n'avait pu être présentée l'an dernier dû à la pandémie. Nous étions les premiers sur leur liste. Ce fut un après-midi rempli de rires. Une carte-cadeau a été remise à chaque participant.

**ON N'A PAS JUSTE  
SOULIGNER NOËL  
CETTE JOURNÉE-LÀ!**



## FÊTE DE NOËL (SUITE)

Ce fût également l'occasion de célébrer les 20 ans de Francine Ducasse au sein du CPCQ. Pour reconnaître sa contribution à l'œuvre du parrainage civique, nous lui avons remis une toile de Francine Bergeron intitulé Le Courage. Elle représente toute l'énergie et la volonté que Mme Ducasse met dans ses interventions pour le mieux-être de chaque personne. Ce sont dans les réalisations du quotidien, dans la vie de tous les jours, que l'on reconnaît les Grandes personnes, avec un grand G. Et Francine en fait partie! Merci mille fois!



## LA JOURNÉE P



Grâce à une subvention de Québec Philanthrope, le CPCQ a proposé à 5 jumelages une journée VIP intitulée : Au-delà de la différence, mettre en lumière des visages. Le samedi 25 septembre 2021, les 10 personnes inscrites étaient accueillies sur un tapis rouge par les intervenantes et une bénévole, Josée Morin. Un café et une collation étaient offerts, suivi d'une séance de maquillage et coiffure au Salon Darbourg des Halles Fleur de Lys. Après cette mise en beauté, une photographe professionnelle, Laurie-Anne Dicaire, les attendaient pour une séance photo dans un décor glamour.

Chaque jumelage avait son temps de rendez-vous, ce qui nous donnait l'occasion d'échanger et de gâter les membres à notre façon. Un dîner attendait les personnes en après-midi. Les photos en page couverture de ce document sont le fruit de ce projet. Un recueil a été produit pour rassembler des souvenirs de cette belle journée. La Journée P est fêtée à travers le Québec par les 18 organismes membres du Regroupement Québécois du Parrainage Civique. Ce fut l'occasion idéale pour parler de notre mission et surtout des personnes qui sont au cœur de celle-ci.

## JOURNAL LE COMPAGNON ET INFOLETTRE



Nous sommes restées en contact avec nos membres par l'entremise de notre Journal interne, mais aussi, plus régulièrement, par les infolettres. À l'automne 2021, nous avons produit un Journal Le Compagnon et, par la suite, 4 infolettres jusqu'en mars 2022. Les infolettres régulières ont permis de donner de l'information succincte et rapide concernant les règles sanitaires, les groupes de rencontre dans nos bureaux, les activités à Québec, etc. C'est un mode de circulation de l'information que nous continuerons à préconiser dans les années futures.



## VRAIS COPAINS

Cette année, nous avons réalisé deux nouveaux jumelages. Nous avons augmenté le nombre de participants en invitant des jumelages réguliers susceptibles de bien s'intégrer au groupe, ce qui a permis d'ajouter 6 jumelages au groupe pour un total de 14 jumelages Vrais Copains.



## ACTIVITES

Cirque en plein air

3 octobre 2021

20 participants

Parc Limoilou

Soirée d'Halloween

29 octobre 2021

8 participants

CPCQ

Cinéma des Fêtes

4 décembre 2021

6 participants

Cinéplex Odéon de Beauport

Party Pizza de Noël

17 décembre 2021

15 participants

CPCQ

Pentathlon Intégration sociale

6 mars 2022

6 participants

Sortie au Randolph

3 avril 2022

7 participants



## REMERCIEMENTS

Emy Coiteux quitte la co-présidence de Vrais Copains. Elle s'impliquait en collaboration avec Charles Racine. Emy a apporté sa détermination, sa bonne humeur, ses bonnes idées et son esprit sportif au groupe. Au revoir Emy! Bonne chance dans tes nouveaux projets. Tu vas nous manquer et on gardera un bon souvenir de toi! En espérant avoir l'occasion de te revoir.

Pour ce qui est de Charles Racine (jeune universitaire aussi impliqué dans la présidence), il a une bonne nouvelle à nous annoncer: il a été accepté au doctorat! Il pourra donc rester dans l'association Vrais Copains ULaval.





## LA FÊTE DU PRINTEMPS

Le CPCQ a offert 30 billets aux membres pour la pièce *Ailleurs que maintenant* des ateliers Entr'actes. La pièce de théâtre aborde la marginalité de manière large, évoquant l'incapacité qu'ont certaines personnes fragilisées d'affronter une réalité trop dure ou qui leur échappe.

Dans leur travail de recherche sur leurs rôles, basés sur celui d'une marraine et de son filleul, nous avons eu le loisir d'échanger avec l'actrice principale. Nous sommes fières d'avoir contribué une meilleure compréhension de la réalité et des enjeux d'un jumelage. Ceux qui y ont assisté nous ont signifié leur appréciation de cette belle pièce. Entr'actes est un organisme culturel inspiré par la grande diversité du genre humain. Depuis 1994, il réalise des projets artistiques impliquant des gens vivant avec des limitations fonctionnelles.

## LES JASSETTES VIRTUELLES

Les mesures de confinement de la COVID-19 ont posé des défis uniques pour nos membres, intensifiant l'isolement social qui était déjà notre champ de bataille. L'isolement social peut entraîner des répercussions négatives sur la santé mentale et physique. Alors il n'était pas question pour nous d'accepter que toutes les activités sociales soient suspendues. Nous nous sommes adaptées et avons organisé des jassettes... VIRTUELLES.

Quelques coups de téléphone plus tard, la toute première jasette était organisée et prévue pour le 2 février. Les membres intéressés ont reçu leur guide de connexion Zoom et le thème l'évènement virtuel: le jeu de l'oie du groupe de bienvenue. Il s'agissait du parfait jeu brise-glace. Les jassettes suivantes ont permis d'aborder des sujets comme le respect et la création commune d'une infographie à destination du grand public. Nous avons également abordé des sujets plus légers comme le temps des sucres qui a marqué le retour en présentiel.

Sur ces notes de joie printanière, nous avons clôturé ce projet de socialisation qui, en temps de confinement, nous avait fait tant de bien. Le groupe s'était développé jusqu'à avoir un total de huit membres réguliers qui se retrouveront, sans aucun doute avec grand plaisir, pour de nouvelles activités en présence.



# Actions dans la communauté

---

## RÉSEAUTAGE/PARTENARIAT/COLLABORATION

- **AGIR en santé mentale**
  - Participations aux rencontres régulières du 29 septembre 2021, 26 janvier et 17 mars 2022
  - Participation au comité membership : 5 rencontres
- **ROC03**
  - Participation comité membership : 4 rencontres
- **Centraide Québec**
  - Participation à 5 rencontres touchant autant l'information sur la campagne, que sur la production de notre demande de subvention
- **Regroupement québécois du parrainage civique**
  - Participation au conseil d'administration (4 réunions)
  - Participation aux rencontres du Jeudi, c'est bientôt fini (3 rencontres)
- **Salon des organismes communautaires en santé mentale (25 novembre 2021)**
- **Entraide Pascal Taché (parrainage civique Montmagny)**
  - Visite de notre organisme par Sonia Gamache, responsable du Parrainage civique Montmagny
- **Rencontres de préparation de la Semaine de la DI avec l'AISQ (15 décembre 2021 et 8 février 2022)**
- **Assemblées générales annuelles**
  - Regroupement québécois du parrainage civique (mai 2020)
  - ROC03 (juin 2020)
  - AGIR en santé mentale (octobre 2020)

## Formations

---



## EMPLOYÉ.E.S

- Participation au projet Départ pour le bien être des travailleurs du secteur communautaire - 7 Juin 2021 et 28 Mars 2022
- Modèle de développement humain - Processus de production du handicap (MDH-PPH), par le RIPPH - 4, 5 octobre 2021 et 25 mars 2022
- La diversité sexuelle et la pluralité des genres, par Jeanne Gagnon - 10 novembre 2021 et 17 mars 2022
- Formations pour les directions et les intervenantes par le RQPC (novembre 2021)
- Le Marketing de cause, par le RQPC - Le 16 novembre 2021
- Formation EMILIA - 4 jours de formation entre le 17 février et le 10 mars 2022

## MEMBRES

- Groupe de parole pour les membres filleuls, 3 février 2021
- Groupe de parole pour les membres parrains-marraines, 23 février 2021

## Projets particuliers

---

### PROJET DÉPART

Difficultés Emotionnelles et Pouvoir d'Agir au travail : réfléchir collectivement à nos conditions de travail et à l'état de santé mentale des travailleurs et travailleuses dans le milieu communautaire.

En collaboration avec l'AGIR en santé mentale, le RAIQ et le ROP03, ainsi qu'avec le responsable du projet Cyrille Pringault, cette recherche a vu le jour en temps de pandémie pour agir sur les difficultés vécues par les personnes œuvrant auprès d'une clientèle vulnérable. Un questionnaire a été diffusé et, par la suite, des entrevues individuelles ont eu lieu pour bien cerner les problématiques vécues et pour passer en mode action. Une première rencontre a eu lieu en présence sous forme de 5 à 7, le 23 septembre 2020. Nous avons l'occasion, pour une première fois depuis longtemps, de voir nos collègues d'autres organismes et de partager une activité nous permettant d'exprimer, grâce à des dessinateurs, une partie de notre vécu personnel dans nos milieux. Cette recherche se veut dans l'action pour mieux gérer les difficultés émotionnelles des personnes travaillant dans le milieu communautaire.

Une autre rencontre, sous la forme d'un déjeuner-échanges, a eu lieu le 26 avril 2022 pour connaître les résultats préliminaires de la recherche. Cette réunion avait pour but de trouver des objectifs communs, aidant à comprendre le vécu des travailleuses et travailleurs. D'autres activités suivront dans l'année. À suivre!



### PROJET HISTO'ART ET TINTAM'ART

Plusieurs rencontres ont eu lieu pour animer notre cube et lui donner tout son sens. Le cube a passé l'été 2021 exposé au vent du large au Vieux Port de Québec! Des animations urbaines ont permis que des citoyens prennent part à ce projet, issu d'une collaboration entre le Centre social de la Croix Blanche, l'Université Laval, Geneviève Marcon de GM Développement, Paradigme Stratégie et, naturellement, les membres artistes de nos deux organismes ainsi que les étudiants participants.

Son nouveau nom, Tintam'art a été choisi par un concours et Geneviève Marcon de GM Développement a trouvé que ce cube ferait du bruit, d'où le choix de Tintam'art. En novembre, il a été décomposé pour prendre sa pause hivernale, et Patrick Forchild en a pris grand soin. Il retrouvera une place permanente au printemps 2022 dans un parc de la ville de Québec. Les élections municipales ont eu lieu, et nous sommes en contact avec le nouveau maire pour finaliser la démarche. C'est donc un dossier à suivre!



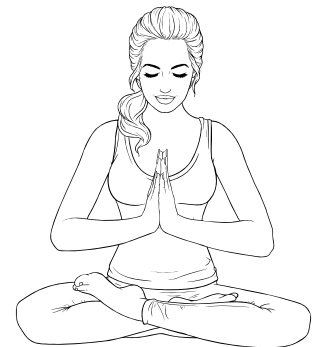
## GRUPE DE RECHERCHE CIRRIS PROJET MENTORAT ACTIF POUR FAVORISER L'INCLUSION SOCIALE DES AÎNES PRESENTANT UNE DEFICIENCE INTELLECTUELLE

Ce projet est présentement en attente de réponse de subvention pour continuer la démarche. Pour faire un rappel, ce projet offre de l'accompagnement à des personnes adultes et aînées présentant une d.i. visant à favoriser leur participation à la vie communautaire de leur milieu lorsqu'ils sont à la retraite; activités de loisirs ou de bénévolat liées à leurs intérêts. Une rencontre a eu lieu pour faire le point et voir la suite des choses. Le projet reprendra activement dans l'année qui vient.

### SÉJOUR RESSOURCEMENT

Deux intervenantes du parrainage ont eu la chance de participer au séjour ressourcement offert par le projet Ricochet à destination des travailleurs du secteur communautaire.

*" Ce séjour de répit nous a permis de prendre un second souffle et de réfléchir un peu sur notre bien être en participant à des activités de ressourcements (yoga, conférences, réflexion entre pairs) au merveilleux Manoir des Augustines. Nous tenons à saluer cette initiative concrète et inédite pour le bien être des travailleurs du communautaire ".*



## Comités

Les comités ont un rôle important à jouer dans la vie quotidienne du CPCQ et sont divisés en deux : les comités de la permanence et les comités du conseil d'administration. Encore cette année, nous avons dû réduire le nombre de rencontres étant donné les restrictions sanitaires. Par contre, la formule zoom fonctionne à plein régime.

Le comité des représentants des membres s'est réuni trois fois, avec Jeanne en soutien. Il a produit un dépliant présentant les membres du comité ainsi que leur mandat, et un guide d'activités accessibles et peu coûteuses. Le comité de gestion a eu le vent dans les voiles; 4 réunions ont eu lieu. Ce comité permet d'appuyer la coordonnatrice dans des dossiers administratifs, tant au niveau des ressources matérielles, financières et humaines. Nous comptons développer la formule des comités en 2022-2023, la pandémie étant derrière nous; et surtout pour développer davantage notre vie associative.

## COMPILATION DES HEURES DE BÉNÉVOLAT

12 672	+	189	+	36	+	10	=	12 907
JUMELAGES		CONSEIL D'ADMINISTRATION		COMITES		TEMOIGNAGES ET REPRESENTATIONS		HEURES



# PROMOTION/VISIBILITE



## MARKETING DE CAUSE

Les organismes communautaires sont confrontés au plus grand défi du marketing numérique: fonctionner, prospérer et sensibiliser à leur cause sans dépenser une somme d'argent substantielle. Ce qui peut sembler impossible dans un monde où les annonceurs en ligne sont plus grands, plus bruyants et mieux équipés financièrement. Même si ces défis semblent considérables, notre équipe est passionnée et motivée par une cause qui nous dépasse! Alors faisons nous remarquer dans ce monde numérique surpeuplé avec une méthodologie définie comme "marketing de cause".

## OBJECTIFS

Notre mission en communication est de donner à la communauté, aux gouvernements, aux commanditaires, et au grand public des informations sur l'impact et l'influence de notre travail. Cela est nécessaire pour garantir le succès de divers objectifs comme le recrutement de bénévoles, l'engagement actif de la communauté, et un retour positif de la société.

## FAITS SAILLANTS ET SUCCÈS

Avec l'intégration dans l'équipe d'une conseillère aux communications, la ligne éditoriale de notre page Facebook s'est structurée, menant à des retours positifs de nos membres et partenaires. Nous avons désormais une page Instagram qui donne une dimension visuelle de ce qu'est le jumelage. La fracture numérique qui était une préoccupation importante pour maintenir la socialisation en temps de confinement s'est réduite par ce développement des réseaux sociaux et du site web, et aussi par l'introduction des jassettes virtuelles et des jumelages internationaux. La production d'un recueil photo pour la Journée P, nos infolettres, nos passages radio, et notre présence dans des événements locaux, assurent une visibilité grandissante auprès de la population locale, au-delà de la promotion numérique.

## MÉTRIQUES CLÉS DES RÉSEAUX SOCIAUX

Retrouvez ci-dessous quelques mesures générales de nos différents comptes de réseaux sociaux.

### FACEBOOK

**970 ABONNÉ·E·S**

Croissance de 19%

**197 ABONNÉ·E·S, EN MOYENNE, VOIT CHAQUE POST**

Croissance de 19%

### TAUX D'ENGAGEMENT: 5

Représente le total d'utilisateurs engagés par post / total utilisateurs atteints par post \* 100

### NOUVEAU RÉSEAU: INSTAGRAM

13 posts, 18 photos, 2 vidéos, et 23 likes, c'est lancé!



# REMERCIEMENTS

Un grand merci d'abord, à vous, membres du CPCQ, pour votre appui, votre présence de toutes les façons possible, votre résilience par ces temps difficiles, votre intérêt pour notre cause commune, et surtout votre ouverture à l'autre qui est le cœur de notre mission.

Merci aussi à tous les membres de l'équipe, ceux déjà présents depuis longtemps et les nouveaux arrivés! Monique, Francine, Nelly, Carole, Sabrina, Sophia, Vincent et Mary-Lou. Votre professionnalisme et votre engagement sont palpables à tous les jours, autant dans vos contacts avec les membres qu'entre collègues. Ensemble, nous pouvons aller encore plus loin!

Merci aux membres du conseil d'administration; Catherine, Josée B., Josée M., Pierre, Annie, Gabrielle, Nadia et Michel. Votre implication fait toute la différence; notre organisme se porte bien partout grâce à vous.

Nos remerciements vont aussi à nos regroupements qui nous permettent de nous informer, nous regrouper, nous former et nous soutenir. AGIR en santé mentale, Regroupement québécois du parrainage civique (RQPC), Regroupement des organismes de personnes handicapés (ROP03), regroupement des organismes communautaires (ROC03), Centre d'Action Bénévole de Québec (CABQ).

Nos partenaires subventionnaires sont à la base de notre travail; sans eux, nous ne pourrions mener à bien notre mission. Merci au CIUSSS Capitale Nationale et à Centraide Québec Chaudières-Appalaches.

Certains organismes travaillent de concert avec nous pour joindre nos missions et aller plus loin dans notre offre de service; et nous remercions le Centre Social de la Croix Blanche, l'Université Laval, et Bénévoles d'expertise.



# ORIENTATIONS 2022-2023

Le plan d'action 2021-2022 a été modifié en cours d'année étant donné la situation pandémique et les restrictions s'y rattachant. Nous sommes satisfaits des réalisations de l'année et nous évaluons le taux de réussite du plan d'action entre 75 et 80%.

Pour 2022-2023, nous avons travaillé sur un nouveau modèle de plan d'action proposé par le conseiller au développement organisationnel, Vincent Bilodeau. Ce plan va nous permettre une meilleure vision de l'avancement de nos projets et une évaluation plus précise de la réussite de nos projets. Nous pourrions également observer si nous avons toutes les ressources nécessaires pour la réalisation de nos objectifs annuels.

**Pour 2022-2023, nos grandes orientations sont les suivantes :**

**01.**

Actualiser la mission du CPCQ par la mise en œuvre d'actions concrètes facilitant les démarches de jumelage

**02.**

Impliquer les membres à tous les niveaux décisionnels de l'organisme et dans la réalisation des projets et activités

**03.**

S'assurer d'une visibilité, d'une représentation et d'un partenariat par le développement d'outils et de projets spécifiques

**04.**

Assurer un suivi des différents volets du CPCQ pour une gestion efficace dans le respect de la mission de l'organisme

# CENTRE DE PARRAINAGE CIVIQUE DE QUEBEC

---



281-245 rue Soumande  
Québec (QC) G1M 3H6



418 527-8097



reception@cpcq.ca



www.cpcq.ca



@parrainageciviquequebec



@parrainageciviqueqc

---

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale*

Québec 



**Centraide**  
Québec et  
Chaudière-Appalaches



Regroupement  
québécois du  
**PARRAINAGE  
CIVIQUE**