



**RAPPORT ANNUEL
POUR 2022-2023**





Mot de la présidente

Au cours de l'année 2022-2023, le conseil d'administration s'est mobilisé afin de poursuivre les services offerts et développer des nouveaux services et activités afin de répondre aux besoins des membres.

En 2022-2023, du soutien et des ateliers ont été offerts à des personnes concernées par la violence sexuelle. L'organisme a tenu une 5e série d'ateliers : Prendre sa place : l'équilibre entre prendre soin de soi et des autres. Il a mis sur pied un nouveau groupe de parole pour des situations particulières et a offert quelques rencontres de groupe de parole et de pratique à la suite des ateliers Prendre sa place. Une première activité de ressourcement a été organisée dans le cadre de la Journée internationale des femmes.

Des actions concernant le volet hébergement se sont poursuivies dont l'implication sur le comité logement de la région et aux Habitations Solid'Aires de Blainville. Des références à du logement coopératif ont été effectuées.

Un énorme merci à tous et toutes qui ont apporté une contribution monétaire, en services, en temps et en écoute, et ce, tout au cours de l'année. Merci pour votre implication et votre soutien.

Cette précieuse collaboration avec la communauté permet à des personnes ayant vécu de la violence sexuelle d'accéder à un mieux-être.

Estelle Caron, présidente

A propos

Historique

Le projet d'un milieu de vie pour les femmes ayant vécu de la violence sexuelle, auparavant nommé Projet Arc-en-ciel, a été rêvé, il y a de ça une dizaine d'années, par Martine et Estelle. Le CALACS-Laurentides a été le premier porteur du projet. Depuis le 29 mai 2017, l'organisme Un toit pour se reconstruire est incorporé et indépendant. Il souhaite offrir des services complémentaires à ceux déjà offerts dans la communauté.

Mission

En collaboration avec la communauté, offrir des ressources afin que les personnes ayant vécu de la violence sexuelle accèdent à un mieux-être. Sensibiliser la population à la problématique afin de soutenir les personnes concernées et prévenir la violence sexuelle.

Objectifs

- Offrir un milieu de vie et des services aux personnes ayant vécu de la violence sexuelle
- Offrir des services d'hébergement aux personnes ayant vécu de la violence sexuelle
- Sensibiliser la population à la problématique de la violence sexuelle et aux moyens de la prévenir.

Logo¹



Le **concept visuel** est à la fois sobre, apolitique et non genré. La couleur grise, associée à l'autonomie, reflète la neutralité, le calme et la douceur. Le turquoise représente le sentiment de pureté associé au moi profond. Il évoque aussi un côté rafraîchissant allié à la liberté, la nouveauté et l'expérimentation. Cette couleur est thérapeutique et suggère la régénérescence, les besoins de changement, d'évolution et de transformation.

Le **nom** de l'organisme fait partie intégrante du logotype. La couleur turquoise entourant le **TOIT** met l'accent sur la personne au cœur de sa démarche.

La **maison** de forme carrée, solide avec ses soutiens extérieurs, se veut un endroit sécuritaire, une référence, un lieu d'ancrage et d'aide. Elle représente le milieu de vie envisagé avec des services adaptés et éventuellement l'hébergement pour personnes ayant vécu de la violence sexuelle.

La maison symbolise aussi l'être humain dans sa globalité et fait référence à ses dimensions intérieures et extérieures, à ses forces, aux aspirations qu'il porte ainsi qu'aux réalisations auxquelles il aspire.

La **porte ouverte** réfère tant à l'accueil et à l'accompagnement offerts par l'organisme qu'au soutien extérieur provenant de la communauté et de d'autres ressources. Elle symbolise la personne au centre de sa démarche et de sa transformation. Elle démontre également l'ouverture aux changements, à l'expérimentation et à la création. La **cheminée** représente la présence humaine, l'énergie qui circule et la notion de mouvement. Les pointillés évoquent les étapes de cheminement et la diversité des chemins.

¹ Logo conçu par Caroline Bédard, KB Communication

Une approche globale

Un toit pour se reconstruire privilégie une approche globale. La personne est considérée dans les différents aspects et sphères de sa vie.

Cette approche tient compte non seulement des conséquences, mais également de l'ensemble de son histoire, de son expérience de violence sexuelle et des différentes manifestations de sa mémoire traumatique. Elle vise à lui offrir différents accompagnements, outils et services afin qu'elle développe ses ressources et accède à un mieux-être.

L'organisme vise à fournir

Un lieu adapté aux besoins des personnes ayant vécu de la violence sexuelle en offrant :

- Un milieu de vie pour les personnes victimes de violences sexuelles
- Un milieu de formation pour stagiaires et membres de la communauté
- Un milieu d'implication pour la communauté
- Et éventuellement un hébergement temporaire, d'urgence, de répit et du logement social

Nos valeurs

Collaboration

Les membres, les intervenantEs, les organismes et la population sont invitéEs à participer à une œuvre commune pour le mieux-être des personnes ayant vécu de la violence sexuelle dans un élan d'entraide et de solidarité. Le projet de milieu de vie et d'hébergement s'articule autour de la collaboration avec le milieu.

Collaboration

Respect

Ouverture

Intégrité

Équité

Respect

Des relations interpersonnelles épanouissantes et des collaborations enrichissantes impliquent le respect de soi et des autres. La violence sexuelle implique nécessairement un non-respect. Un toit pour se reconstruire veut soutenir la personne dans une démarche impliquant le respect de son histoire, de son vécu, de son rythme afin de permettre des choix éclairés.

Ouverture

La collaboration et le respect impliquent aussi l'ouverture à la diversité, aux idées nouvelles, à la volonté d'expérimenter, d'imaginer, d'exprimer et de créer. Elle se démontre entre autres par l'écoute, l'accueil, la flexibilité et l'adaptation aux changements.

Intégrité

La violence sexuelle affecte l'intégrité psychologique et physique, vient ébranler l'identité, les repères et la façon d'entrevoir l'avenir. Un toit pour se reconstruire souhaite favoriser l'expression des émotions, la présence à son corps, la prise en compte de ses besoins afin de permettre la reconnexion avec soi et les autres.

Équité

En opposition à l'exploitation ou aux rapports inégaux au cœur de la violence sexuelle, Un toit pour se reconstruire favorise des rapports le plus égalitaires possibles prenant en compte les forces et les limites de chacun. L'organisme souhaite offrir des opportunités de se développer afin d'accéder à un mieux-être.

L'organisme

Corporation

Assemblée générale annuelle : 7 juillet 2022

10 personnes présentes

Administration – gestion

- Rencontres du Conseil d'administration : 7
- Rapports d'impôt
- Modifications au Registraire des entreprises
- Tenue de livres

Communication

- Présentation de l'organisme aux participantes des ateliers

Vie associative

- Recrutement de membres, contacts et invitations :
 - 36 renouvellements
 - 9 nouvelles membres de soutien

Au 31 mars 2023 :
44 membres de soutien
1 membre associé

Les services

Aide directe

- Support et écoute téléphonique : 18 personnes et 7 proches
- **Prendre sa place** : l'équilibre entre prendre soin de soi et des autres
 - **Ateliers** : série de 9 rencontres virtuelles
 - ✓ Hiver 2022-2023 : 7 femmes
 - **Groupe de pratique mensuelle** : 11 participantes
 - ✓ 2 rencontres virtuelles pour un total de 14 présences
- **Adaptation** d'ateliers en format familial : Destination pacifique
- **Groupe de parole** : 7 participantes
 - 2 rencontres virtuelles pour un total de 10 présences
- **Groupe de parole situations particulières** : 3 participantes et 2 membres
 - 2 rencontres virtuelles pour un total de 9 présences

Au total 14 personnes ont participé aux rencontres de groupe de pratique et de parole.

Activité de ressourcement

- Dans le cadre du 8 mars, Journée internationale des femmes - Activité virtuelle sous le thème : Célébrons les héroïnes
 - 9 participantes

Volet Hébergement

- Rencontres
 - Comité logement MRC de Thérèse-De-Blainville
 - AGA Habitations Rive Gauche
 - Habitations Solid'Aires
- Références à des coopératives d'habitation

Les milieux

Milieu de formation

- L'organisme est un milieu de formation continue

Milieu d'implication

8 bénévoles se sont impliqués dans différentes sphères :

- Administration et gestion
- Communication
- Conception de documents
- Recrutement de membres et bénévoles
- Recherche de financement
- Soutien et écoute téléphonique
- Conception d'ateliers
- Adaptation d'ateliers en format familial
- Participation à diverses rencontres, présentations, ateliers, formations, comités

MERCI

à toutes les personnes
qui se sont impliquées
d'une façon ou d'une
autre

Don de livres

La maison d'édition de Boeck Supérieur a offert gracieusement deux livres en lien avec la dissociation.

La communauté

Participations

- Comité intersectoriel en agression sexuelle des Laurentides : 3 rencontres
- Atelier de sensibilisation sur le Trouble dissociatif d'origine traumatique par Systèmes Caméléons
- Conférences
 - Reconstruire et améliorer vos relations par Spiralis
 - L'estime de soi chez les jeunes par Suzanne Vallières
 - Apprendre à reconnaître et négocier son stress par Sonia Lupien
- Nuit des sans abri de la MRC de Thérèse-De Blainville
- Webinaire : Le sextage chez les jeunes : comprendre, prévenir et intervenir
- Par Centre de services de Justice réparation :
 - Communauté de pratique : 1 rencontre
 - Les proches des personnes incarcérées avec l'organisme Relais-Famille
 - La radicalisation et les crimes haineux

Formations reçues

- Approche interculturelle handicap immigration de l'Association multiethnique pour l'intégration des personnes handicapées
- L'Empreinte de Vie par l'Institut Biocoaching

Témoignages

Voici quelques partages de participantes à la suite de leur expérience à l'activité de ressourcement du 8 mars 2023.

Cette activité a eu un impact très énergisant et enrichissant. J'ai connecté à l'espérance d'un avenir prometteur. J'ai hâte à une prochaine.

J'aimerais souligner le positivisme et le sentiment de connexion que j'ai eu lors de cette rencontre. J'aime retrouver des femmes et être témoin de leur parcours. Aussi, ça me permet de me situer et de voir mon chemin parcouru. J'ai même reçu un commentaire qui me laissait comprendre que je pouvais être inspirante. C'est très encourageant et motivant.

Témoignages de participantes aux ateliers Prendre sa place et aux rencontres de groupe

Comprendre notre langage intérieur est primordial surtout dans les cas où des gens ont eu du pouvoir sur nous et qui nous ont invalidé. Il faut nous donner le droit de ressentir et de valider ce que l'on vit pour freiner ceux qui veulent le faire à notre place. Prendre sa place pour se permettre de vivre nos rêves et notre plein potentiel.

Merci pour cet atelier qui a continué de solidifier ma fondation qui n'a pas été solide dès mon enfance et pour mieux comprendre ces émotions taboues tel que la colère, la peur et surtout la culpabilité.

Remerciements

À tous les bénévoles, membres ainsi qu'à toutes les personnes qui ont collaboré d'une façon ou d'une autre. Merci pour votre implication, votre contribution en temps, en don de livres et en argent.

Votre soutien permet à l'organisme de poursuivre sa mission auprès des personnes ayant vécu de la violence sexuelle et nourrit l'élan du cœur des membres du conseil d'administration et autres personnes impliquées.

À toutes les personnes qui ont participé aux ateliers et rencontres de groupe, merci pour votre participation, votre authenticité et votre confiance.

Merci !



Coordonnées

untoitpoursereconstruire@gmail.com

514-688-5644

CP 680004 BP Blainville, Québec J7C 4Z4