

**Maison des  
jeunes de Cap-  
Rouge la  
Symbiose**

**Rapport annuel  
2017-2018**



**Symbiose**

**Maison des jeunes de Cap-Rouge**



**Au service des jeunes  
de la communauté depuis 31 ans!**

## TABLE DES MATIERES

<b>Mot de la Présidente du Conseil d'administration</b> .....	1
<b>Mot du coordonnateur</b> .....	2
<b>La maison des jeunes</b> .....	3
Notre mission .....	3
Une approche globale privilégiée .....	3
Nos valeurs.....	3
Les objectifs recherchés par la MDJ .....	4
Ce que nous assurons à la MDJ.....	4
Les services offerts .....	4
<b>Vie associative et démocratique</b> .....	5
Le Conseil d'administration.....	5
L'équipe d'animation .....	7
Les membres .....	9
<b>Heures d'ouverture de la maison des jeunes</b> .....	10
Période scolaire .....	10
Période estivale.....	10
<b>Un milieu d'apprentissage</b> .....	11
Stagiaires .....	11
Équijustice.....	11
Implication bénévole .....	11
<b>Une MDJ enracinée dans sa communauté</b> .....	12
Visibilité de la Maison des jeunes au sein de la communauté.....	13
<b>Notre mandat en santé et services sociaux</b> .....	14
Activités de sensibilisation .....	14
Interventions directes.....	15
<b>La concertation</b> .....	16
Un terrain propice pour faire avancer la cause des jeunes.....	17
<b>L'engagement des jeunes</b> .....	17
Les objectifs recherchés .....	18
Les projets.....	19
<b>Orientations pour 2018-2019</b> .....	24
<b>Des partenaires importants pour répondre aux besoins des jeunes</b> .....	25
<b>La MDJ en images</b> .....	26



## **MOT DE LA PRÉSIDENTE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION**

L'année 2018 fut remarquable pour la Maison des jeunes de Cap-Rouge. L'équipe a de nouveau prouvé qu'elle a plus d'un tour dans son sac, et a su mettre les bouchées doubles afin de faire naître toutes sortes de projets dynamiques et uniques pour les jeunes. Ce ne fut pas de tout repos, et je salue les efforts de tous les membres de l'équipe d'animation et du Conseil d'administration pour leur implication. Le recrutement de personnel a de nouveau été un enjeu majeur pour l'équipe cette année, mais le coordonnateur Michel Boissel n'a pas baissé les bras. Nous avons pu compter sur l'expérience de l'animatrice Claudia Lizotte, et avons accueilli Andréa Rioux, une nouvelle animatrice.

La Maison des jeunes a eu droit à un coup de peinture, un grand ménage et de nouveaux éléments de décoration dans l'objectif de sans cesse améliorer la qualité de l'environnement dans lequel les jeunes évoluent. Il fut très inspirant de voir ce projet prendre forme malgré de maigres ressources, et ce grâce à la contribution de tous et chacun.

Je suis fier de tous les projets accomplis cette année, et ce rapport témoigne de l'impact significatif que l'organisme a sur la communauté et sur chaque jeune.

Je remercie de nouveau tous les bénévoles et les personnes impliquées de près ou de loin qui ont su faire rayonner la Maison des jeunes de Cap-Rouge.

**Raphaëlle Gagné**

Présidente du Conseil d'Administration



## MOT DU COORDONNATEUR

Je suis heureux de vous présenter le rapport annuel 2017-2018. Nous n'avons pas ménagé les efforts pour les membres, un milieu dynamique et plein de possibilités, que ce soit pour les activités de toutes sortes, les divers projets et notre approche personnalisée. Je remercie les membres du conseil d'administration pour leurs aides au quotidien, leurs présences pour s'être occupé du début à la fin des travaux de rénovation de la phase2 de notre milieu de vie. Nous sommes reconnaissants que les élus du Conseil de quartier du Cap-Rouge aient tenu à souligner l'importance de notre organisme au sein de la communauté, dans la catégorie "groupe". Celle-ci vise à souligner nos initiatives et réalisations pour les jeunes du quartier au cours des dernières années.

Bien que ce soit une bonne année en ce qui concerne la diversité de nos actions, sur le plan des ressources humaines, une personne a dû encore quitter notre organisme. Il est moins de moins en évitant de trouver une personne qui puisse répondre aux exigences du travail. Je tiens à remercier ma fidèle collègue de travail, Madame Claudia Lizotte, qui vit les mêmes situations. Nous avons accueilli Madame Andréa Rioux, nouvelle animatrice-intervenante à temps plein et Madame Émy Beaulieu pendant la période d'été comme animatrice-intervenante. Bien que cela a déjà été mentionné, le roulement de personnel a un impact direct sur la fréquentation des jeunes. C'est dernier ont besoin d'avoir des ressources humaines en tout temps, qui ne change pas après quelques mois, afin de donner la chance aux jeunes et équipe de créer des liens significatifs dans le cadre de notre mission.

Nous sommes fiers, considérant ce qui est écrit ci-dessus, de pouvoir vous présenter un rapport qui démontre l'importance de notre ressource pour les jeunes de la communauté.

Je remercie tous les membres d'organismes, citoyens et bénévoles, qui chacun à sa façon, soutien l'accomplissement de notre mission.

**Michel Boissel**

Coordonnateur de la Maison des jeunes de Cap-Rouge Inc.



## LA MAISON DES JEUNES

### Notre mission

Créée en 1985, la Maison des jeunes La Symbiose de Cap-Rouge est un milieu complémentaire à la famille et à l'école, et qui incite les jeunes à s'impliquer dans la communauté et dans l'organisation d'activités. Elle offre un lieu de rencontres, d'échanges et d'activités aux jeunes qui désirent y participer sur une base volontaire. Le but est que les adolescents deviennent autonomes, responsables et qu'ils développent des compétences personnelles et sociales.

Nous œuvrons dans le cadre du 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 ce soit physique, psychologique ou social.

### Une approche globale privilégiée

Nous croyons toujours en l'importance de privilégier le modèle de l'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'étiquette sur les jeunes. Ils ne sont pas des maladies, mais elle ne nie pas non plus le problème. Nous pouvons, avec les jeunes, identifier leurs besoins, mettre en place des avenues personnalisées qui vont leur convenir et non pas les imposer.

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



## Les objectifs recherchés par la MDJ

- Apprendre la vie communautaire ;
- Apprendre la démocratie et ses mécanismes ;
- Favoriser les relations interpersonnelles ;
- Permettre aux jeunes d'être mieux outillés pour diriger leur vie ;
- Favoriser la prise en charge et l'autonomie chez les jeunes ;
- Favoriser une implication des jeunes dans leur communauté ;
- Défendre et promouvoir les droits des jeunes.

## Ce que nous assurons à la MDJ

- Un lieu de sécurité et de protection ;
- Le droit aux services de qualités, continues, personnalisés et accessibles ;
- Un milieu de vie animé poursuivant des objectifs de prévention, d'éducation et de prise en charge de leurs activités ;
- 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 ;
- Un contact pour les jeunes avec des intervenants qui répondent à leurs besoins.

## Les services offerts

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

- Accueil et lieu de rencontre
- Service de raccompagnement « Taxi-MDJ »
- Écoute active et relation d'aide
- Traitement de l'information sur des sujets d'intérêts jeunesse
- Prévention sur différentes thématiques jeunesse
- Support et accompagnement
- Comité et apprentissage de la vie démocratique
- Références



## VIE ASSOCIATIVE ET DEMOCRATIQUE

### Le Conseil d'administration

Le Conseil d'administration est l'organe directeur de l'organisme sans but lucratif. Il lui appartient de superviser les opérations de l'organisme, 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.

C'est au Conseil d'administration que revient la responsabilité générale de la planification stratégique, des finances, des opérations organisationnelles, des relations avec la collectivité et des ressources humaines. Dans cette section, il est surtout question des responsabilités du Conseil d'administration.

Les membres du Conseil proviennent de différents milieux comme vous pouvez le constater :

Composition et portrait des membres
<b>Madame Raphaëlle Gagné</b> , Présidente (mars 2014) Directrice marketing
<b>Madame Line Prévost</b> , secrétaire (novembre 2014) Infirmière auxiliaire
<b>Madame Hélène Jacques</b> , vice-présidente (novembre 2015) Professeur au primaire
<b>Madame Anne Boudreault</b> , administratrice (novembre 2016) Courtier en immobilier.
<b>Sylvain Huard</b> ; administrateur (novembre 2017)
<b>Stéphanie Garneau</b> : trésorière (novembre 2017) Entrepreneure

- **Tenue des rencontres**

Les membres du Conseil se sont rencontrés à 8 reprises incluant l'assemblée générale annuelle.

Outre leur présence aux rencontres régulières et à l'assemblée générale, certains membres du CA se sont impliqués dans divers dossiers : Le site web, l'infolettre, l'aménagement de la MDJ "phase 2", leur présence à la course/Marche en Symbiose, les rencontres concernant les ressources humaines, la correction de documents de travail, leur présence lors de représentation auprès de nos divers partenaires. La grande disponibilité du Conseil d'administration et les nombreuses heures données à l'organisme sont appréciées autant par les jeunes que par l'équipe d'animation. Les membres ont donné plus de 200 heures bénévolement.



- **Assemblée générale annuelle**

L'assemblée générale annuelle a eu lieu le 15 novembre 2017. Cette assemblée annuelle est un lieu et un moment propice où chacun a la possibilité de poser des questions et de participer. Les personnes présentes ont pu prendre connaissance du rapport annuel, des états financiers et ont participé à l'élection et à la réélection des membres du Conseil d'administration pour l'année 2017/2018. Ils ont pu voir non seulement une présentation « PowerPoint », mais également les réalisations des jeunes.

Par ailleurs, nous tenons à souligner et à remercier Monsieur Gilbert Leblanc, membre sortant du conseil d'administration, pour s'être occupé de la trésorerie depuis quelques années.

Le Conseil d'administration a accueilli 2 nouveaux membres lors de l'assemblée annuelle. Les postes administratifs ont été répartis en fonction des intérêts de chacun.

Nous avons profité de cette rencontre pour souligner l'implication des jeunes pendant l'année lors d'une remise de prix de type « gala MDJ ».



## L'équipe d'animation

L'équipe d'animation joue un rôle primordial dans la réalisation de notre mandat en Santé et Services sociaux.

L'équipe de travail œuvre en partenariat 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 d'animation 2D/3D, la réalisation d'une bande dessinée, des ateliers de discussion et prévention, des implications communautaires, etc.

Les membres ont une formation dans divers domaines en service social et continuent de se tenir à jour par diverses expériences et formations. Le personnel doit être polyvalent dans notre milieu qui dépasse amplement l'aspect académique professionnel, que l'on doit ici apprendre pour réaliser notre plan d'action annuel.

<b>Équipe de travail 2017-2018</b>
<b>Monsieur Michel Boissel</b> - Coordonnateur Avril 1992 à aujourd'hui
<b>Madame Andréa Rioux</b> - Animatrice/Intervenante Avril 2018 à aujourd'hui
<b>Madame Claudia Lizotte</b> - Animatrice/Intervenante Avril 2016 à aujourd'hui
<b>Madame Emy Beaulieu</b> - Animatrice/intervenante Période estivale, dans le cadre du programme Placement carrière emploi
<b>Monsieur Nicolas Milot</b> - Chargé de projet en animation 2D/3D Occasionnel
<b>Monsieur André Gagnon</b> - Chargé de projet de la Bande dessinée Occasionnel

- **Nous avons une personne** qui s'est à l'équipe pendant l'année, mais qui n'est resté que quelques mois



- **Formations et perfectionnements suivis par l'équipe**

Afin d'être à l'écoute des jeunes et de pouvoir les référer au besoin, nous participons à des activités de formation. Les sujets suivants ont été approfondis par l'équipe au courant de l'année.

- Les diversités sexuelles ;
- La radicalisation ;
- Plateforme l'échangeur 2.0 de la ville de Québec ;
- « Agir en Sentinelle pour la prévention du suicide » par le CPS ;
- Journée d'échange sur la sexualité, département de la santé et service sociaux ;
- Colloque Sexplique «50 nuances d'intervention » ;
- L'employabilité (J'ai du métier) ;
- Présentation du vidéo « briser le silence » sur l'intimidation par la TAPJ ;
- La légalisation du cannabisme par la TAPJ ;
- L'anxiété, lors d'une journée d'échange par le RMDJQ ;
- Le mouvement « non à la haine » lors d'une journée d'échange par le RMDJQ ;
- L'animation lors d'une journée d'échange par le RMDJQ ;

- **Autoformations**

Compte tenu du roulement de personnel, nous n'avons pas pu, cette année, faire de l'autoformation de façon formelle.

Cependant, il est dans notre quotidien d'aborder des sujets jeunesse en rapport à ce que nous rapportent les grandes chaînes de télévision entre autres.



## Les membres

Les jeunes fréquentant la Maison de jeunes proviennent principalement de l'ancien territoire de Cap-Rouge (maintenant annexé à la Ville de Québec, mais surtout de l'arrondissement Sainte-Foy, Sillery, Cap-Rouge) et viennent sur une base volontaire.

Le portrait des jeunes a légèrement changé depuis l'an passé, car nous avons mis en place un projet d'après classe pour les 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> années. Nous avons eu un renouvellement de jeunes par l'entremise du projet « après-classe ». Par contre, un bon nombre d'anciens ados ont atteint leur majorité. C'est une année un peu de transition et nous souhaitons que cela se stabilise au niveau des membres. Il y a **94** jeunes membres qui ont fréquenté la ressource cette année.

La participation active des jeunes dans des projets ou activités externes fait en sorte que la fréquentation de notre milieu de vie se fait de manière moins constante. De plus, la présence des technologies amène certains jeunes à moins sortir le soir. Malgré tout, elle peut être bénéfique dans la mesure où nous avons un contact avec les jeunes en semaine via les réseaux sociaux.

- **La diversification du nombre de jeunes pendant l'année.**

Dans la dernière année, les garçons sont légèrement plus nombreux que les filles :

- Il y a eu **42 adolescentes**.
- Il y a eu **52 adolescents**.

Nous avons une moyenne de **près de 12 jeunes par période d'ouverture** durant l'année, incluant les visiteurs.



## HEURES D'OUVERTURE DE LA MAISON DES JEUNES

Cette année, nous avons modifié les heures d'ouverture pour répondre aux besoins des différents groupes de jeunes. Nous avons, en effet, ouvert le mardi et mercredi de 15h à 18h30 pour le groupe de 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> années. Par la suite nous étions ouverts pour les plus âgées.

- Il y a eu **290 périodes d'ouverture** durant la dernière année.
- **Le nombre d'heures d'ouverture en moyenne dans l'année est de : 1393 heures.**

### Période scolaire

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
FERMÉE	<b>15h à 20h30</b> <i>5,5 heures</i>	<b>15h à 20h30</b> <i>5,5 heures</i>	<b>17h à 20h30</b> <i>3,5 heures</i>	<b>18h à 22h</b> <i>4 heures</i>	<b>13h à 17h</b> <b>18h à 22h30</b> <i>8 heures</i>	FERMÉE

Nous sommes ouverts **pour un total de 26 ½ heures par semaine pour la période de septembre à juin.**

### Période estivale

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
<b>13h à 17h</b> <i>4 heures</i>	<b>13h à 17h</b> <b>18h à 22h</b> <i>8 heures</i>	<b>13h à 17h</b> <i>4 heures</i>	<b>13h à 17h</b> <b>18h à 22h</b> <i>8 heures</i>	<b>18h à 22h</b> <i>4 heures</i>	FERMÉE	FERMÉE

Nous sommes ouverts **pour un total de 28 heures par semaine pour la période de juillet-août.**

Par ailleurs, d'autres périodes d'accessibilité sont offertes comme pour des rencontres individuelles ou pour des projets tels que la maison hantée, l'animation 2D/3D, la bande dessinée, une Pincée d'entraide et autres.

Nous sommes également ouverts pendant presque toute la période des Fêtes de fin d'année et pendant le relâche scolaire.



## UN MILIEU D'APPRENTISSAGE

Notre milieu reçoit, chaque année, des étudiants en stages ou encore qui ont des ateliers à développer sur des sujets de prévention pour les jeunes.

### Stagiaires

- Madame Stéphanie Trépanier, étudiante au baccalauréat en Soins infirmiers à l'UQAR, a présenté un atelier à propos de l'anxiété de performance pour une durée de **25 heures d'implication au total**.
- Une étudiante en technique policière a fait un stage d'observation d'une durée de **30 heures** dans notre milieu.

### Équijustice

- Nous avons accueilli 3 personnes qui ont fait **45 heures** d'implication communautaire en tout.

### Implication bénévole

- 8 étudiants en techniques policières lors des soirées karaoké pour les 11-12 ans, **soit 48 heures**.
- 6 bénévoles ont également contribué lors de la Course/Marche en symbiose pour **30 heures** d'implication.
- 1 nouvelle bénévole s'occupe de notre comptabilité à raison de 4 heures par semaine soit **112 heures** à ce jour.
- 4 étudiants du cégep St-Foy ont présenté un atelier de prévention sur le e-sport pour un total de **12 heures** d'implication.

**Au total, plus de 300 heures ont été données par des personnes de la communauté.**



## UNE MDJ ENRACINÉE DANS SA COMMUNAUTÉ

Depuis la fondation de la Maison des jeunes en 1985, notre organisme a toujours été impliqué dans la communauté et cette année n'est pas différente des autres. Notre organisme veut permettre aux jeunes de rendre service aux organismes du milieu comme citoyens actifs et de démontrer une forme de solidarité entre milieux communautaires. 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. Cette année, nos implications communautaires, qui s'imbriquent dans le cadre de notre projet de brigade engagée, furent les suivantes :

- La guignolée, pour le service à la communauté de Cap-Rouge inc. ;
- L'Halloween : Réalisation d'une Maison hantée à la MDJ pour la communauté ;
- La course/Marche en symbiose 3e édition pour tous les citoyens ;
- Participation à la nuit des sans-abri ;
- La réalisation d'un souper gastronomique pour le compte du club Lions ;
- Réalisation d'un repas gastronomique pour la SPA ;
- Un projet intergénérationnel pour personnes âgées (3 visites au Manoir de la Rivière) ;
- Aide à l'installation des artistes lors du festival DécouvArts ;
- Cueillette de légumes dans une ferme pour Moisson Québec ;
- Barbecue pour les employés de la Caisse populaire Desjardins ;
- Barbecue lors de la vente de garage du Pharmaprix Amélie Noël ;

Ces implications dans la communauté permettent une certaine visibilité de notre organisme auprès des citoyens.



## Visibilité de la Maison des jeunes au sein de la communauté

- Nous faisons paraître nos projets et activités dans des communiqués de presse ou des articles dans le mensuel Écho de Cap-Rouge, le journal l'Appel et le site internet "Quoi faire à Québec".
- Nous avons créé un compte Instagram.
- Nous distribuons des dépliants pour sensibiliser les citoyens à notre milieu de vie.
- Nous avons présenté des kiosques dans les écoles secondaires et primaires.
- Nous mettons à jour nos activités sur notre panneau d'affichage extérieur.
- Nous envoyons par courriel une infolettre pour les jeunes et les parents chaque mois.
- Nous alimentons régulièrement la page Facebook publique de la Maison des jeunes afin que les citoyens puissent prendre connaissance de nos réalisations.
- Nous alimentons les informations sur le site internet régulièrement sous la capsule « quoi de neuf ? » afin de tenir les gens au courant de ce qui se passe à la MDJ.
- Plusieurs pancartes publicitaires ont été créées en fonction des projets. Ces pancartes sont installées dans différents endroits de la communauté.
- Nous avons fait de la représentation de nos projets au magasin d'alimentation IGA les Sources de Cap-Rouge.
- Nous avons présenté notre organisme au Club Rotary.
- Nous avons présenté notre organisme à notre nouveau député.
- Nous avons signé le livre d'or du Conseil de quartier du Cap-Rouge dans la catégorie "groupe".
- Par ailleurs, à l'année, nous recevons la visite de citoyens ou représentant d'organisme pour divers sujets.



## NOTRE MANDAT EN SANTE ET SERVICES SOCIAUX

Il faut noter que la prévention fait partie de notre quotidien. Pendant l'année, nous abordons des sujets de prévention de façon plus ponctuelle sous une approche personnalisée. Nous sommes aussi très disponibles en tout temps auprès des jeunes pour discuter.

Nous profitons des sujets abordés par les jeunes pour amener des discussions de prévention. Notre but est de prévenir et de sensibiliser les jeunes dans une approche de conscientisation, afin de favoriser des habitudes de vie et des attitudes saines et positives.

Par ailleurs, quand cela nécessite une intervention plus spécifique sur certains sujets, nous référons les jeunes à d'autres milieux.

### Activités de sensibilisation

Pendant l'année, nous abordons des sujets de prévention de façon ponctuelle. Voici quelques exemples d'activités de sensibilisation qui se sont déroulées au cours de la dernière année.

- Projet de prévention en animation 2D/3D ;
  - **La consommation d'alcool**
  - **La cyberdépendance**
  - **Les préjugés**
  - **La jalousie**
- Aide à la **réalisation de CV** ;
- Les **relations amoureuses**;
- Activité sur **la saine alimentation** par les nutritionnistes du IGA des Sources;
- Les **sports électroniques** « e-sports »;
- **L'anxiété de performance**;
- **Le tatouage**;
- **Le vieillissement**;
- **La sexualité** par l'équipe des Sexperts;
- Réalisation d'une affiche pour la **prévention du suicide**;
- Réalisation d'une affiche sur les différents types de **condoms**;
- Diffusion de **capsules préventives** sur notre page Facebook;



- Ajout de **sites internet préventifs** comme page d'accueil sur les portables utilisés par les jeunes ;
- Le quotidien et l'entretien de la MDJ par les différents apprentissages pour les jeunes afin de pallier le manque de cours d'éducation économique et familiale
- Nous mettons à la disposition des jeunes des magazines concernant divers sujets (**drogues, sexualité, suicide, anorexie et autres**) pour amorcer des discussions.
- Nous offrons des **condoms** aux jeunes

## Interventions directes

Nous avons dû intervenir directement, au cours de l'année, auprès de certains jeunes sur des sujets préoccupants selon leurs besoins individuels. :

- Suicide
- Deuil
- Relation avec les pairs/ Gestion de conflits
- Difficultés familiales
- Accompagnement auprès d'une jeune maman
- Consommation
- Intimidation
- Relations amoureuses
- Anxiété/performance.
- Sexualité

Dans le quotidien, nous faisons de l'intervention en prévention et sensibilisation, mais il est difficile de mesurer le nombre, car il y en a beaucoup. Certaines ne prennent que quelques minutes alors que d'autres peuvent durer des heures.



## LA CONCERTATION

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**

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 jeunesse. À l'intérieur du régional, plusieurs comités se créent pour maintenir les services offerts ou pour les améliorer d'on nous participons activement. Nous avons fait partie du comité d'échange, qui a pour mandat d'élaborer 2 journées d'échange pour les équipes de maison de jeunes.

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

Le Comité immigration Sainte-Foy–Sillery-Cap-Rouge est composé d'organisations (Organismes à but non lucratif, Ville, Centres de santé et services sociaux, Centre Local d'emploi, Écoles, entreprises) et citoyens. Il a comme but, le mieux-être des personnes immigrantes du territoire. Nous avons assisté à 3 rencontres durant l'année.

- **La Table d'Actions Préventives Jeunesse (TAPJ)**

La table de concertation qui a comme 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.

Plusieurs organismes jeunesse se rencontrent une fois par mois pour, entre autres :

- 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



## Un terrain propice pour faire avancer la cause des jeunes

- Le club Lion de Cap-Rouge ;
- Le club Rotary ;
- La Santé publique pour ses formations offertes.
- Les écoles secondaires pour faire la promotion de la Maison des jeunes ;
- Le Mouvement des services à la communauté de Cap-Rouge ;
- Le Centre prévention du suicide ;
- La ville de Québec ;
- Le campus Notre-Dame de Foy (étudiants en technique policière) ;
- L'école de Rochebelle (département en francisation) ;
- Le Centre d'action bénévole ;
- Le Centre jeunesse l'escale ;
- La Caisse Populaire Desjardins pour le dîner de la coopération en autres. ;
- Les nutritionnistes du Pharmaprix Amélie Noël et du magasin d'alimentation IGA ;
- La pharmacie Pharmaprix Amélie Noël;
- Traic-Jeunesse ;
- Les écoles primaires de la communauté ;
- L'organisme de justice alternative ÉquiJustice.

**Merci à tous chers collaborateurs de nous aider à réaliser notre mission de maison de jeunes.**

### L'ENGAGEMENT DES JEUNES

Nous souhaitons que les projets accroissent les connaissances des jeunes, afin qu'ils puissent faire des choix plus éclairés et judicieux. Pendant l'année, nous réalisons avec les adolescents différents types de projets et d'activités 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 ;
- Les sorties ;
- 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 bien les gérer ;
- Découvrir son potentiel créatif ;
- Acquérir davantage d'autonomie financière vis-à-vis des parents.

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 les amène 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 ;
- Le ménage du printemps à l'extérieur ;
- Les soupers communautaires ;

*Des soupers communautaires sont organisés aux quinze jours. Il s'agit du lieu où l'on peut donner son avis en ce qui concerne l'orientation d'activités, projets et de la vie interne. Ces rencontres regroupent, en moyenne, 6 à 8 jeunes par rencontre.*

- Des ateliers de pâtisserie et de cuisine ;  
*Création de biscuits et friandises dans le cadre de notre projet intergénérationnel*
- Des moyens de financement
  - Bazar MDJ
  - Vente de Hot-Dogs IGA, Caisse Populaire et la Pharmacie Parmaprix.
  - La course/marche en Symbiose,
  - Les canettes et bouteilles



## Les projets

### • Animation 2D/3D

#### Notre but :

Créer 4 vidéos d'animation 2D et 3D avec les jeunes pour mettre de l'avant des messages de préventions sur des thèmes comme l'alcool, la cyberdépendance, la jalousie et les stéréotypes.

#### Nos objectifs :

- Développer le sens critique sur des sujets jeunesse ;
- Développer leur sens créatif ;
- Créer des images ou des séquences numériques originales dans l'environnement d'un logiciel d'animation.
- Permettre de développer une pensée artistique intégrant les limites et le potentiel de la technologie.

Le premier volet de ce projet consiste à mettre de l'avant l'approche préventive « Inspire autrement », qui vise à démystifier des croyances populaires au sujet des adolescents. Cette approche donne l'opportunité aux jeunes de faire la différence entre ce qui est véhiculé et la réalité, donc de faire des choix plus appropriés sans se faire influencer. Le deuxième volet consiste à donner la parole aux jeunes sur des sujets qui les concernent. Les vidéos d'animation ont été réalisés par les jeunes sous la supervision d'un professionnel. Il y a eu **6 jeunes** directement impliqués sur une période de 6 mois **à raison de deux rencontres par semaines.**

### • Projet Bande Dessinée

Lors d'un atelier de dessins, il leur a été proposé de réaliser une BD en la présence d'un professionnel. C'est comme ça qu'a commencé ce beau projet **qui a duré plus de 7 mois et regroupé 11 jeunes à raison d'une à deux fois par semaines.** Les jeunes sont allés en groupe visiter le Salon du livre de Québec. Les jeunes vont participer au lancement de la BD au mois d'octobre à Québec lors du Salon de la BD. ils sont invités à faire leur lancement auprès de professionnels, mais aussi des citoyens.

#### Notre but :

Réaliser une BD collective comme moyen de préventions en traitant des stéréotypes et de l'acceptation des autres.

#### Nos objectifs :

- Élaborer un scénario, une histoire avec les idées des participants et l'adapter en dessin.
- Favoriser le développement de la créativité et de l'imaginaire en groupe.
- Amener les jeunes à créer une histoire autour de la différence.
- Apprendre à travailler en équipe, ce qui implique de suivre le rythme de chacun et d'apprendre à donner son point de vue.

### • Un monde en action

De nouveau, nous avons pour la 2e année, en collaboration avec le programme de francisation de l'école de Rochebelle, présenté aux jeunes des activités sportives. Nous avons permis, tout au long du projet, à **25 jeunes de l'école de Rochebelle** à assister à des activités sportives, culturelles et sociales avec des jeunes fréquentant la maison des jeunes. Nous avons organisé des **pratiques sportives de soccer et de basket-ball dans un gymnase** réservé près de l'école. Nous avons organisé des **sorties** telles qu'aller glisser au centre de glisse de Tewkesbury.

#### Notre but :

Donner l'occasion à des jeunes de l'école de Rochebelle et ceux fréquentant la maison des jeunes de Cap-Rouge, d'apprendre à vivre ensemble.

#### Nos objectifs :

- Faire connaître notre organisme et les différents services offerts aux adolescents sans restriction.
- Développer un sentiment d'appartenance entre les divers jeunes.
- Favoriser la communication entre eux pour défaire des préjuger « tenace ».
- Favoriser les saines habitudes de vies

### • Jardin écologique

#### Notre but :

Faire découvrir une autre facette de l'agriculture, d'appréhender les méthodes de culture écologiques et de découvrir la nature.

#### Nos objectifs :

- Acquérir de bonne habitude alimentaire
- Faire participer les jeunes aux semences, mais aussi à l'entretien du jardin.
- Permettre de se responsabiliser.
- Préparer des mets avec les légumes.
- Développer ou améliorer l'autonomie.

4 ans plus tard, nous cultivons toujours notre jardin écologique avec les jeunes. Les jeunes participent autant à la plantation des semis, qu'à l'arrosage et à la récolte des légumes. Il y a **eu 5 jeunes** qui ont participé à différentes étapes **du mois de juin au mois d'août**. Les jeunes ont pu emmener des légumes par la suite chez eux ou encore cuisiner ces derniers à la MDJ. Ce projet s'inscrit dans le cadre des saines habitudes de vie. Nous avons planté des haricots verts et jaunes, des pois mange-tout, des poivrons verts, des tomates jaunes, du basilic, des pommes de terre jaunes, des fraises et des concombres.



### • L'Halloween

Pour la 2<sup>e</sup> année, nous décidons, à la demande des jeunes, d'organiser cette activité pour les citoyens du quartier dans notre maison des jeunes. La maison des jeunes a été ouverte durant 2 jours pour tous. Nous avons eu **12 jeunes** qui ont participé à l'écriture, comme acteurs et actrices ou comme aide à monter le décor. **Plus de 80 citoyens** sont venus visiter et voir le savoir-faire des jeunes de la maison des jeunes. Nous avons, cette année, choisi le thème de l'hôpital psychiatrique, ce qui a permis aux jeunes de se renseigner au sujet de la santé mentale.

#### Notre but :

Présenter le savoir-faire des jeunes aux citoyens afin de les sensibiliser au vécu des jeunes et de leurs capacités à se prendre en mains pour offrir un lieu de divertissement.

#### Nos objectifs :

- Développer la prise en charge d'un projet.
- Apprendre à écrire en groupe une histoire et décider démocratiquement du projet.
- Développer un sentiment d'appartenance envers un groupe et un projet.
- Construire les décors et en faire l'installation.
- Reconnaître ses peurs et en discuter.
- Faire passer des messages de prévention par une activité récréative.

### • La brigade engagée

Pour la 4<sup>e</sup> année, les actions de la Brigade sont, avant tout, de participer à des activités qui soutiennent des besoins de notre communauté, ou encore de sensibiliser les jeunes à des événements d'ordres sociaux. Nous avons rejoint **24 jeunes** qui ont donné de leurs temps pour s'impliquer dans le comité de la brigade au sein de la communauté.

#### Notre but :

Donner l'occasion à des jeunes de vivre des expériences enrichissantes et humaines au sein de notre communauté.

#### Nos objectifs :

- Sensibiliser les jeunes aux problématiques sociales et développer l'esprit d'entraide communautaire.
- Amener les jeunes à la réalisation des activités, et ce en petit comité.

#### Les activités réalisées :

- La guignolée;
- Des activités avec des personnes âgées dans le cadre des fêtes de fin d'année, la Saint-Valentin et Pâques;
- La nuit des sans-abri;
- Aide lors de la Course/Marche en Symbiose;
- Préparation de 2 soupers gastronomiques;
- Participer au barbecue de la Caisse Populaire pour leurs employés;
- Implication au festival DécouvrArts



- **Course/Marche en Symbiose**

Pour notre 3<sup>e</sup> année, nous organisons avec les jeunes, cette levée de fond, à leur demande, sur le sentier de la plage Jacques-Cartier à Québec. Nous y retrouvons deux parcours, un de 4 km et un autre de 9 km avec l'ajout de la montée des marches. Il y a eu **13 jeunes qui ont participé à la course** incluant ceux qui nous ont aidés lors de l'événement. Il y a quarante-cinq inscriptions à la course cette année.

**Notre but :**

Sensibiliser les jeunes sur l'importance de maintenir et de développer de saines habitudes de vie. *En effet, les adolescents devraient faire chaque jour au moins une heure d'activité physique d'intensité modérée à élever. Au moins trois fois par semaine, ils devraient inclure des activités qui renforcent les muscles et les os.*

**Nos objectifs :**

- Participer à la course et s'impliquer dans l'événement;
- Favoriser les saines habitudes de vie;
- Prendre du temps pour s'entraîner en vue de la course;
- Développer leur sens des responsabilités ;
- Sociabiliser avec les citoyens participants.

**Notre but :**

Développer un système d'entraide intergénérationnel entre les familles immigrantes et les personnes âgées de la communauté ainsi que les jeunes de la maison des jeunes.

**Nos objectifs :**

- Permettre aux participants de sortir de l'isolement
- Contribuer au partage des connaissances
- Faciliter le développement des habiletés et transmettre de l'information
- Apprendre à essayer de nouvelles recettes
- Faciliter l'accès à la nourriture et à l'épicerie à moindre coût ;
- Améliorer le dialogue entre divers participants.

- **Une pincée d'entraide**

Notre concept n'est pas de dédoubler ce qui est déjà offert par des organismes du milieu auprès de la population, mais d'offrir la possibilité à des citoyens de cuisiner en petit groupe, de favoriser la diversité entre membres, développer de l'entraide entre participants.

Une fois par semaine, le mardi, ont eu lieu pendant quelques mois les ateliers avec une pause pendant l'été. 8 personnes au total ont assisté à ces rencontres, incluant les jeunes, les aînés et les familles immigrantes de la communauté.



### • Les périodes après-classe

Les périodes après-classe ont été mises en place afin de favoriser l'intégration des jeunes de la 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> année à la Maison des jeunes. Nous ouvrons nos portes de 15h à 18h30 le mardi et le mercredi spécifiquement pour ce groupe d'âge. Nous offrons une période libre, une période d'aide aux devoirs accompagnés par les animateurs/intervenants de la Maison des jeunes ainsi qu'une activité ponctuelle animée. Depuis le mois de novembre, **14 jeunes** fréquentent, de façon régulière ou non, les périodes après-classe : **10 de façon régulière**, c'est-à-dire chaque semaine, et **4 de façon occasionnelle**.

#### Notre but :

Offrir une alternative à l'école « après-classe » pour les parents et leur jeune qui souhaitent un service différent et dans un milieu jeunesse.

#### Nos objectifs :

- Offrir un milieu de vie sécurisé ;
- Offrir des activités et projets récréatifs ;
- Contribuer au développement global des jeunes ;
- Encourager le développement d'habiletés sociales ;
- Soutenir les jeunes dans leur cheminement scolaire.

#### Notre but :

Favoriser l'intégration des jeunes de la 5<sup>e</sup> année au secondaire 1 dans notre milieu de vie par des activités adaptées spécifiquement à leur groupe d'âge.

#### Nos objectifs :

- Offrir un milieu sécurisé ;
- Encourager le développement d'habiletés sociales ;
- Permettre aux jeunes de faire de nouvelles rencontres de leur groupe d'âge
- Faciliter l'accès et la connaissance de notre ressource pour les plus jeunes ;
- Encourager les jeunes à surpasser leurs limites par le moyen du karaoké ;
- Favoriser l'implication des jeunes dans l'organisation de ces soirées.

### • Les soirées 11-12 ans

Pour la deuxième année, nous offrons une soirée à thématique « karaoké » pour les jeunes de la 5<sup>e</sup> année au secondaire 1 exclusivement. Chaque soirée est animée par les membres de l'équipe et deux bénévoles en techniques policières du CNDF. Les soirées se déroulent de 18h à 20h30 en raison d'une fois par mois. Plusieurs thématiques et activités structurées sont offertes aux jeunes. **Pour la période de septembre à juin, nous comptons, au total, 23 jeunes qui participent à ces soirées.**



## ORIENTATIONS POUR 2018-2019

Nous travaillons à atteindre les mêmes objectifs, mais comme l'année passée, nous devons concentrer tout particulièrement nos efforts à la recherche de financement pour réussir à offrir nos divers services et offrir des meilleures conditions de travail.

- Soirées de prévention garçons et filles ;
- Maintenir le « Taxi-MDJ » ;
- Course/Marche en symbiose 4<sup>e</sup> édition ;
- Développer le potager écologique ;
- Projet d'Halloween ;
- Maintenir le Projet « Une pincée d'entraide » ;
- Projet d'enregistrement musical à thématiques préventives ;
- Projet d'avoir une équipe de soccer interculturel ;
- Projet Focus ton quartier ;
- Clôture du projet BD en assistant au lancement de celle-ci lors du salon de la BD ;
- Mise en place d'un concours de karaoké inter-MDJ
- Projet de prévention sur le suicide ;
- Journées, une fois par mois, pour les 5<sup>e</sup> année à secondaire 1 ;
- Continuer la rédaction d'infolettre et en développer un nouveau format ;
- Présence active et engagement dans les divers comités jeunesse et autres ;  
*La Table d'actions préventives jeunesse de l'Ouest, le Régional des maisons de jeunes, le comité multiethnique.*
- Participation aux diverses formations qui nous sont proposées ;
- Participation à la création du souper « Un chef à la maison »  
*Soupers gastronomiques pour le Club Lion de Cap-Rouge.*



## DES PARTENAIRES IMPORTANTS POUR REPOUDRE AUX BESOINS DES JEUNES.

Nous souhaitons remercier sincèrement toutes les personnes et tous les organismes qui ont soutenu financièrement et/ou par le prêt de locaux la Maison des jeunes. Leur contribution et leur disponibilité nous ont permis de réaliser une multitude d'activités et de projets qui visaient à atteindre nos objectifs.

- Agence locale de développement de la santé et des services sociaux ;
- Ministère de la Santé publique ;
- Table d'actions préventives jeunesse de l'Ouest ;
- La ville de Québec ;
- Programme d'Entente de développement culturel (ville de Québec) ;
- Firme comptable Audet Girard Beaudoin ;
- Caisse Populaire Desjardins de Cap-Rouge ;
- Club Lions Cap-Rouge/Saint-Augustin;
- Club Kiwanis Sillery/Sainte-Foy/Cap-Rouge;
- Madame la députée provinciale Geneviève Guilbault
- IGA des Sources de Cap-Rouge ;
- Le groupe Ashton ;
- Performances Bégin ;
- Le club Richelieu de Cap-Rouge ;
- Le caféier ;
- Second Cup ;
- Pharmaprix Amélie Noël.

**Nous remercions également tous les citoyens qui se sont déplacés pour nous remettre leurs canettes et bouteilles aux fins de financement pour les jeunes**



## Prévention et sensibilisation



## Repas communautaires



## Projet BD



## Périodes après-classe





Animation 2D/3D



La brigade engagée



Les soirées 11-12 ans



Financements



## Halloween



## Activités estivales



**Course/Marche en Symbiose**



**Signature du livre d'Or du Conseil du Quartier**



Un monde en action



Une pincée d'entraide



Au quotidien



# Nous joindre

## Symbiose

Maison des jeunes de Cap-Rouge

### Adresse physique

1210, rue Provancher, Québec G1Y 1J9

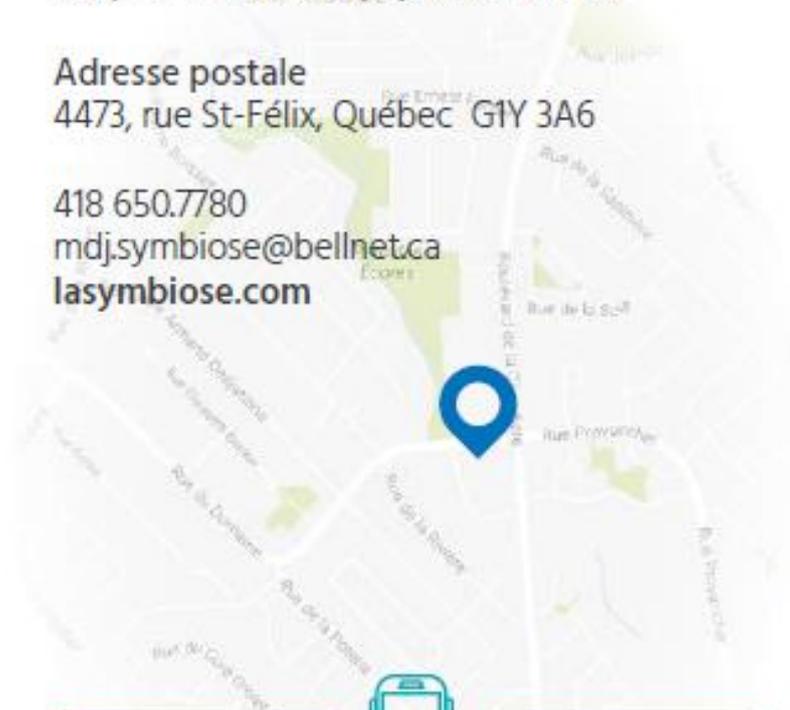
### Adresse postale

4473, rue St-Félix, Québec G1Y 3A6

418 650.7780

[mdj.symbiose@bellnet.ca](mailto:mdj.symbiose@bellnet.ca)

[lasymbiose.com](http://lasymbiose.com)



### Trajets d'autobus

Trajet #14 : Arrêt 2030  
De la Chaudière/Provancher

Trajet #15 : Arrêt 5482  
Provancher/De la Chaudière

Suivez-nous



Maison des jeunes de  
Cap-Rouge La  
Symbiose



Rapport annuel  
2017-2018