

Le mieux-être de la personne.
J'ai reçu une lettre d'une
personne que j'avais aidé qui
était suicidaire, 7 ans après me
donnait de ses nouvelles. Nous
avons des résultats souvent après
coup.

(Relax-Action)

LE PARTAGE ET L'ACCUEIL DES
GENS, C'EST UN TREMPLIN
POUR L'AVENIR. UNE
PERSONNE M'A APPELÉ APRÈS
UN SUIVI PENDANT 7 ANS
POUR M'INFORMER DE SON
RÉTABLISSEMENT.

(RELAX-ACTION)

L'espoir et le partage. J'ai rencontré
un ancien du service en
accompagnement plusieurs années
après, et il avait progressé
énormément et était engagé au niveau
de la santé mentale.

(Relax-Action)

L'éducation populaire.
S'intégrer dans la
société, peu importe leur
condition sociale ou leur
provenance.

(Relax-Action)

L'aide accordé à ceux qui en ont le plus besoin. Les usagers qui ont vu l'organisation d'activités et avaient le goût de revenir. Briser l'isolement, diversité de possibilités offertes par l'organisme.

(Relax-Action)

Le bonheur ! Ça m'apporte beaucoup. Moe, le petit chien mascotte du centre, met un baume sur mon cœur. Quand je suis longtemps sans venir, ça me manque. C'est comme une drogue ; bonne et positive. Les intervenants sont tellement épatants que c'est agréable de venir. Ne pas en avoir ce serait un manque dans ma vie !

(Ancre et Ailes)

Ceux qui m'ont sauvé la vie. Ils m'ont offert des outils qui me permettent de vivre et d'être bien dans ma peau. Ils m'ont montré à avoir confiance en moi, à me prendre en mains. Sans cette ressource, je ne serais plus là probablement. Je suis content, car aujourd'hui ça va bien et j'en suis fier. Maintenant je suis à ma place. J'aime les ateliers où on peut échanger.

(Ancre et Ailes)

La santé mentale, le bien-être de soi-même, le positivisme. C'est thérapeutique, il y a des intervenants extraordinaires. Si je n'avais pas eu cette organisation, je serais peut-être mort aujourd'hui. Ils m'ont sauvé la vie souvent. J'en suis plus que reconnaissant. Pour moi c'est les meilleurs intervenants au Québec et ça va toujours resté ainsi. Je vais toujours revenir chez Ancre et Ailes. Ils ont beaucoup d'écoute, de compréhension et ils peuvent donner des conseils. Je ressens du bien-être fou et tu tombes tout de suite en positif en entrant ici.

(Ancre et Ailes)

De l'aide du point de vue de la santé mentale. Quand j'ai des problèmes je viens chez Ancre et Ailes me confier. C'est une ressource accueillante. Tout le monde m'accueille quand j'entre, avec un sourire et un « comment ça va ? » C'est ça qui m'a motivé à m'inscrire ici.

(Ancre et Ailes)

L'ACCEPTATION! D'ABORD CELLE INDIVIDUELLE DE NOTRE CONDITION PERSONNELLE PAR LE FAIT D'ASSUMER NOTRE SITUATION ACTUELLE FACE À D'AUTRES GENS AFFECTÉS AUSSI PAR UN TROUBLE/PROBLÈME DE/EN SANTÉ MENTALE. PUIS CELLE DE NOTRE INTÉGRATION SOCIALE PARMİ UNE COMMUNAUTÉ DES PLUS ACCUEILLANTES FOIS PAR FOIS GRÂCE À LA PRÉSENCE CONSTANTE D'UN GROUPE D'INTERVENANT(E)S.

(CENTRE AUX SOURCES D'ARGENTEUIL)

La communication et l'avenir,
l'échange et le plaisir de jouer. Ce
que j'aime le plus c'est
l'ouverture à l'imagination et la
créativité.

(Centre aux sources d'Argenteuil)

**La reconnaissance
citoyenne/droit de voter, la
résilience, sa différence, ses
émotions, ses états d'âme, le
plaisir, la créativité, l'écoute.**

(Centre aux sources d'Argenteuil)

L'ACCUEIL D'UNE PERSONNE
À PART ENTIÈRE OÙ
L'ENTRAIDE DEVIENT
INSTINCTIF.

(LE MURMURE)

**Un groupe de personnes à qui
parler et dans cette entraide les
liens deviennent encore plus
forts.**

(Le Murmure)

**LE SOLEIL QUI ME TIENT EN
VIE ET CE SOLEIL C'EST
L'ENSEMBLE DU MURMURE.**

(LE MURMURE)

*La bonne humeur, c'est
contagieux et ça redonne
espoir.*

(Le Murmure)

La confiance, cela me
permet de prendre ma
place, d'évoluer et de
m'épanouir.

(Le Murmure)

Le non-jugement qui
me permet de me
sentir bien, je peux y
être qui je suis, sans
carapace.

(Le Murmure)

Un endroit pour grandir et prendre sa place, reconnaître que chaque être est unique et irremplaçable. Des moments d'écoutes et de partages, où on est traité avec humanité et dignité, la possibilité de retrouver l'équilibre et l'épanouissement.

(Aux Quatre Vents)

Un espace où tous sont égaux, une place où on reconnaît mon potentiel et où on m'aide à l'exploiter. Un espace auquel je peux participer et où je peux m'accomplir. Une place où personne n'est jugé et où on peut s'améliorer.

(Aux Quatre Vents)

Le bien-être ! Faire
sentir aux gens qu' ils
sont ici comme à la
maison ; respectés,
appuyés et pas jugés!

(Aux Quatre Vents)

*L'espoir et la prévention de
l'isolement! La ressource a été une
étape importante pour moi. Elle
m'a permis de gravir chaque
marche de l'escalier une à la fois
sans perdre espoir.*

(Aux Quatre Vents)

La sécurité, une
transition,
l'attachement à des
gens merveilleux.

(L'Âtre)

LA LUMIÈRE, LA COMPASSION, LA
TOLÉRANCE, , FAIRE TOMBER LES
TABOUS, L'OUVERTURE, TISSER
DES LIENS, AVEC DES PERSONNES
QUE JE N'AURAI JAMAIS PENSÉ, ME
RELEVER, NE JAMAIS
ABANDONNER.

(L'ÂTRE)

L'ouverture d'esprit pour
me faire découvrir de
nouvelles personnes et de
briser certains de mes
préjugés.

(L'Âtre)

La liberté. Quand je suis ici, je suis bien, je suis content de rencontrer des gens, ça changé ma façon d'être. Je ne bois plus d'alcool.

(L'Âtre)

L'écoute que je reçois me permet d'évacuer les tensions vécues au niveau familial. Ici, tu peux –être toi-même. Sans te faire juger, ça fait du bien.

(L'Âtre)

L'ouverture de soi. Depuis 3 ans, j'ai amélioré ma confiance en moi. J'ai aujourd'hui beaucoup plus de facilité à interagir avec les autres. J'ai aussi amélioré le fait d'entrer en contact envers les autres.

(L'Âtre)

L'appartenance à un groupe. Je me sens comme dans une famille, aimée et acceptée, pas seule avec ma maladie. Si je ne venais pas ici, je ne saurais pas où aller.

(L'Âtre)

**Le soleil, je broie
moins de noire, ma vie
s'éclaircie.**

(L'Âtre)

**La découverte de talents
personnels insoupçonnés.**

(L'Âtre)

*Le monde, ça m'a permis
d'apprendre beaucoup de choses
comme de m'impliquer dans le
groupe d'entraide, d'offrir de mon
temps comme bénévole et avoir
moins de préjugés.*

(L'Âtre)

Mon être intérieur, développer
ma surveillance, prendre le
temps de découvrir les gens au-
delà de leur maladies, les
découvrir dans leur unicité,
dans leur beauté intérieure.

(L'Âtre)

**Briser l'isolement social, la fin
des deuils, développer
l'autonomie. Tremplin pour
aller en appartement. Stabiliser
mes émotions.**

(Maison alternative de développement humain)

L'espoir d'un lendemain meilleur qui
me donne l'énergie, le goût, la
motivation de m'investir dans mon
moment présent.

(Maison alternative de développement humain)

*M'accepter tel que je suis,
m'aimer pleinement, espoir,
motivation, persévérance, avoir
et maintenir un bon réseau
social.*

(Maison alternative de développement humain)

De retrouver estime et confiance en moi et de reprendre ma vie en main. Développer mon autonomie et mon indépendance affective dans le but d'aller en appartement.

(Maison alternative de développement humain)

Une grande famille ouverte
à accueillir d'autres
personnes et accepter les
différences.

(L'Oasis)

L'importance de la personne!

*Nous sommes tous unique, plein
de qualités pour un monde
meilleur.*

(L'Oasis)

LE SENTIMENT
D'APPARTENANCE NOUS
DONNE LE GOÛT DE
REVENIR, LE GOÛT DE
PARTICIPER À LA VIE
COMMUNAUTAIRE.

(L'OASIS)

La fierté, d'avoir accomplie des choses qui semblaient être une montagne, et de se rendre compte que je suis capable.

(L'Oasis)

Le respect, c'est d'avoir la
liberté d'être soi-même! Que
chacun ait sa place pour
s'exprimer et d'avoir la chance
d'être bien compris !

(L'Oasis)

**L'autonomie, de
s'approprier le pouvoir
sur notre vie.**

(L'Oasis)

Un monde personnel qui me permet de reprendre confiance en mes capacités et qui me permet de les mettre à l'œuvre. Un monde social qui m'a permis d'apprendre à travailler en équipe, à m'intégrer dans un groupe. J'y suis bien, en confiance, je me sens acceptée et respectée.

(L'Oasis)

Une nouvelle famille, car j' ai pu briser mon isolement en participant à des activités, en m' impliquant dans des comités, en aidant la cuisinière et en étant occupée, j' ai chassé mes mauvaises pensées.

(Campagnol)

Mon changement de vie, car j'ai réussi à changer ma personnalité, à exprimer mes émotions en étant écouté et respecté, ce qui fait en sorte que j'ai une meilleure confiance en moi et que j'ai pris le goût à la vie.

(Campagnol)

Le monde, car j'ai pu briser mon isolement en rencontrant de nouvelles personnes, en participant à des ateliers et à des activités qui ont été adaptés à ma limite visuelle et en m'acceptant tel que je suis.

(Campagnol)

Réconfort, harmonie, bien-être, paix,
libération, discipline, équilibre,
rencontres, accomplissements.

(Centre Accalmie)

L'aide apporté aux
gens.

(Centre Accalmie)

*Une porte de sortie
qui m'a sauvé la vie.*

(Centre Accalmie)

L'acceptation et le
vrai monde.

(L'Ensoleillée)

Le dégel (de mon corps,
de mes émotions).

(L'Ensoleillée)

L' atteinte de mes
objectifs de vie.

(L' Ensoleillée)

**l'évolution
personnelle et
collective.**

(l'Ensoleillée)

L'ÉCOUTE, ÊTRE
ENTENDUE ET
APPRENDRE À ÉCOUTER
SANS JUGEMENT.

(L'ENSOLEILLÉE)

**Le partage des
connaissances, des
savoirs, des sagesse.**

(L'Ensoleillée)

**Une
meilleure
justice
sociale.**

(L'Ensoleillée)

Sur mes droits.

(L'Ensoleillée)

**Sur l'autonomie et le
respect de mes droits
pour faire changer les
choses.**

(L'Ensoleillée)

Le courage d'oser changer les choses, de donner un sens à notre vie et à ce qui nous arrive.

(L'Arc-en-ciel)

BEAUCOUP D'AMIS
NOUVEAUX. JE ME SENS EN
PAIX ET DANS MON MONDE.
JE ME SENS COMPRISE ET JE
ME SENS PLUS HEUREUSE.

(L'ARC-EN-CIEL)

C'est un endroit où je peux participer à différents projets, activités, rencontrer des gens et avoir des discussions de groupe. Arc-en-ciel a changé ma vie, m'a sorti de l'isolement. Je me suis fait de nouveaux amis.

(L'Arc-en-ciel)

La justice,
l'engagement,
l'humanité, le respect.

(L'Arc-en-ciel)

Learning about empathy
and how to practice it in
my everyday life.

(Projet PAL)

The possibility to make decision by
myself for myself.

(Projet PAL)

Empowerment through the
therapeutic measures program.

(Projet PAL)

**La confiance en moi et
l'exercice de mes talents.**

(Projet PAL)

*L'espoir de bâtir une
communauté inclusive.*

(Projet PAL)

La face cachée de l'altruisme.

(Projet PAL)

*Une libération et un
équilibre émotionnel*

(Entrée chez soi)

**Un avenir stable et
sécurisant**

(Entrée chez soi)

L'ESPOIR ET LA POSSIBILITÉ
DE REPRENDRE MA VIE
COMME AVANT (CITOYENNE)

(ENTRÉE CHEZ SOI)

*La relation égalitaire. À partir de
ça, je me solidifie et je peux me
projeter dans ma vie.*

(Entrée chez soi)

Ma conscience, ma pensée et ma vie. Ma tristesse, mon bonheur, mon amour, les mêmes choses pour chaque autres personnes. Toutes les portes s'ouvrent sur notre santé mentale. Quand j'ai donné mon atelier sur les couleurs! Ma vie est de plus en plus agréable. Merci !

(Rayon de partage)

**LE MONDE QUI M'ENTOURE,
LE RESPECT, LES
RENCONTRES. APPRENDRE
ET ESSAYER DE
COMPRENDRE JUSQU'À UN
CERTAIN POINT. ÊTRE
OUVERTE À D'AUTRES
HORIZONS. À PROPOS DES
DIFFÉRENTS PRÉJUGÉS. JE
SUIS HEUREUSE D'AVOIR
OSER ! MERCI !**

(RAYON DE PARTAGE)

*La vie, ça donne de la joie, il y a du partage entre nous, du renouveau.
C'est une période où l'on doit se prendre en main, briser l'isolement.
L'ennui et la solitude sont nos pires ennemis.
L'impact : il faut souvent apprendre à dire non, même si c'est difficile à
faire. Faire partie de l'organisme «Rayon de partage» , ça nous permet
de connaître d'autre monde, de nous guérir de nos petits bobos,
apprendre à mieux nous connaître, malgré que c'est très dure de nous
corriger de nos défauts.*

(Rayon de partage)

Le monde. Parce que j'en avait vraiment besoin, car j'étais seule, désespérée, après une séparation de mon père, de mon mari, de mon garçon. J'ai beaucoup reçu de Rayon de partage, grâce à cet organisme, j'ai beaucoup repris courage. Je suis plus heureuse maintenant, j'accepte mieux les épreuves. Merci, mon dieu, aussi je me suis fait beaucoup d'amis.

(Rayon de partage)