

# Rapport d'activités annuel



Maison des jeunes de Cap-Rouge inc

2021-2022



**Entends-moi**

Mot de la présidente du conseil d'administration

Entends-moi

Au nom du Conseil d'administration, il me fait plaisir de vous présenter le rapport d'activités 2021-2022. L'équipe de la Maison des jeunes La Symbiose est sans contre dit, engagée, prête à se renouveler et à se questionner pour offrir des animations qui stimulent et qui permettent d'enrichir le vécu des adolescents et des adolescentes. Je suis très fière des réalisations et des projets organisés depuis trente-sept ans maintenant déjà.

Le Conseil d'administration désire aussi souligner les efforts et l'implication des jeunes dans l'élaboration des divers projets d'envergure. Ils sont développés en partenariat avec les jeunes. Ces derniers font partie intégrante du processus de planification, d'élaboration et de préparation.

Je remercie les membres du Conseil d'administration pour leur présence, leur écoute et leurs idées. La Maison des jeunes La Symbiose ne saurait offrir un milieu de vie dynamique aux jeunes sans l'équipe d'animateurs qui se donne pleinement. Maude, Manuela et Ève. Monsieur Michel Boissel, coordonnateur, se définit par sa rigueur et sa constance dans l'exécution des projets et des interventions auprès des jeunes. Sa bienveillance est partagée et priorisée dans ce milieu de vie. Le Conseil d'administration se doit de souligner son engagement exceptionnel.

C'est avec un immense pincement au cœur que nous le remercions une dernière fois puisqu'il quittera ses fonctions en octobre 2023. Coordonnateur et gestionnaire, il a su faire connaître et faire grandir la Maison des jeunes pendant 28 ans. Nous le remercions pour toutes ses belles années d'engagement et d'investissement. Ce fut un travail exigeant, mais à la fois gratifiant. Il est inlassablement à l'écoute des besoins des jeunes et surtout, il a toujours su les faire évoluer au fil des années. Sa disponibilité est remarquable. Je terminerai en le remerciant d'avoir été présent pour les jeunes, les parents, la communauté, la ville, son équipe de travail et le Conseil d'administration.

Hélène Jacques

Présidente du Conseil d'administration La Symbiose

Entends-moi

### Mot du coordonnateur

C'est avec beaucoup d'émotion que je m'adresse à vous pour une dernière fois. L'an prochain, j'aurai quitté mon poste de coordonnateur que j'occupe depuis 1994 afin de me dédier à une nouvelle étape de ma vie, la retraite.

J'en ai vu passer des jeunes au fil des années, je dirais quelques milliers. J'ai vécu, par leurs contacts, bien des modes se succéder, qu'elles soient musicales et vestimentaires ou par les changements technologiques, la communication demeure l'enjeu principal.

Tout ce chemin parcouru durant près de 30 ans à vivre de bons moments mais aussi parfois par des moments plus tristes. Je ne peux oublier ceux qui nous ont quittés.

Le financement s'est toujours révélé comme étant un défi majeur. J'ai toujours souhaité développer des projets qui intéressent les jeunes afin de les amener à y participer et à vivre des expériences enrichissantes.

En fait, je suis très fier de l'accomplissement de ces jeunes au fil des années mais aussi, je suis aussi fier d'avoir accompagné les membres du personnel de la Maison des jeunes, des Conseils d'administration et sans oublier les divers partenaires. C'est avec les divers organismes du milieu, de tous les comités participatifs ici et là et avec la collaboration de la ville de Québec que cet apport a et aura toujours des effets tangibles. Cette aventure continuera avec la même rigueur, le souci de venir en aide et d'accompagner les jeunes dans cette traversée que représente l'adolescence.

Cette année, dans son ensemble, l'équipe est stable et cela a un impact très positif sur la fréquentation. L'équipe peut échanger avec eux plus librement et ainsi les accompagner lors d'éventuelles difficultés. Cette dernière année, les jeunes ont démontré une très belle participation à tous les niveaux. Cette année encore, nous avons observé une plus grande fréquentation de jeunes de diverses communautés culturelles, principalement celle de l'Amérique latine. Aussi, nous avons participé et créé plusieurs événements dans la communauté de Cap-Rouge et nous en sommes très fiers, vous le constaterez en parcourant le rapport.

Je remercie sincèrement les membres de l'équipe, les bénévoles, qui se dévouent pour notre mission, qui ont le goût de faire en sorte que les jeunes deviennent des citoyens critiques, actifs et responsables. Je tiens à remercier également les membres du Conseil d'administration pour leur soutien et leurs implications dans les divers dossiers.

Je suis heureux de vous présenter ce rapport qui est demeuré fidèle à notre vision et valorise ce que doit être une Maison des jeunes.

Michel Boissel

Coordonnateur depuis avril 1994

Entends-moi

### **Bref historique :**

Notre histoire a débuté par une pétition initiée par les jeunes auprès de la communauté. Ces jeunes demandaient aux élus d'avoir une Maison des jeunes. C'est à partir de ce moment que le projet est né et c'est au Conseil de ville, de *l'ancienne ville de Cap-Rouge*, qui a appuyé ce beau projet avec des parents et des jeunes. C'est ainsi que la Maison des jeunes a ouvert ses portes le 15 mai 1985.

La Symbiose de Cap-Rouge est un milieu complémentaire à la famille, à l'école, et encourage les jeunes à s'impliquer dans leur communauté et dans l'organisation d'activités variées, et ce, *depuis plus de 37 ans*. Elle offre un lieu de rencontre, d'échange et d'activités aux jeunes qui désirent y participer sur une base volontaire.

Ce milieu offre l'occasion d'acquérir des connaissances et des compétences qui leur permettront de comprendre et de s'approprier les enjeux de société. Ce milieu permet de se familiariser avec les rouages de la vie en société, de comprendre la démocratie et le vivre ensemble.

Nous travaillons étroitement avec le CIUSS, dans le domaine de la Santé et des Services sociaux. Nous mettons également en œuvre divers moyens afin d'améliorer et de soutenir le développement des jeunes, que cela soit physique, psychologique ou social. La prévention fait partie intégrante de nos interventions et nos échanges.

### **Une approche globale privilégiée**

Nous croyons toujours en l'importance de privilégier le modèle d'une approche **globale** dans notre milieu de vie. Elle est la pierre angulaire de notre façon d'être avec les jeunes. **L'approche globale** ne met pas d'étiquettes sur les jeunes. Les difficultés sont parfois observées, mais notre vision n'est pas de nier le problème. Avec les jeunes, nous les aidons à identifier leurs besoins, mettre en place des avenues personnalisées qui vont leur convenir et sans imposer nos solutions.

### **Nos valeurs**

À la maison des jeunes, nous accueillons une personne, pas un problème. Notre culture s'exprime dans notre façon d'agir, d'intervenir et de travailler ensemble. Il y a six valeurs fondamentales qui constituent les lignes directrices guidant nos priorités et nos actions.

- Le respect
- L'honnêteté
- L'égalité
- Le sens des responsabilités
- L'ouverture d'esprit
- L'engagement

### **Ce que nous assurons à la MDJ**

- Un lieu de sécurité et de protection ;
- Le droit aux services de qualité, personnalisés et accessibles ;
- Un milieu de vie animé poursuivant des objectifs de prévention, d'éducation et de prise en charge de leurs activités ;

## Entends-moi

- Le droit de participer à la vie associative ;
- Le droit de recevoir de l'information juste, éclairée et objective ;
- Le droit à la liberté d'expression.

## Les services offerts

Différents services sont offerts, ils visent à favoriser le mieux-être des jeunes et de leur entourage.

- Accueil et un lieu de rencontre;
- Service de raccompagnement « Taxi-MDJ » ;
- Écoute active et relation d'aide;
- Traitement de l'information sur des sujets d'intérêt pour les jeunes;
- Prévention sur différentes thématiques jeunesse;
- Support et accompagnement;
- Comités et apprentissages de la vie démocratique, etc.

## Notre mandat en santé et services sociaux

L'équipe joue un rôle primordial dans notre mandat en Santé et Services Sociaux. Elle accueille, motive, anime le milieu de jeunes, écoute, fait de la relation d'aides, de la prévention et de la sensibilisation au quotidien. Les bonnes relations établies par l'équipe jouent un rôle clé dans le développement des jeunes.

Par ailleurs, l'équipe travaille en partenariat avec divers intervenants d'organismes externes qui, tout comme nous, ont à cœur le bien-être des jeunes. Ce partenariat s'illustre, entre autres, par des ateliers de préventions et/ou des projets et/ou des références, etc.

## Vie associative et démocratique

### Le Conseil d'administration

Le Conseil d'administration est une instance de l'organisme sans but lucratif. Il lui appartient de superviser les opérations afin de faire en sorte qu'il réalise sa mission et qu'il soit administré de façon efficace et dans l'intérêt primordial des membres, de l'équipe et de la collectivité.

Le Conseil d'administration s'est rencontré à six reprises et ce, sans compter les nombreux comités pendant l'année pour la gestion de la trésorerie, les levées de fond ; canettes, sapins, vente de fromage et la participation active pour notre comité social et nos rencontres pour diverses représentations dans notre communauté pour ne citer que celle-là. etc.

### Composition et portrait des membres du Conseil d'administration

- **Madame Hélène Jacques**, présidente (novembre 2015)  
Enseignante au primaire, utilisatrice de service et membre de la communauté
- **Madame Céline Gignac**, trésorière (novembre 2018)  
Retraitée et membre de la communauté
- **Monsieur Sylvain Huard**, administrateur (novembre 2017)

## Entends-moi

Ingénieur, utilisateur de service et membre de la communauté.

- **Madame Stéphanie Garneau**, vice-présidente (novembre 2017)  
Entrepreneure et membre de la communauté
- **Madame Lauréanne Quenneville**, secrétaire (17 novembre 2020)  
Directrice du centre de recherche Saint-Louis et membre de la communauté
- **Madame Talita Zanini** ; administratrice et utilisatrice de service. (17 novembre 2021)
- Gestionnaire, utilisatrice de service et membre de la communauté
- **Madame Jessie Dumais** : administratrice. (17 novembre 2021)
- Avocate et membre de la communauté

## Membre sortant :

Nous remercions Monsieur **Marco Tremblay**, **administrateur** (18 novembre 2020)

## Bénévolat :

Nous remercions toutes les personnes qui ont supporté notre milieu de vie, lors de levées de fond, lors d'accompagnement pour des d'activités et à la participation aux décorations de notre village d'Halloween, du village de Noël, la coupe de sapins, etc.

- Monsieur Ignacio Carrera : environ, 38 heures
- Madame Valéria Moreno: environ, 110 heures
- Monsieur Antoine Gaudreault, 20 heures
- Monsieur Jonathan Juneau, 10 heures

Nous remercions aussi les membres du Conseil d'administration qui ont effectué plus de 250 heures de bénévolats.

**Total : 390 heures.**

## Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale annuelle a eu lieu le 17 novembre 2021 en présentiel et 32 personnes ont assisté dont la majorité était des jeunes. Lors de cette assemblée, les personnes présentes avaient la possibilité de poser des questions. Elles ont pu prendre connaissance du rapport annuel, des états financiers et elles ont aussi participé à l'élection et à la réélection des membres du Conseil d'administration pour l'année 2021-2022. Une présentation « PowerPoint » a été réalisée pour un meilleur visuel, mais aussi pour mieux voir les réalisations des jeunes.

## L'équipe d'animation

L'équipe de travail œuvre avec divers intervenants d'organismes externes ou avec des professionnels de milieux variés qui, tout comme nous, ont à cœur le bien-être des jeunes. Ces partenariats s'illustrent, entre autres, comme des ateliers de prévention et/ou de projets et des formations reçues.

L'équipe joue un rôle primordial dans notre mandat en Santé et Service Social. Elle accueille, motive, anime le milieu, écoute et fait de la relation d'aide auprès des jeunes. L'établissement d'une bonne relation est un facteur essentiel dans le développement personnel.

## Entends-moi

La Maison des jeunes a la chance de compter sur une équipe stable, un petit répit concernant le roulement du personnel. En effet depuis le mois de décembre 2020, nous avons Madame Maude Chevalier qui travaille à temps plein et possède les qualités pour voir au bon fonctionnement de la Maison des jeunes. Elle met l'énergie pour développer notre mission, elle est accueillante et chaleureuse. Nous avons aussi en renfort Manuela Valverde Aria, qui travaille avec nous depuis plus d'un an à temps partiel. Elle aussi, elle a à cœur le bien-être des jeunes, toujours soucieuse et à l'écoute. Notre toute dernière qui s'est jointe à nous est Ève Barrette, joviale, qui veut apprendre et aider.

Une équipe, qui avec le temps développe une bonne complicité, ce qui profite aux jeunes de la MDJ.

## Actuellement l'équipe est composée

- Maude Chevaliers (DEC en travail social) membre de l'équipe depuis décembre 2020.
- Aliane Roy (étudiante en éducation spécialisée) membre de l'équipe depuis avril 2021
- Manuella Valverde Aria (étudiante à Université concentration BAC Orientation) membre de l'équipe depuis le mois d'août 2021.
- Madame Ève Barette : (étudiante en psychologie) membre de l'équipe avril 2022
- Michel Boissel (DEC en éducation spécialisée) et coordonnateur depuis avril 1994.

## Diverses formations reçues par l'équipe cette année

- Formation secouriste ;
- Formation sur les pensées négatives et envahissantes ;
- Radicalisation et médias sociaux ;
- Formation travail de parc offert par la ville ;
- Comité femme immigrante ;
- Formation radicalisation ;
- Formation face au miroir (Sexplique).

## Autoformations

- Rappel de l'importance de maintenir un milieu sain (covid 19).
- Apprentissage du logiciel WIX.
- Apprentissage du logiciel imprimante 3D.
- Obtention du permis pour véhicule de 15 passagers

## Voici ce que les jeunes nous disent

Nous avons le privilège d'entendre et de voir au quotidien ce que les jeunes recherchent en fréquentant la ressource ;

- Elle me permet de me trouver des occupations quand je ne sais pas quoi faire de mon temps.
- L'équipe est toujours présente quand j'ai besoin de parler de tout et de rien d'important.
- À la MDJ, c'est le (fun) il y a beaucoup d'activités, de projets pour moi. Je peux découvrir de nouvelles personnes et qui deviennent de nouveaux amis.
- J'avais hâte d'avoir l'âge pour venir à la MDJ.

## Entends-moi

- Lorsque je suis à l'extérieur de chez moi, comme à l'école, je suis timide et je ne vais pas vraiment vers les autres, mais à la maison des jeunes, c'est tout le contraire. Je peux être qui je suis et dire ce que je pense.
- Ma Maison des jeunes m'apporte un sentiment d'appartenance. Je m'y sens bien et en confiance. Il y a toujours quelqu'un pour nous tendre l'oreille.
- À la MDJ, j'ai fait plusieurs projets qui me rendent fier.
- Ici, l'équipe s'efforce d'en faire un milieu où nous sommes bien.

**Les jeunes viennent sur une base volontaire, ils ont des besoins individuels différents, mais de groupe également.**

## Vie démocratique

La démocratie est devenue un système politique dans lequel la souveraineté est attribuée aux citoyens qui l'exerce :

- Lors de la dernière année, les jeunes ont pu s'exprimer lors d'élection fédérale, mais aussi municipales. Ils ont participé au programme d'électeur en herbes (un parcours qui se déroule dans le contexte d'une vraie élection).

La Maison des jeunes ne serait pas ce qu'elle est aujourd'hui sans l'importance de la démocratie au sein de notre **mission**. Elle se traduit souvent par la mise en place de divers comités qui engendrent de réelles discussions et qui amènent les jeunes à se mobiliser, à faire des choix sur des activités ou encore de projets. Les jeunes sont en tout temps invités à s'exprimer afin de donner leurs opinions pour le vivre ensemble de la Maison des jeunes.



## Prévention et sensibilisation

Encore cette année de Covid 19, nous avons sensibilisé les jeunes sur l'importance de développer de bonnes habitudes sanitaires recommandées par la Santé Publique et de bonnes habitudes de vie saine.

Nous avons créé à quelques reprises des balados, des vidéos et des articles de prévention (que vous pouvez retrouver sur notre site web, notre page Facebook et notre chaîne YouTube.) Par exemple,

- Le temps des fêtes (Denise se raconte)
- Les relations amoureuses au fil du temps
- L'entrepreneuriat, comment ouvrir son propre restaurant
- Podcast sur la Côte d'Ivoire
- Podcast avec l'organisme Dysphasie

**Visiter notre site web pour voir et entendre.**

**Articles parus sur notre site web : par notre jeune rédactrice Rose-Marie Cantin.**

- Pourquoi l'hiver
- Ta santé mentale dans le temps des fêtes
- Les relations saines et malsaines
- Mois de la nutrition



## Entends-moi

- Inclusion sociale

### **Visiter notre site web pour voir et entendre.**

Nous sommes intervenus directement auprès de certains jeunes et/ou des groupes sur des sujets préoccupants selon leurs besoins individuels ou pas.

- Relation avec les pairs/ gestion de conflits ;
- Difficultés familiales ;
- Intimidation ;
- Anxiété/performance scolaire ;
- Identité sexuelle.
- La malbouffe ;
- Le respect ;
- L'amitié ;
- La solitude.
- Toxicomanie ;
- Covid 19.
- L'isolement dans le temps du Covid 19.
- Immigration
- Image de soi

### **Notre milieu de vie a offert, durant cette dernière année, divers ateliers de prévention et de sensibilisation**

- L'atelier « risque du cycliste » sensibilise l'utilisateur sur sa vulnérabilité et sur l'importance de l'équipement (protection + visibilité). En partenariat avec le service de police et avec un exercice pratique, les participants ont pris conscience qu'en fonction de leur positionnement sur la chaussée, ils peuvent ne pas être vu par les autres usagers de la route;
- Prévention sur l'environnement; ramassage de déchets sur le bord de la rivière de Cap-Rouge.
- Atelier les hommes viennent de Mars et les femmes viennent de Vénus.
- Atelier de pâtisserie (création de biscuits chinois) sur les relations amoureuses à la Saint-Valentin;
- Concours de jeux vidéo; prévention sur la dépendance aux écrans.
- Atelier de création d'une murale préventive avec l'artiste Juan Gomez.
- Atelier antistress en canot.
- Atelier de cuisine avec les jeunes de l'organisme Dysphasie Québec.
- Concours de cuisine; prévention des saines habitudes de vie.
- Atelier sur la perception de soi.
- Sensibilisation à la pauvreté dans le monde (envoi de cadeaux en Côte d'Ivoire).
- Atelier de prévention avec Miel Québec
- Atelier sur la démocratie (élection municipale avec l'organisation indépendante l'institut du Nouveau Monde.)

Entends-moi

### **Fréquentations des membres**

Les jeunes fréquentant la Maison de jeunes proviennent principalement de l'ancien territoire de Cap-Rouge et viennent sur une base volontaire. Nous avons également des jeunes provenant de Sainte-Foy.

**\*Nous avons rejoint** beaucoup plus de jeunes comparativement aux dernières années.

### **Plusieurs facteurs expliquent cette tendance**

#### **Notre présence au parc des Sources**

- Nous avons été présents deux jours par semaine, de mai à septembre 2022.
- Nous avons rejoint plus de 100 jeunes.

#### **Présence à l'école de Rochebelle**

- Nous avons continué à animer sur l'heure du midi des activités sportives et autres à l'école de Rochebelle de 2021 à 2022 à raison d'une fois par semaine,
- Nous avons rejoint environ 180 jeunes.

#### **Autres raisons**

- L'évènement d'Halloween pour les citoyens durant 4 jours, 150 personnes sur inscription.
- L'évènement de notre premier village du Père-Noël pour les familles de Cap-Rouge pendant 4 jours, 120 personnes
- L'évènement de la chasse aux cocos de Pâques pour les familles (30 familles).

#### **Nous avons actuellement**

- Nous sommes heureux de vous mentionner que nous comptons 97 membres, dont 77 nouveaux jeunes, cette année.
- La moyenne est sensiblement la même que l'an passé, par période d'ouverture soit environ 9 jeunes avec de plus en plus de monde les fins de semaine.
- Nous avons rejoint un peu plus que l'an passé soit près 585 jeunes pour l'ensemble de nos services offerts dans la communauté.
- L'âge varie entre 11 ans et 17 ans.
- Nous avons autant de garçons que de filles qui sont venues sur une base journalière.
- Nous avons également été sollicités par les parents beaucoup plus souvent que les autres années.
- Nous avons rejoint plus de 90 parents qui sont venus s'informer de nos services et de nos divers accompagnements.

### **HEURES D'OUVERTURE DE LA MAISON DES JEUNES**

Les heures d'ouverture sont modulées en fonction des besoins des jeunes en semaine.

- Il y a 270 périodes d'ouverture durant l'année scolaire ;
- Il s'ajoute 64 périodes durant l'été.
- Pour un total durant l'année 334 périodes.
- Le nombre d'heures d'ouverture en moyenne durant l'année est de 1224 heures ;
- Durant l'été, il y a 264 heures d'ouverture.

## Entends-moi

- Pour un grand total ; 1488 heures.
- Par ailleurs, d'autres périodes d'accessibilité sont offertes comme pour des rencontres individuelles ou encore des rencontres pour des comités ou des projets.

## Période scolaire (septembre à juin)

- Nous sommes ouverts pour un total de 25h15 par semaine

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Total
Fermé	16h30/20h30	16h30/20h30	16h30/20h30	16h30/20h30	9h/17h	24h
École : sept à	Novembre 22	12h-13h15				1h15
	Mars à juin.					
Grand total						25.15.

## Période estivale

Nous sommes ouverts pour un total de 33 heures par semaine.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h -17h	9h-17h	9h à 17h			Fermé
Présence Parc			18h-22h30	18h30-23h	Fermé

- Nous sommes également ouverts pendant presque toute la période des Fêtes de fin d'année et pendant le relâche scolaire.
- Nous avons été également présents au parc des Sources du mois de mai au mois d'août et septembre, le jeudi et le vendredi.
- Nous avons été également présents à l'école de Rochebelle le mercredi de 12h à 13h15 du mois de septembre à fin novembre et de mars à juin.

## Une MDJ enracinée dans sa communauté

Depuis 1985, notre organisme a toujours été impliqué dans la communauté et bien que nous soyons dans une période de COVID 19, nous n'avons pas fait exception. Les jeunes, par leur participation, contribuent à l'essor de la communauté et ils apprennent ainsi à devenir de bons citoyens. L'engagement citoyen permet d'augmenter le sentiment d'appartenance des jeunes à leur communauté. Il est toujours possible de voir notre implication en visitant notre site web et notre page Facebook.

## Visibilité et promotion

## Entends-moi

Nos moyens de visibilité technologiques sont : notre page Facebook, Instagram, le site web, les vidéos promotionnelles, les affiches, les courriers informatifs aux parents, les animations sur l'heure du midi à Rochebelle,

## Nous avons :

- Fait avec les jeunes notre événement d'Halloween pour les citoyens.
- Organisé avec les jeunes notre premier village du Père Noël pour les citoyens.
- Orchestré une chasse aux cocos de Pâques avec les jeunes pour les familles de la communauté ;
- Participé au premier marché public de Cap-Rouge durant l'été pour aider les organisateurs et les commerçants ;
- Animé diverses activités sur l'heure du midi à l'école secondaire de Rochebelle.
- Invité diverses personnes de différents horizons de la communauté pour participer à nos enregistrements de Balados avec les jeunes.
- Écrit des chroniques préventives pour la population et nous les avons rendues disponibles sur le site web. Les sujets portaient sur la santé mentale, l'importance de se voir en famille dans le temps des fêtes, le Covid19, sur l'inclusion sociale, les relations saines et malsaines, la saine alimentation, etc.
- Participé au dîner spaghetti du Club Lions Cap-Rouge, Saint Augustin
- Contribué au lancement du projet : *jamais sans mon casque à Saint-Augustin*.
- Aidé au programme liaisons jeunesse de la Ville de Québec au parc des Sources et au parc Kiwanis pendant la période estivale pour développer une meilleure cohabitation citoyenne avec les adolescents.
- Collaboré avec la Maison Léon-Provancher au travers de deux balados et plusieurs activités.

**Nous sommes heureux de nous impliquer dans la communauté. Cela nous permet d'avoir une belle visibilité de notre organisme auprès des citoyens. Bien que le Covid-19 était encore présent, cela ne nous a pas empêché de rester présent, créatif, engagé auprès de nos concitoyens.**

- Nous faisons paraître également nos informations sur notre compte Instagram.
- Une nouveauté cette année, nous avons fait plusieurs « direct » sur notre page Facebook lors de nos événements.
- Nous envoyons par courriel notre calendrier du mois et divers documents en fonction des activités et autres pour les jeunes et les parents chaque mois.
- Nous alimentons régulièrement la page Facebook (réseau de Cap-Rouge) publique de la Maison des jeunes afin que les citoyens puissent prendre connaissance de nos réalisations et y participer.
- Cette année, nous avons collaboré au programme Liaison Jeunesse dans le but d'améliorer la cohabitation entre ados et citoyens dans deux parcs ; parc des Sources et parc Kiwanis.
- Nous avons participé à un samedi au marché de Cap-Rouge durant l'été afin d'aider les organisateurs et les commerçants.
- Nous avons participé à l'événement de la fondation de l'école des Bocages sur invitation de notre députée, Madame Geneviève Guilbault.
- Nous avons fait un vidéo de promotion de nos deux événements (Halloween, village du Père Noël et la chasse aux cocos de Pâques).

## L'implication des jeunes

## Entends-moi

Nous sommes convaincus que toutes les activités, projets, ateliers de prévention et autres, augmentent les connaissances chez les jeunes et cette prévention aide à devenir des citoyens critiques actifs et responsables.

Pendant l'année, nous réalisons, avec les adolescents, différents types de projets et d'activités et/ou préventifs qui s'insèrent dans l'une ou l'autre des catégories suivantes :

- La prévention et la sensibilisation
- Les activités socioculturelles
- Le sport et les loisirs
- L'événementiel
- L'autofinancement

## Les objectifs recherchés

- S'affirmer et développer l'estime de soi ;
- Développer des habiletés sociales ;
- Prendre en charge des activités de loisir et des projets ;
- Découvrir son potentiel créatif ;
- Acquérir davantage d'autonomie financière vis-à-vis des parents ;
- Développer la fierté des jeunes.
- Etc.

**Il y a également d'autres types d'activités qui permettent aux jeunes de développer leur affirmation de soi et leur estime personnelle.** La participation des adolescents à ces activités et projets les amène aussi à développer peu à peu un sentiment d'appartenance à la Maison des jeunes, et c'est souvent une étape importante avant d'en arriver à s'engager davantage.

- L'Assemblée générale annuelle ;
- La décoration de la MDJ pour diverses occasions ;
- Les jeux de société ;
- Le ménage au quotidien de la MDJ et saisonnier ;
- Les soupers communautaires ;
- Des moyens de financement, comme les canettes par exemple., sapins, vente de fromage, vente de roses, etc.
- Le quotidien permet de développer la confiance en soi des jeunes et d'être en contact avec ses pairs.

## Les projets

### L'animation sur l'heure du midi

Pour une seconde année consécutive, les intervenants des Maisons de jeunes de Cap-Rouge et de Sainte-Foy développent un calendrier d'activités pour les étudiants de l'école de Rochebelle sur l'heure du dîner. L'objectif principal est de diminuer les tensions, l'irritabilité des jeunes dû à la Covid-19 et l'isolement que la crise sociale a créé.

Lors de l'année 2021-2022, ce sont 180 jeunes qui ont été rejoints. Le projet a été financé par la Table d'actions préventives jeunesse de l'Ouest. 23.

### Ateliers de cuisine et concours de cuisine

## **Entends-moi**

Cette année encore, nous avons dû nous adapter aux mesures sanitaires dictées par la Santé Publique. Le projet visait à développer chez les adolescents un attrait pour la cuisine et les saines habitudes de vie en plus de participer à contrer le gaspillage alimentaire. Les jeunes sont allés au supermarché acheter les aliments nécessaires au concours tout en découvrant de nouveaux aliments, saveurs, tout en respectant le budget. En effet, notre organisme bénéficie du soutien du IGA des Sources qui nous offre des denrées alimentaires. Ainsi, les jeunes apprennent à cuisiner des repas complets et équilibrés. Au mois de mai, les jeunes ont participé à un concours puisqu'ils étaient outillés pour y participer. Nous avons près de 20 jeunes qui ont participé aux ateliers de cuisine du mois de janvier jusqu'au mois de mai à raison de deux fois semaine. Il y avait une forte demande de leur part.

## **Projet Balado**

Pour une deuxième année consécutive, nous avons continué l'enregistrement de nos Balados.

Le projet vise à développer des habiletés de communication et une ouverture sur le monde pour comprendre les différents métiers, les différentes causes qui leur tiennent à cœur et bien d'autres sujets. Les sujets enregistrés ont été :

- Le temps des fêtes (Denise se raconte)
- Les relations amoureuses au fil du temps
- L'entrepreneuriat, comment ouvrir son propre restaurant
- Podcast sur la Côte d'Ivoire
- Podcast avec l'organisme Dysphasie Québec

Nous tenons à remercier spécialement tous nos invités d'avoir participé à nos balados.

## **Projet jardin**

Six ans plus tard, ce projet mobilise les jeunes et ces derniers participent autant à la plantation des semis, à l'arrosage et à la récolte des légumes. Cette année, nous avons pu vendre auprès de quelques citoyens, notre récolte d'ail et de légumes bios. Ce projet s'inscrit dans le développement de saines habitudes de vie. Nous avons planté de l'ail, des haricots verts, de la salade, des choux de Savoie, des tomates, du thym, du persil, de l'aneth, des concombres, des courges, des pommes de terre, des carottes et des courgettes.

## **Projet de dons pour les enfants de la Côte-d'Ivoire**

Le projet de la Côte d'Ivoire a permis de sensibiliser les jeunes de notre milieu de vie à la réalité que vivent les enfants de ce pays. Notre but était de faire participer les jeunes d'ici à cette bonne cause en collectant du matériel scolaire, des vêtements pour les enfants et des jouets pour les plus petits. Contrairement à ce que nous pensions, le transport a pris un peu plus de temps et pour contrer ce retard, nous avons envoyé des photos personnalisées avec des images de Québec pour leur souhaiter un bon Noël et pour leur dire qu'il y avait des cadeaux qui les attendaient. Les jeunes de ce pays étaient très heureux, nous pouvons le constater sur notre site web en regardant la vidéo fait sur place.

## **Jeu sur les droits des jeunes**

## Entends-moi

Cette année encore, nous sommes à l'étape du développement de ce projet qui a mobilisé plusieurs partenaires. Notamment, l'illustrateur André Gagnon, le groupe communautaire Alter Justice, la police de Québec, pour ne citer que ceux-là.

Les jeunes ont participé à la création de 350 questions à ce jeu de cartes, mais aussi dans un « focus groupe » pour valider le contenu des questions.

Notre but est que les jeunes comprennent leurs droits comme jeunes citoyens. Ils vont pouvoir jouer entre eux et développer leurs connaissances sur leurs droits et devoirs tout en s'amusant. Il y a encore plusieurs étapes à réaliser et notre souhait, c'est qu'il soit prêt pour l'été 2023.

## Programme Liaison jeunesse de travail de milieu

Le but principal de la présence d'un travailleur de milieu/de parc dans ces parcs est de créer des liens à court, à moyen et à long terme avec les jeunes et éventuellement pouvoir les sensibiliser sur le respect du matériel, des installations du parc, des environs et de les accompagner au besoin. Nous avons établi des liens avec nos partenaires du réseau que ce soit avec la ville de Québec, la police, les travailleurs de rue, mais aussi avec les surveillants de parc. Nous avons été présents de la fin du mois de mai au mois de septembre.

## Création de la murale préventive « Entends-moi »

L'idée est de susciter l'intérêt des jeunes à l'égard de la prévention sous toutes les sphères de développement de l'adolescence.

Il s'agit d'un projet à travers lequel les jeunes travaillent sur les notions de respect de chacun et de sociétale. En cela, il s'agit d'un projet artistique, culturel, mais également pédagogique regroupant plusieurs jeunes ayant le goût de développer leurs arts. La mural se veut un projet collectif afin de permettre à un plus grand nombre de jeunes de s'exprimer. Ce projet ne serait pas possible sans l'artiste **Juan Gomez** et la participation financière du programme de médiation culturelle de la Ville de Québec.

**La murale se veut un moyen de sensibilisation auprès des jeunes et diffuser des messages de prévention liés à différentes difficultés que l'on rencontre pendant la période de l'adolescence.**

**Voici la liste de thème que nous retrouvons sur la fresque :**

- Amour
- Sexualité
- Violence
- Amis
- Famille
- Drogue
- Identité sexuelle
- Intimidation
- Taxage
- La dépendance aux écrans.
- L'image de soi.
- L'anxiété le jeune.

Entends-moi

- L'immigration
- Isolement.

## **Voyage au Japon**

Les jeunes ont décidé, à la fin de l'été 2021, d'organiser un voyage au Japon pour l'été 2022. Le groupe voulait vivre une expérience culturelle dans un monde très différent du nôtre, tant sur le plan historique, géographique, linguistique et sociologique. Tout au long de ces mois, les rencontres ont permis de créer un esprit de groupe. Les jeunes ont dû s'impliquer activement. Il y avait des réunions, des moyens de financement, des recherches actives sur le pays. Ils devaient aussi faire des choix de lieux de façon démocratique, changer de pays à cause des problématiques liées au Covid-19 au Japon, mais aussi à New York comme deuxième alternative suggérée par eux, et pour finalement la troisième destination réaliste au Canada était Toronto et Niagara pendant toute une semaine. Ce périple a permis aux jeunes de développer leur autonomie et leur fierté, l'échange lors des différentes rencontres (2 fois semaine), leur capacité d'adaptation et de vivre ensemble, de ne pas abandonner. Au travers ce périple, ils ont vécu une belle expérience de vie.

## **Concours de jeux vidéo**

C'est à l'initiative des jeunes qu'il a été décidé d'organiser un concours de jeux vidéo.

Notre but : profiter de ce concours pour en faire de la prévention et sensibilisation sur la dépendance aux jeux vidéo.

Le groupe a pris en charge toutes les étapes : Trouver la salle et son aménagement, préparer un atelier de prévention, trouver des prix et organiser la remise de prix, trouver les styles de jeux appropriés, s'assurer que nous ayons tout le matériel nécessaire, développer les règlements pour le jeu, le respect en premier lieu, développer le tableau de pointage, développer des affiches, animer le concours, s'assurer de la diffusion en direct sur notre page Facebook, participer à la discussion de l'atelier et le visionnement d'un vidéo de prévention. Ils ont pris en charge le déroulement de la journée. Tous les jeunes en sont sortis très heureux et souhaitent qu'il y ait une deuxième édition. Le concours a regroupé 30 jeunes durant toute une journée.

## **Nos événements de l'année pour les citoyens de Cap-Rouge**

Notre but pour ces trois événements ; Halloween, village du Père Noël et la chasse aux cocos de Pâques était une occasion de mettre en valeur tout le potentiel des jeunes, d'offrir une visibilité et de montrer la participation citoyenne des jeunes envers les citoyens de tous les âges. Ils ont par participé à plusieurs rencontres au fil des mois, comme pour la création de vidéos promotionnels, d'affiches promotionnelles, développement de scripts, de jouer des rôles, de participer activement aux décorations, cuisiner pour les occasions et en même temps développer un esprit d'entraide entre eux. Les citoyens ont pu s'apercevoir de tout leur potentiel et de discuter avec eux. Nous remarquons que les jeunes apprécient beaucoup ces évènements, car ils découvrent leurs talents.

## **Représentations et concertations**



## Entends-moi

La Maison des jeunes demeure attentive à maintenir, à élargir et à développer des liens étroits de concertation avec des acteurs communautaires et institutionnels. Nous participons activement à divers comités qui ont eu lieu au cours de la dernière année.

**Le Régional des Maisons de jeunes de Québec** est le regroupement des Maisons de jeunes de la grande région de Québec, de Portneuf à Charlevoix. C'est un réseau d'échanges privilégiés qui permet aux membres de discuter, de se questionner et de réfléchir aux réalités des jeunes. Les rencontres se sont déroulées sur la plateforme Zoom.

## Comité immigration Sainte-Foy–Sillery-Cap-Rouge

Le Comité immigration Sainte-Foy–Sillery-Cap-Rouge est composé d'organismes à but non lucratif de la Ville de Québec, des Centres de santé et services sociaux, centre Local d'emploi, de l'école de Rochebelle, des entreprises et des citoyens. Notre but est le mieux-être des personnes immigrantes du territoire. Nous faisons partie activement du **comité de bienvenue** organisé pour les nouveaux immigrants afin de les informer sur les services offerts de l'arrondissement.

## La Table d'Actions Préventives Jeunesse (TAPJ)

La table de concertation qui a pour but le mieux-être des jeunes âgés de 10 à 18 ans<sup>1</sup> du territoire Sainte-Foy, Sillery, Cap-Rouge, Saint-Augustin et L'Ancienne-Lorette.

Échanger sur les réalités des jeunes du territoire

- Initier, soutenir ou réaliser des actions concertées pouvant offrir une réponse aux besoins des jeunes ;
- Faire ou promouvoir la prévention de la toxicomanie chez les jeunes de 10-18 ans ;
- Offrir de la formation aux membres.

Nous avons développé un partenariat avec Dysplasie Québec ensemble, diverses activités pour les jeunes de notre milieu.

## Un terrain propice pour faire progresser la cause des jeunes de la communauté

- La Santé Publique pour ses formations offertes ;
- La ville de Québec et ses programmes ;
- L'école de Rochebelle (département en francisation) ;
- Le Centre jeunesse l'Escale ;
- Magasin d'alimentation IGA des Sources ;
- Le Mouvement des Services à la communauté ;
- Maisons Léon Provancher.
- Alter Justice
- Dysphasie Québec
- SPA de Québec.
- La police de Québec
- Équijustice de la Capitale nationale.
- La médiation culturelle.
- La table d'action préventive de l'ouest.

Entends-moi

## **DES PARTENAIRES FINANCIERS POUR RÉPONDRE AUX BESOINS DES JEUNES**

Nous souhaitons remercier sincèrement toutes les institutions, personnes et tous les organismes qui ont soutenu financièrement et/ou par le prêt de locaux, la Maison des jeunes du Cap-Rouge. Par votre contribution et votre disponibilité, nous avons été à même de réaliser une multitude d'activités et de projets qui visaient à atteindre nos objectifs.

- MSSS (PSOC) Ville de Québec / gouvernement fédéral (EEC) / Députée Madame Geneviève Guilbault, les citoyens de la communauté pour le don de canettes et de bouteilles, IGA des Sources du Cap-Rouge. Le club Lion de Cap-Rouge Saint-Augustin ; le député fédéral Joël Lightbound / Les chevaliers de Colomb / Madame Christine Pépin, donatrice pour le voyage à Toronto / Caisse Desjardins de Cap-Rouge-Saint-Augustin / Entente de développement culturel ville de Québec/ Table d'action préventive jeunesse de l'ouest.

## **ORIENTATIONS POUR 2021-2022**

- Continuer de développer des outils d'intégration pour le personnel ;
- Continuer de développer le potager collectif et écologique ;
- Événement d'Halloween, de Noël et de Pâques.
- Cours de cuisine et concours
- Les ateliers de prévention pour les jeunes ;
- Voyage au Japon;
- Continuer la rédaction d'infolettre et en développer un nouveau format ;
- Présence active et engagement dans les divers comités jeunesse et autres ;
- Participation aux diverses formations qui nous sont proposées ;
- Panneau d'affichage électronique extérieur, en cours de réalisation ;
- Jeux de société sur les droits des jeunes, projet en cours de réalisation ;
- Participer au développement du village du père Noël pour les citoyens ;
- Continuer la réalisation du projet de dons pour les enfants de la Côte-d'Ivoire ;
- Développer avec l'organisme Dysphasie Québec des ateliers en commun ;
- Développer des Balados en partenariat avec l'organisme la maison Léon Provancher.
- Développer des ateliers de prévention dans le cadre de L'Après-Classe.

## **Ajouts durant l'année :**

- Le comité de bienvenue ;
- Le projet artistique « Entend moi » ;
- **Qui n'a pu se concrétiser :** Participation aux Hivernales du Cap-Rouge.

## **Orientation pour année 2022-2023**

- Continuer de développer des outils d'intégration pour le personnel ;
- Continuer de développer le potager collectif et écologique ;
- Événement d'Halloween, de Noël et de Pâques ;
- Concours de cuisine ;

## Entends-moi

- Les ateliers de prévention et sensibilisation pour les jeunes ;
- Relâche au chalet;
- Continuer la rédaction d'infolettre, de balados ;
- Création de vidéo adaptées aux nouvelles familles immigrantes (en espagnol, en portugais, en anglais et sous-titré en français) ;
- Présence active et engagement dans les divers comités jeunesse et autres ;
- Participation aux diverses formations qui nous sont proposées ;
- Panneau d'affichage électronique extérieur ;
- Jeux de société sur les droits des jeunes ;
- Création du village du père Noël pour les citoyens ;
- Création d'une boîte aux lettres du Père Noël pour les jeunes et moins jeunes pour échanger sur ce qu'ils vivent ;
- Réalisation du projet humanitaire pour l'Ukraine ;
- Développer avec l'organisme Dysphasie Québec des ateliers en commun ;
- Deuxième édition du concours de jeux vidéo ;
- Club de lecture ;
- Développer notre salle de gym et le programme de mise en forme ;
- Finaliser la murale préventive ;

## Financements :



## Dons pour la Côte d'Ivoire



Voici un lien vers notre chaîne YouTube pour écouter nos podcasts



youtube.com  
Présentation de la Maison Léon-Provancher



Le temps des fêtes avec Denise



Podcast sur la Côte d'Ivoire



Dysphasie Québec - Bref, c'est nous



Bref, c'est nous - Kevin Landry, propriétaire du restaurant Colibri

### Projet jardin



### Jeu sur les droits des jeunes



## La murale (Entend moi)



## Concours de jeux vidéo



## Notre présence dans la communauté





### Projets :



### Nos événements de l'année pour les citoyens de Cap-Rouge





**Les jeunes viennent sur une base volontaire, ils ont des besoins individuels différents, mais de groupe également.**



**Ateliers de cuisine et concours de cuisine**





