



RAPPORT D'ACTIVITÉS 2025-2026

**MILIEU DE VIE
L'ANCRAGE**

Préambule: L'année du renouveau

L'année qui vient de s'écouler a été celle d'une véritable métamorphose. Initiée par une pause stratégique en mars 2025, notre restructuration nous a permis de repenser l'organisme dans sa globalité pour mieux servir notre communauté.

Ce processus a culminé avec une étape charnière : notre réouverture officielle en novembre 2025, marquant le début d'une ère nouvelle.

Au-delà des transformations matérielles, c'est un véritable ancrage communautaire que nous avons souhaité bâtir : un espace aussi accueillant qu'inclusif, où chaque détail a été pensé pour favoriser la dignité et l'épanouissement.

Grâce à ces rénovations majeures, nous avons façonné un environnement polyvalent qui permet aujourd'hui aux membres de se réapproprier les lieux. Quel privilège de les voir habiter de nouveau ces espaces ! Leur présence y fait rayonner cette chaleur humaine qui insuffle tout son sens à notre mission et confirme que le cœur de notre organisme bat désormais au rythme de ce renouveau.

Ce cadre modernisé devient le catalyseur d'une vision renouvelée. Il nous permet de déployer une offre de services en parfaite adéquation avec les besoins actuels, créant une synergie naturelle entre la convivialité de notre café de quartier, le dynamisme de nos activités de groupe et la bienveillance de notre volet de suivi individuel.

C'est donc avec une immense fierté et un enthousiasme renouvelé que nous entamons ce nouveau chapitre. Forts de ces bases saines, nous sommes impatients de poursuivre, à vos côtés, le développement de nos projets et de faire de notre milieu de vie un espace de solidarité toujours plus vibrant.

Mot de la présidence

Alors que mon mandat à la présidence du conseil d'administration du Milieu de vie L'Ancrage arrive à sa fin, je prends un moment pour mesurer le chemin parcouru au cours des deux dernières années.

Ce fut une période marquée par des transformations profondes, des décisions courageuses et un retour essentiel à notre mission première : offrir un espace humain, sécurisant et porteur de sens pour les personnes vivant avec des enjeux de santé mentale.

Je tiens à exprimer ma profonde gratitude envers notre directrice générale. Sa vision claire et sa capacité à mener de front des changements majeurs ont été déterminants.

Grâce à elle, nous avons non seulement recentré l'organisme sur sa raison d'être, mais nous avons aussi réalisé des rénovations majeures de nos locaux, permettant au Milieu de vie L'Ancrage d'offrir un environnement plus accueillant, plus fonctionnel et plus digne de la communauté que nous servons.

Sa détermination, son professionnalisme et son engagement indéfectible ont permis à l'organisme de franchir une étape cruciale de son évolution.

Je suis convaincue qu'elle continuera de guider le Milieu de vie L'Ancrage vers là où il doit être : un lieu vivant, pertinent et profondément ancré dans les besoins réels des personnes qui le fréquentent.

Je quitte mes fonctions avec le cœur rempli de fierté. Il reste encore beaucoup à accomplir, mais je pars avec une confiance totale : Le Milieu de vie L'Ancrage est entre de très bonnes mains, et sa mission continuera de rayonner.

Merci à toutes celles et ceux qui ont croisé ma route durant ce mandat. Ce fut un privilège d'être à vos côtés.

A handwritten signature in black ink, reading "Josée Landry-Gagnon". The signature is fluid and cursive, with the first name "Josée" and the last name "Gagnon" being more prominent than the middle name "Landry".

Josée Landry-Gagnon

Présidente du Conseil d'administration

SOMMAIRE



1. Présentation de l'organisme

2. Mission et valeurs

- Notre approche
- Nos services

3. Nos équipes

- Conseil d'administration
- Équipe de travail

4. Nos membres

5. Nos activités et fréquentation

- Activités
- Fréquentation activités - Milieu de vie - Rencontre individuelle
- Calendrier type
- En résumé

6. Représentation dans la communauté

7. Nos partenaires

8. Conclusion

1 PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

Notre histoire : un nouveau chapitre

Depuis 1991, notre organisme communautaire accompagne les adultes cheminant avec des enjeux de santé mentale. Initialement connu sous le nom de Service d'Entraide l'Espoir, l'organisme a entamé en 2025 une transformation majeure pour devenir le Milieu de vie L'Ancrage.

Ce changement d'identité reflète l'évolution naturelle de notre mission et l'élargissement de nos services. Plus qu'un simple changement de nom, il marque un tournant dans notre vision : passer d'un modèle d'aide ponctuelle à un véritable milieu de vie inclusif et dynamique.

Notre évolution en bref

- 1991 : Fondation et premiers services dédiés au soutien en santé mentale.
- 2025 : Transition vers Milieu de vie L'Ancrage, un modèle centré sur la communauté, l'autonomie et le pouvoir d'agir.

Un lieu pour s'ancrer et s'épanouir

Milieu de vie L'Ancrage est un espace sécurisant et accueillant où chaque membre peut reprendre confiance, cultiver son bien-être et tisser des liens durables. Notre priorité demeure la même depuis plus de 30 ans : offrir un milieu qui écoute, soutient et valorise le cheminement de chaque adulte vers une vie riche de sens et une pleine participation citoyenne.

2 Notre mission

Créer un milieu de vie soutenant et bienveillant, où chaque adulte peut cultiver sa santé mentale, son autonomie et son bien-être être, dans un environnement inclusif.

Nos valeurs

Au Milieu de vie l'Ancrage, nos valeurs ne sont pas que des mots. elles guident chacune de nos actions et nourrissent notre engagement au quotidien . elles reflètent ce que nous prôtons pour nos membres.

Notre approche

Notre espace se veut avant tout un lieu de loisirs, de socialisation, de détente et de ressourcement, où les membres peuvent se déposer, échanger et tisser des liens dans un cadre bienveillant et inclusif.

Nos quatre volets de services sont encadrés par notre équipe d'intervenants qualifiés et engagés envers la mission. Ils veillent à maintenir un climat de respect, d'écoute et de sécurité émotionnelle, tant dans les espaces informels du milieu de vie, que lors des activités planifiées ou des suivis individuels.

NOS SERVICES

Notre café

Un espace réservé aux membres, pensé pour se ressourcer et socialiser. On y retrouve une cuisine commune, un salon, une table de billard, du matériel d'art, des jeux et des livres. Les intervenants y soutiennent les échanges et encouragent la création de liens.

Le milieu de vie

Un lieu chaleureux pour briser l'isolement et créer du lien. On peut y lire, discuter, jouer, ou simplement profiter d'un moment agréable. Le café est aussi un plateau de travail : les participants y développent leurs compétences et leur confiance dans un cadre bienveillant. Des rencontres individualisées pour aborder une difficulté, se fixer des objectifs ou raviver sa motivation. Elles sont proposées sur une courte période, selon le rythme et les besoins de chacun.

Le suivi individuel

Nous proposons des ateliers adaptés et variés permettant à chacun d'explorer des passions, de développer ses compétences, s'outiller et cheminer.

Les membres peuvent aussi proposer leurs propres idées !

Nos ateliers

Nous proposons des ateliers adaptés et variés permettant à chacun d'explorer des passions, de développer ses compétences, s'outiller et cheminer.

Les membres peuvent aussi proposer leurs propres idées !

3 NOS ÉQUIPES

Conseil d'administration

Derrière la réouverture de nos portes en novembre 2025, il y a une équipe qui a travaillé fort dans l'ombre : notre conseil d'administration. Cette année 2025-2026 n'a pas été de tout repos, et nos administrateurs ont mis tout leur cœur, leur temps et leur énergie pour planifier et réussir cette belle relance.

S'assurer que l'organisme est bien géré, c'est une chose, mais notre CA va bien plus loin. Ce sont des personnes passionnées qui veillent à ce que nos activités fassent une réelle différence pour la santé et le bien-être de notre monde ici, dans la communauté.

Ce qui fait notre force, c'est notre belle diversité. Qu'ils viennent du réseau public, du privé, du milieu communautaire, nos administrateurs apportent chacun leur couleur et leurs idées dans un esprit super démocratique.

Un merci géant à vous tous pour votre précieux engagement bénévole. Sans vous, ce retour n'aurait pas été le même !



Josée Landry Gagnon
Présidente



Louise Dion
Vice Présidente



Mélissa Richard Joncas
Secrétaire



Sami Souleyman Dantat
Trésorier



Jean-François Bougie
Administrateur

ÉQUIPE DE TRAVAIL

Notre équipe : le cœur et l'énergie de l'organisme !

Derrière la réouverture officielle de nos portes en novembre 2025 et le vent de fraîcheur qui souffle sur l'organisme, il y a une formidable équipe de personnes passionnées qui unissent leurs forces au quotidien !

Tout commence par notre direction, qui a su piloter avec brio, vision et bienveillance toute la réorganisation nécessaire à cette belle relance. En gardant le cap sur notre mission de santé et de services sociaux, elle a su préparer le terrain pour que notre retour dans le milieu soit une réussite sur toute la ligne.

Sur le terrain, c'est notre extraordinaire équipe d'employées qui a pris le relais avec une énergie contagieuse ! Dès le premier jour, elles se sont retroussé les manches pour redonner vie à nos locaux, vous accueillir et faire vibrer notre milieu. Ce sont elles qui font battre le cœur de l'organisme au jour le jour, alliant avec brio professionnalisme, écoute et un brin de folie pour vous offrir un espace chaleureux où l'on se sent bien et soutenu.

Cette année de retrouvailles est le fruit d'une complicité unique entre la direction et l'équipe terrain. Un merci géant à toutes pour votre agilité, votre dévouement et votre amour profond de notre monde !

Découvrez les personnes de cœur qui font vivre l'organisme au quotidien :



Guylaine Bélanger
Directrice

Abigael Cyr
Intervenante

Sara Côté
Intervenante

4 NOS MEMBRES

Notre communauté en action : les membres au cœur du Milieu de vie l'Ancrage

L'ouverture officielle de notre milieu de vie en novembre 2025 a marqué le début d'un tout nouveau chapitre pour notre organisme. Depuis ce moment charnière, la vitalité de notre espace repose entièrement sur l'engagement, la diversité et la solidarité des personnes qui le fréquentent. En l'espace de quelques mois seulement, notre force collective a commencé à se bâtir autour de deux piliers essentiels de notre vie associative :

- Nos membres réguliers : Ils sont le cœur vibrant de notre quotidien. Par leur présence assidue, leur participation active aux activités et leur appropriation chaleureuse des lieux depuis l'ouverture, ils insufflent la vie à notre milieu et lui donnent tout son sens.
- Nos membres solidaires : Par leur adhésion, leur soutien moral ou leur implication bénévole, ils manifestent un attachement profond à notre mission. Ils renforcent notre ancrage dans la communauté et partagent pleinement nos valeurs d'entraide.

Ensemble, ils forment une mosaïque humaine tricotée serrée. C'est grâce à cette précieuse synergie, née dès les premiers jours de novembre 2025, que notre milieu de vie peut grandir, se stabiliser et offrir un espace d'accueil unique pour tous.

Catégorie	Nombre	Rôle au sein du milieu de vie
Membres réguliers	28	Participation active aux activités et présence au quotidien
Membres solidaires	7	Soutien à la mission, implication bénévole et appui moral

Secteur d'habitation	Haute Saint-Charles 65%	Québec autre 35%
----------------------	----------------------------	---------------------



5 NOS ACTIVITÉS

Dès notre réouverture en novembre 2025, notre priorité absolue a été de recréer des ponts, de rallumer les sourires et d'offrir des espaces chaleureux pour prendre soin de la santé mentale et globale de chacun. En seulement cinq mois, ce sont **28 activités** diversifiées qui ont pris vie dans nos locaux, offrant à notre communauté des moments précieux pour briser l'isolement, s'outiller et s'épanouir.

Voici un aperçu du chemin parcouru ensemble à travers nos différents volets :

Catégories d'activités

11 activités créatives et ludiques- Créer et s'amuser pour briser l'isolement

10 activités de participation collective - Se rassembler et s'entraider

4 activités éducatives - S'outiller pour l'avenir

1 activité de développement personnel et psychologique - Grandir et cheminer

1 activité de bien-être et ressourcement - S'accorder une pause douceur

1 sortie et activité spéciale - Célébrer la vie ensemble

44 Activités libres

Le cœur de notre engagement : « Qu'elles soient créatives, éducatives, collectives ou libres, chacune de ces activités a été pensée comme un baume pour l'esprit et un pas de plus vers une communauté solidaire, autonome et épanouie.

PROGRAMMATION TYPE

Pour donner vie à ce bilan et mieux illustrer le quotidien de notre milieu de vie, voici un aperçu de notre calendrier type d'activités. Il témoigne de la diversité des services offerts et de la régularité des moments d'échange partagés avec nos membres.

CALENDRIER						
MARS 2026						
Horaire: Lundi-mardi-jeudi: 9h30 à 16H Mercredi: 12h30 à 20h Vendredi: 9h30 à 14h						
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
FERMÉ 29	2	13h 3 Atelier de cuisine Riz frits tofu + pouding au riz (5\$)	Ouvert 4 12h 30 à 20h Billard	13h 5 Karaoke	6	FERMÉ 7
FERMÉ 8	Libre 9	13h 10 Exploration d'un budget	Ouvert 11 12h30 à 20h Billard	13h 12 Atelier de méditation et ressourcement	13 UNO/SKIPBO	FERMÉ 14
FERMÉ 15	13h 16 Film avec pop-corn	13h 17 Bingo musical Hitster	Ouvert 18 12:30 à 20h Billard	13h 19 Quand un livre nous parle	20 Dessin/mandala	FERMÉ 21
FERMÉ 22	23 Scrabble	24 Libre	Ouvert 25 12h30 à 20h Tournoi billard 13h	13h 26 Atelier brise-glace	13h 27 Bingo	FERMÉ 28
FERMÉ 29	13h 30 Café jasette	13h 31 Atelier de cuisine Je fais mon pain	Ouvert 1 12h30 à 20h Billard	13h 2 Atelier art musical	3 Casses-tête	FERMÉ 4



La cuisine collective, activité phare de l'année

L'atelier de cuisine collective a été le grand **coup de cœur** de l'année, s'imposant comme une activité essentielle de notre organisation. Bien plus qu'un simple moment de préparation culinaire, cet atelier a favorisé :

- **La solidarité** et le partage par la confection de repas économiques en commun.
- **Le lien social** en créant un espace d'échange et de convivialité.
- **L'autonomie** en valorisant les compétences de chaque participant.

En somme, cette initiative a su renforcer l'esprit communautaire en alliant fierté, partage et gourmandise.

NOS FRÉQUENTATIONS

Le Milieu de vie en chiffres : l'impact de nos actions

Derrière chaque statistique et chaque donnée de ce rapport annuel se cachent des visages, des histoires de résilience et des moments de partage. Notre action de la dernière année s'est matérialisée concrètement à travers trois grands piliers, dont la portée et l'assiduité se traduisent par les indicateurs quantitatifs présentés ci-dessous :

La fréquentation du Milieu de vie : Le reflet d'un espace d'accueil chaleureux, sécuritaire et inclusif, devenu un point d'ancrage quotidien essentiel pour briser l'isolement et tisser des liens de solidarité.

La participation aux Activités : Le dynamisme de nos initiatives collectives (créatives, éducatives ou récréatives) qui favorisent l'apprentissage, la mixité sociale et le pouvoir d'agir de nos membres.

Les Rencontres individuelles : L'importance de notre service d'accompagnement personnalisé, offrant une écoute active, confidentielle et un soutien adapté aux défis spécifiques de chaque personne.

Le tableau quantitatif qui suit témoigne de la vitalité de notre organisme et de l'importance de notre présence dans la communauté au cours de l'exercice :

Catégorie	Fréquentation	Heures moy.
Milieu de vie	228	2.5
Activités	53	2.5
Rencontre individuelle	17	1

6 REPRÉSENTATION DANS LA COMMUNAUTÉ

Collaboration et implication de partenaires

Parce que l'union fait la force, le déploiement de notre mission repose sur un écosystème de partenaires dévoués et complémentaires. Cette année, la collaboration et l'appui d'acteurs clés de la communauté ont enrichi nos actions et solidifié notre filet de sécurité sociale. Qu'il s'agisse de sécurité alimentaire, de soutien en santé mentale, de référencement ou d'accompagnement spécialisé, nous saluons l'engagement à nos côtés d'organismes essentiels tels que

- **Le Pavois,**
- **La Pieuvre,**
- **S'unir pour nourrir,**
- **Le Rucher,**
- **L'équipe du Suivi à intensité variable (SIV)**
- **Réseau D'éclaireurs**
- **Agir et**
- **le Petit Journal de Loretteville.**

Ensemble, nous unissons nos forces pour offrir un accompagnement global, digne et humain.

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à l'ensemble de ces partenaires pour leur maillage si porteur. Merci de mettre vos expertises en commun avec la nôtre et de faire équipe avec nous pour le mieux-être de notre communauté !

7 NOS PARTENAIRES - DONS

Programme de soutien aux organismes communautaires

Le maintien de nos activités régulières et le déploiement de nos espaces d'entraide ne sauraient être possibles sans l'apport précieux du PSOC. Ce partenaire de premier plan nous permet de consolider nos bases, de valoriser le travail de notre équipe et de faire vivre notre milieu communautaire jour après jour. **Merci pour votre contribution essentielle à notre mission d'entraide. Votre appui est au cœur de notre réussite !**

Très concrètement, cet appui à notre mission globale se traduit par la consolidation de trois piliers essentiels de notre quotidien :

- La permanence de notre équipe : Il permet d'assurer la stabilité d'une équipe de travail d'expérience, un élément clé pour maintenir le cap et guider l'organisme avec professionnalisme.
- La stabilité de nos heures d'ouverture : Ce financement garantit la régularité de nos horaires, assurant ainsi que nos espaces de vie restent un point d'ancrage fiable et constant pour la communauté.
- L'accessibilité de nos services de base : Il nous donne les moyens de préserver la gratuité et la simplicité d'accès à nos activités d'entraide, permettant à chacun d'en bénéficier en toute inclusion.

Bénévoles d'expertise

L'accompagnement par Bénévoles d'expertise s'est avéré un levier de développement inestimable pour notre gouvernance cette année. Ce maillage stratégique nous a permis de bénéficier de conseils professionnels de haut niveau, spécifiquement orientés vers la révision complète de nos règlements généraux et l'élaboration de notre plan stratégique. Grâce à ce regard externe expert et bienveillant, notre conseil d'administration et notre équipe de direction disposent désormais d'outils de gestion modernisés et d'une vision à long terme claire. Cet accompagnement rigoureux consolide nos assises et nous permet d'aborder l'avenir de notre milieu de vie avec une confiance renouvelée.

NOS PARTENAIRES - DONNS

Club Lions Québec Nord-Dons

Collaborer avec des partenaires engagés de notre communauté nous permet d'élargir la portée de notre mission d'entraide. En ce sens, le soutien du Club Lions Québec Nord témoigne d'une vision partagée du mieux-être social. Cette contribution représente un levier pour le maintien, mais aussi le développement de nos activités de proximité au cœur de notre milieu de vie.

Un sincère merci à nos partenaires et nos donateurs!



8 CONCLUSION

En posant un regard sur l'année qui vient de s'écouler, nous mesurons le chemin parcouru avec une profonde gratitude. Ce bilan témoigne de la résilience, de la créativité et de la solidarité qui animent notre communauté. Grâce à la consolidation de nos structures de gouvernance, à l'appui indéfectible de nos partenaires et à la générosité de notre réseau, nous terminons ce chapitre avec des assises plus solides que jamais.

L'année 2026-2027 s'ouvre devant nous comme un horizon d'action et de concrétisation. Forts de notre nouveau plan stratégique et de nos règlements généraux modernisés, nous amorçons ce prochain cycle avec une vision claire et une confiance renouvelée. Qu'il s'agisse de faire vibrer pleinement nos espaces de vie rénovés, de déployer nos projets d'économie sociale ou d'enrichir nos maillages de proximité, notre priorité demeurera la même : offrir un ancrage humain, digne et chaleureux. Ensemble, équipe, conseil d'administration, membres et partenaires, nous sommes prêts à écrire ce nouveau chapitre au bénéfice du mieux-être de notre communauté.

Merci pour votre précieuse confiance, et au grand plaisir de vous retrouver pour écrire les succès qui animeront notre prochain rapport d'activités !

L'équipe du Milieu de vie L'Ancrage

MILIEU DE VIE L'ANCRAGE

125 rue Racine, Québec, Québec G1P 2Z7

Contact : 418-842-9344

direction@mdvlanfrage.org

WWW.MDVLANCRAGE.ORG
