



Satellite

Organisme en prévention
des dépendances



Rapport annuel 2015-2016

Parce que la prévention passe
par la passion!

Introduction

L'année 2015-2016 se termine et je suis fière des accomplissements de l'organisme. À la suite de l'an dernier où nous avons développé de nouveaux projets, nous avons pu faire les ajustements nécessaires et les offrir à plus grande échelle. La réponse des écoles et des organismes fut excellente, de sorte que nous avons rencontré au cours de l'année plus de 2600 personnes de tout âge.

De plus, l'équipe s'est agrandie pour la période du mois d'août à janvier avec l'arrivée de Vincent Lepage comme stagiaire en éducation spécialisée du Cégep de Saint-Hyacinthe. Vincent a notamment contribué à la levée de fonds, aux tables de concertation, à la rencontre des écoles pour la planification des ateliers, mais surtout, il a créé un atelier pour les élèves de 1^e secondaire sur l'anxiété de performance.



DE GAUCHE À DROITE : VINCENT LEPAGE, STAGIAIRE, GABRIELLE LEMONDE, DIRECTRICE, MARIE-ÉLAINE CHICOINE, INTERVENANTE

Loin de ce que nous avons prévu, nous avons reçu des demandes de plusieurs organismes et institutions, de sorte que l'atelier fut adapté pour des clientèles variées, comme les jeunes mamans, les adultes en réinsertion professionnelle, les personnes analphabètes, les jeunes adultes au collégial et encore. Ceci nous a permis d'établir des contacts avec des milieux où nous n'étions jamais allés. L'équipe de Satellite remercie chaleureusement Vincent pour ses services et le félicite pour l'implication dont il a fait preuve tout au long de son stage.

Merci également au conseil d'administration qui veille à la réalisation du plan d'action et au bon fonctionnement de l'organisme.

Je tiens également à souligner l'excellent travail de Marie-Élaine Chicoine, intervenante-animatrice, qui démontre un intérêt et une passion pour son travail qu'on ne peut passer sous silence.

Sur ces bons mots, je vous laisse à la lecture de nos réalisations qui vous raviront!

Gabrielle Lemonde
Directrice

Le conseil d'administration

Le conseil d'administration est composé de cinq membres qui se sont impliqués toute l'année pour faire rayonner Satellite. Le conseil est donc composé de :

1. Julie Vermette, présidente
2. Marie-Christine F. Vallières, vice-présidente
3. Richard Gingras, secrétaire
4. Christian Richard, trésorier
5. Luc Martinet, administrateur
6. Vacant
7. Vacant



DE GAUCHE À DROITE : LUC MARTINET, CHRISTIAN RICHARD, MARIE-CHRISTINE F. VALLIÈRES, JULIE VERMETTE, RICHARD GINGRAS

Mot de la présidente

Voilà une 24^e année qui se termine pour Satellite qui, au fil du temps a beaucoup évolué. De petit organisme sans domicile fixe, nous sommes devenus plus grands et plus matures et plus diversifiés. Même que pour la première fois, nous avons accueilli un stagiaire en technique d'éducation spécialisée qui a passé quelques mois avec nous et a même légué un nouvel atelier.

De plus en plus, nous sommes reconnus dans la population maskoutaine et notre directrice fait en sorte que l'organisme rayonne aussi dans le milieu communautaire non seulement de la région de Saint-Hyacinthe mais aussi à travers tout le Québec.

Notre équipe passionnée a su offrir une grande diversité d'ateliers en lien avec les dépendances à une large clientèle autant dans les écoles primaires, secondaires, auprès des parents de ces élèves et au sein d'organisme de la région.

Je suis fière de ce que nous devenons en tant qu'organisme et j'espère que les prochaines années seront à l'image de celle qui vient de se terminer avec des dizaines de nouvelles idées pour se renouveler comme notre équipe sait si bien le faire.

Merci à l'équipe de bénévoles du conseil d'administration qui, tout au long de l'année ont été présents et impliqués pour tracer la direction de l'organisme et appuyer nos employés. Merci aussi au comité organisateur de la 3^e édition de Déguste ton don, notre événement de levée de fonds qui fut encore une fois une grande réussite.

MISSION et territoire

Satellite est un organisme à but non lucratif qui œuvre par divers moyens à prévenir les dépendances et à favoriser l'adoption de saines habitudes de vie chez les jeunes dans leurs milieux scolaire, familial et communautaire. Il outille également les gens de l'entourage de ces jeunes afin qu'ils puissent bien les accompagner.

L'organisme déploie sa mission sur l'ensemble du territoire maskoutain, ce qui couvre une partie du territoire du CSSS Richelieu-Yamaska et la majeure partie du territoire de la Commission scolaire de St-Hyacinthe, à l'exception de quelques écoles primaires et une école secondaire qui se retrouvent sur le territoire de la MRC d'Acton. Au total, Satellite est en mesure de desservir les 23 écoles primaires et 7 écoles secondaires privées et publiques se trouvant sur son territoire.

Objectifs de l'organisme

- Contribuer au développement d'habiletés personnelles et sociales chez les jeunes qui leur permettront d'adopter de saines habitudes de vie;
- Informer et sensibiliser les jeunes, leur entourage et la population sur les dépendances avec une approche de type promotion de la santé et réduction des méfaits;
- Outiller les parents et l'entourage des jeunes afin qu'ils deviennent à leur tour des agents de prévention;
- Faciliter la communication entre les parents et les enfants sur les sujets en lien avec la consommation;
- S'impliquer dans la communauté à travers des activités de vie associative, des projets de concertation et du soutien entre les organismes;

- Rendre accessible l'information sur la toxicomanie, les nouvelles recherches, la consommation responsable, les ressources d'aide et plus, afin d'être un organisme pivot en mesure de référer les gens au bon endroit en fonction de leur besoin.

Offre de services

Mon ami Caméléon

Mon ami Caméléon est un programme qui le développement de la connaissance de soi et de son rôle dans un groupe d'ami. La clientèle cible étant les élèves de deuxième année du primaire, Mon ami Caméléon vient introduire le sujet de la connaissance de soi qui sera réinvesti en sixième année avec Prévenir pour mieux grandir.

Les jeunes sont amenés à discuter avec le groupe sur comment entretenir une amitié, comment la perdre, les qualités d'un bon ami, lesquelles ils possèdent.

Ensuite, ils créent une agence de rencontre d'ami en remplissant une fiche d'inscription qui sera insérée dans un carnet qui restera disponible et ouvert dans la classe.

Finalement, l'atelier se termine par la réalisation d'un bracelet de l'amitié. Celui-ci leur servira à relever le défi de la semaine : entrer en contact avec une nouvelle personne en lui offrant un bracelet de l'amitié.

Cet atelier a été créé l'an dernier, mais n'a pu être offert cette année.

Dompte ton stress

Depuis environ 3 ans, plusieurs personnes nous demandaient si nous avons un atelier sur le stress pour les enfants du primaire. Nous avons un atelier sur la gestion des émotions pour les élèves de 6^e année, mais il semblait y avoir une demande pour aller rencontrer les élèves plus jeunes, spécifiquement sur le stress. Nous avons donc créé un atelier sur mesure concernant le sujet, qui s'adresse aux élèves de 4^e année du primaire. Nous avons eu l'opportunité d'aller présenter le projet aux infirmiers et infirmières scolaire de la commission scolaire de Saint-Hyacinthe. Emballés par notre projet, ils nous ont aidés à en faire la promotion au moment opportun, soit pour eux, juste avant la période des vaccins (ce qui est un grand stress pour les enfants).

L'atelier a donc pour but que les enfants identifient les situations qui leur font vivre du stress, bon ou mauvais, qu'ils repèrent les signes physiques liés au stress et surtout qu'ils trouvent des moyens pour le contrôler. L'atelier se termine avec la fabrication d'une balle anti-stress avec laquelle ils pourront repartir.

Nombre de groupes rencontrés : 5

Prévenir pour mieux grandir

Objectif général : Favoriser chez les jeunes de 11-12 ans l'adoption d'habitudes de vie saines et sécuritaires.

Objectifs spécifiques :

- Apprendre aux élèves le processus pour faire des choix éclairés en fonction de leur personnalité, de leurs goûts et intérêts, des avantages et des inconvénients ainsi que des conséquences positives et négatives pouvant en découler.
- Outiller les jeunes pour résister à la pression.
- Identifier différents moyens de gérer ses émotions.
- Préparer les jeunes à leur entrée au secondaire.
- Créer un rite de passage du primaire au secondaire avec les parents et les élèves.

Stratégie de prévention :

Le programme *Prévenir pour mieux grandir* priorise une approche globale en prévention, en tenant compte du vécu et de la réalité des jeunes. Les stratégies utilisées sont l'influence (donner une information juste), le développement des compétences personnelles et sociales (par le biais de mises en situation et de jeux de rôles) et l'inclusion de l'entourage de l'enfant pour renforcer son réseau de soutien en vue de la période de changement qui s'en vient.

Clientèle ciblée :

Les élèves de 6^e année des écoles primaires situées sur le territoire du CSSS Richelieu-Yamaska se trouvant dans la MRC des Maskoutains.

Thèmes des activités pour le volet 6^e année :

1. La gestion des émotions

2. L'influence et la résistance aux pressions
3. La prise de décision
4. Le passage du primaire au secondaire
5. Soutenir pour mieux prévenir (atelier parents-enfants, après l'école)

Approche :

Développer des compétences à l'aide d'ateliers interactifs utilisant des mises en situation, des discussions, des jeux de rôles, des techniques d'impact, etc.

Pour la fin de l'année scolaire 2014-2015, sur les 13 écoles qui ont pris les activités du programme, nous avons eu la participation de 6 écoles pour Soutenir pour mieux prévenir. Merci aux directions et aux enseignants de nous aider à réaliser ce projet qui a eu un grand succès, autant auprès des élèves que de leurs parents. En termes de chiffres, nous avons rejoint plus de 350 personnes lors de ces 6 ateliers.

Depuis le mois de mai 2015, le programme est financé par Santé Canada. Cette source de financement et d'accompagnement dans le développement du projet nous permettra d'en faire l'évaluation en collaboration avec une consultante externe pour l'année scolaire 2015-2016. Ainsi, les premières données seront disponibles en juillet 2016.

Nous sommes également dans l'élaboration d'une toute nouvelle plate-forme web qui accompagnera le programme afin que les élèves puissent faire des activités de réinvestissement du contenu, de façon ludique et volontaire, sur le net. Le lancement de la plate-forme est prévu pour le début avril.

Pour 2015-2016, les écoles suivantes ont accepté de nous recevoir dans leurs classes, ce qui nous permettra de rencontrer 292 élèves : Lafontaine, Des Passereaux (Maurice-Jodoin), Roméo-Forbes, L'Assomption, La Petite Académie, De la Rocade, St-Damase, Saint-Pierre, Saint-Charles-Garnier, Au-Cœur-des-Monts.

Boisson énergisante

L'atelier *Boisson énergisante, une potion magique?* d'une durée d'une heure par groupe a pour objectif de démystifier le contenu de ces boissons énergisantes. À l'aide de question des professionnels et de la participation des jeunes, les élèves se retrouvent plongés dans une réflexion sur les effets réels de ces produits. De plus, en manipulant les canettes et en discutant avec l'animatrice, les jeunes sont confrontés aux différentes

techniques de marketing utilisées spécifiquement pour cibler les jeunes. Finalement, l'atelier se termine en proposant aux élèves une recette maison de boisson énergétique.

Nombre de groupes rencontrés : 19

L'atelier sur les boissons énergisantes a également été animé sous forme de kiosque à l'Institut de technologie agroalimentaire (ITA) et au Cégep de Saint-Hyacinthe ainsi qu'en atelier de discussion au Service d'intégration en milieu de travail maskoutain (IMTM), rejoignant ainsi une centaine de jeunes adultes.

Un amour en cage

L'atelier *Un amour en cage* a été conçu pour aborder le sujet de la dépendance affective. L'atelier débute en abordant les besoins de chacun en ce qui a trait à l'intimité, l'engagement et la passion. On poursuit en présentant les signes d'une relation saine et les signes d'une relation malsaine avec et sans dépendance affective. Pour concrétiser ces notions, et mieux comprendre la dynamique d'une relation où la dépendance affective est présente, nous analysons des mises en situation avec les élèves. Pour terminer, on rappelle les notions de gestion des conflits et donnons quelques conseils sur l'utilisation des réseaux sociaux après une dispute ou une rupture. Finalement, nous présentons les ressources d'aide du milieu y compris les intervenants de l'école.

Nombre de groupes rencontrés : 15

Fêtez sans perdre la tête

Fêtez sans perdre la tête est un programme qui vise la prévention de la conduite en état d'ébriété et plus précisément dans le cadre des bals et après-bals. Ce programme s'inscrit dans une continuité avec la simulation d'accident qui a lieu chaque année à Saint-Hyacinthe. En rencontrant les élèves de 5^e secondaire des écoles de la région, nous renforcerons le message de la prudence et de la sobriété au volant. Nous irons donc dans le même sens que la simulation d'accident qui sera l'activité qui complètera cette tournée de prévention bal/après-bal.

Pour ce faire, le programme veut que l'organisme se joigne à Justice Alternative et à la Sûreté du Québec pour coanimer et faire rencontrer aux jeunes des gens de différents organismes afin d'accroître la crédibilité du message. Munis de bracelets lumineux, de lanières, de cartes d'urgence, de musique endiablée, de trottinettes, de lunettes Fatal Vision et de volonté, nous avons rencontré presque tous les élèves des écoles secondaires de la région, à l'exception de ceux des écoles Casavant et Raymond, pour un total de 856 élèves rencontrés.

Objectifs du programme :

- Sensibiliser les jeunes à ne pas conduire en état d'ébriété;
- Inciter les jeunes à trouver des alternatives pour rentrer chez soi de façon sécuritaire lorsqu'ils ont consommé;
- Sensibiliser les jeunes à la consommation responsable;
- Informer les jeunes des conséquences entourant la conduite en état d'ébriété.

Le programme sera déployé à nouveau en avril 2016, et cette fois, toutes les écoles ont prévu nous recevoir.

Trop c'est comme pas assez

Comme mentionné dans le mot d'introduction, l'atelier « Trop c'est comme pas assez » a été développé par Vincent Lepage, stagiaire en éducation spécialisée. Le sujet de l'atelier : l'anxiété de performance. Il s'agit d'un phénomène de plus en plus courant et la revue de littérature faite par Vincent a confirmé nos dires, c'est-à-dire que l'anxiété de performance est très présente chez les adolescents et les jeunes adultes. Puisque nous agissons en prévention des dépendances, il était tout à fait approprié d'offrir cet atelier aux élèves de 1^e secondaire qui débutent leur adolescence. Il s'agit donc d'une prévention universelle. À notre surprise, plusieurs organismes ont sollicité Vincent pour aller rencontrer leur clientèle. L'atelier a été adapté à plusieurs réalités.

Objectifs : identifier les signes physiques de l'anxiété et les impacts de celle-ci sur la vie courante. Trouver des moyens adéquats pour gérer son anxiété. Partager ses trucs avec les autres et en découvrir des nouveaux.

Nombre de groupes rencontrés : 12

Activités ponctuelles

La vente trottoir

Pour la première fois, Satellite a participé à la vente trottoir du 8 au 11 juillet 2015 à la place du Marché. Nous avons fait déguster à une centaine de personnes des cocktails sans alcool, le but étant de faire penser aux gens d'offrir également des boissons non alcoolisées lors des partys.

Kiosque pour la semaine de prévention de la toxicomanie

Nous avons été invités par l'ITA durant la semaine de prévention de la toxicomanie à venir faire un kiosque sur la consommation responsable d'alcool. Nous avons rencontré une quarantaine de jeunes qui se sont renseignés sur les équivalences de consommation, le coma éthylique, les mesures d'urgence et le lendemain de veille.

Kiosque sur les boissons énergisantes

En fin de session, les jeunes adultes du Cégep se trouvent à devoir faire un sprint final et conjuguer les études intensives avec leur travail et leurs loisirs. Bien déterminé à ne rien mettre de côté, certains d'entre eux tentent de s'aider à rester éveiller, et si possible concentrés, avec les boissons énergisantes. Constatant le phénomène, le Cégep de Saint-Hyacinthe a fait appel à nos services pour aller à la rencontre de leurs étudiants en leur donnant des informations justes sur les effets réels et le contenu des boissons énergisantes. Plusieurs personnes avaient des questions très pertinentes et pointues sur le sujet, ce qui nous a démontré la pertinence de cette action.

Rédaction de Capsules Parents

La table de concertation jeunesse ayant un espace chaque semaine pour publier une chronique pour les parents, Satellite se porte volontaire chaque année pour en faire quelques une. Nous avons donc pu publier à quatre reprises dans le journal local.

Service de raccompagnement pour l'après-bal

En collaboration avec l'école de conduite Formation 2000, nous avons fait une soirée de raccompagnement pour les finissants de 5^e secondaire qui célébraient au bal et à l'après-bal. 28 bénévoles étaient présents pour contribuer à ce que nos jeunes rentrent chez eux en toute sécurité. Merci!

Concertation sur l'alimentation

Encore une fois avec la table jeunesse, les organismes du territoire ont constaté le vide de service offert aux jeunes de moins de 18 ans pour l'accès à du dépannage alimentaire. Plusieurs organismes se retrouvent à pallier à ce besoin de façon ponctuelle, mais il n'existe pas de ressource pour les aider. La réflexion autour de ce problème s'est également étendue aux personnes de moins de 35 ans et aux familles de la classe moyenne qui sont de plus en plus nombreuses à demander de l'aide dans les banques de dépannage alimentaire, mais qui, dépendant des critères d'admission (ex : être sans emploi ou un seuil maximum de revenu mensuel) ne sont pas admissibles. L'organisme Satellite s'est donc joint au nouveau comité de concertation qui s'est donc mis en branle pour mettre en œuvre des actions pour contrer cette faille. Le comité, ayant pris naissance en mars, en est encore à l'étape de l'élaboration d'un plan d'actions et de priorités.

Déguste ton don

Une troisième édition de notre levée de fonds annuelle qui fut à nouveau délicieuse. 5 duos de chefs ont participé bénévolement à notre souper. Chaque équipe a conçu un plat sur mesure pour l'événement. Ils ont osé et ont su surprendre les papilles de nos dégusto-donneurs et donnatrices.

Merci à tous de votre participation et merci spécialement aux chefs qui chaque année rendent mémorables l'événement et contribuent à faire rayonner l'organisme. Les chefs ayant participé sont : Anthony Lussier du Bistro V, Stéphane Camirand du Holiday Inn Longueuil, Éric Bellemarre de L'Artisan du Manoir, Richard Marquis de L'Espègle, Véronique Prévost de l'Empanaché, Annie St-Germain de Gâteaux Etc., Jérémie Pilon de la Table Champêtre La Rabouillère, Mathieu Cloutier du Kitchen Galerie, Étienne Desmarais et Yan Garzon de chez Les instruments Testek.



Merci également à l'auteure-compositrice-interprète De Courval pour la musique et à Guillaume Pineault pour l'animation.

Satellite, membre et impliqué!

- Membre et président du *Regroupement des organismes communautaires autonomes jeunesse du Québec* (R.O.C.A.J.Q.)
- Membre de la *Table régionale des organismes communautaires en Montérégie* (T.R.O.C.M.)
- Membre et administrateur de la *Corporation de développement communautaire* (C.D.C. des Maskoutains)
- Membre de la *Table de concertation jeunesse* et siège au comité de coordination de la table
- Membre des *Organismes en prévention des dépendances en Montérégie* (O.P.D.M.)
- Membre du *Comité local de prévention de la toxicomanie*
- Membre du *Solidarité populaire Richelieu-Yamaska*
- Représentant des organismes communautaires au comité MELS – MSSS

En s'impliquant sur différents comités, *Satellite* souhaite être constamment bien au fait des enjeux actuels, exemple : la persévérance scolaire, la réussite éducative, mais aussi au courant des enjeux politiques tel que la réforme de l'aide sociale, la nouvelle politique jeunesse, le rehaussement du financement des organismes communautaires et la reconnaissance des organismes sur les différents paliers gouvernementaux. *Satellite* participe donc activement aux actions des regroupements dont il est membre.

De plus, avec le comité local de prévention de la toxicomanie, nous avons travaillé avec une approche systémique à rejoindre les adolescents, les parents et les personnes significatives. En lien avec ces dernières, nous avons entre autres, proposé une formation aux chauffeurs d'autobus et nous avons rédigé un chapitre du cahier de charge des chauffeurs qui paraîtra dans le cahier de l'année scolaire 2016-2017. Les adolescents ont été invités à faire des bandes dessinées sur la thématique de l'année « C'est pas con de dire non » qui peut également être interprétée en « C'est pas con de prendre position ». D'autres jeunes ont écrit des textes de réflexion sur leur parcours de consommation. Un lancement de ces œuvres aura lieu le 6 avril 2016 au 1855, rue Cascades où les parents sont invités à venir regarder les bandes dessinées, lire les textes et une soirée de création

de bande dessinées leur sera également proposée au cours du mois d'avril afin d'ajouter à leur tour leur couleur à la thématique.

Formation et perfectionnement

La direction a participé au programme Leadership au féminin, financé par la Conférence régionale des élus de la Montérégie-Est. Le programme s'est échelonné sur un an et lui a permis de développer son leadership par des techniques de communication, des ateliers pratiques, le développement d'une vision.

L'équipe a participé à un webinaire sur la cigarette électronique, offert par l'université de Sherbrooke, afin de faire un état des connaissances.

De plus, Marie-Élaine a reçu la formation du Petit Pont pour participer à la rédaction des réponses aux lettres écrites par les jeunes participants au projet collectif de la table de concertation jeunesse le « Courrier des jeunes ».

Orientations

Les orientations 2016-2017 sont en continuité avec ce qui a été amorcé en 2014-2015-2016, soit de poursuivre l'implantation d'un programme de prévention échelonner sur le plus de niveaux possibles, en considérant nos ressources humaines et financières. Les demandes d'ateliers au primaire augmentent et nos programmes sont de plus en plus connus. Nous axerons donc nos efforts en ce sens tout en gardant la vision d'un continuum d'intervention misant sur les facteurs de protection et en s'arrimant avec l'approche « École en santé ». En termes de nombres d'écoles ou nombre de groupes à rencontrer, veuillez consulter le tableau des prédictions suivantes :

Programmes	Réel 2015-2016	Objectifs 2015-2016
Mon ami Caméléon – 2 ^e année	0	5 groupes
Dompte ton stress	5 groupes	10 groupes
Prévenir pour mieux grandir – Soutenir pour mieux prévenir – 6 ^e année	10 écoles	15 écoles
Prévenir pour mieux grandir... au secondaire! (2 ateliers incluant Trop c'est comme pas assez) – 1 ^e secondaire	0 (en développement pour l'automne)	9 groupes

Boisson énergisante, une potion magique? – 2 ^e secondaire	19 groupes	15 groupes
Un amour en cage – 4 ^e secondaire	17 groupes	15 groupes
Fêtez sans perdre la tête – 5 ^e secondaire	32 groupes	32 groupes

Nous désirons également continuer la belle collaboration que nous avons développée cette année avec les autres organismes communautaires, c'est-à-dire d'aller rencontrer la clientèle des organismes et d'adapter nos ateliers à leurs besoins.

En ce qui concerne les implications sociales, Satellite demeure à l'affût des diverses activités des regroupements dont nous sommes membres. Nous désirons continuer d'exercer notre rôle au sein du comité local en prévention de la toxicomanie et prendre une part active dans les projets.

Nous sommes également financés par Santé Canada ce qui nous permet de faire l'évaluation du programme Prévenir pour mieux grandir – Soutenir pour mieux prévenir avec une évaluatrice professionnelle. Nous voulons mettre beaucoup d'énergie sur le développement de ce programme qui obtient de belles réussites depuis les dernières années et qui ne cesse de s'améliorer.

Finalement, nous fêterons nos 25 ans d'existence au cours de l'année 2016. Pour le souligner, nous profiterons de la 4^e édition de Déguste ton don pour en faire un moment de festivité.