

2021-2022

RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS

*UN TOIT POUR SHACK-UN,
ENSEMBLE C'EST POSSIBLE!*



TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|----|
| MOT DU PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION | 3 |
| MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION | 4 |
| MOT DE LA DIRECTION | 5 |
| UN TOIT POUR SHACK-UN, ENSEMBLE C'EST POSSIBLE! | 6 |
| NOS VALEURS | 7 |
| IMPLICATION DES LOCATAIRES DANS LEUR MILIEU DE VIE | 8 |
| NOS SECTEURS D'ACTIVITÉ | 9 |
| L'ANNÉE 2021-2022 EN UN COUP D'OEIL | 11 |
| L'ÉQUIPE DE MON SHACK | 12 |
| LA FORMATION CONTINUE, UN AVANTAGE POUR TOUS! | 13 |
| EN MÉMOIRE DE BROWNIE | 14 |
| COVID-19: UN DÉFI POUR LA SANTÉ MENTALE COLLECTIVE | 15 |
| MON SHACK 2.0 ET L'UNIVERS-SHACK: DU RÊVE À LA RÉALITÉ! | 16 |
| NOTRE IMPACT DANS LA COMMUNAUTÉ | 18 |
| NOTRE PROGRAMMATION D'ATELIERS ET ACTIVITÉS | 19 |
| QUELQUES PROJETS LUMINEUX DE L'ANNÉE 2021-2022 | 21 |
| NOS SERVICES EN INTERVENTION | 22 |
| PARCE QUE «SHACK» DON EST PRÉCIEUX! | 23 |
| UN MILIEU INSPIRANT ET INNOVANT POUR LA RELÈVE DE DEMAIN! | 24 |
| RECONNAISSANCE DE L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE | 25 |
| NOS STRATÉGIES DE COMMUNICATION | 26 |
| MON SHACK GAGNE EN POPULARITÉ! | 27 |
| MERCI À TOUS NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES! | 28 |

MOT DU PRÉSIDENT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Chers membres,

C'est avec beaucoup d'humilité et de fierté que je m'adresse à vous aujourd'hui afin de vous rendre compte du travail admirable qui a été effectué par toutes les parties prenantes de Mon Shack au cours de l'année financière 2021-2022. Au cours de cet exercice financier, les membres du conseil d'administration se sont rencontrés sept (7) fois. Lors de ces séances, plusieurs sujets d'importance, des projets et des dilemmes se sont présentés aux membres du conseil. De plus, je crois bon de mentionner que le contexte pandémique a relevé le niveau de complexité des décisions devant être prises, car il a souvent apporté des considérations et des enjeux encore plus complexes qu'à l'habitude. Notre processus de réflexion, en tant qu'assemblée délibérante, est toujours sous-tendu par la mission, la vision, les valeurs et surtout l'intérêt supérieur de l'organisme. Cette manière de raisonner nous amène à prendre des décisions diligentes et éclairées que nous sommes toujours à l'aise de défendre et d'expliquer.

L'OFFRE DE SERVICES

Le contexte d'incertitude sanitaire et économique n'a pas empêché Mon Shack de faire croître son offre de services. Au contraire, cela a poussé l'organisme à développer son agilité, à repenser son cadre stratégique et à innover. Concrètement, 3 379 participations de membres de la communauté ont été enregistrées lors d'activités organisées dans le but de briser l'isolement. Le nombre d'accompagnements totaux (333) et de rencontres de suivi planifiées (679) ont tous été en hausse, de manière à améliorer les services proposés par Mon Shack tout en respectant le cadre sanitaire, ce qui représente un travail colossal. De plus, des rencontres de suivi post-hébergement ont connu une hausse de 50% lors de cette dernière année. En ce sens, nous sommes extrêmement reconnaissants envers nos intervenants et nos bénévoles qui font le choix de prendre place à nos côtés malgré la pénurie de main-d'œuvre et les moyens financiers limités de l'organisme.

LES FINANCES

Nous anticipons une année financière difficile, mais grâce au travail remarquable de notre directrice générale, Josée Parent, nous avons été en mesure de limiter le déficit à 23 932 \$. De plus, Mme Parent a su trouver le financement adéquat tout au long de l'année. Malgré ces bonnes nouvelles, nous sommes encore loin du seuil minimum de financement de 360 000 \$ nécessaire au fonctionnement de base de l'organisme. C'est pourquoi nous souhaitons remercier tous nos généreux donateurs, sans qui l'organisme ne pourrait simplement pas opérer.

Avec les projets de taille qui verront le jour lors de la prochaine année, nous sommes convaincus que nous agrandirons notre impact dans la communauté et que nous serons en mesure d'offrir plus de services aux locataires. Nous croyons qu'il s'agit d'un pas de plus contre la stigmatisation et la promotion du bien-être. C'est grâce à l'apport de chacun d'entre vous que nous en sommes ici aujourd'hui, cette solidité et cette unité sont ce qui nous permet de nous tourner avec optimisme vers l'avenir.

Merci à tous,



Président du conseil d'administration

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Marc-Antoine Lapointe | Président
Étudiant universitaire en droit MBA



Hélène Boivin | Trésorière
Comptable chez Global Excel Management Inc.



Frédéric Bossé | Secrétaire
Global Pricing Coordinator chez BRP Inc.



Julie Labbé | Administratrice
Travailleuse sociale au CIUSSS Estrie-CHUS



Émilie Beaudet | Administratrice
Locataire à Mon Shack



David Plante | Administrateur
Locataire à Mon Shack

Le conseil d'administration s'est rencontré à sept (7) reprises dans la dernière année financière 2021-2022. Ce dernier travaille en continu sur ces différents dossiers:

- ▶ Gestion de la crise sanitaire du COVID-19.
- ▶ Recherche de financement.
- ▶ Représentation de l'organisme.
- ▶ Développement de partenariats.
- ▶ Élaboration de divers documents.
- ▶ Saine gestion de l'organisation.
- ▶ Développement des services ainsi que de la vision de l'organisme.
- ▶ La rétention du personnel (gestion des ressources humaines).

Chaque année, Mon Shack invite les locataires, l'équipe clinique, les membres, les proches et la communauté à assister à son Assemblée Générale Annuelle parce que leur voix est importante. Cette année, ce sont dix-huit (18) personnes qui ont été présentes à l'Assemblée Générale Annuelle, tenue le 15 juin 2021.

MOT DE LA DIRECTION

Notre dernière année financière fût marquée à nouveau par la pandémie mondiale de la COVID-19.

J'aimerais profiter de l'occasion afin de remercier toute l'équipe d'intervention, l'ensemble de nos locataires ainsi que nos bénévoles qui ont fait preuve de résilience, d'adaptation et de collaboration durant ces temps plus difficiles.

J'aimerais également remercier la population estrienne, présente pour nous et qui ont encore cette année, voté en notre faveur lors de l'appel de la députée Christine Labrie pour la distribution de son fond discrétionnaire. À nouveau, Mon Shack a été choisi par la population pour recevoir le montant maximal. Quelle touchante reconnaissance de la population! Ceci nous fait chaud au cœur et nous motive à poursuivre notre travail.

Je ne peux passer sous silence l'excellent travail du conseil d'administration de Mon Shack, qui est essentiel au bon fonctionnement démocratique de l'organisme et qui traite plusieurs dossiers importants tout au long de l'année avec ou sans pandémie. Votre implication fait une réelle différence.

Enfin, cette aventure pandémique ne fait que confirmer le besoin d'une ressource telle que la nôtre au sein de la communauté estrienne. En juin dernier, l'enquête internationale, effectuée par une équipe de l'Université de Sherbrooke et menée par Dre Mélissa Généreux, démontrait que l'anxiété et la dépression occasionnés par la pandémie étaient manifestes au sein de la population.

Statistique Canada, 2020, explique que les jeunes connaissent une forte baisse quant à leur perception de leur santé mentale, se déclarant en moins bonne santé mentale qu'avant la pandémie. De plus, l'étude fait le constat que les personnes souffrant déjà d'une mauvaise santé mentale, avant la pandémie, ont été plus touchées par les répercussions de celle-ci. Enfin, l'étude indique qu'il y a des risques quatre (4) fois plus élevés de consommation de substances qui sont observés pour les personnes ayant déclaré avoir une mauvaise santé mentale. Ce qui démontre clairement que le maintien de nos services en présentiel, de nos activités et de notre ouverture à la communauté, même en temps de pandémie, ont probablement eu un effet bénéfique afin de réduire les risques de désorganisation et de consommation.

Enfin, la région de l'Estrie était déjà touchée par les problématiques de santé mentale. En effet, selon les données publiées par la Direction de santé publique de l'Estrie (2015), 14 % de la clientèle adulte, 18-64 ans, souffre d'un trouble de santé mentale. Ceci représente près de 27 000 adultes en Estrie. Plus précisément, les troubles anxio-dépressifs y sont représentés à environ 10 % chez les 18-64 ans (soit près de 70 % de l'ensemble des troubles mentaux pour cette clientèle).

Toutes ces données viennent appuyer le besoin d'un organisme tel que le nôtre afin de favoriser le rétablissement des jeunes vivant avec une problématique de santé mentale et celle de la communauté, spécialement en ce temps de post pandémie qui se combine à un manque criant de logements abordables. À la lecture de ce rapport d'activités, vous découvrirez une nouvelle aventure qui s'annonce! Mon Shack prévoit la construction d'un nouvel immeuble afin de mieux répondre aux besoins grandissants en santé mentale et pour l'accès à des logements abordables.

Bonne lecture!

Josée Parent

Fondatrice et Directrice générale

UN TOIT POUR SHACK-UN, ENSEMBLE C'EST POSSIBLE!

NOTRE MISSION

Mon Shack a pour mission, en Estrie, de promouvoir, élaborer, acquérir, réaliser et exploiter des immeubles dans le but d'offrir en location des unités résidentielles sous supervision et un milieu de vie à des jeunes adultes de 18 à 35 ans vivant avec une problématique de santé mentale. Nous croyons en la réappropriation du pouvoir de la personne, en ses forces ainsi qu'en sa capacité à se rétablir et en l'exercice de sa citoyenneté. La participation des locataires et de leur entourage est également partie prenante du milieu de vie.

UN PEU D'HISTOIRE

Mon Shack est un organisme à but non lucratif, ayant été créé par et pour la communauté estrienne, à l'initiative de sa fondatrice, Madame Josée Parent. Bien enraciné dans sa communauté, Mon Shack se distingue par son offre de services favorisant: le rétablissement en santé mentale, l'accès à des logements abordables sous supervision ainsi que l'accès à ses services et à son milieu de vie bilingues. Mon Shack maintient une vie associative active et ses membres peuvent s'impliquer au sein du conseil d'administration, en plus de plusieurs comités en place. Certains comités étant formés par et pour les locataires de Mon Shack, à leur initiative. À Mon Shack, la voix de tous et de toutes se doit d'être entendue! Bien plus que son offre de services favorisant le rétablissement en santé mentale et l'accès à des logements abordables sous supervision; Mon Shack se veut un tremplin vers l'indépendance, un milieu de vie ouvert sur la communauté, un incontournable pour une bonne santé mentale collective!

NOS OBJECTIFS

- Accompagner les personnes dans leur rétablissement en santé mentale, en favorisant le développement de: leur autonomie, leur estime d'elles-mêmes et leur sens des responsabilités afin qu'elles occupent une place pleine, entière et satisfaisante dans leur communauté.
- Soulager la détresse émotionnelle des personnes qui ont recours à nos services.
- Maintenir des relations égalitaires entre les intervenants et la clientèle, et ce, dans les limites de cadres établis.
- Favoriser la participation des membres à la définition ou à la réaffirmation de la mission, des orientations et des modes de fonctionnement de l'organisme.
- Mettre en place plusieurs structures participatives pour favoriser une vie démocratique et associative
- Amener la société à être plus tolérante envers les jeunes adultes aux prises avec des problématiques de santé mentale (éduquer, sensibiliser, informer et soutenir la communauté).
- Lutter solidairement contre les préjugés et la stigmatisation pour favoriser le rétablissement de nos locataires.

C'EST QUOI MON SHACK?

Mon Shack est un immeuble composé de dix-huit (18) logements sociaux de qualité offerts en location à coûts modiques pour les jeunes adultes âgés entre 18 et 35 ans vivant avec une problématique de santé mentale. Mon Shack est également un milieu de vie ouvert à la communauté, stimulant, inclusif et entièrement bilingue.

NOUS SOMMES PRÉSENTS POUR VOUS!

Mon Shack offre des services 5 jours par semaine, du lundi au vendredi de 8h30 à 17h (52 semaines par année/12 mois), en plus d'offrir, une à deux fois par semaine, des activités jusqu'à 21h.

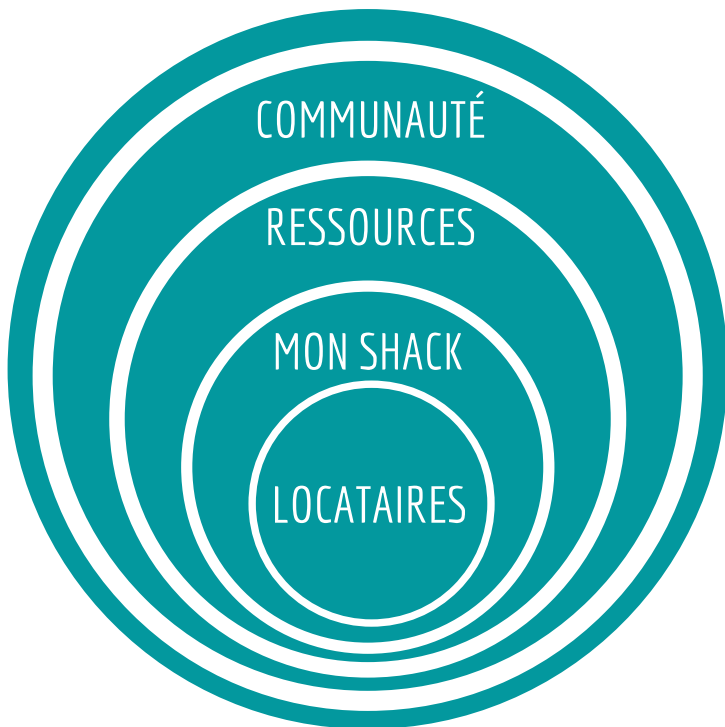
NOS VALEURS

Les valeurs de Mon Shack s'appliquent à tous les niveaux dans l'organisme, que ce soit au conseil d'administration, aux membres, à la direction, aux employés, aux bénévoles, aux locataires ainsi que pour toutes personnes œuvrant au sein ou pour l'organisme.



LA PRIMAUTÉ DE LA PERSONNE AU COEUR DE NOS SERVICES:

- ▶ En reconnaissant ses droits et ses choix.
- ▶ En reconnaissant leur savoir expérientiel.
- ▶ En faisant appel à leur forces.
- ▶ Dans la démocratie de l'organisme, soit par plusieurs paliers d'instances décisionnelles pour les locataires (conseil d'administration, comités, rencontres mensuelles, etc.)



À Mon Shack, nous organisons des rencontres mensuelles qui permettent de rassembler l'équipe clinique et les locataires afin de faire le point sur les activités passées et à venir, de procéder à des votes et prendre des décisions en groupe. Ce sont des rencontres démocratiques où les locataires ont le pouvoir de modifier les services et de s'impliquer sur les différents comités en place. Malgré la pandémie de COVID-19, ces rencontres ont toutes été maintenues, en sous-groupe, dans le but de respecter les normes sanitaires. L'équipe clinique s'assurait de diffuser les informations uniformément à tous les locataires. À cet effet, Mon Shack a réalisé dix (10) rencontres mensuelles avec ses locataires.

IMPLICATION DES LOCATAIRES DANS LEUR MILIEU DE VIE

COMITÉ PROPRETÉ DES LIEUX

Le **Comité Propreté des lieux** est composé de locataires qui s'occupent et veillent au maintien à la propreté des espaces communautaires de l'organisme (salle communautaire, couloirs, cuisine communautaire, etc.)



COMITÉ SÉCURITÉ DES LIEUX

Le **Comité Sécurité des lieux**, composé de locataires, qui se chargent d'assurer et de veiller à la sécurité des lieux communs de l'organisme (aucune circulation dans l'immeuble, surveillance de l'intercom, etc.)



COMITÉ CHIEN DE L'ORGANISME

Le **Comité du Chien de l'organisme**, composé de locataires, s'occupe de se relayer les tâches afin de veiller au bien-être et à ce que les besoins du chien de Mon Shack soient comblés.



COMITÉ FONDS DES LOCATAIRES

Le **Comité Fonds des locataires** est composé de locataires qui se chargent, de façon démocratique, à planifier et à organiser des activités et des sorties extérieures. Le comité disposait, cette année, d'un montant de 1 400 \$ pour des activités à l'externe, telles que des journées au spa, des sorties au cinéma, des sorties au Laser Plus, une journée à la cabane à sucre, et plusieurs autres.



COMITÉ WEEKEND

Le **Comité Weekend**, composé de locataires, se rencontre afin de planifier des activités sociales et agréables à l'extérieur des heures d'ouverture de l'organisme. Ces activités sont organisées «Par et Pour» les locataires. Cette année, le comité a permis aux locataires de faire des randonnées en montagne dans la région, des soupers de groupe ponctuels, des sorties estivales (plage, crème glacée, kayak, etc.) et des marches dans les différents parcs locaux.



NOS SECTEURS D'ACTIVITÉ

HÉBERGEMENT SOUS SUPERVISION

Mon Shack offre 18 logements abordables et adaptés aux besoins de jeunes adultes âgés de 18 à 35 ans vivant avec une problématique de santé mentale. Bien plus que des appartements sous supervision, nous offrons un milieu de vie bilingue, stimulant, inclusif et sécuritaire. Ces jeunes adultes peuvent y trouver des services d'accueil et de références, des rencontres de suivi individuelles et de groupe, des ateliers de groupe (cuisine de groupe, art-thérapie, activités physiques et de mise en forme, gestion du budget, etc.) ainsi qu'un soutien personnalisé pour le développement de l'autonomie. Nous visons le maintien de saines habitudes de vie dans un cadre favorisant le rétablissement en santé mentale en encourageant la reprise du pouvoir sur sa vie.

MILIEU DE VIE OUVERT À LA COMMUNAUTÉ

Notre organisme est ouvert à la communauté afin de favoriser la mixité sociale et l'inclusion auprès de la population estrienne, le tout dans un environnement bilingue. Notre milieu de vie communautaire contribue à la déstigmatisation des problématiques en santé mentale, à briser l'isolement, à développer les habiletés sociales, à tisser des liens avec la communauté et à encourager le partage des savoirs expérientiels. À ce titre, nous comptons plusieurs ateliers et activités par et pour les locataires.

MEMBERSHIPS AVEC LES ORGANISMES ET REGROUPEMENTS EN ESTRIE



*Comité de la nuit des
sans-abris*



*Table Itinérance de
Sherbrooke*



*Regroupement des organismes
communautaires de l'Estrie*



*Regroupement des ressources
communautaires en santé
mentale de l'Estrie*



*Association des Femmes
d'Affaires de l'Estrie*



*Comité consultatif de
développement social et
communautaire de Lennoxville*



*Corporation de développement
communautaire de Sherbrooke*



TDAH Estrie

*Lennoxville Community
Concertation
Committee*

*Jardin communautaire
Oxford*

PARTENARIATS ET COLLABORATIONS AVEC LES RESSOURCES DE LA COMMUNAUTÉ



Partenaire



FAMILIPRIX PIERRE-OLIVIER FORTIER,
ROXANE FOURNIER ET RÉMI GOSSELIN

Atelier sur la vaccination pour la COVID-19 |
Atelier sur les effets et interactions entre la
consommation et la médication



Bénévolat et soutien alimentaire

EXPLORE
LENNOX

Jachète local

Collaboration et soutien
pour l'animation du
Square Queen de
Lennoxville



Partenaire pour des
ateliers au Square
Queen de Lennoxville,
en collaboration avec
la Bibliothèque de
Lennoxville et
Uplands Cultural and
Heritage Center



Atelier sur l'estime de soi



Association coopérative
d'économie familiale
de l'Estrie
Membre de l'Union des consommateurs

Atelier sur les droits des consommateurs et
magasinage



Prévention
VIH · SIDA · ITSS

Événement de dépistage
des ITSS | Distribution
gratuite de préservatifs



Depuis 1990
La diversité, c'est du monde

Organisation d'un déjeuner et d'un atelier
de cuisine à thématiques du Brésil



Atelier sur la présentation de l'organisme |
Services aux locataires



Bénévolat et collaboration

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec

Partenaire pour les services de suivis et
collaboration



Services de conseil en orientation

L'ANNÉE 2021-2022 EN UN COUP D'OEIL

L'année 2021-2022 fut marquante à Mon Shack; des nouveaux projets stimulants, une hausse des participations de la communauté à nos programmes d'ateliers et d'activités, des précieux bénévoles dévoués, des membres qui appuient et croient en nos services et de jeunes adultes sur le chemin du rétablissement. Voici un coup d'œil, en chiffres, de ce que Mon Shack a réalisé dans la dernière année financière, et tout ça, pendant la pandémie de COVID-19!



Valeur de près de
13 000 \$ US
de publicités réalisées sur
Google pour faire connaître
notre site web



226 MEMBRES
sont devenus ou ont renouvelé
leur adhésion
↑ 32 %
par rapport à l'année dernière



51 BÉNÉVOLES
ont été actifs au sein de Mon
Shack cette année



S'unir pour se rétablir a été élu
COUP DE COEUR
par la population estrienne lors
de l'appel à projet de la Députée
Christine Labrie



3 JEUNES
ont quitté Mon Shack pour
un logement autonome dans
la communauté



2 125 SERVICES
en intervention réalisés par
l'équipe clinique



1 652 HEURES
de bénévolat réalisées
gracieusement par les
bénévoles et la direction à
Mon Shack



10 JEUNES
ont pu intégrer un logement
sous supervision à Mon
Shack cette année



Montant de
78 945 \$
reçu en don de particuliers,
d'entreprises et individuels



25 DEMANDES
de logement ont été traitées
et analysées par le comité de
sélection cette année



164 PERSONNES
ont bénéficié de nos activités
et ateliers communautaires
↑ 26%
par rapport à l'année dernière



Un grand total de
3 379
participations à nos activités
et ateliers de groupe

L'ÉQUIPE DE MON SHACK

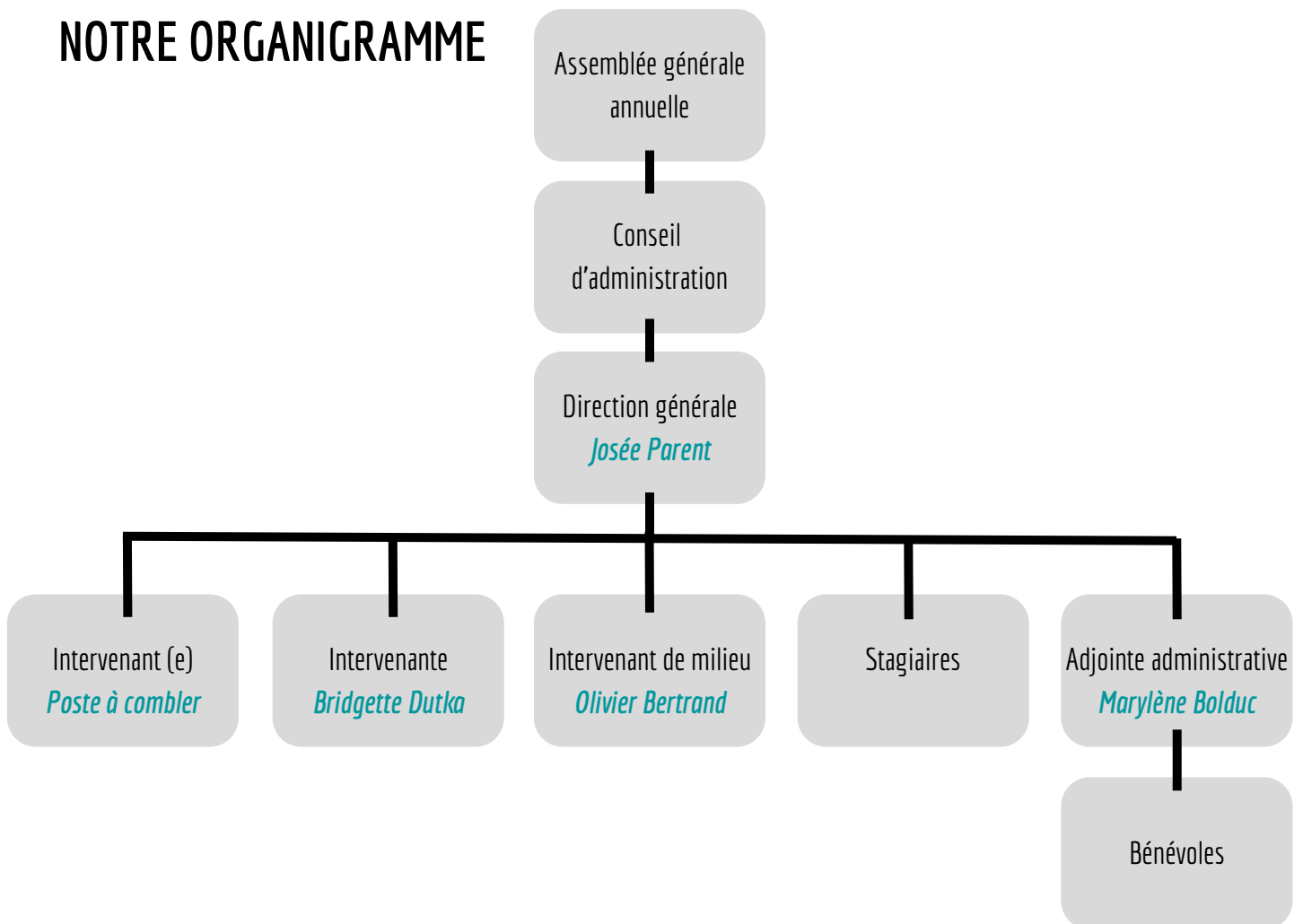


Mon Shack, c'est une petite équipe qualifiée et professionnelle, composée de quatre (4) employés, dans le but d'assurer un haut standard de qualité dans l'ensemble de ses services bilingues offerts à ses locataires et à la communauté estrienne. Tout comme la majorité des organismes et industries, Mon Shack fait face à une pénurie de main-d'œuvre. Malgré cela, toute l'équipe de notre organisme a su déployer une énergie extraordinaire afin que nous puissions poursuivre nos services.

De plus, nous avons eu la chance d'accueillir Roxy, jeune Beagle âgée de trois ans, nouvelle intervenante à quatre pattes à Mon Shack!



NOTRE ORGANIGRAMME



LA FORMATION CONTINUE, UN AVANTAGE POUR TOUS!

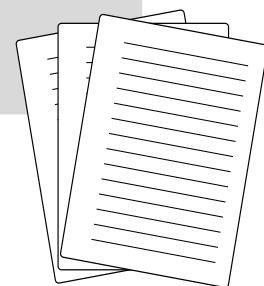
À Mon Shack, le soutien clinique ainsi que la formation continue de nos employés et de nos stagiaires sont priorités afin d'améliorer nos pratiques, innover et maintenir des services de haute qualité. Nous misons sur le développement des connaissances et compétences de notre équipe afin de créer un milieu de travail créatif, enrichissant et stimulant, favorisant ainsi la fidélisation et la rétention du personnel. Nous avons la chance d'avoir plusieurs ressources et partenaires qui nous offrent gracieusement des formations de qualité nous permettant d'améliorer nos compétences et champs d'expertise, ce qui rend notre milieu de vie adapté aux besoins changeants de notre clientèle.

Le Conseil d'administration et l'équipe administrative travaillent également en continu à développer une gestion des ressources humaines saine et innovante. En ce qui a trait aux avantages sociaux et conditions de travail, nous travaillons actuellement à la mise en place d'un régime volontaire d'épargne-retraite (RVER) pour nos employés.

FORMATIONS DE L'ÉQUIPE D'INTERVENTION



- ▶ **DÉBA** (trois intervenants - Total de 10,5h) | CIUSSSE - CHUS
- ▶ **Formation à l'autogestion - Anxiété** (un intervenant - 7h) | Relief (Annie Beaudin et Catherine Gareau-Blanchard)
- ▶ **Psychothérapie de la colère** (un intervenant - 1,5h) | Marion Martinelli sur Youtube
- ▶ **Maîtrise des ruminations, distorsions cognitives et pleine conscience** (un intervenant - 1h) | Marion Martinelli sur Youtube
- ▶ **Supporting your loved one living with addiction** (trois intervenants - Total 3,75h) | Mental Health Estrie X Dunham House (Anthony Berger)
- ▶ **Schéma d'autodiscipline insuffisante** (un intervenant - 2h) | Marion Martinelli sur Youtube
- ▶ **Secouristes en milieu de travail** (deux intervenants - Total de 32h) | Formation Langevin CNESST



FORMATIONS DE L'ÉQUIPE ADMINISTRATIVE



- ▶ **Apprentissage collaboratif** (un administrateur - 2h) | Fondation J. Armand Bombardier (Elizabeth Hunt)
- ▶ **Repenser ses activités de collecte de fonds** (un administrateur - 1,5h) | Fondation J. Armand Bombardier (Natasha Gupta)
- ▶ **Politiques salariales** (un administrateur - 4h) | ROC Estrie
- ▶ **Google Ad Grants 201** (un administrateur - 1h) | CanaDon X Google
- ▶ **Mardi Je Donne - Comment motiver vos donateurs** (un administrateur - 1h) | CanaDon (Lys Hugessen)

EN MÉMOIRE DE BROWNIE

12-02-2009 ♥ 06-12-2021



Le 6 décembre dernier, nous avons dû dire adieu à notre intervenant à quatre pattes, notre collègue de travail, notre locataire, notre gros toutou, notre beau brun, notre Brownie. Ce merveilleux chien a été adopté par l'organisme le 5 mars 2019 grâce à l'initiative de deux locataires, David Plante et Maïthé Cyr-Morin et de la précieuse collaboration de la SPA de l'Estrie. Cette grosse boule d'amour a eu une vie plus que comblée à Mon Shack. Entre courir dans les boisés, creuser des trous dans nos plates bandes et jouer avec sa balle remplie de friandises, Brownie avait toujours beaucoup d'amour à offrir. Âgé de presque 13 ans, Brownie avait préservé son cœur de chiot, toujours prêt à nous jouer des tours et débordant d'énergie! Occupant une place précieuse dans nos cœurs et à Mon Shack, nous lui avons réservé un endroit commémoratif en sa mémoire dans l'organisme. Merci Brownie pour ces belles et heureuses années en ta compagnie!



Brownie, le jour du point de presse à Mon Shack, le 14 mars 2019, en compagnie de David Plante et Maïthé Cyr-Morin.



Brownie, qui attend patiemment son bonbon!



Brownie, zen suite à une séance de yoga.



Merci à Maïthé Cyr-Morin, ancienne locataire à Mon Shack, pour l'initiative et la réalisation d'une séance photo souvenir dédiée à nos locataires, en octobre 2021 dans un magnifique décor automnal, en compagnie de notre beau Brownie!

COVID-19: UN DÉFI POUR LA SANTÉ MENTALE COLLECTIVE

DISPONIBILITÉ DE NOS SERVICES ET ACTIVITÉS

Pour une troisième année consécutive, l'année 2021 fut marquée par la présence de la COVID-19. Mon Shack a su s'adapter à cette réalité par le déploiement de multiples efforts et implications de l'équipe d'intervention et de tous les locataires, et ce, depuis le tout début de la pandémie. L'organisme a pris soin de respecter les normes de la CNESST et de la santé publique afin de protéger et d'assurer en tout temps la sécurité de ses employés et de sa clientèle. La salle communautaire était aménagée adéquatement (protections plexiglas, tables et chaises positionnées à une distance minimum de deux mètres, bouteilles de gel désinfectant pour les mains sur chacune des tables, boîtes de masques de procédures et de lingettes désinfectantes mises à disposition en tout temps ainsi qu'une station de lavage des mains), les locataires participaient activement à la désinfection des espaces communs (quatre (4) fois par jour) et l'équipe d'intervention effectuait un contrôle régulier sur le port du masque en plus d'effectuer des dépistages rapides en cas de symptômes de la COVID-19. À deux reprises cette année, Mon Shack a été touché par la COVID-19 au sein de l'organisme et nous avons eu l'aide de la Santé Publique pour la réalisation de dépistages massifs. Heureusement, cela n'a touché que trois (3) de nos locataires et un (1) employé. Grâce à toutes les mesures sanitaires mises en place, nous avons réussi à limiter ces deux éclosions. Ce qui veut dire que nos activités n'ont été que très brièvement fermées à la communauté au cours de la dernière année. Nous sommes fiers de souligner que Mon Shack a maintenu l'ensemble de ses services en présentiel depuis le tout début de la crise sanitaire. Nous tenons spécialement à remercier la participation, une fois de plus cette année, du CIUSSS de l'Estrie-CHUS pour le don de masques de procédure, de bouteilles de gel désinfectant pour les mains ainsi que de tests rapides COVID. Nous remercions également la plateforme GC Surplus, du Gouvernement du Canada, pour le don de bouteilles de gel désinfectant pour les mains et de gants chirurgicaux. Comme le dit si bien l'une de nos locataires, « nous avons traversé l'année en lion » et c'est grâce au merveilleux travail collectif!

UNE SANTÉ MENTALE COLLECTIVE FRAGILISÉE

Nul besoin de mentionner que la santé mentale passe nécessairement par une bonne santé physique, une vie sociale et équilibrée ainsi que de saines habitudes de vie. Mon Shack a tenté de préserver un milieu de vie dans la plus grande normalité possible pour ses locataires, mais aussi pour la communauté estrienne. Les demandes de services ont été en forte augmentation cette année et les participations étaient au rendez-vous. En ce sens, constatant l'augmentation de demandes de services, Mon Shack a mis les bouchées doubles, malgré la pénurie de main-d'œuvre et la crise sanitaire, afin de maintenir l'ensemble de ses services en présentiel pour favoriser le développement d'habiletés sociales. Il est à prévoir que la COVID-19 aura des impacts à long terme sur la santé mentale de la communauté. Travaillons ensemble pour une meilleure santé mentale collective!



MON SHACK 2.0 ET L'UNIVERS-SHACK: DU RÊVE À LA RÉALITÉ!

LA CONSTRUCTION DU SHACK 2.0

Près de quatre années se sont écoulées depuis la création de Mon Shack...Mes choix...Mon avenir ! (Mon Shack). Quatre années de travail avec une communauté qui nous a bien entouré et soutenu. Aujourd'hui, Mon Shack innove encore par la création d'un nouvel immeuble qui offrira vingt-deux (22) logements abordables sous supervision en santé mentale, grâce à des investissements de plus de 5,9 M\$. Les fonds proviennent de l'enveloppe de la Seconde Entente Canada-Québec concernant l'Initiative pour la création rapide de logements (ICRL), qui a été annoncée par le ministre du Logement et de la Diversité et de l'Inclusion, l'honorable Ahmed Hussen, et la ministre des Affaires municipales et de l'Habitation, Mme Andrée Laforest.

L'immeuble intègrera vingt-deux (22) appartements de trois (3) pièces et demi, six (6) bureaux d'intervention, une (1) salle de conférence ainsi qu'une (1) salle communautaire munie d'une cuisine pour les activités de groupe.



« Ce projet est une excellente initiative, qui permettra à des personnes vivant avec un problème de santé mentale d'avoir accès à un milieu de vie adapté à leur situation. Pour assurer l'accessibilité aux logements de cet immeuble, notre gouvernement et la Ville de Sherbrooke prévoient également un soutien financier qui pourrait atteindre près de 2,5 M\$ sur 20 ans pour les locataires dans le besoin qui y vivront, afin qu'ils n'aient que 25% de leurs revenus à déboursier pour se loger. »

.....
Madame Andrée Laforest, Ministre des Affaires municipales et de l'Habitation

L'UNIVERS-SHACK: UN LABORATOIRE VIVANT, BILINGUE, AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ

Bien plus que des appartements sous supervision pour les personnes vivant avec une problématique de santé mentale, dans un milieu de vie bilingue, ce projet innovera en y intégrant l'Univers-Shack, un living-lab favorisant le déploiement de services pour tous, la recherche et l'innovation. De plus, les étudiants pourront y avoir la chance de joindre la théorie à la pratique dans ce milieu de stage dynamique. Le tout est possible grâce aux précieux partenariats de l'Université Bishop's et de l'Université de Sherbrooke.



« Je salue la détermination de l'organisme Mon Shack...Mes choix...Mon avenir. C'est un deuxième projet pour l'organisme dans un court laps de temps. L'idée de jumeler des services à une offre d'hébergement changera des vies à Sherbrooke! Bravo pour votre vision innovante! »

.....
Madame Évelyne Beaudin, Mairesse de Sherbrooke



Voici ce à quoi ressemblera le projet du Shack 2.0 une fois construit!
Merci à Jubinville et Associés Architectes pour la conception des plans.

PROJET:
MULTI MON SHACK
PHASE II
22 LOGEMENTS
Date: 20-12-02 Date: 14 décembre 2020

EN PRÉPARATION
POUR APPROBATION
PRÉLIMINAIRE SEULEMENT



UNIQUE!

Lors de son ouverture officielle, en 2018, Mon Shack innovait en étant le premier organisme communautaire estrien à offrir sous un même toit: des appartements sous supervision à coûts modiques en santé mentale pour les 18-35 ans, des services professionnels et un milieu de vie bilingue ouvert sur la communauté. De plus, en étant un organisme ouvert sur la communauté, cela permet aux proches de faire partie du parcours de rétablissement lorsque la personne locataire le désire. Une approche globale et systémique avec la communauté.

Mon Shack est fier d'innover à nouveau en partenariat avec les deux universités du territoire, Université de Sherbrooke - Le Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale et Université Bishop's. Un modèle unique, qui, espérons-le, contribuera au développement des meilleures pratiques. Ce modèle intégrera, dans un milieu bilingue: les personnes vivant avec une problématique de santé mentale, les étudiants, les proches et la population. De plus, toute la population pourra en bénéficier, en ayant accès à des ateliers ainsi qu'à des activités favorisant la mixité sociale et une bonne santé mentale! Parce que co-créer nous permet d'innover ensemble pour une réelle transformation sociale!

Mon Shack 2.0 se veut une continuité sur le chemin du rétablissement pour les personnes vivant avec une problématique de santé mentale. Non seulement ce projet répondra-t-il à un urgent besoin de logements abordables sur le territoire, mais il répondra également à la demande grandissante de soutien en santé mentale.

Un **merci spécial** à nos partenaires de coeur et d'expertise: Julie Lane, Professeure à l'Université de Sherbrooke et Directrice du Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale ainsi que Theresa Gagnon, travailleuse sociale et Manager of Counselling, Career and Student Accessibility Services at Bishop's University. Elles se sont lancées dans l'aventure avec nous sans hésiter pour ce beau et grand défi!



« Une fois achevé, ce projet offrira des appartements abordables à des jeunes de notre communauté ayant des problèmes de santé mentale. Je suis particulièrement fière de voir un organisme de ma région prendre une telle initiative, surtout lorsqu'il y a un besoin urgent pour des appartements accessibles. Je salue le leadership et le dévouement de Madame Josée Parent dans ce projet. »

.....
**L'honorable Marie-Claude Bibeau,
Ministre et Députée de Compton-
Stanstead**



« Je félicite Mon Shack et en particulier sa fondatrice et directrice générale Josée Parent d'avoir conçu ce milieu de vie bilingue et stimulant, en collaboration avec l'Université Bishop's et l'Université de Sherbrooke. Grâce à ces logements supervisés, des femmes et des hommes ayant des besoins particuliers en matière d'habitation pourront bénéficier d'un endroit sécuritaire et abordable pour se préparer un futur plus intéressant. Notre gouvernement est fier de contribuer à ce projet novateur qui vient répondre à des enjeux de santé. »

.....
**Madame Geneviève Hébert, Députée de
Saint-François**



« Tous les Québécois méritent la tranquillité d'esprit qu'offre un chez-soi. Le projet et le financement annoncés dans le cadre de l'Initiative pour la création rapide de logements aideront grandement ceux qui en ont le plus besoin. Ils permettront d'offrir rapidement 22 nouveaux logements abordables aux personnes les plus vulnérables et d'assurer leur sécurité. C'est l'un des moyens de faire en sorte que personne ne soit laissé pour compte. »

.....
**L'honorable Ahmed Hussen, Ministre du
Logement et de la Diversité et de l'Inclusion et
Ministre responsable de la Société canadienne
d'hypothèques et de logement**

NOTRE IMPACT DANS LA COMMUNAUTÉ

À Mon Shack, nous avons actuellement dix-sept (17) locataires et nous avons rencontré un total de vingt-cinq (25) jeunes adultes pour des demandes de logements au cours de l'année, dont dix (10) ont été admis au sein de l'organisme. Au total, vingt-sept (27) personnes ont habité à Mon Shack dans l'année 2021-2022. Ce sont onze (11) personnes qui ont quitté Mon Shack, dont (3) personnes ont connu un départ pour le non-respect des règlements et du code de vie de façon continue, trois (3) personnes ont quitté pour des services intensifs 24/7 dû à des besoins trop grands, deux (2) personnes ont effectué un retour dans leurs familles et trois (3) personnes ont quitté pour un logement autonome dans la communauté. Les demandes de logements que nous recevons proviennent soit directement de la personne qui vit ou qui reconnaît vivre avec une problématique de santé mentale ou soit des différentes ressources institutionnelles et communautaires de la région avec lesquelles nous collaborons. Dans la dernière année, nous avons reçu des demandes provenant de:

- ▶ La personne elle-même (neuf (9) demandes);
- ▶ Hôtel-Dieu, Département de la psychiatrie durant l'hospitalisation (six (6) demandes);
- ▶ Centre de traitement de la dépendance (trois (3) demandes);
- ▶ Centre de réadaptation en dépendance de l'Estrie (CRDE) (une (1) demande);
- ▶ Empreinte - CURE (une (1) demande);
- ▶ Auberge du cœur la Source Soleil (une (1) demande);
- ▶ CIUSSS de l'Estrie-CHUS, équipe du suivi intensif (SI) (une (1) demande);
- ▶ CIUSSS de l'Estrie-CHUS, Clinique PEP (une (1) demande);
- ▶ CIUSSS de Memphrémagog (une (1) demande);
- ▶ CIUSSS Belvédère (une (1) demande);

UN TREMPLIN VERS L'INDÉPENDANCE!

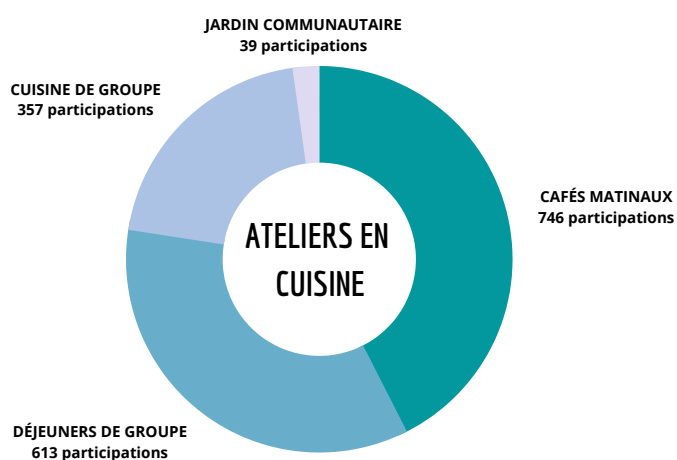
Chaque année, l'organisme fait une réelle différence dans la vie de jeunes adultes ayant recours à ses services. Avec leur persévérance, leur courage, leurs efforts soutenus et le soutien de notre équipe clinique, ces jeunes développent leur autonomie et peuvent ainsi, à leur tour, redonner à leur communauté. Dans la dernière année, trois (3) personnes ont quitté Mon Shack pour un appartement autonome et nous leur offrons des services de post-hébergement, neuf (9) personnes ont maintenu et/ou intégré le marché de l'emploi et trois (3) personnes ont maintenu ou initié un retour aux études secondaires, collégiales ou universitaires. À ce jour, cinq (5) personnes sont en phase de stabilisation, trois (3) personnes sont en stades de développement des compétences à l'emploi et quatre (4) personnes participent au plateau de travail de la Cordée Ressource alternative en santé mentale.



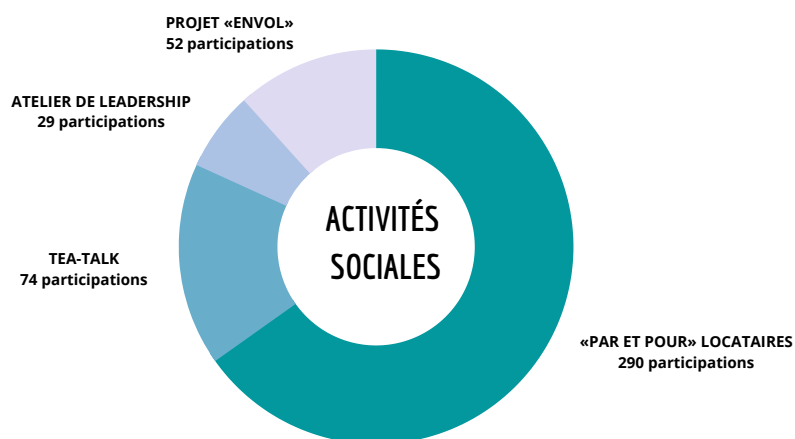
NOTRE PROGRAMMATION D'ATELIERS ET ACTIVITÉS

À Mon Shack, nous prenons toutes les mesures possibles afin de promouvoir les saines habitudes de vie à nos locataires, à nos membres et à la communauté. En effet, notre programmation d'ateliers et d'activités vise à maintenir une bonne santé mentale, soit un bien-être émotionnel, physique et social. Cette année, nous avons connu une hausse de 4% de participations (3 379 participations totales) et une hausse de 26% de participants (164 participants totaux) par rapport à l'année dernière. Nous avons offert, au total cette année, 18 ateliers récurrents (2 732 participations totales) et 96 activités ponctuelles à notre clientèle (647 participations).

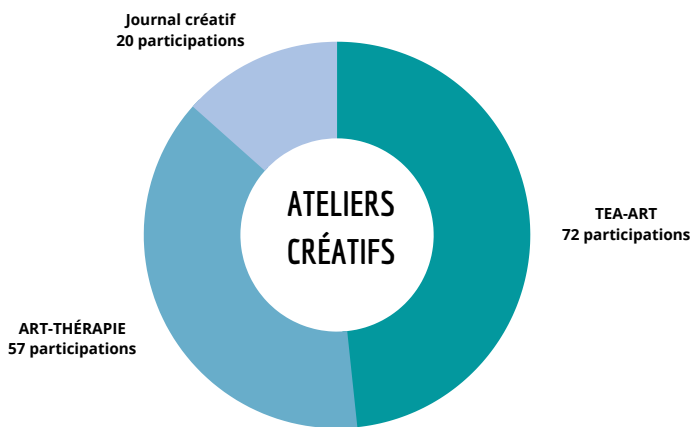
SOMMAIRE DES PARTICIPATIONS AUX ACTIVITÉS ET ATELIERS RÉCURRENTS À MON SHACK



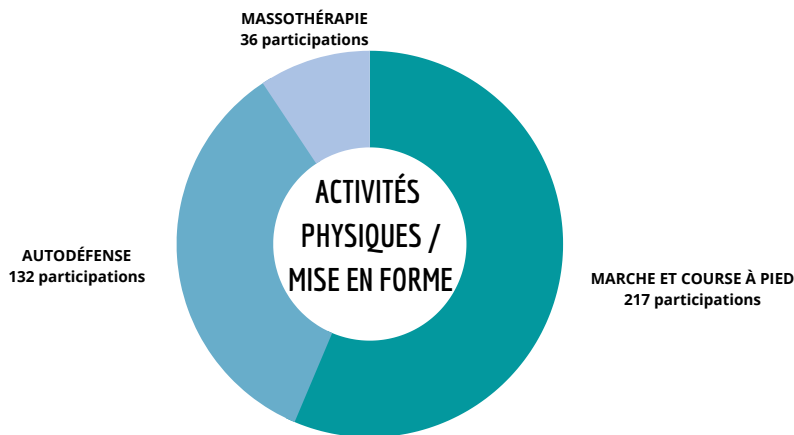
1 755 participations totales à nos ateliers récurrents en cuisine. Ce sont des occasions bénéfiques pour le développement de ses habiletés et de ses connaissances en cuisine, tout en développant la sphère sociale.



445 participations totales à nos activités sociales récurrentes. Le développement du leadership et l'implication y sont à l'honneur.



149 participations totales à nos ateliers créatifs récurrents. Parce que prendre soin de soi peut tout autant se faire à travers les arts.



385 participations totales à nos activités physiques et de mise en forme récurrentes. Se rétablir, c'est prendre soin de sa santé globale!

SOMMAIRE DES PARTICIPATIONS AUX ACTIVITÉS ET ATELIERS PONCTUELS À MON SHACK

- Ateliers d'écriture
- Ateliers de peinture
- Soirées feux de camp et jeux extérieurs
- Ateliers de pleine conscience
- Ateliers de vulgarisation scientifiques
(animés par une étudiante au doctorat en médecine de l'Université de Sherbrooke)
- Ateliers de discussions portant sur la santé mentale

ATELIERS DU JEUDI SOIR

193 participations totales à nos ateliers ponctuels les jeudis soirs. En plus d'offrir une plus grande plage horaire d'activités à nos locataires, ces ateliers sont très diversifiés et portent sur divers sujets permettant la discussion, le partage des connaissances ainsi que le développement des habiletés sociales. Les locataires y trouvent également des ateliers créatifs et des animations de nos différents partenaires.



- Randonnées en montagne
- Marche dans les parcs de la région
- Sortie dans un camp d'été
- Sorties crème glacée
- Sorties en raquettes
- Journée à la cabane à sucre
- Soirée film au Square Queen de Lennoxville
- Sortie au verger
- Sortie au Laser Plus

SORTIES ET ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

108 participations totales à nos sorties et activités extérieures, pour la plupart organisées par et pour les locataires.

- Chasse aux œufs de Pâques
- Soupers de Noël et du réveillon
- Soupers de groupe et jeux
(animés par un groupe d'étudiants en techniques policières du Cégep de Drummondville)
- Soirée du Super Bowl
- Activité de Bingo
- Installation de décorations (Noël, Halloween)

SOUPERS DE GROUPE ET ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

346 participations totales à nos événements ponctuels. Ces événements permettent de rassembler les locataires, leurs proches ainsi que la communauté afin de célébrer divers événements importants dans l'année.

QUELQUES MOMENTS LUMINEUX DE L'ANNÉE 2021-2022

Santé mentale : collaborer pour mieux aider



Évènement panel le 4 mai prochain. Sur Zoom, à 19h
Soumettez vos questions via notre Google Form



Mai 2021

Panel virtuel en santé mentale: Collaborer pour mieux aider

Dans le cadre de la semaine de la santé mentale 2021, un groupe d'étudiants au doctorat en médecine de l'Université de Sherbrooke, en collaboration avec Mon Shack, le Dr. Semaan (Psychiatre et Professeur à L'Université de Sherbrooke) et M. Paul Morin (Directeur de l'école de travail social), ont organisé un panel virtuel gratuit portant sur la santé mentale. Nous tenons à remercier l'une de nos locataires, Émilie Beaudet, pour avoir partagé son témoignage lors de ce panel.

Juin 2021

Frigo Free Go

En juin 2021 avait lieu le lancement du projet du Frigo Free Go au Square Queen de Lennoxville! Mon Shack est le partenaire désigné et impliqué dans ce projet communautaire qui vise à offrir une sécurité et à réduire le gaspillage alimentaire. En plus d'y déposer les surplus de denrées dont dispose l'organisme, Mon Shack s'implique également dans le nettoyage et l'entretien du Frigo Free Go à chaque semaine.

Août 2021

Épluchette de blé d'inde

Notre épluchette de blé d'inde, qui a eu lieu le 12 août dernier, a été un franc succès! Organisée par Émilie Beaudet, locataire à Mon Shack, cette initiative est devenue un incontournable et une prochaine édition aura lieu à l'été 2022! Les locataires, leurs proches et les membres de la communauté étaient tous réunis pour déguster un délicieux repas. Les participants ont même pu profiter d'une pinata, de jeux et d'un feu de joie. Nous avons accueilli un total de 39 participants!



Décembre 2021

Souper de Noël

À chaque année, nous organisons un souper de Noël permettant de réunir les locataires, leurs proches et l'équipe de Mon Shack. Cette année et tout comme l'année dernière, en raison de la COVID-19, nous avons restreint l'accès aux locataires et à l'équipe clinique. Jeux, activités de groupe, rires et plaisirs étaient au rendez-vous! Nous tenons à remercier notre pharmacien Pierre-Olivier Fortier, co-propriétaire du Familiprix de Lennoxville, pour les chandails partenaires avec Mon Shack afin d'encourager notre groupe de course à pied.



Jury citoyen CAHIER DE PROJETS*

*Les 58 projets sont présentés ici tels que soumis par les organismes

FONDS D'INVESTISSEMENT CITOYEN

Janvier 2022

Fonds d'investissement citoyen

Le projet de Mon Shack *S'unir pour se rétablir* a été voté, par la population estrienne, comme étant l'un des projets coups de cœur pour le Fonds d'investissement citoyen de la Députée de Sherbrooke, Madame Christine Labrie. Nous tenons à remercier chaleureusement la communauté de croire en notre projet et ce, pour une troisième année consécutive. Cette année et grâce au Jury citoyen, c'est un montant de 5 000 \$ qui nous a été octroyé pour le rétablissement en santé mentale de nos jeunes adultes.



Février 2022











Concours Explore Lennox

Impliqué dans sa communauté, Mon Shack a accepté d'être partenaire avec plusieurs entreprises de la région pour offrir des surprises à la communauté en ce temps de pandémie, dans le cadre d'un concours organisé par Explore Lennox. L'organisme a offert un panier cadeau d'une valeur de 30\$, comprenant des recettes en pots, des stylos et des bracelets à l'effigie de Mon Shack.

NOS SERVICES EN INTERVENTION

Nous avons une équipe d'intervention qui permet d'offrir à notre clientèle: des suivis en individuel, en groupe planifiés et/ou spontanés, des accompagnements, des transports, des visites d'appartements, des rencontres avec les différents partenaires, du suivi post-hébergement ainsi que des rencontres et communications avec les proches. Notre équipe s'assure de maintenir un cadre et des services professionnels en intervention en effectuant des rencontres cliniques bimensuelles. Depuis maintenant plusieurs années et afin de répondre aux besoins grandissants en santé mentale dus à la pandémie de COVID-19, nous avons maintenu une hausse de nos services, qui ont été essentiels pour diminuer et limiter le sentiment d'isolement et le niveau d'anxiété de nos locataires.

Évolution du nombre de services en intervention annuels réalisés à Mon Shack

| Exercices terminés le 31 mars | 2020 | 2021 | 2022 | |
|---|------------|--------------|--------------|---|
| Rencontres de suivi en individuel planifiées | 476 | 584 | 679 |  16% en un an |
| Rencontres de suivi en individuel spontanées | 185 | 397 | 335 |  16% en un an |
| Accompagnements avec soutien léger | 60 | 248 | 333 |  34% en un an |
| Visites d'appartements | 2 | 177 | 459 |  159% en un an |
| Rencontres avec les partenaires | 26 | 114 | 212 |  86% en un an |
| Suivis post-hébergement | 2 | 22 | 33 |  50% en un an |
| Rencontres et communications avec les proches | 3 | 9 | 32 |  256% en un an |
| Interventions de groupe | 2 | 40 | 27 |  33% en un an |
| Rencontres cliniques de l'équipe d'intervention | 2 | 13 | 15 |  15% en un an |
| Nombre total de services en intervention | 758 | 1 604 | 2 125 |  32% en un an |

PARCE QUE « SHACK » DON EST PRÉCIEUX!

QUAND?

À partir du 3 mai 2021 !

COMMENT?

Faites un don en ligne, sur le site Web de Mon Shack: www.monshack.ca

OBJECTIF: 5000\$



Projet leadership - 3 au 9 mai 2021

Dans le cadre de la semaine de la santé mentale, cette campagne a été organisée par huit (8) de nos locataires et un étudiant au practicum en psychologie de l'Université Bishop's. Ce projet de groupe met en pratique des notions théoriques à propos du leadership dans la création d'une collecte de fonds virtuelle.

Montant amassé par nos locataires: 395,00 \$



Vente de hot-dogs - 31 juillet 2021

Campagne annuelle de vente de hot-dogs, en partenariat avec la pharmacie *Famiprix Pierre-Olivier Fortier, Roxane Fournier et Rémi Gosselin*, organisée au Square Queen de Lennoxville. Les employés du Famiprix, les locataires et l'équipe de Mon Shack ainsi que la Députée Geneviève Hébert nous ont permis de faire de cet événement un succès!

Montant amassé: 1 092,90 \$

MARDI  JE DONNE

30 Nov.

#iciondonne



Mardi Je Donne - 30 novembre 2021

Campagne virtuelle organisée dans le cadre de la célèbre journée *Mardi Je Donne* par CanaDon. Nous en avons fait la promotion sur tous nos réseaux sociaux; soit Facebook, Twitter, Instagram et LinkedIn. Cette campagne nous a permis de faire accroître notre visibilité et faire connaître davantage nos services en santé mentale offerts à notre clientèle.

Montant amassé: 215,00 \$



Dons ponctuels

Nous tenons à remercier toutes les personnes, les particuliers, les fondations, les entreprises, les députés et les organismes qui contribuent financièrement à Mon Shack! L'organisme peut poursuivre ses services et ses activités grâce à votre aide, car sans l'appui de tous et chacun, tout cela serait impossible.

Montant total des dons: 78 945,00 \$

UN MILIEU INSPIRANT ET INNOVANT POUR LA RELÈVE DE DEMAIN!

Grâce aux partenariats avec les différents établissements de formations en Estrie, Mon Shack peut accueillir, chaque année, plusieurs stagiaires et étudiants pour l'organisation de divers projets et pour soutenir nos services en intervention. À Mon Shack, nous avons à cœur de contribuer positivement à la formation de la future relève, et c'est ce qui motive notre prochain projet de l'Univers-Shack.



Baccalauréat en psychologie

Practicum en psychologie: Animation d'un atelier de leadership (1 étudiant)

Du 2 février 2021 au 4 mai 2021

Stage en intervention de milieu (1 étudiante)

Du 18 janvier 2022 au 14 avril 2022

Total de 76.5 heures



Baccalauréat en Art-Thérapie

Atelier d'art-thérapie (1 étudiante)

Du 13 septembre 2021 au 13 décembre 2021

Total de 39 heures



Baccalauréat en psychologie

Emploi été Canada (1 étudiante)

Stage en intervention de milieu

Du 1er juin 2021 au 6 août 2021

Total de 279.25 heures

Baccalauréat en psychoéducation

Stage en intervention de milieu (1 étudiante)

Du 4 octobre 2021 au 17 décembre 2021

Total de 67.5 heures

Baccalauréat en administration des affaires

Audit Marketing (4 étudiants)

Déposé le 11 août 2021



Baccalauréat en Sciences humaines appliquées

Conception d'un fichier statistiques (1 étudiante)

Finalisation du projet de stage totalisant 200 heures et démarré dans l'année financière 2020-2021

Total de 20 heures

RECONNAISSANCE DE L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE

Nous tenons à remercier chaleureusement et à souligner l'engagement de tous nos généreux bénévoles qui ont, encore une fois cette année, offert un précieux soutien à Mon Shack. C'est grâce à leur dévouement, leurs connaissances, leurs expertises et leur bienveillance que l'organisme peut poursuivre ses services. Cette année, nous avons eu la chance de recevoir **51 bénévoles** qui sont venus nous prêter main-forte, et qui nous ont gracieusement donné **753 heures** de bénévolat au total. De plus, afin de répondre aux besoins grandissants de l'organisme, la direction a effectué un total de **900 heures** de bénévolat.

Afin de souligner l'excellent travail de nos bénévoles, Mon Shack a participé, en avril dernier, à la Semaine Action Bénévole. Cette semaine était dédiée à féliciter, récompenser et faire connaître tous nos précieux bénévoles à notre communauté. Nous leur avons offert un certificat de reconnaissance, une tasse personnalisée par la merveilleuse créativité de nos locataires et nous avons reçu la visite du Centre Action Bénévole de Sherbrooke (CABS).



De plus, Mon Shack a la chance de recevoir plusieurs étudiants de différents programmes d'étude et établissements scolaires de la région, en tant que bénévoles lors de nos multiples ateliers et activités.



Baccalauréat en médecine

12 étudiants pour un total de
108 heures de bénévolat



Practicum en psychologie

4 étudiants pour un total de
8 heures de bénévolat



Techniques policières

2 étudiants pour un total de
4 heures de bénévolat



Techniques policières

5 étudiants pour un total de
75 heures de bénévolat

NOS STRATÉGIES DE COMMUNICATION

PROGRAMME GOOGLE ADS GRANT



Nouveauté depuis Juillet 2021! Nous avons lancé deux campagnes d'annonces Google Ads (francophone et anglophone), à l'aide des programmes Google For Nonprofits. Nous avons créé un total de **10 annonces actives**; portant sur la santé mentale, l'hébergement sous supervision, les activités communautaires, les dons, le bénévolat et les stages pour étudiants. Toutes ces annonces mènent directement au site web de Mon Shack.

6 653 clics et **68 961 impressions** totaux sur nos annonces.
Valeur totale de **12 992 \$ US**.



INFOLETTRE MENSUELLE



Nouveauté depuis Mars 2021! Nous avons élaboré une infolettre mensuelle bilingue avec MailPoet, qui est envoyée à chaque début de mois à nos **210 abonnés**, dans le but d'informer et de fidéliser notre communauté. Nous y exposons les ateliers et activités à venir au cours du mois, les événements et dates importantes, des outils ou ressources en santé mentale ainsi que des annonces importantes concernant l'organisme.



DISTRIBUTION D'ARTICLES PROMOTIONNELS

Dans le cadre d'événements particuliers ou pour représentation, notre organisme a distribué du matériel promotionnel à l'effigie de Mon Shack! Parmi ces articles distribués:



107 feuillets descriptifs des services de Mon Shack;
30 bracelets pour la santé mentale;
21 stylos Mon Shack;
30 aimants Mon Shack.



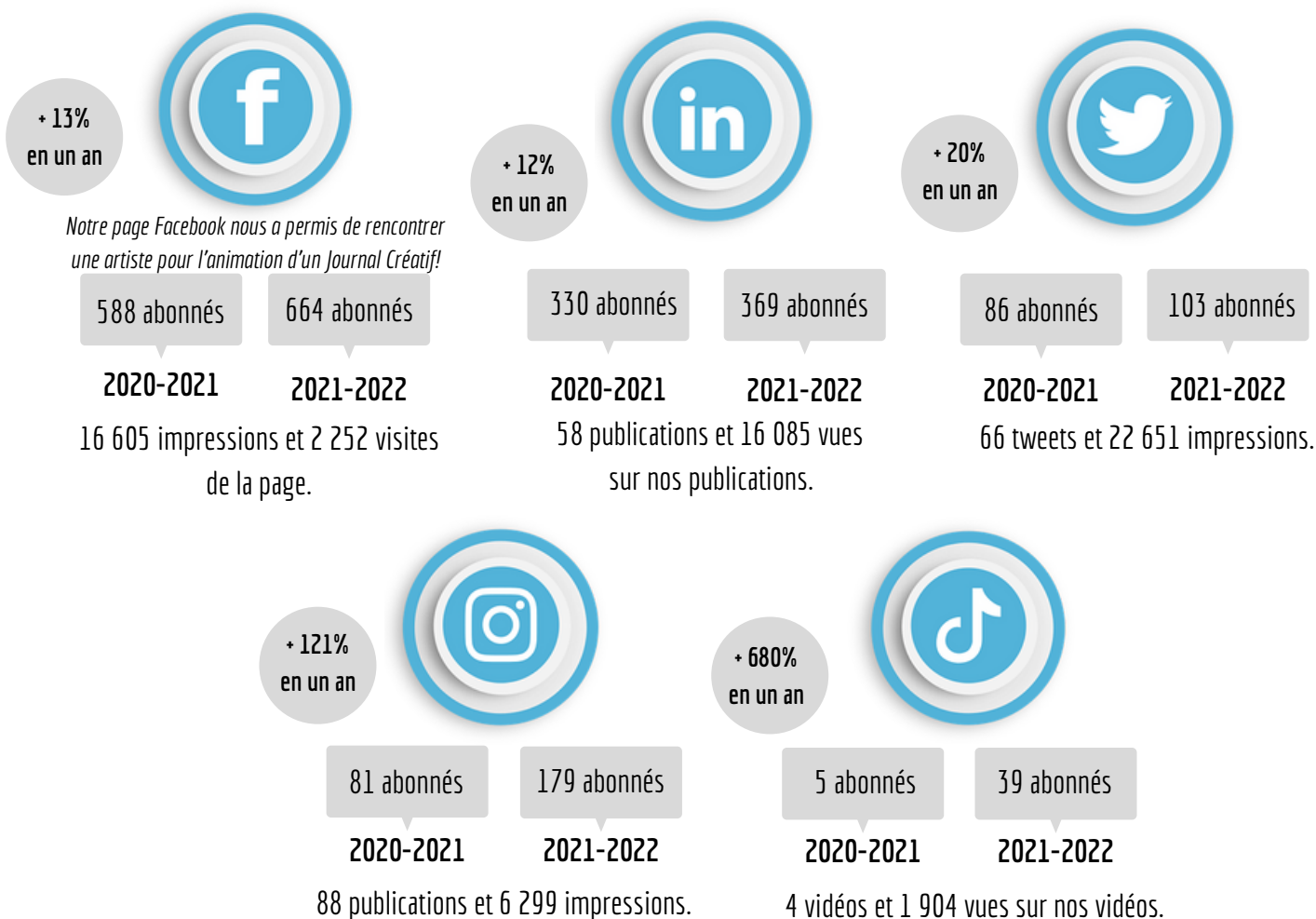
Mon Shack a été mentionné, à maintes reprises au cours de l'année financière, par des articles de journaux. Entre autres, Le journal The Record, avec Madame Kathryn Owen, a réalisé un reportage Friday Files à propos de Mon Shack en juillet 2021. Le 23 janvier 2022, Mon Shack a été mentionné par un article de La Tribune, rédigé par Monsieur Anthony Ouellet, intitulé *Santé mentale: Brière rencontre les organismes*. Madame Josée Parent a participé à une rencontre virtuelle avec la Députée Élisabeth Brière concernant le sous-financement et l'accessibilité aux services en santé mentale.

MON SHACK GAGNE EN POPULARITÉ!



Nous avons à cœur de rendre accessible le plus de ressources possibles en santé mentale pour la population et notre communauté, c'est pourquoi nous sommes actifs sur la majorité des plateformes numériques disponibles. Notre but étant d'éduquer, de sensibiliser, d'informer et de soutenir la population à propos de la santé mentale et de mettre un frein à la stigmatisation et aux préjugés dont sont trop souvent victimes les personnes vivant avec une problématique de santé mentale. Le site web de Mon Shack, www.monshack.ca, est lié à nos annonces Google Ads et à tous nos médias sociaux, afin de générer un trafic sur notre site internet et de faire connaître l'ensemble de nos services. Mon Shack profite de tous les événements et journées reconnus durant l'année portant sur la santé mentale afin de sensibiliser sa communauté. En effet, nous avons été actifs lors de la Journée nationale de sensibilisation à la schizophrénie et à la psychose, la Journée Action Anxiété, la Journée mondiale de la prévention du suicide, la Journée Bell Cause pour la cause, la Semaine de sensibilisation aux maladies mentales, la Semaine de prévention du suicide et les Journées de la schizophrénie, pour ne citer que quelques exemples.

Nos différentes plateformes de médias sociaux, en plus d'éduquer et de sensibiliser notre communauté, nous permettent de faire connaître nos différents services, nos ateliers et activités communautaires et les nouveautés concernant l'organisme. Mon Shack annonce hebdomadairement les activités et ateliers offerts gratuitement à la population afin de maintenir une mixité sociale au sein de l'organisme et de permettre aux personnes un accès à des ressources et outils pour une bonne santé mentale.



MERCI À TOUS NOS PRÉCIEUX PARTENAIRES!

PARTENAIRES FONDATEURS



Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)

PARTENAIRES D'ÉQUILIBRE



PARTENAIRES AMICAUX



Nous te remercions Marylène pour tes excellents talents de création et pour ce beau rapport annuel!



Mon Shack...Mes choix...Mon avenir!

3195, rue College, Sherbrooke, QC J1M 0E7

Téléphone: (819) 481-0385

Télécopieur: (873) 888-3509

Courriel: reception@monshack.ca

Site web: www.monshack.ca

 [@mon.shack.mes.choix.mon.avenir](https://www.facebook.com/mon.shack.mes.choix.mon.avenir)

 [@MonShack](https://www.instagram.com/MonShack)

 [Josée Parent](https://www.linkedin.com/in/JoséeParent)

 [@Mon_Shack](https://twitter.com/Mon_Shack)