

RAPPORT ANNUEL

La Maison des Jeunes au
Coeur des Montagnes

2024 - 2025

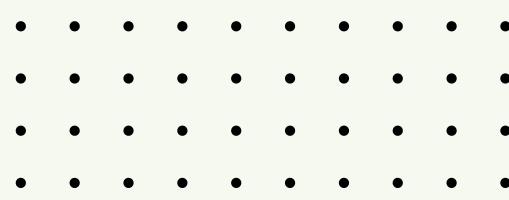
251, rue St-Pierre
St-Élie-de-Caxton (QC), G0X 2N0
Tél : 819-221-4030

Courriel : mdj.directiongenerale@gmail.com

Site web : www.mdjstelie.com

Facebook : Elie Desmontagnes

Organisme de bienfaisance: # 14071 8602 RR0001



Sommaire

Portrait	2
Introduction	3
Mot de la direction	
Mot de l'équipe d'animation	
Notre histoire	5
Bref historique	
Mission	
Objectifs généraux	
Valeurs	
Contribution de la communauté	
Portrait de la Maison des Jeunes	8
Membres	
Portrait et analyse de la fréquentation	
Accessibilité	
Nos groupes porteurs	12
Conseil Administration	
Comité Jeunes (CFUN)	
Équipe de travail	
Formation du personnel	16
Bénévoles de la Maison des jeunes	17
Vie associative, Partenaires et collaborateurs	18
Prévention, Promotion de la santé et développement personnel	23
Statistiques d'intervention	
Interventions quotidiennes	
Nos préventions	
Nos activités	41
Participation à la vie démocratique et associative	
Participation à la vie communautaire de la Maison des Jeunes	
Engagement et implication dans la communauté	
Culture et arts	
Acquisition des saines habitudes de vie	
Récréatif	
Entrepreneurship et développement de l'employabilité chez les jeunes	
Prise en charge et implication des jeunes	
Promotion et défense des droits des jeunes	
Plan d'action 2023-2024	54
Conclusion	59
Dossier de presse	60

Portrait

Nom de l'organisme : La Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes

Adresse : 251, rue St-Pierre, St-Élie-de-Caxton (QC), G0X 2N0

Téléphone : 819-221-4030

Adresse courriel :

Direction : mdj.directiongenerale@gmail.com

Équipe de travail : mdjstelie@gmail.com

Facebook :

Profil : Elie Desmontagnes

Page : Maison des Jeunes St-Élie

Site internet : www.mdjstelie.com

Territoires desservis : St-Élie-de-Caxton, St-Mathieu-du-Parc, Charette

Date d'incorporation de l'organisme : 23 novembre 1992

Année financière : 1er octobre au 30 septembre

Présidente du conseil d'administration : Kimberly Bordeleau

Directrice Générale : Julie Bruneau



Mot de la direction et du conseil d'administration

Alors que nous clôturons une autre année, je tiens à prendre un moment pour mettre en lumière les réalisations 2024-2025 de notre Maison des Jeunes. Cette année a été marquée par des moments de croissance, d'ajustement, d'engagement et de solidarité au sein de notre organisme.

Je souhaite premièrement exprimer ma gratitude à chacun d'entre vous :

1. **À notre équipe de travail**, qui a travaillé sans relâche pour offrir un environnement accueillant et stimulant aux jeunes. Bravo d'avoir continué d'être présents soir après soir, d'avoir à cœur le bien-être de nos ados et de croire en notre mission.
2. **À nos jeunes**, qui ont fait preuve d'enthousiasme et de créativité dans toutes nos activités. Votre implication est vraiment la clé de notre succès.
3. **À nos partenaires financiers**, qui ont continué de croire en notre mission et qui du même coup, nous ont permis de poursuivre l'amélioration de nos services.
4. **À notre conseil d'administration**, pour leur soutien, leur engagement et leur dévouement envers l'organisme.

Cette année, l'équipe de direction a mis l'accent sur renforcer la gouvernance de l'organisme, améliorer la gestion des données et l'amélioration de la gestion des ressources financières de l'organisme. Je tiens également à souligner que le CIUSSS MCQ nous a offert une subvention supplémentaire de 5000 \$, ce qui nous a permis de mieux répondre aux besoins grandissants des jeunes dans la dernière année. Ces efforts sont essentiels pour assurer la pérennité de nos activités et pour renforcer notre présence dans la communauté.

En regardant vers l'avenir, nous sommes impatients de continuer à développer nos services et à explorer de nouvelles opportunités. Nous avons des idées ambitieuses pour l'année prochaine, et nous sommes convaincus qu'en ensemble, nous pouvons continuer à faire une différence significative dans la vie des jeunes de notre communauté.

Merci encore pour votre soutien indéfectible. Ensemble, nous bâtissons un avenir meilleur pour nos jeunes et notre communauté.

*Julie Bruneau
Directrice Générale*

Mot de l'équipe de travail

Pour l'année 2024-2025, plusieurs objectifs ont été fixés pour le volet jeunesse. Nous sommes fiers de constater que la grande majorité d'entre eux ont été atteints. Voici un aperçu des principaux résultats :

1. Prévention, sensibilisation, promotion de la santé et développement personnel

Au cours de l'année, 32 activités de prévention ont été réalisées, respectant notre objectif initial de 30 à 35 activités. Nous souhaitions également faire intervenir au moins trois organismes externes, et cet objectif a été pleinement atteint grâce à la visite à la bibliothèque, à la rencontre avec l'organisme Point de rue et à la présentation des Cadets de la Sûreté du Québec. Un autre objectif consistait à faire participer les jeunes à au moins un projet collectif. Grâce au projet « Délices et Dialogues », nous avons non seulement atteint cette cible, mais aussi favorisé l'engagement des jeunes à plusieurs niveaux : ils ont collaboré au choix des recettes, participé activement aux différents ateliers et rencontré six organismes venus présenter leurs services.

2. Maintenir les activités alignées avec les volets du cadre de référence du RMJQ

Le comité jeune s'est réuni à huit reprises cette année. Au total, 218 activités ont été réalisées, couvrant l'ensemble des volets d'activités définis dans le cadre de référence du RMJQ. L'analyse de notre plan d'action 2024-2025 confirme que cet objectif a été pleinement atteint, tout en maintenant une belle diversité d'activités adaptées aux besoins et aux intérêts des jeunes.

3. Maintenir et développer les services aux jeunes

Nous avions pour objectif de maintenir le service de clavardage sur place, afin de continuer à offrir un espace d'échange accessible et confidentiel. Au fil de l'année, nous avons su nous adapter aux différentes plateformes utilisées par les jeunes, ce qui a facilité la communication et renforcé le lien d'accompagnement. Souhaitant aller encore plus loin, nous avons élargi les plateformes disponibles, ce qui nous a permis de rejoindre un plus grand nombre de jeunes et de mieux répondre à leurs besoins. Enfin, nous avons atteint notre objectif de comptabiliser les références effectuées au cours de l'année, grâce à l'amélioration de nos méthodes de suivi et de compilation.

Les réalisations de cette année dépassent nos attentes et témoignent de l'implication constante de notre équipe et des jeunes. Ces succès nous motivent à aborder l'année 2025-2026 avec enthousiasme, créativité et engagement, afin de poursuivre notre mission.

*Roxanne Lafrenière
Directrice Adjointe*

Bref historique



C'est en 1991 qu'un projet visant spécifiquement les adolescents est né. C'est en effectuant un sondage qu'il a été permis de reconnaître les nombreux besoins des adolescentes et adolescents de la municipalité de Saint-Élie-de-Caxton. Suite aux résultats de ce sondage, il semblait évident qu'une mesure devait être prise pour répondre aux nombreux besoins. C'est pourquoi plusieurs adultes se sont regroupés dans le but de créer la Maison des Jeunes (MDJ). C'est donc officiellement en 1992 que la Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes est née. Après 4 années de travail acharné, l'organisme obtient son accréditation officielle à la Régie régionale en santé et services sociaux en 1994.

Quelques années plus tard, soit en 1996, la Maison des Jeunes commence à promouvoir ses activités grâce au journal « Le soleil des Jeunes » distribué dans tous les foyers de la municipalité. La MDJ au Cœur des Montagnes prend de l'ampleur ! C'est au cours de l'année suivante que l'organisme se joint au Regroupement des Maisons de Jeunes du Québec et c'est en 1999 que l'organisme est officiellement reconnu comme un organisme de bienfaisance. Depuis sa fondation, la Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes ne cesse de répondre aux nombreux besoins des jeunes et tend à continuer de les combler.

Voici un aperçu des grandes lignes des dernières années :

2020-2021

- Gestion d'une pandémie;
- Fin de la direction partagée avec la Maison de Jeunes au Bout du Monde de St-Paulin. Retour de la direction à temps plein.
- Projet AlterAdos : Mini documentaire tourné avec nos jeunes sur des sujets qui les touchent particulièrement.

2021-2022

- Exposition photo afin de démythifier les préjugés que la population pourrait avoir envers les adolescents.
- Confection du guide d'animation "Je suis Cyber" en collaboration avec la MDJ de St-Paulin et Équijustice Maskinongé.
- Réalisation d'un camp de prévention sur les dépendances en collaboration avec le CIUSSS.

2022-2023

- Mise en place d'une cogestion au sein de l'organisme.
- Projet Alterados: Création d'un recueil de nouvelle sur le thème des saines relations à l'ère des réseaux sociaux lors d'un camp de création.

2023-2024

- Projet financé par la TREM qui visait une démarche d'aide à l'orientation professionnelle des jeunes. Dans le but d'accroître la persévérance scolaire, la réussite éducative et de diminuer le niveau de décrochage.
- Obtention d'un montant du plan de rattrapage afin de financer un projet d'initiation à la lecture et l'amélioration de notre volet d'aide aux devoirs.



2024-2025

- "Délices & Dialogues", projet financé par la TREM qui a permis aux jeunes d'apprendre à connaître des organismes du territoire tout en réalisant des ateliers de cuisine créatifs.
- Réalisation d'une vidéo promotionnelle de notre Maison de Jeunes, qui a été vu 2400 fois.

Mission

La Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes est une association de jeunes et d'adultes qui s'est donné la mission, sur une base volontaire dans leur communauté, de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes représentatifs, pourront devenir des citoyens actifs, critiques et responsables.



Objectifs généraux

Allant dans le même sens que notre mission, nous nous sommes fixé plus d'objectifs généraux. Nous avons donc 10 objectifs afin de mieux orienter nos interventions et préventions auprès de nos jeunes. Ces objectifs ne sont pas réalisables à court terme, mais demeurent très importants pour nous. Voici nos objectifs généraux :

1. Fournir aux jeunes de 12 à 17 ans un lieu de rencontre privilégié;
2. Accueillir, écouter et conseiller les jeunes au besoin;
3. Favoriser la participation des jeunes dans la vie de leur communauté;
4. Développer leur sens de la créativité;
5. Faire l'apprentissage de la vie en communauté;
6. Développer leur sens des responsabilités;
7. Outiller les jeunes pour qu'ils deviennent des citoyens actifs, critiques et responsables;
8. Prioriser la prise en charge et l'autonomie chez les jeunes en commençant par leur temps de loisir;
9. Être un lieu d'appartenance pour ceux qui la fréquentent;
10. Prévenir différentes problématiques relatives à l'adolescence en informant les jeunes sur des sujets tels que la violence, la toxicomanie, le suicide, le décrochage scolaire, etc.



Valeurs

Dans notre MDJ, il va de soi que tout n'est pas permis. Nous n'acceptons aucune marque d'impolitesse, d'insulte, d'intimidation, de violence ni aucun propos raciste/sexe ou homophobe. Nous misons plutôt sur le respect, la communication, l'apprentissage et le savoir-être. De plus, nous prônons les saines habitudes de vie auprès des jeunes qui nous fréquentent afin de se concentrer sur leurs forces et de leur inculquer de nouvelle façon de voir les choses. Un de nos souhaits les plus chers est qu'ils en retirent quelque chose de positif et qui sait peut-être même de développer des passions.



Contribution de la communauté

Un organisme communautaire prend racine dans sa communauté, et il est essentiel que celle-ci participe activement à son bon fonctionnement. C'est d'ailleurs le cas de notre Maison des Jeunes. Nous sommes bien implantés dans notre communauté et nous le remarquons à tous les petits gestes que nous vivons au quotidien de la part des citoyens et/ou de nos partenaires. Il s'agit d'une des forces de notre organisme.

Il est important d'amener le fait que la Municipalité de Saint-Élie-de-Caxton nous fournit gratuitement le local dans lequel nous sommes installés autant pour le loyer que pour l'électricité. En terminant, nous pouvons compter sur leur aide au niveau de l'entretien de notre Maison des Jeunes (déneigement, réparation mineure, etc.).

Il faut également souligner que plusieurs de nos activités de financement et projet ont lieu grâce à la contribution des citoyens, comme par exemple;

- Invitation à participer à certaines activités de la communauté (Bazar Végétal, Festival Noël dans le Caxton, La p'tite fête, etc.)
- Canettes (Les citoyens viennent directement porter leurs canettes à la MDJ)



Portrait de la Maison des jeunes

Membres

La Maison des Jeunes comprend deux (2) catégories de membres jeunes, à savoir :

1 Toute personne âgée entre 12 et 17 ans qui provienne des secteurs de St-Élie-de-Caxton, St-Mathieu-du-Parc et Charette. Le membre jeune régulier à le droit de participer aux activités de la Maison de Jeunes, de recevoir les avis de convocation aux assemblées, d'y assister, d'y prendre la parole et d'y voter.

2 Toute personne âgée entre 12 et 17 ans qui proviennent d'ailleurs. Le membre jeune non régulier à le droit de participer aux activités de la Maison de Jeunes, cependant, il ne peut pas participer à la vie démocratique de la corporation.

2024-2025
98 membres
jeunes

2024-2025
92 membres
jeunes non
régulier

La Maison des Jeunes comprend également deux (2) autres catégories de membres, à savoir :

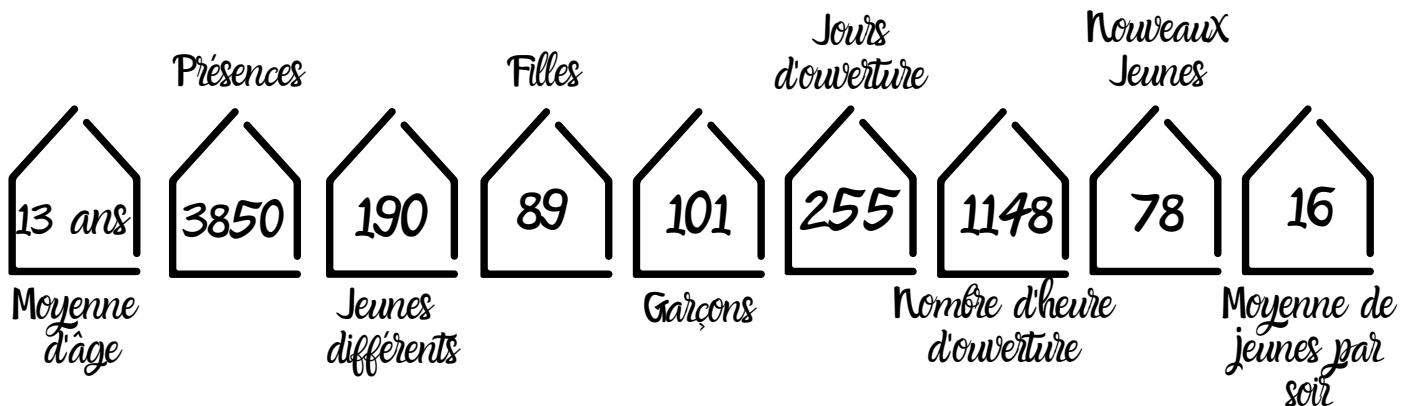
1 Tout citoyen âgé de 18 ans et plus. (parents, membres de la communauté ou autre) Le membre adulte/bénévole à le droit de recevoir les avis de convocation aux assemblées, d'y assister, d'y prendre la parole et d'y voter.

2 Le conseil d'administration peut donner le titre de membre partenaire à toute personne, institution, corporation ou entreprise qui lui semble avoir mérité ce titre par sa contribution au développement des buts et des objectifs de la Maison des Jeunes.

Pour l'année 2024-2025, nous avons eu 35 membres adultes/bénévoles/partenaires



Portrait de la fréquentation et son analyse



À la Maison des Jeunes Au Cœur des Montagnes, la clientèle est principalement composée d'adolescent·es âgé·es entre 12 et 17 ans. La présence des jeunes de 11 ans et de 18 ans est permise à raison de deux soirs par semaine.

Pour l'année 2024-2025, l'âge moyen des jeunes fréquentant notre ressource est de **13 ans**. Au total, nous avons enregistré **3 850 présences** à la MDJ, ce qui représente une hausse par rapport à l'exercice précédent, qui comptait 3 543 présences.

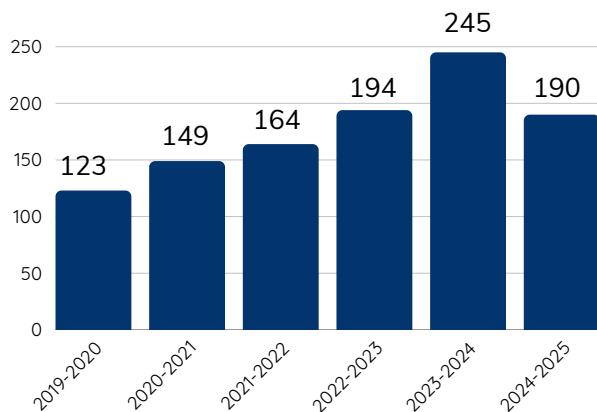
Entre le 1er octobre 2024 et le 30 septembre 2025, **190 jeunes différents** ont fréquenté notre milieu de vie, soit 89 filles et 101 garçons. Ce nombre est toutefois en baisse comparativement à l'année précédente, où nous avions accueilli 245 jeunes.

Nous attribuons cette diminution au fait que nos implications dans les différentes municipalités du territoire n'ont pas atteint le niveau souhaité cette année. Nous sommes également conscients que l'année 2023-2024 représentait un record de fréquentation et qu'il serait difficile d'atteindre un aussi haut niveau de participation sur une base annuelle dans un petit village comme le nôtre.

La moyenne de fréquentation par soir d'ouverture s'élève à **16 jeunes**, ce qui constitue une légère augmentation par rapport à 15 jeunes en 2023-2024. Cette progression peut être expliquée par une promotion accrue sur nos réseaux sociaux ainsi que par nos visites dans les écoles primaires du territoire. L'évolution de nos plateformes numériques nous a permis de rejoindre nos plus jeune et d'accroître la visibilité de nos activités. Nous constatons d'ailleurs qu'une fréquentation élevée contribue à renforcer l'attrait de la Maison des Jeunes, créant ainsi un effet d'entraînement positif au sein du groupe d'adolescent·es.

La fréquentation dans le temps

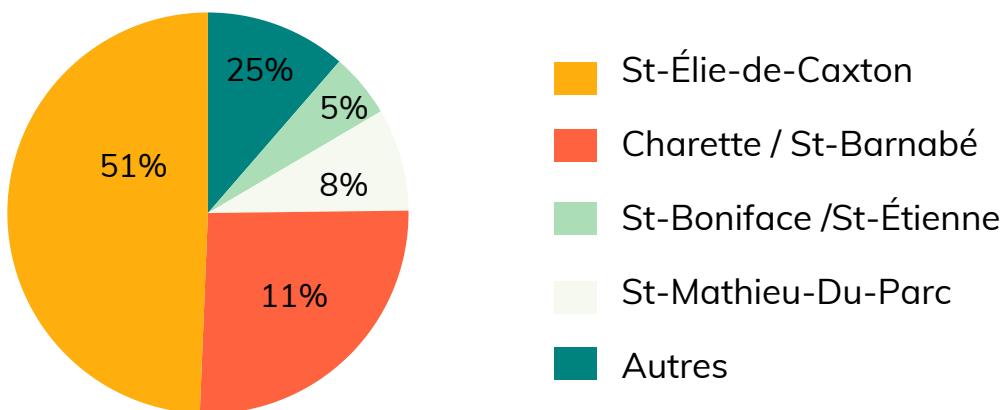
L'histogramme illustrant la présence de jeunes différents par année. Malgré cette baisse, nous demeurons parmi les taux de fréquentation les plus élevés enregistrés au cours des cinq dernières années. Bien que ces résultats constituent une excellente nouvelle pour notre organisme, ils s'accompagnent également de plusieurs défis, et ce, à différents niveaux, tels que :



- Continuer d'offrir aux jeunes un milieu sain et sécuritaire.
- Être en mesure de maintenir un soutien aux jeunes vivant des difficultés.
- Continuer de mettre l'emphase sur les préventions et la sensibilisation malgré l'achalandage.
- Avoir un financement suffisant pour pallier aux besoins grandissants des jeunes.
- Aider les jeunes à développer un sentiment d'appartenance et les motiver à s'impliquer dans l'organisme.

Cela a fait en sorte que nous avons dû mettre plusieurs outils/solutions en place et que nous avons dû faire preuve d'une grande capacité d'adaptation en tant qu'organisme.

Provenance des jeunes



Parmi tous nos jeunes, **51 %** d'entre eux proviennent de la municipalité de St-Élie-de-Caxton, **8 %** proviennent de St-Mathieu-du-Parc, **11%** de Chrette/St-Barnabé et **5 %** de St-Boniface/St-Étienne. Nous pouvons donc constater que **25%** des jeunes fréquentant la MDJ proviennent des villages environnans. (**Voir le graphique circulaire Provenance des jeunes pour les détails.**) La catégorie « Autres » compile tous les jeunes qui ne sont pas le “public cible” de notre MDJ et les municipalités peu représentées. Elle comprend entre autres : Saint-Paulin, Notre-Dame-du-Mont-Carmel, Shawinigan, Trois-Rivières et Québec. Cela nous permet de faire le constat que notre MDJ rayonne bien au-delà de son territoire et que nos efforts au niveau de la promotion et la visibilité ont porté-fruit.

Accessibilité



La Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes est un lieu de rencontre accessible destiné aux adolescents de 12 à 17 ans de Saint-Élie-de-Caxton, St-Mathieu-du-parc et Charette. Comme mentionné ci-haut, la Maison des Jeunes compte **255 jours d'ouverture** pour l'année 2024-2025. Les jeunes ont eu la possibilité de fréquenter notre ressource à raison de 21 heures en moyenne par semaine durant la période scolaire et de 25 heures en moyenne par semaine durant la période estivale.

Voici les heures d'ouverture de la Maison des Jeunes :



Horaire d'animation en période scolaire

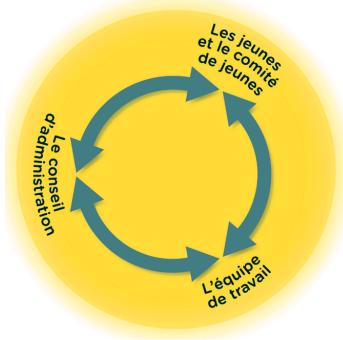
Horaire d'animation en période estivale

Horaire de bureau



Nos groupes porteurs

Les trois groupes porteurs de la Maison des Jeunes sont le conseil d'administration, l'équipe de travail et les jeunes. Ils sont les acteurs de l'association, ils travaillent ensemble en tant que partenaires, pour atteindre les buts et objectifs qu'ils se sont fixés. Le schéma ci-contre démontre de quelle manière s'établit la dynamique entre ces trois groupes. D'abord, on note que tous les liens vont dans les deux sens. Les trois groupes porteurs s'inspirent du projet Maison de Jeunes et travaillent ensuite à l'animer. Il revient souvent à la direction de faire les liens entre les trois groupes porteurs.



Conseil d'administration

Durant l'année 2024/2025, le conseil d'administration s'est réuni à **8 reprises** en présentiel. Il n'y a pas eu de réunion durant la période estivale, soit pour le mois de juillet et août. Voici la liste des membres du conseil d'administration pour l'année 2024/2025 :

Prénom, Nom	Rôle au sein du CA	Provenance
<i>Kimberly Bordeleau</i>	Présidente	Éducatrice en garderie
<i>Sandra Gérôme</i>	Vice-Présidente	Directrice générale
<i>Delphine Martinez</i>	Secrétaire-Trésorière	Entrepreneure
<i>Sylvie Brossault</i>	Administratrice	Agente administrative, CDC
<i>Brandon Ouellet</i>	Représentant Jeune	Étudiant
<i>Alyss Robertson</i>	Représentant Jeune	Étudiante
<i>Julie Bruneau</i>	Représentante des employés	Employée Directrice Générale

Le conseil d'administration a été complet presque tout au long de l'année. Lors de l'AGA de l'organisme qui a eu lieu le **5 décembre 2024**, il y avait **30 personnes présentes**. Cette année, le conseil d'administration a mis l'accent sur renforcer la gouvernance de l'organisme, comme par exemple, en suivant la formation "Conseil d'administration en MDJ" donnée par le Regroupement des Maisons de Jeunes du Québec. Par la suite, nous avons pu réviser nos pratiques, nos outils, etc.

Conseil Jeune (CFUN)

Nous sommes heureux de l'implication et de la participation des jeunes à la vie de leur Maison. Ces jeunes ont pu démontrer leur savoir-faire tout au long de l'année. Lors de l'assemblée générale des jeunes qui a eu lieu le 19 septembre 2025, **14 jeunes** étaient présents. Lors de cette rencontre, nous avons élu un nouveau conseil jeune pour l'année 2025-2026.

Qu'est-ce qu'un CJ?

Un groupe de jeunes qui se réunit régulièrement, où chacun peut exprimer ses opinions et prendre une part active dans les décisions de sa Maison de jeunes.

Les objectifs du CJ:

1. Permettre aux jeunes de faire des expériences nouvelles qui leur permettront d'être mieux outillés et d'avoir un rôle actif dans leur vie;
2. Représenter les autres jeunes qui fréquentent la MDJ et être la courroie de transmission entre le conseil d'administration, les jeunes et l'équipe d'animation;
3. Soutenir l'équipe d'animation, c'est-à-dire aider l'équipe à répondre aux besoins des jeunes et à organiser des activités qui leur ressemblent;
4. Se positionner sur des sujets;
5. Prendre une part active pour déterminer le mode de vie de la MDJ;
6. Diffuser l'information aux autres jeunes de la MDJ.

La structure

Cette année, nous avons réalisé **huit (8) CFUN**. Les rencontres ont lieu environ une fois par mois de septembre à juin. Lors de ces rencontres, les jeunes font ensemble la planification du mois suivant, détermine le thème de prévention, discute du fonctionnement interne de la MDJ, des projets en cours, voit au budget des activités, etc. En cas de dossier urgent, nous nous réservions le droit de faire un CJ spécial ou des comités de travail. Les rencontres étaient sous forme de discussion ouverte afin d'avoir un meilleur pouls de nos jeunes.

Comité jeunes 2024-2025

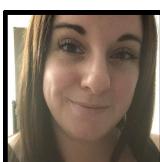
Cette année, le comité a pu compter sur la participation de **21 jeunes différents**. Il a été composé de : Brandon, Alyss, Romain, Méane, Albin, Élora, Coralie, Jérôme, Aly, Lili Rose, Lucie, Maya, Éliana, Kassy, Éveline, Christopher, Aiden, Olivier, Léandre, Kayle et Maïka.

Équipe de travail

Stagiaire →
Temps partiel →
Temps plein →



Prénom, Nom : Julie Bruneau
Poste effectué : Directrice Générale
Date d'embauche : 26 août 2013



Prénom, Nom : Roxanne Lafrenière
Poste effectué : Directrice Adjointe
Date d'embauche : 9 janvier 2023



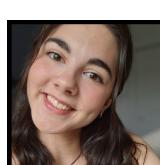
Prénom, Nom : Joey Gélinas
Poste effectué : Responsable du milieu de vie d'octobre à juin.
Date d'embauche : 28 novembre 2023



Prénom, Nom : Barbara Désilets
Poste effectué : Animatrice-Intervenante
Date d'embauche : 2 août 2024



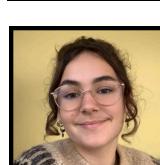
Prénom, Nom : Késy Gélinas
Poste effectué : Animateur-Intervenant
Date d'embauche :



Prénom, Nom : Camille Bouffard
Poste effectué : Animatrice-Intervenante
Date d'embauche : 27 janvier 2025



Prénom, Nom : Lea Tortolano
Poste effectué : Animatrice-Intervenante
Date d'embauche : 28 mai 2025



Prénom, Nom : Leäny Kirouac
Poste effectué : Stagiaire en éducation spécialisée
Date : Présente de septembre à décembre 2024

Un merci tout spécial à Leäny Kirouac pour son magnifique stage et
Barbara Désilets qui a quitté son poste d'animatrice-intervenante à temps
partiel le 5 septembre 2025.

Merci

Réunion d'équipe et évaluation du personnel.

L'équipe de travail se réunit à toutes les deux semaines pour une réunion d'équipe pendant la période scolaire et à toutes les semaines pendant la période estivale. Au cours de l'année 2024-2025, l'équipe de travail s'est réunie à 25 reprises. Ces réunions ont plusieurs objectifs et servent à améliorer la communication, la coordination et la collaboration au sein de notre équipe de travail. Voici à quoi elle sert :

1. Partager l'information
2. Coordonner les efforts
3. Résoudre les problèmes
4. Prendre des décisions
5. Suivi de l'avancement
6. Renforcer la cohésion de l'équipe
7. Se fixer des objectifs
8. Encourager et motiver

En résumé, une réunion d'équipe est essentielle pour maintenir une bonne communication, une organisation fluide et une collaboration efficace au sein d'une équipe.

De plus, à chaque début d'année financière, la direction procède à l'évaluation du personnel en place. Ces rencontres servent à mesurer et à analyser les performances, les compétences et le comportement des employés au travail.



Formation du personnel



La formation continue permet incontestablement d'améliorer le taux de motivation au travail, mais également la performance des employés. Résultat, les performances professionnelles connaissent un impact significatif et positif, l'employé se montrant beaucoup plus efficace dans son travail. Se former professionnellement permet alors à tous de maintenir ses compétences et ses connaissances à jour et de les élargir afin d'évoluer dans son travail.

Voici les formations suivis par l'équipe de travail cette année;



10 octobre 2024

Tutorat, aide aux devoirs et autres stratégies d'accompagnement : aider les jeunes efficacement dans leurs apprentissages.

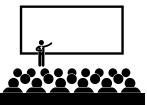
Formation donnée par la TREM.



21 octobre 2024

Conseil d'administration en MDJ

Formation offerte par le RMJQ.



5 novembre 2024

Journée régionale de formation

- La collaboration et les éléments clés pour cultiver des espaces propices.
- Plan de communication 101
- Assumer mon leadership au travail.

Formations organisées par la TROC CQM.



11-12 nov. 2024

Secourisme en milieu de travail

Formation donnée par Santinel.



29 janvier 2025

Gestion Financière Efficace: Des Outils Simple Et Utiles Pour Mieux Gérer Nos Organismes

Formation donnée par la TROC CQM.



11 mars 2025

Le harcèlement en milieu de travail

Formation organisé par la TROC CQM.



12 février 2025

Gestion des écrants : Développer l'autorégulation chez les jeunes

Formation organisé infra.

10-11 avril 2025

- L'ACA, un mouvement essentiel pour la justice sociale.
- Intervenir autrement : la réduction des méfaits
- Prévention et lutte à l'intimidation
- L'Action collective
- Transformation sociale et citoyenneté, org. jeunesse.

Colloque organisé par la coalition interjeunes.

8 mai 2025

Atelier sur la diversité ethnoculturel

Atelier organisé par la TREM.

2-3 juin 2025

Fondement du travail en Maison de Jeunes

Formation offerte par le RMJQ.

Bénévoles de la Maison des Jeunes

La Maison des Jeunes au Coeur des Montagnes ne serait rien sans l'aide précieuse de l'ensemble de ses bénévoles. Tout au long de l'année, ces personnes se sont impliquées de diverses façons avec un seul but commun: Faire de la Maison des Jeunes un milieu de vie actif, sain et épanouit.

Les autres raisons de s'engager sont pour socialiser, apprendre, réaliser un projet commun, par devoir, pour l'épanouissement personnel, en fonction de ses activités personnelles et familiales ou tout simplement pour aider.

On entend ici par bénévoles : Toutes personne, jeune et/ou adulte participant bénévolement à la réalisation de l'activité dans sa communauté, excluant les membres du conseil d'administration.

Merci à nos 48 bénévoles jeunes



Aiden, Albin, Alexis, Brandon, Cédric, Deven, Elliot, Emilio, Félix, Jérôme, Justin, Kayle, Léandre, Liam, Lohan, Louis, Louis-Simon, Luca, Mathis, Maxime, Médéric, Nathan, Olivier L., Olivier P., Olivier N., Quentin, Renaud, Romain, Tommy, William, Aleskya, Anaïs, Aly, Alyss, Aurélie, Coralie, Eliana, Èva-Rose, Kassy, Koralie, Kelly-Ann, Lili Rose, Lucie, Maika, Méane, Mégane, Océane et Vivianne,



Triage de canettes



Entretien de la MDJ et aménagement du local



Préparation d'activités



Implication dans les activités d'autofinancement



Implication au 5 à 7 du garage de la culture

Merci également
à nos 10
bénévoles adultes



Nous comptabilisons 1177 heures de bénévolat
pour l'année 2024-2025



Vie associative, Partenaires et collaborateurs

Vie associative



- Participation à 4 visioconférences sur différents sujets.
- Participation au colloque et à l'AGA du RMJQ (13-15 mai 2025)



- 8 rencontres régionales des directions.
- 7 rencontres régionales des animateurs/intervenants
- Implication dans le comité de reconduction du régional. (3 rencontres)
- Implication dans le comité sur la révision de nos outils. (2 rencontre)
- Participation aux AGA des Maisons des Jeunes Le Chakado, L'Index et Alternative Jeunesse.



- Membre communautaire.
- Implication sur le conseil d'administration du 24 mai 2023 au 26 mai 2025. (6 rencontres)
- Rencontre avec un agent de développement de la CDC afin de présenter nos services, enjeux et réalités. (28 octobre 2024)
- Participation au dîner de Noël (11 décembre 2024)
- Participation à l'activité de réseautage à la Cabane à sucre. (28 mars 2025)
- Participation à l'AGA de la corporation. (26 mai 2025)
- Implication dans le comité ressource humaine du conseil d'administration. (2 rencontres)
- Participation à la rentrée des organismes. (23 septembre 2025)
- Lecture de diverses communications envoyées par courriel.



- Membre communautaire.
- Participation à 1 rencontre avec les représentants du RPDS. (6 mai 2025)



- Membre communautaire.
- Lecture de diverses communications envoyées par courriel.



- Membre communautaire.
- Participation à la formation régionale. (5 octobre 2024)
- Participation à une action de mobilisation au Parc Laviolette (17 octobre 2024)
- Participation à l'assemblée générale annuelle. (22 octobre 2024)
- Lecture des diverses communications envoyées par courriel.



- Local gratuit.
- Service de déneigement, d'entretien et de réparation.
- Contribution financière.
- Rencontre avec le Technicien aux loisirs, culture et vie communautaire. (23 janvier 2025 et 22 avril 2025)
- Aide bénévole lors des 5 à 7 estivale (Juillet et Août)



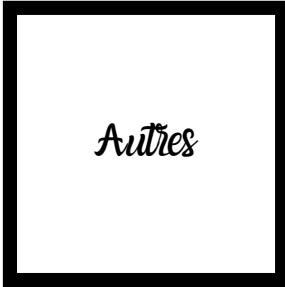
- Membre jeunesse - famille.
- Participation au lancement de l'édition 2025 "Des journées de la perséverances scolaires en Mauricie". (10 février 2025)
- Participation au Gala de reconnaissance (13 juin 2025)



- Lecture des diverses communications envoyées par courriel.
- Signature du protocole.



- Partenariat lors des sorties nécessitant un transport en autobus scolaire.
- Baisse de tarification d'une valeur de 25% sur nos transports.



- Membre du CFCM.
- Rencontre en vidéo-conférence avec la municipalité de St-Mathieu-Du-Parc pour planifier une activité cet été. (25 mai 2025)

Partenaires et collaborateurs

Pour l'année 2024-2025, nous avons rejoint plusieurs entreprises par l'entremise de notre plan de commandite. Ce plan est envoyé aux entreprises de notre territoire. Nous y trouvons notre mission, nos valeurs, nos objectifs, les moyens pour contribuer ainsi que le plan de visibilité offert à nos partenaires.

Plan de commandite 2024-2025 La Maison des Jeunes Au Coeur des Montagnes p.1

Notre mission
La Maison des Jeunes au Coeur des Montagnes est une association de jeunes et d'adultes qui s'est donné la mission, sur une base volontaire dans leur communauté, de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes représentatifs, pourront devenir des citoyens actifs, critiques et responsables.

Nos valeurs
Respect, Acceptation des différences, Solidarité, Entr'aide, Partage

Nos objectifs
• Fournir aux jeunes de 12 à 17 ans un lieu de rencontre privilégié;
• Accueillir, écouter et conseiller les jeunes au besoin;
• Favoriser la participation des jeunes dans la vie de leur communauté;
• Développer leur sens de la créativité;
• Faire l'apprentissage de la vie en communauté;
• Développer leur sens des responsabilités;
• Outiliser les jeunes pour qu'ils deviennent des citoyens actifs, critiques et responsables;
• Prioriser la prise en charge et l'autonomie chez les jeunes en commençant par leur temps de loisir;
• Être un lieu d'appartenance pour ceux qui la fréquentent;
• Prévenir différentes problématiques relatives à l'adolescence en informant les jeunes sur des sujets tels que la violence, la toxicomanie, le suicide, le décrochage scolaire, etc.

Plan de commandite 2024-2025 La Maison des Jeunes Au Coeur des Montagnes p.2

Nous offrons à nos partenaires un plan de visibilité qui comprend différents paliers. (Diamant, Or, Argent et Bronze) Ce qui leur permet d'obtenir une visibilité qui correspond à leurs besoins. Cela nous permet également de faire un meilleur suivi de nos commandites et d'établir un partenariat donnant-donnant avec les acteurs du milieu.

Visibilité des partenaires

Valeurs de la commandite	Diamant 500\$ et +	Or 499\$ et 200\$	Argent 199\$ et 50\$	Bronze 49\$ et -
Affichage sur notre site internet	x	x	x	x
Remerciement dans notre rapport annuel d'activités	x	x	x	x
Annonce et Remerciement des commanditaires sur nos Réseaux Sociaux	x	x	x	x
Parution de votre logo ou carte d'affaire dans notre infolettre mensuelle À Coeur Unis	x	x	x	
Bannière des commanditaires affichée lors de nos événements.	x	x		
Logo de l'entreprise sur notre page couverture Facebook	x			

Nous acceptons les chèques ainsi que les virements bancaires. Un reçu pour fins d'impôt vous sera envoyé dès réception de votre don.
Pour effectuer un virement :
• Adresse courriel : mdj.directiongenerale@gmail.com
• Mot de passe : dons2025
Veuillez également nous faire parvenir votre logo à l'adresse suivante : mdjstelie@gmail.com.

Plan de commandite 2024-2025 La Maison des Jeunes Au Coeur des Montagnes p.4

Merci!

Merci à tous nos précieux partenaires et collaborateurs qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de notre mission pour l'année 2024-2025 que ce soit en dons monétaires, en prêt de ressources matérielles ou en participant à nos activités de financement. Nous sommes très reconnaissants de savoir qu'il y a encore des gens qui croient aux jeunes, la relève de demain. C'est grâce à des gens comme vous que la Maison des jeunes peut réaliser certains objectifs qu'elle s'est fixés, soit l'expansion des services offerts aux jeunes, en termes de quantité et de qualité.

Merci à nos partenaires 2024-2025

Partenaires Diamant

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec

Québec

FONDATION FAMILLE LÉGER

FONDATION FOURNIER-ÉTHIER

TRANSPORTS COLLECTIFS
MRC de Maskinongé

Partenaires Or

Maxime Matteau
Représentant
maxime.matteau@socotel.net

Bureau: 819-921-4581
Fax: 819-921-4257
Télécopieur: 819-921-4258
télémail@maximematteau.net

Me Louise-Andrée GARANT, LL.B., D.D.N.
notaire et conseillère juridique

Partenaires Argent

Gérante Claude Auger entr.
1111 Avenue Principale, St-Elie-de-Caxton, Québec G0X 2N0
Tél.: 819 221-5212 • Fax: 819 221-5214

• ÉCOLE MÉDIAS •
• MISE AU POINT •

Claude Auger
Propriétaire

NOUS UTILISONS DES PIÈCES DE REMPLACEMENT CARROSSIET DE HAUTE QUALITÉ

Julie Plante
COUTURIÈRE
Confection
Réparation

1121, avenue Principale, St-Elie-de-Caxton Québec
Téléphone : 819 221-5457 - Télécopieur : 819 221-5457
jplante.couture@hotmail.com

Domaine Floribell

YogAbsolu

Marie-Claude Morinot, fondatrice
291, avenue Principale
St-Elie-de-Caxton, Québec G0X 2N0
Téléphone : 819 221-5457
Télécopieur : 819 221-5458
info@yogaabsolu.com
www.yogaabsolu.com

Un immense merci également à : M. Fred Pellerin pour sa contribution financière.

22

Plan de communication

Pour l'année 2024-2025, nous nous sommes fixés comme objectif dans notre plan d'action de développer un plan de communication structuré, incluant notamment la gestion de nos réseaux sociaux.

Ce plan est d'une durée de deux ans (2024-2025 et 2025-2026). Il sera réévalué par la suite afin d'y apporter les ajustements nécessaires selon l'évolution de nos besoins et de notre réalité.



Des objectifs généraux et spécifiques ont été définis pour chaque action, dans le but de maximiser notre rayonnement et de faire découvrir davantage notre mission, nos projets et notre impact auprès des jeunes.

Il s'appuie sur nos outils déjà en place (affiches, site web, infolettre, réseaux sociaux) et propose des stratégies concrètes, réalistes et alignées avec les valeurs de notre milieu.

Le document comprend les sections suivantes :

- Introduction
- Les objectifs généraux
- Le publics cibles
- Les outils principaux
- Les communications numériques
- Les outils imprimés
- Analyse et objectifs spécifiques
- Échéancier
- Événements et collaborations
- Conclusion



Prévention, Promotion de la santé et développement personnel

Interventions quotidiennes

Notre Maison des Jeunes (MDJ) adopte une approche globale, centrée sur le développement intégral des jeunes. De nombreuses interventions se déroulent de manière informelle, signifiant qu'elles ne sont pas toujours planifiées dans notre calendrier de prévention ni formellement menées dans nos bureaux. La beauté de notre milieu de vie réside dans les conversations constructives qui émergent lors de nos soirées, conversations souvent initiées par les jeunes et qui nécessitent des interventions et des discussions approfondies, aboutissant à des échanges enrichissants.

Nous favorisons une éducation populaire en encourageant les jeunes à exprimer leurs opinions et à participer activement à des projets qui les concernent. Les animateurs et intervenants agissent en tant que modèles significatifs, et nous avons la responsabilité de les sensibiliser de différentes manières, notamment par des discussions sur des problématiques essentielles comme la santé mentale, la consommation et les relations interpersonnelles.

Notre MDJ est un espace d'échanges, un lieu de passage vers l'autonomie où notre équipe est présente pour soutenir les jeunes dans diverses sphères de leur vie. Grâce à notre approche basée sur les forces, nous valorisons leurs compétences et leurs talents, renforçant ainsi leur estime de soi et leur confiance.

Dans le but d'améliorer leur qualité de vie actuelle et future, nous avons référé nos jeunes à des organismes compétents à **28 reprises**, leur offrant ainsi un accès à des ressources adaptées à leurs besoins. En collaborant avec d'autres services et organismes, nous garantissons un soutien cohérent et efficace pour les jeunes, leur permettant ainsi de se préparer à devenir des citoyens actifs et responsables.

De plus, cette année, nous avons réalisé **4044 interventions/discussions**, ce qui représente **une augmentation de 46 %** comparativement à l'année dernière, où nous en avions effectué 2772. Ce portrait est pour nous un élément important et alarmant. Les adolescents sont une clientèle vulnérable de par leur tranche d'âge. L'adolescence est une période de métamorphose, basée sur un processus complexe. La puberté vient bousculer le jeune dans son rapport à lui-même, tout comme dans son lien à l'autre. Ces changements font de l'adolescence une véritable période de vulnérabilité. La période de l'adolescence est au cœur de nombreuses transformations comme la croissance, les modifications hormonales et la maturation sexuelle. De plus, à cet âge, la prise de décision, la planification, l'inhibition des actions et dans les relations sociales est encore en développement. La période de fragilité que constitue l'adolescence est propice au développement de troubles psychologiques, comme les états dépressifs, anxieux ou les troubles alimentaires.

Prévention, Promotion de la santé et développement personnel

Le mal-être des adolescents est grandissant et alarmant. C'est une période à laquelle peut se surajouter l'isolement affectif, les ruptures sentimentales et les échecs, notamment scolaires, et les conflits d'autorité. Bien qu'il soit commun de considérer que l'adolescence est une période difficile pour tout le monde, ceci conduit à banaliser la souffrance des jeunes et à passer à côté d'une intervention efficace. Il est important d'accorder à cette clientèle une attention particulière, de prendre au sérieux la parole de tous les adolescents qui s'expriment et de leur apporter une réponse réactive et adaptée soit l'écoute active, la prévention, l'empathie, et l'accompagnement par des professionnels. C'est ce qu'offre un milieu comme le nôtre.

Références

28 fois

Promouvoir et afficher les ressources spécialisées en prévention.

Aide aux devoirs

45 fois

Distribution de condoms

4044 interventions/ discussions



Les thèmes abordés	Nombre d'intervention	Les thèmes abordés	Nombre d'intervention
Respect, savoir-être, langage	977	Intimidation, violence	227
Amitié	354	Sexualité et consentement	180
Relation familiale	81	Gestion des émotions, gestion de conflits	303
Santé mentale, automutilation	142	Habilétés sociales	132
Relation amoureuse	255	École, persévérance scolaire	153
Dépendance (alcool, drogue, jeux)	252	Racisme, sexismes, homophobie, préjugés et jugement	74
Finance, Budget, Emploi, CV	41	Confiance en soi, Estime de soi, Dépassement de soi	110
Justice, Loi, Criminalité, Sécurité routière	198	Réseaux sociaux	119

Nos préventions

314 participations
58 jeunes différents rejoints

Chaque mois, nous essayons d'avoir un thème de prévention spécifique qui répond aux besoins des jeunes. Pour déterminer les thèmes, nous nous basons entre autres sur le sondage annuel rempli par les jeunes en début d'année.

Cependant, c'est lors des rencontres du CFUN que les jeunes choisissent le thème qui sera abordé. Cette année, les thèmes abordés ont été:

Mois	Thème abordé	Mois	Thème abordé
Octobre	Suicide/Automutilation	Mars	Les réseaux sociaux
Novembre	Le respect	Avril	La gestion de conflits
Décembre	Les relations amoureuses	Mai	L'hygiène
Janvier	La consommation	Période estivale	L'estime de soi / Les dangers de l'été
Février	La sexualité	Septembre	La rentrée scolaire

De plus, il est important de ne pas oublier toutes les rencontres individuelles, les interventions spontanées, les conseils, les communications téléphoniques ou virtuelles, les dépliants mis à leur disposition ainsi que toutes les références qui ont été fournis aux jeunes. Tout au long de l'année, nous travaillons le volet respect avec les jeunes, que ce soit le respect de soi ou des autres, du matériel et de son environnement. Pour nous, ce sujet est très important et nous faisons beaucoup d'interventions à ce sujet.

Les animateurs sont toujours ouverts à prendre le temps de discuter avec n'importe quel jeune, qu'il y ait un problème ou non. Les activités de prévention qui suivent permettent aux jeunes d'être outillés pour faire face aux différentes difficultés qui peuvent se présenter à eux.

Nous avons aussi continué d'animer notre vitrine sur les thèmes de prévention chaque mois. Les jeunes sont invités à aller lire les différentes informations qui s'y retrouvent. De plus, les animateurs peuvent s'en servir afin d'ouvrir la discussion sur les différents sujets.

1- Visite du Centre de prévention suicide Accalmie - 17 octobre 2024

Objectifs:

- Sensibiliser à la prévention du suicide.
- Éduquer sur l'importance de la santé mentale.
- Présenter la ressource aux jeunes et les services offerts.



Description:

L'intervenante du Centre de prévention suicide Accalmie est venue rencontrer nos jeunes afin de leur présenter son organisme. Au fil de la présentation, plusieurs thèmes essentiels ont été abordés : la santé mentale, l'estime de soi, la confiance en soi, l'importance de se connaître, les signes que quelqu'un ne va pas bien, qu'est-ce qu'on peut faire pour aller mieux, l'importance des passions et l'espoir.

2- Visite de la bibliothèque municipale - 22 octobre 2024

Objectifs:

- Encourager la découverte et l'exploration de nouveaux genres littéraires ou centres d'intérêt.
- Familiariser les jeunes avec les ressources disponibles (livres, revues, bases de données, outils numériques).
- Créer un lien entre les jeunes et leur communauté à travers l'utilisation des services offerts par la bibliothèque.

Description:

Nous avons visité la bibliothèque municipale avec nos jeunes. Lors de cette sortie, ils ont pu découvrir les différents services offerts, le fonctionnement du système de prêt ainsi que les activités spéciales proposées. Les jeunes ont également eu l'occasion de parcourir plusieurs livres, ce qui a contribué à éveiller leur intérêt pour la lecture.



3- Discussion sur l'automutilation - 23 octobre 2024

Objectifs:

- Informer sur l'automutilation, ses causes, ses manifestations, et ses conséquences physiques et émotionnelles.
- Démystifier le sujet pour briser les tabous et encourager une discussion ouverte et respectueuse.
- Fournir des outils et des stratégies pour mieux gérer le stress, l'anxiété ou les émotions difficiles sans recourir à l'automutilation



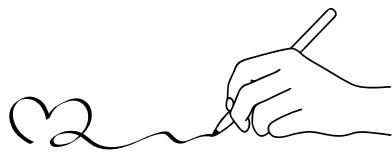
Description:

Nous avons offert une présentation sous forme de PowerPoint. Ensemble, nous avons abordé plusieurs questions : qu'est-ce que l'automutilation, qu'est-ce qui peut pousser une personne à poser ce geste, quels sont les risques et dangers associés, et quoi faire si cela m'arrive? La rencontre s'est terminée avec un échange autour de 10 stratégies d'adaptation positives.

4- Les mots qui blessent, les mots qui réparent - 14 novembre 2024

Objectifs:

- Sensibiliser à l'impact des mots.
- Favoriser l'introspection et l'expression personnelle.
- Encourager la communication bienveillante.



Description:

Nous avons discuté avec les jeunes du respect et de la manière de remplacer des mots méchants par des mots encourageants. Pour rendre l'activité interactive, nous avons séparé les jeunes en deux équipes : une équipe écrivait des mots méchants, l'autre des mots gentils. Ensuite, les équipes ont échangé leurs listes et ont travaillé à transformer les mots méchants en mots positifs.

5- Improvisation sur le conflit - 27 novembre 2024

Objectifs:

- Favoriser chez les jeunes le développement de compétences relationnelles, en mettant l'accent sur l'importance du respect mutuel comme outil essentiel pour résoudre les conflits, à travers des activités expressives.
- Amener les participants à identifier au moins deux stratégies efficaces pour résoudre des conflits interpersonnels d'ici la fin de l'activité.
- Amener les participants à repérer au moins deux situations de la vie quotidienne où le respect joue un rôle important pendant l'activité.

Description:

Nous avons réalisé une activité d'improvisation avec les jeunes, à partir de différentes mises en situation de conflit. Cette activité leur a permis d'explorer des façons de réagir, de réfléchir aux conséquences de leurs choix et de découvrir des stratégies pour mieux gérer les conflits.



6- Le tribunal des relations - 11 décembre 2024

Objectifs:

- Permettre aux jeunes de distinguer les comportements respectueux de ceux qui sont nuisibles ou toxiques dans une relation amoureuse.
- Amener les jeunes à analyser des situations complexes et à justifier leurs opinions avec des arguments solides, tout en favorisant l'écoute des autres.
- Mettre l'accent sur l'importance du consentement, du respect des limites personnelles et de la communication ouverte pour préserver une relation saine.

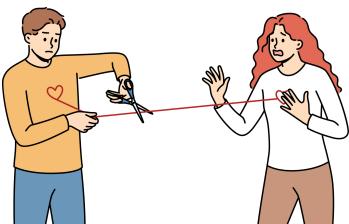
Description:

Les jeunes ont participé à un jeu de rôle où ils devaient analyser des scénarios de relations amoureuses fictives. Chacun s'est vu attribuer un rôle : 1-Défense : démontrer que la relation est saine et peut évoluer positivement, 2-Accusation : souligner les éléments toxiques ou problématiques, 3-Jury : écouter les arguments et rendre un verdict. Chaque scénario était lu à voix haute, puis les équipes avaient quelques minutes pour préparer leurs arguments avant de débattre.

7- Le jeu des limites - 19 décembre 2024

Objectifs:

- Reconnaître les comportements toxiques.
- Favoriser la communication saine.
- Développer l'autonomie émotionnelle.



Description:

À l'aide de cartes abordant différentes thématiques sur les comportements toxiques en relation, les jeunes ont échangé en groupe pour déterminer si chaque situation constitue une atteinte à leurs limites personnelles. Ensuite, une discussion collective a été faite sur les stratégies à adopter pour établir et respecter ces limites.

8- La guerre des dans - 16 janvier 2026

Objectifs:

- Sensibiliser les jeunes des divers dangers de la consommation de drogues.
- Favoriser de bonnes habitudes de vie.
- Faire réfléchir les jeunes sur leurs habitudes de consommation et sur les impacts possibles de leurs choix.



Description:

Les jeunes ont été séparés en deux équipes et chacun a choisi un chef d'équipe. L'activité s'est déroulée sous forme de jeu, inspiré de l'émission La Guerre des Clans. Les deux chefs s'affrontaient pour la première question portant sur la consommation. L'équipe gagnante pouvait ensuite continuer à répondre au sondage. Après trois erreurs, l'équipe adverse avait la chance de voler les points en donnant une bonne réponse. Le jeu s'est poursuivi ainsi jusqu'à la désignation d'une équipe gagnante, qui a ensuite pu participer au jeu final.

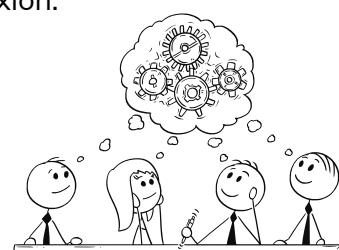
9-Mythes et réalité sur la consommation - 30 janvier 2025

Objectifs:

- Comprendre les effets des substances sur la santé physique et mentale, ainsi que leurs impacts à court et long terme.
- Reconnaître l'influence sociale et les pressions de groupe dans la consommation de drogues et d'alcool.
- Renforcer les capacités de prise de décision en aidant les jeunes à évaluer les risques et les conséquences de leurs choix.

Description:

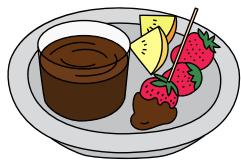
Sous forme de discussion interactive, nous avons lu différentes affirmations à voix haute et demandé aux jeunes de déterminer s'il s'agissait d'un mythe ou d'une réalité. Après chaque réponse, nous avons donné la bonne explication, ce qui a permis de stimuler les échanges et la réflexion.



10- Parlons consentement! - 14 février 2025

Objectifs:

- Définir le consentement.
- Différencier la séduction de la violence sexuelle.
- Favoriser les relations saines.



Description:

Autour d'une fondue au chocolat, nous avons eu une discussion avec les jeunes sur le consentement. À tour de rôle, ils ont pioché une mise en situation, puis l'intervenant leur a posé une question en lien avec celle-ci afin de favoriser l'échange et la réflexion.

11- C'est la responsabilité de qui? - 25 février 2025

Objectifs:

- Discuter de l'importance de la participation respective des garçons et des filles en matière de contraception.
- Expliquer l'importance d'utiliser la double-protection.
- Favoriser la discussion et réduire le tabou entourant la sexualité et la contraception.



Description:

Lors de l'activité, l'intervenant a posé la question suivante aux jeunes : « Qui, des garçons ou des filles, est davantage responsable de la contraception? ». Les jeunes ont ensuite été invités à partager leurs opinions. Les animateurs ont animé la discussion en posant des questions et en apportant des informations supplémentaires. L'échange s'est poursuivi autour des différentes méthodes de contraception ainsi que des ITSS.

12- Que ferais-tu si?

Objectifs:

- Développer l'esprit critique des jeunes face aux situations courantes sur les réseaux sociaux.
- Leur apprendre à réagir de manière sécuritaire et responsable.
- Favoriser l'échange et la discussion sur les bonnes pratiques numériques.



Description:

Nous avons débuté l'activité en posant quelques questions : Quels sont les aspects positifs des réseaux sociaux? Quels sont les risques ? Avez-vous déjà été témoins ou victimes d'une situation inconfortable en ligne ? Par la suite, en équipe, les jeunes ont chacun une mise en situation et doivent trouver 2 solutions possibles aux problèmes. Par la suite, nous avons réalisés un retour en grand groupe sur les solutions proposées. Nous avons également discuté des bonnes pratiques sur les réseaux sociaux.

13- Jason réseaux sociaux - 27 mars 2025

Objectifs:

- Expliquer comment les réseaux sociaux analysent les interactions des utilisateurs pour proposer du contenu personnalisé.
- Amener les jeunes à réfléchir aux impacts des algorithmes sur leur temps d'écran, leurs émotions et leurs choix
- Apprendre à ajuster les paramètres pour influencer l'algorithme et limiter l'exposition à certains types de contenu.

Description:

Visionnement de capsules vidéo sur le fonctionnement des réseaux sociaux et comment modifier l'algorithme.



14- Discussion sur l'intimidation - 17 avril 2025

Objectifs:

- Informer les jeunes sur ce qu'est l'intimidation.
- Démystifier les formes d'intimidations.
- Informer sur les conséquences de l'intimidation.

Description:

Sous forme de discussion, les intervenants ont informé les jeunes de ce qu'est l'intimidation,, les formes, les conséquences et quoi faire lorsqu'ils sont témoins d'une situation.

15- Reconnais-tu la colère? - 1er mai 2025

Objectifs:

- Favoriser la connaissance de soi en aidant les jeunes à reconnaître les signes précurseurs de la colère.
- Développer des compétences en régulation émotionnelle par l'apprentissage de stratégies concrètes pour gérer la colère.
- Renforcer l'autonomie émotionnelle, pour permettre aux jeunes de mieux réagir dans des situations de tension.



Description:

À travers des discussions, nous avons aidé les jeunes à mieux reconnaître les signes de colère (dans leur tête, leur corps, leurs émotions ou leurs comportements). Des exemples concrets ont été mentionnés afin de leur permettre de bien identifier les petits signes avant-coureurs et de mettre des mots sur ce qu'ils ressentent. L'activité proposait aussi des stratégies simples et accessibles pour canaliser cette émotion de manière saine.

16- Mythes et réalités sur l'hygiène - 5 mai 2025

Objectifs:

- Acquérir des connaissances de base sur la puberté et l'hygiène.
- Faire la différence entre faits et mythes autour de l'hygiène et des changements corporels.
- Encourager l'autonomie et la responsabilisation des jeunes face à leur propre corps et leur bien-être.

Description:

Nous avons eu une discussion portant sur différents mythes liés à l'hygiène corporelle. Par la suite, nous avons fait des retours sur ces croyances et échangé avec les jeunes au sujet des bonnes pratiques à adopter.



17- Parlons franchement hygiène - 27 mai 2025

Objectifs:

- Sensibiliser à l'importance de l'hygiène corporelle.
- Nommer les différentes formes d'hygiène.
- Déconstruire les tabous ou malaises autour du sujet.

Description:

Nous avons fait une discussion afin que les jeunes puissent nous partager leurs expériences et déconstruire les tabous liés à l'hygiène.



18- La ligne de l'estime - 12 juin 2025

Objectifs:

- Amener les jeunes à réfléchir à leur propre estime de soi.
- Briser les tabous entourant les pensées intérieures négatives.
- Développer la pensée critique et nuancée sur l'estime de soi.



Description:

Une activité interactive où les jeunes étaient invités à se positionner physiquement sur une ligne tracée au sol en fonction de ce qu'ils ressentent face à différentes affirmations liées à l'estime de soi. Chacun-e choisit sa place entre "pas du tout d'accord", "moyennement en accord" et "tout à fait d'accord", selon sa perception personnelle.

19- Jenga de l'estime - 25 juin 2025

Objectifs:

- Favoriser une estime de soi positive.
- Favoriser la bienveillance envers soi et les autres.
- Favoriser un sentiment de compétence.



Description:

Les jeunes ont été réunis autour d'une table pour participer à une version adaptée du jeu de Jenga. Certains blocs du jeu contiennent des énoncés liés aux pensées négatives ou aux croyances limitantes qui peuvent affecter l'estime de soi. Les jeunes devaient par la suite reformuler en quelque chose de positif et de bienveillant envers soi.

20- La reconnaissance - 7 juillet 2025

Objectifs:

- Faire réfléchir les jeunes sur les bienfaits de la reconnaissance au cœur de leurs relations.
- Faire réaliser aux jeunes que la reconnaissance est importante, même si l'action effectuée à leur égard est attendue.
- Amener les jeunes à identifier les gestes ou attitudes qui méritent un merci.



Description:

L'activité a débuté sous forme de question ouverte et de définitions. Les questions concernaient leurs habitudes vis-à-vis la reconnaissance. Chacun devait remercier quelqu'un d'autre dans la salle. Les jeunes étaient invités à faire un retour sur leurs nouveaux apprentissages et à établir une liste de bienfaits. Nous avons terminé l'activité en laissant les jeunes sur une question ouverte.

21- Menti sur les dangers de l'été - 10 juillet 2025

Objectifs:

- Sensibiliser les jeunes aux risques potentiels durant l'été.
- Favoriser la réflexion et l'échange sur les comportements sécuritaires.
- Promouvoir des habitudes de vie saines et sécuritaires.



Description:

Grâce à un questionnaire interactif sur Mentimeter, les jeunes ont pu répondre à plusieurs questions de type vrai ou faux ainsi qu'à des mises en situation concrètes. Ce format dynamique a permis de stimuler leur réflexion tout en rendant l'apprentissage amusant et engageant. Ensemble, nous avons échangé sur les bons comportements à adopter lors de fortes chaleurs, près de l'eau, en nature ou lors d'activités extérieures.

22- Rencontre avec les Cadets de la Sûreté du Québec - 22 juillet 2025

Objectifs:

- Sensibiliser les jeunes à l'intimidation, à la consommation et à la destruction de la paix.
- Apprendre aux jeunes les lois par rapport à l'âge et les sanctions possibles.
- Offrir des solutions à l'intimidation.



Description:

Les Cadets sont venus rencontrer les jeunes pour une discussion interactive. Les sujets abordés ont porté sur l'intimidation, la consommation et la destruction de la paix. Ils ont expliqué certaines lois en lien avec l'âge ainsi que les sanctions possibles. Ils ont proposé des pistes de solution pour mieux réagir face à l'intimidation.

23- Conférence avec l'organisme Point de Rue - 31 juillet 2025

Objectifs:

- Sensibiliser les jeunes sur le mode de vie des personnes en situation d'itinérance.
- Encourager les jeunes à faire preuve d'ouverture d'esprit et d'acceptation envers la population marginalisée.
- Démystifier les stéréotypes associés aux individus en situation d'itinérance et contrer la stigmatisation de ces derniers.



Description:

La prévention était basée sur de l'écoute active et des mises en situation afin d'interpeller les jeunes et de déconstruire les idées préalablement bâties par la société. Le but principal de l'activité était de transmettre aux jeunes de la sensibilité et de leur rappeler que les personnes en situation d'itinérance sont avant tout des humains.

24- Atelier général sur le secondaire- 2 septembre 2025

Objectifs:

- Informer les jeunes sur les modalités du secondaire.
- Réduire le stress des jeunes concernant la rentrée scolaire.
- Discuter des premières impressions et montrer aux élèves qu'ils ne sont pas seuls dans leur situation.



Description:

Nous leur avons demandé de nous raconter leur première journée d'intégration, puis leur première vraie journée au secondaire. Grâce à leurs premières impressions, nous avons pu discuter en groupe des points forts et des points faibles de leur journée. À partir de cette discussion, nous avons pu donner des conseils aux jeunes et les orienter vers les meilleurs moyens pour bien commencer leur année scolaire.

25- Comportement sain ou toxique? - 10 septembre 2025

Objectifs:

- Comprendre ce qu'est une amitié toxique et en comprendre les signes.
- Encourager la réflexion sur ses propres relations et ses limites personnelles.
- Sensibiliser à la pression des pairs et à ses impacts sur les comportements.



Description:

Nous avons commencé l'activité par un échange autour de la question « L'amitié, c'est quoi pour toi ? ». Les jeunes étaient invités à écrire leurs réponses sur un tableau. Par la suite, nous avons proposé différentes mises en situation où ils devaient déterminer s'il s'agissait d'un comportement sain ou d'un comportement toxique. Enfin, nous avons discuté ensemble des raisons pour lesquelles ces comportements pouvaient être considérés comme sains ou non, afin d'approfondir leur réflexion.

26- La place du stress - 23 septembre 2025

Objectifs:

- Distinguer le stress normal de l'anxiété problématique.
- Comprendre les différentes formes d'anxiété.
- Identifier les signes corporels, émotionnels et comportementaux.



Description:

Nous avons commencé avec une question : « C'est quoi l'anxiété selon vous ? » Ensuite, nous avons fait un petit quiz express où les jeunes devaient indiquer si les affirmations étaient vraies ou fausses. Nous leur avons aussi présenté différentes mises en situation afin de déterminer s'il s'agissait de stress ou d'anxiété. Par la suite, les jeunes devaient classer les symptômes selon qu'ils appartenaient au corps, aux pensées ou au comportement. Nous avons terminé l'activité en présentant des stratégies pour s'aider lorsqu'on se sent stressé ou anxieux.

Camp de prévention - *Esprit sain, dans un corps sain*

Nous avons organisé un camp de prévention de trois jours destiné aux adolescents, qui s'est déroulé au Chalet La Tour Boisée à Sainte-Béatrix du 3 au 5 mars 2025.

L'objectif principal de ce camp était d'amener les jeunes à mieux comprendre la santé mentale à travers des discussions enrichissantes et des ateliers adaptés à leurs réalités.

Au total, nous avons animé sept ateliers de prévention, chacun abordant des thèmes clés pour sensibiliser les jeunes et leur offrir des outils concrets.

Nos objectifs étaient :

- Sensibiliser les jeunes à l'importance de la santé mentale.
- Comprendre les différents troubles anxieux.
- Explorer l'impact des changements de vie sur les émotions et le bien-être.
- Déconstruire les tabous et combattre la stigmatisation en abordant les préjugés.
- Reconnaître son stress et apprendre à le gérer efficacement.
- Découvrir les bienfaits de l'activité physique sur le corps et l'esprit.
- S'initier à diverses techniques de méditation pour favoriser la détente et la concentration.
- Identifier ses émotions et développer des stratégies pour mieux les gérer.

Ce camp a permis aux jeunes d'acquérir des outils pratiques pour favoriser leur bien-être au quotidien.

Ce projet est financé par la Fondation Famille Léger.



FONDATION
Famille LÉGER



Voici un aperçu des activités de prévention réalisées:

1- Film Sens dessus dessous

Objectifs:

- Ouvrir la discussion sur les émotions.
- Savoir reconnaître nos émotions.
- Comprendre l'impact des changements de vie sur les émotions et le bien-être.



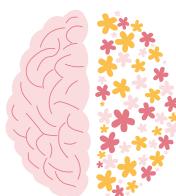
Description:

Les jeunes ont visionné le film *Sens dessus dessous 2*, qui met en lumière les bouleversements émotionnels vécus à l'adolescence à travers l'histoire de Riley, 13 ans, passionnée de hockey. Son équilibre intérieur est chamboulé lorsqu'elle découvre de nouvelles émotions après avoir été invitée à un camp d'entraînement. Après le film, une discussion a permis aux jeunes de réfléchir sur leurs propres émotions, leurs réactions face au stress et aux changements, ainsi que sur l'importance de les accueillir.

2- C'est quoi la santé mentale?

Objectifs:

- Démystifier la santé mentale en expliquant qu'elle concerne tout le monde, pas seulement ceux qui vivent avec un trouble.
- Identifier les facteurs qui influencent la santé mentale.
- Briser les tabous et lutter contre la stigmatisation en abordant les préjugés et idées reçues.



Description:

Lors d'une discussion, nous avons abordé les troubles anxieux afin de mieux comprendre leurs manifestations et leurs impacts au quotidien. Nous avons aussi discuté des préjugés liés à la santé mentale, en déconstruisant certains stéréotypes. Cette activité a permis de sensibiliser les jeunes, de les outiller et de créer un espace bienveillant d'échanges et de réflexions.

3- La gestion du stress

Objectifs:

- Comprendre ce qu'est le stress et ses différentes formes.
- Distinguer le stress positif du stress négatif.
- Explorer différentes stratégies pour mieux gérer son stress au quotidien.

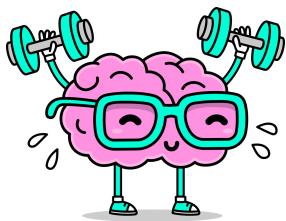
Description:

Avec les jeunes, nous avons discuté du stress, en distinguant le bon du mauvais. Ils ont appris à reconnaître leurs signes de stress et à réfléchir à leurs réactions. Ensemble, nous avons exploré des stratégies et techniques de relaxation, puis présenté des applications utiles pour mieux gérer le stress au quotidien.

4- L'activité physique et la santé mentale

Objectifs:

- Prendre soins de soi-même.
- Sensibiliser les jeunes aux bienfaits de l'activité physique sur le corps et l'esprit.
- Encourager la pratique régulière d'activités physiques adaptées à leurs goûts et besoins.



Description:

Les jeunes ont été invités à choisir une ou plusieurs activités sportives afin d'évacuer leur stress et de dépenser leur énergie. Cette démarche leur a permis de bouger librement, selon leurs préférences, tout en prenant conscience de l'impact positif du mouvement sur leur bien-être. Après l'activité, nous avons pris un moment pour revenir avec eux sur les bienfaits de l'activité physique, tant sur le corps que sur l'esprit. Ensemble, nous avons discuté de la façon dont le sport peut aider à mieux gérer le stress, améliorer l'humeur et renforcer l'estime de soi.

5- La méditation

Objectifs:

- Apprendre les techniques de méditation.
- Sensibiliser les jeunes aux bienfaits de la méditation sur le bien-être mental et physique.
- Expérimenter différentes techniques de méditation pour favoriser la détente et la concentration.



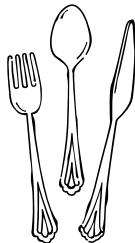
Description:

Nous avons discuté avec les jeunes des techniques de méditation et des nombreux bienfaits que cette pratique peut apporter au quotidien. Nous avons pris le temps d'expliquer en quoi la méditation peut aider à réduire le stress, à améliorer la concentration et à favoriser un meilleur équilibre émotionnel. Plusieurs applications utiles ont été présentées pour encourager les jeunes à intégrer la méditation dans leur routine. Pour terminer l'activité, nous avons suivi ensemble une séance guidée de 15 minutes, à l'aide d'une vidéo, afin de vivre une première expérience concrète et apaisante.

6- Le souper capoté

Objectifs:

- Mettre en pratique les notions apprises sur la santé mentale à travers une activité ludique et interactive.
- Favoriser la collaboration et l'entraide entre les jeunes dans un contexte agréable et inclusif.
- Sensibiliser les jeunes à l'importance de l'adaptabilité et de la gestion des émotions face à des imprévus.



Description:

Les animateurs avaient préalablement préparé de petits pots contenant des ustensiles, des repas et des contenants. La première étape de l'activité consistait à faire piger au hasard un élément de chaque catégorie à chaque jeune : un repas, un ustensile et un contenant. Une fois que tous les jeunes avaient pigé leurs éléments, nous avons animé une série de questions à choix de réponse et de vrai ou faux. Pour pouvoir échanger un ustensile ou un contenant, les jeunes devaient donner une bonne réponse. En cas de mauvaise réponse, ils devaient attendre leur prochain tour, car les échanges se faisaient chacun leur tour.

7- La gestion des émotions

Objectifs:

- Reconnaître les émotions de base (joie, tristesse, colère, peur, surprise, dégoût) et leurs expressions faciales.
- Développer la capacité d'observation des signes non verbaux associés aux émotions.
- Améliorer la compréhension des autres en identifiant leurs états émotionnels à partir de leur expression faciale.



Description:

Nous avons présenté un PowerPoint afin d'aider les jeunes à reconnaître les différents types d'émotions. Par la suite, nous leur avons expliqué comment interpréter les émotions chez les autres en observant les aspects physiques du visage, comme les yeux, la bouche et les sourcils. Après avoir vu les principales émotions et leurs traits faciaux caractéristiques, nous avons montré une série de photos de personnes exprimant différentes émotions. Les jeunes devaient alors associer chaque image à l'émotion correspondante.

Projet - Délices et Dialogues

De janvier à avril 2025, nos ados se sont réunis pour un souper-discussion autour de thèmes qui les touchent : l'estime de soi, les dépendances, la communauté LGBTQ+, le consentement, les saines relations, les agressions à caractères sexuelles, la saine alimentation, les troubles alimentaires et la santé mentale.

Les jeunes ont été impliqués à chaque étape du projet : le choix des sujets, la sélection des menus et la préparation des repas.

En plus de cuisiner de délicieuses recettes santé, ils ont eu la chance de rencontrer des partenaires locaux venus partager leurs ressources et leurs expertises.

Pour clore le projet, nous avons créé un livre de recettes, regroupant toutes leurs créations et les informations des services qui les ont accompagnés.

Un projet savoureux qui a mélangé apprentissage, plaisir et sensibilisation!

Merci à la Table Régionale de l'Éducation de la Mauricie pour son précieux soutien.



Merci à nos partenaires qui sont venus présenter leurs organismes à nos jeunes.



Mme Marylène Deschênes, Nutritionniste

La vitrine de prévention

Nous avons mis en place une vitrine thématique mensuelle qui sert de point de départ pour explorer différents sujets avec les jeunes. Cette vitrine présente une variété d'informations adaptées à leurs intérêts et besoins. C'est un excellent outil pour initier des discussions enrichissantes et interactives lors des soirées d'animation. Les jeunes peuvent également en faire la lecture de manière autonome, ce qui favorise la réflexion personnelle.

Voici les thématiques que nous avons abordées et affichées dans notre vitrine :

Octobre: Le suicide et l'automutilation

- Les 5 trucs pour recevoir les confidences d'un.e ami.e
- Trouve les bons moyens d'exprimer et de vivre tes émotions
- Les stratégies d'adaptation

Novembre: Le respect

- Pourquoi le respect est important?
- Les quatre étapes d'une communication non-violente
- Les différentes formes de respect

Décembre: Les relations amoureuses

- Reconnaître les comportements toxiques
- Les saines relations amoureuses
- Les conseils pour régler un conflit de manière saine

Janvier: La consommation

- La loi de l'effet
- Les mythes sur l'alcool
- Les effets du cannabis sur la santé
- Les dangers du vapotage sur la santé

Février: La sexualité

- Les différentes infections transmissibles sexuellement et par le sang
- Les différentes méthodes de contraception

Mars: Les réseaux sociaux

- Les fausses nouvelles
- Vie privée et protection des données personnelles
- Le nombre d'heures d'écran suggéré
- Questions à se poser avant de commenter

Avril: La gestion de conflits

- Les étapes pour bien gérer un conflit
- Reconnaître un conflit avant qu'il n'explose
- Les erreurs à éviter en pleine dispute
- Comprendre son style de gestion de conflits

Mai: L'hygiène

- Pourquoi l'hygiène c'est important
- Les différentes protections menstruelles
- L'hygiène buccale, pourquoi c'est important

Juin/Juillet/ Août: Les dangers de l'été

- Les dangers de l'été (hydratation, la chaleur, les piqûres d'insectes, les coups de soleil, la noyade,) présentation des dangers et trucs, astuces pour les éviter.
- La sécurité routière en scooter.

Septembre: La rentrée scolaire

- La pression des pairs au secondaire
- Comment bien utiliser un agenda
- La transition primaire secondaire, quelques trucs
- Les trucs pour étudier

Voici quelques exemples de vitrines que nous avons réalisés au courant de l'année:



Participation à la vie démocratique et associative

L'apprentissage de la démocratie vise à promouvoir le sens de la responsabilité chez les jeunes ainsi qu'à développer les aptitudes et outils nécessaires à l'élaboration d'un processus démocratique que ce soit à l'intérieur de nos murs, dans la société ou dans leur vie en général.



- Présence de 19 jeunes lors de l'assemblée générale annuelle de l'organisme. (5 décembre 2024)
- Présence de 14 jeunes lors de l'assemblée générale des jeunes. Lors de cette assemblée, les jeunes font l'élection du conseil jeune et également l'élection des deux jeunes qui les représenteront sur le conseil d'administration. L'équipe de travail fait également un retour avec les jeunes sur le sondage qu'ils ont remplis afin de déterminer l'enlignement de la MDJ pour l'année à venir, les heures d'ouverture, etc. (19 septembre 2025)
- 8 réunions du conseil des jeunes. (21 jeunes différents ont participé)
- Présence de 2 jeunes au conseil d'administration. (toute l'année)
- Présence de 15 jeunes lors de l'assemblée estivale qui vise à construire la programmation d'été avec les jeunes afin qu'elle réponde à leurs attentes et leurs besoins. (7 mai 2025) + sondage auprès des jeunes (12 jeunes)
- 14 jeunes ont participé à un sondage afin de faire une évaluation sur la vie de la Maison, les règlements, les activités, les préventions, l'horaire et le personnel. (Fin août et septembre 2025)
- Plusieurs sondages ont également été faits durant la dernière année pour sonder les jeunes sur l'horaire, des projets, différentes activités et/ou suggestions. Au total, nous avons reçu 86 réponses lors de ces sondages. Il n'est pas possible de savoir combien de jeunes différents puisque les sondages étaient confidentiels. (6 sondages)
- Lors de la semaine des Maisons de Jeunes qui se tenaient du 14 au 20 octobre 2024, nous avons réaliser une vidéo promotionnelle de notre MDJ (Visite des lieux, explication des services et du fonctionnement de la MDJ, présentation de l'équipe de travail, témoignages de jeunes, etc.) (5 jeunes ont participés à la vidéo)

Participation à la vie communautaire de la MDJ

Ce volet consiste à soutenir les jeunes dans l'apprentissage de la vie communautaire et cela passe autant par l'entretien de la Maison de Jeunes que par des activités/projets.



- Un ménage quotidien est effectué dans la Maison des Jeunes. Les jeunes sont récompensés grâce à un système de points MDJ. Ce système de récompense encourage l'implication dans les tâches ménagères, la participation à la vie démocratique, l'initiative, le bénévolat, l'autofinancement, la participation aux préventions, l'aide aux devoirs, etc. Les points MDJ peuvent être utilisés afin de payer des sorties payantes. Il est de leur responsabilité de s'assurer que l'endroit est gardé propre en tout temps. Les jeunes ont donc participé à garder la MDJ propre.

POINTS MDJ	
1 point = 0.10\$ dans ton compte jeune	
Nettoyer les comptoirs + le four + la table de cuisine	5
Nettoyer le micro-onde	2
Nettoyer la salle de bain (toilette + lavabo + miroir)	10
Passer la balayeuse : Cuisine + Salle à manger Salon + Salle de devoirs Grande salle + Salle de bain	7 par 2 pièces
Passer la moppe : Cuisine + Salle à manger Salon + Salle de devoirs Grande salle + Salle de bain	7 par 2 pièces
Nettoyer les fenêtres + les cadrages	5

Nettoyer la table de ping-pong et de billard	3
Nettoyer les poignées de portes et les interrupteurs	2
Épousseter toute la MDJ	5
Rangement : Jeux de société Salle de devoirs Salon Salle à manger	1 par pièce
Vider les poubelles et le recyclage	2
Aller porter les bacs au bord de la rue	5
Ramener les bacs au bord de la MDJ	5
Implication lors des activités de financement	Variable
Argent des canettes	Variable

- Les jeunes adolescents ont besoin d'un lieu qui leur ressemble et auquel ils peuvent s'identifier. Le lien d'appartenance est très important à cet âge c'est pourquoi nous souhaitons offrir aux jeunes un milieu de vie accueillant, sécuritaire et à leur image.



La monnaie Paul

Voici notre outil pour reconnaître et valoriser les bons comportements des jeunes.
Notre objectif : les inspirer à s'investir davantage dans leur milieu de vie et à cultiver des attitudes positives!

Comment notre système fonctionne?

Les jeunes sont récompensés avec une monnaie unique qui leur permet d'accéder à notre mini-resto Ti-Paul.

Chaque bon comportement est récompensé par une somme allant de 0,10 \$ à 0,50 \$.

Par exemple :

- Une soirée parfaite sans avertissement.
- Rendre service aux intervenants.
- Inviter ou accueillir un nouveau jeune à la MDJ.
- Participer activement lors des activités de prévention ou au comité jeunes.
- et bien plus+

Avec cet outil, nous célébrons les gestes positifs et soutenons l'implication des jeunes dans une ambiance dynamique et enrichissante!

MONNAIE PAUL	
de l'argent pour payer tes collations	
Soirée parfaite (0 avertissement formel ou informel)	0,50\$
Rendre service	0,05\$
S'excuser après avoir fait une erreur/mauvais comportement	0,05\$
Amener un nouveau jeune à la MDJ	0,10\$
Accueillir et intégrer un nouveau jeune	0,10\$
Participer aux activités de prévention	0,25\$
Bonne participation et implication pendant les préventions	0,50\$
Participer au CFUN	0,25\$
Bonne participation et implication pendant le CFUN	0,50\$

Engagement et implication dans la communauté

46 participations

25 jeunes
différents
rejoins

L'implication dans la communauté est une sphère très importante de notre Maison des Jeunes. En tout temps, nous tentons d'être présents dans notre communauté afin d'enseigner aux jeunes l'importance de la solidarité, du respect, de l'entraide ainsi qu'à les responsabiliser aux enjeux sociaux. Ces activités font en sorte que les jeunes développent un sentiment d'appartenance pour leur milieu, cela permet aussi de les intégrer dans la société. Les jeunes de notre village s'impliquent énormément au sein de leur communauté. Ils se sont tous surpassés pour donner le meilleur d'eux-mêmes. Ces activités ont créé aussi des occasions pour développer l'estime et la confiance en soi de chacun. Au fil des mois, ils ont appris à travailler mieux en groupe et à mener des projets à terme. Ceci permet aussi d'éliminer les préjugés envers les jeunes. Nous touchons vraiment à toute la population du village et même à d'autres organismes de la Mauricie par ces activités.

- Les jeunes ont distribué des bonbons aux enfants au nom de la Maison des Jeunes pendant la soirée d'Halloween (31 octobre 2024)
- Les jeunes ont participé au 5 à 7 du Garage de la Culture à St-Élie-de-Caxton en aidant à démonter la salle après les spectacles à **cinq reprises** au cours de l'été.
- Les jeunes se sont impliqués bénévolement dans les **quatre activités** de financements de l'organisme au cours de l'année 2024-2025.

Voir section Prise en charge et implication des jeunes.



Culture et arts

Les activités artistiques et culturelles visent à développer la créativité chez les jeunes, ainsi qu'à travailler leur ouverture d'esprit. Cela renforce également la capacité des jeunes à avoir de meilleures relations interpersonnelles.

36 jeunes
différents
rejoint

71
participations

Voici des exemples d'activités artistiques et culturelles réalisées :

Activités	Période/Date	Nombre de fois
Dessin	Toute l'année	46
Argile	Toute l'année	12
Création de TikTok	Toute l'année	11
Confection de bijoux	Toute l'année	9
Peinture	Toute l'année	9
Guitare	Toute l'année	8
Piano	Toute l'année	8
Chant	Toute l'année	4
Décoration pour Halloween	2 octobre 2024	1
Décoration de citrouilles	30 octobre 2024	1
Fabrication de boules de Noël en argile	6 novembre 2024	1
Décoration pour Noël	11 novembre 2024	1
Tie-Dye	20 - 21 mai 2025	2
Kahoot - Culture générale	3 juillet 2025	1
Bricolage	7 Juillet 2025	1
Visite du vieux Québec - Parcours histoire	16 juillet 2025	1
Photographie	23 juillet 2025	1
Peinture sur CD	15 août 2025	1



Acquisition des saines habitudes de vie

81 jeunes différents rejoints

583
participations

L'acquisition des saines habitudes de vie au sein de notre Maison des Jeunes vise à développer plusieurs aspects, dont leurs capacités physiques, en leur donnant accès à des pratiques sportives liées à leur âge, et ce, en tenant compte de leur propre savoir-être et savoir-faire. Se connaître, connaître les autres et les respecter, développer l'autonomie, la responsabilité, la santé, la solidarité et cela nous permet de leur enseigner sous différentes formes les saines habitudes de vie. Ce type d'activité permet également de créer des liens avec les adolescents.



Activités sportives

Le sport prend une place importante dans notre organisme, ayant des jeunes très sportifs, nous tentons au mieux de répondre à leurs besoins à ce niveau. D'ailleurs, nous passons nos mardis soir au gymnase de l'école primaire de St-Élie où se tiennent des parties de basketball amical pour les jeunes de la communauté. Cela nous permet d'ailleurs de créer des liens avec des nouveaux jeunes, mais également de maintenir nos liens avec certains.



Activités sportives	Période/Date	Nombre de fois
Jeux extérieurs	Toute l'année	20
Guerre de Nerfs	Toute l'année	12
Soirée prend soin de moi	Toute l'année	11
Danse	Toute l'année	13
Marche	Toute l'année	11
Basketball	Toute l'année	9
Balle rebond	Toute l'année	8
Boxe	Toute l'année	7
Combat d'épée en mousse	Toute l'année	7
Patin	Hiver 2025	7
Football	Mars, Mai, Juin 2025	3
Soccer	Mai à septembre 2025	13
Gymnastique	Mars et Juin 2025	2
Entrainement/Musculation	Avril et Mai 2025	3
Yoga	16 mai 2025	1

Activités sportives	Période/Date	Nombre de fois
Kick-ball	Mai et Juin 2025	3
Spike ball	Juillet et Août 2025	3
Baseball	13, 19 et 25 Juin 2025	3
Volleyball	11 juillet et 1 août 2025	2
Natation	11 juillet et 1 août 2025	2
Frisbee	26 août 2025	1
Course à relais	1 novembre 2025	1
Hockey Cosom	5 novembre 2025	1

Atelier cuisine

Ces ateliers nous permettent d'apprendre aux jeunes la base de la cuisine. De plus, nous en profitons pour leur transmettre des informations sur la nutrition, la gestion d'un budget alimentaire, les saines habitudes de vie ainsi que les règles de sécurité en cuisine. C'est également l'opportunité d'offrir des alternatives de collations plus santé ou de leurs faire découvrir des aliments qu'ils n'ont jamais goûts.

Activités culinaires	Période/Date
Croustade aux pommes	16 octobre 2024
Graine de citrouilles	30 octobre 2024
Pain aux bananes	21 novembre 2024
Ateliers Délices & Dialogues	Janvier à avril 2025
Raisins Tangulu	2 avril 2025
Chocolat Dubaï	30 avril 2025
Hawachae	12 mai 2025
Lavashak	28 mai 2025

Maski récolte

Depuis 8 ans, la MDJ est en partenariat avec l'organisme Maski Récolte dont la mission est d'éviter le gaspillage alimentaire. Par ce partenariat, nous recevons régulièrement et gratuitement des fruits et des légumes récoltés par des bénévoles dans les champs de certains producteurs du coin. Ces derniers nous ont permis de fournir aux jeunes des collations santé, ainsi que certains ateliers culinaires. Une belle façon de mettre en avant une fois de plus les saines habitudes de vie par une saine alimentation.

Récréatifs

421
participations

70 jeunes
différents
reçus

Certaines de ces activités peuvent vous paraître ludiques ou anodines, mais au contraire, elles ont un effet rassembleur et visent à travailler des objectifs précis telles que : **développer un sentiment d'appartenance, l'autonomie, responsabiliser les jeunes et l'apprentissage de compétences diverses.** D'ailleurs, c'est souvent par le biais de ce type d'activité que nous établissons un lien de confiance avec les jeunes, cela peut également mener à des discussions ou interventions sur divers sujets qui touchent les adolescents qui nous fréquentent.

Activités diverses/Récréatives/Ludique	Période/Date	Nombre de fois
Console	Toute l'année	152
Ping pong	Toute l'année	59
Jeux de société	Toute l'année	38
Billard	Toute l'année	11
Soirée film/Netflix	Toute l'année	25
Cachette	Toute l'année	6
Lasertag et buffet des continents	11 octobre 2024	1
Soirée feu & Guimauves	Oct. 2024, juillet et août 2025	5
Party d'Halloween	1 novembre 2024	1
Cinéma Biermans	29 novembre 2024	1
Calendrier de l'avant - Spécial défi	Décembre 2024	11
Party de Noël	20 décembre 2024	1
Fabrication de Slime	5 février 2025	1
Jeu d'évasion - Énigma	14 février 2025	1
Galerie de la Capitale	7 mars 2025	1
Soirée dégustation de bonbons spéciaux	17 avril 2025	1
Cabane à sucre	25 avril 2025	1
Party de fin d'année scolaire	20 juin 2025	1
Guerre d'eau	Juillet 2025	1
Plage Floribell	Juillet et août 2025	2
Bora Parc	17 juillet 2025	1

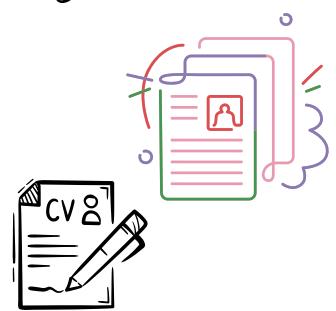


Activités diverses/Récréatives/Ludique	Période/Date	Nombre de fois
La Ronde	8 août 2025	1
Observation des perséïdes	12 août 2025	1
La nuit beige	13-14 août 2025	1
Sortie crème glacée	Été 2025	5



Entrepreneurship et développement de l'employabilité chez les jeunes

Ce volet permet aux jeunes d'être mieux outillés. Aborder ces différents sujets avec eux est essentiel pour permettre aux jeunes d'acquérir les compétences qui sont nécessaires non seulement sur le marché du travail, mais aussi pour l'inclusion sociale et la citoyenneté active.



- 1 Aide à la création et la mise à jour de curriculum vitae. (3 fois)



- 2 Affichage d'offres d'emplois étudiants.

- 3 Diffusion de documentation sur les programmes d'études postsecondaires et professionnelles.



- 4 Mise à disposition de matériel didactique et pédagogique.

- 5 Discussions à propos des professions



Prise en charge et implication des jeunes

Les activités de prise en charge et d’implication ont pour but de montrer aux jeunes l’importance de s’impliquer dans leur milieu de vie et dans la communauté. L’implication favorise l’engagement dans la communauté. Elle favorise également le développement du sens des responsabilités et de l’autonomie.



• Canettes

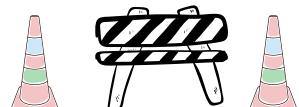
Tout au long de l’année, et ce depuis décembre 2007, nous effectuons la vente de canettes consignées afin d’offrir l’opportunité aux jeunes de payer leurs activités. Les résidents déposent directement leurs canettes à la Maison des Jeunes. Cette année, 47 jeunes ont participé au triage de canettes et ont pu bénéficier de cet argent pour payer leurs activités. (20 fois)

• Bazar Végétal

Chaque année, un comité de bénévole organise un évènement dans le village de St-Élie-de-Caxton qui s’intitule le “Bazar Végétal” ou différents producteurs et artisans de la région vendent leurs produits. Encore une fois cette année, le comité a approché la Maison des Jeunes afin que nous leur venions en aide au niveau de l’accueil du public ainsi que la tenue d’un kiosque alimentaire pour les citoyens et les bénévoles. Les jeunes ont donc offert du délicieux chili cuisiné par eux le matin même ainsi que des Bubble Tea. Au total, environ **580 personnes** ont été rejoints lors de la journée. (24 mai 2025)

• Barrage routier

La Municipalité, la Sûreté du Québec ainsi que le Ministère des Transports ont accepté encore une fois cette année que nous organisions un barrage routier au coin de la rue Principale et du Chemin des Loisirs ainsi qu’au coin de la rue Saint-Louis et de la Route des Lacs. Environ **1000 voitures** ont contribué. (29 juin 2025)



• Festival Noël dans l’Caxton

Pour une quatrième année consécutive, le festival « Noël dans l’Caxton » a eu lieu. Ce festival prenant place au camping Bivouak présente des spectacles de toutes sortes. Les organisateurs ont contacté encore une fois la MDJ afin que nous tenions un kiosque alimentaire. Pendant quatre jours, les jeunes ont donc vendu des hot-dogs, des Bubble Tea ainsi que d’autres breuvages/collations aux gens présents sur le site du festival. Au total, **3000 personnes** ont été rejoints pendant le festival. (24-27 juillet 2024)



Visibilité, Promotion et défense des droits des jeunes



La visibilité, la promotion et la défense des droits des jeunes sont des volets très importants de notre Maison des jeunes, car il est primordial de faire la promotion de nos services auprès des jeunes afin d'assurer une relève et pour maintenir notre niveau de fréquentation. De plus, il est également important d'informer les citoyens et citoyennes de nos actions.



- Depuis maintenant 25 ans, nous publions le journal À Cœurs Unis. Par le passé, celui-ci paraissait quatre fois par année. Nous avons toutefois modifié la formule afin de proposer désormais une infolettre mensuelle, diffusée sur nos réseaux sociaux et notre site Web. Dans cette infolettre, nous profitons de chaque édition pour promouvoir nos activités, informer la population sur la vie à la Maison des Jeunes et mettre en valeur nos projets et nos réalisations. Cette année, nos publications ont rejoint **1 529 personnes** via nos réseaux sociaux (Vu + Partage) pour **7 infolettres**.
- La Municipalité de St-Élie-de-Caxton produit un journal (Muni-Info) et à chacune des éditions (4 par année), nous avons une page qui est consacrée à la Maison des Jeunes. Ce journal touche les **1983 résidences** de notre village. (**Voir dossier de presse**)
- La Municipalité de St-Mathieu-du-Parc produit un journal (Le Reflet) et lors de leur parution du mois de mai 2025, un article a été consacré à la Maison des Jeunes. Ce journal a été envoyé dans toutes les résidences du village, ce qui rejoint **1590 résidences**. (**Voir dossier de presse**)
- Notre profil Facebook (Élie Desmontagnes) compte 459 "amis". Nous estimons rejoindre environ le 1/3 de ces personnes soit **153 personnes**. Pour ce qui est de notre page Facebook (Maison des Jeunes St-Élie), elle est suivie par 511 personnes. Selon les statistiques de notre page, nous avons rejoint **18 371 personnes** via nos **88 publications** (Vu + Partage).
- Nous possédons également un profil Instagram qui compte **132 abonnés**. Nous avons eu dans la dernière année, **3371 vu** via nos **69 publications**.
- Sur notre page TikTok nous avons 168 abonnés et nous avons eu dans la dernière année **91 404 vu** via nos **12 publications**.

- Cette année, nous avons fait la promotion de nos services des écoles primaires, Villa-de-la-Jeunesse de St-Élie-de-Caxton, Notre-Dame-de-la-Joie de Charette/St-Barnabé et La Tortue des Bois de St-Mathieu-du-Parc. Nous avons remis à chaque étudiant un dépliant de la Maison des Jeunes à remettre à leurs parents. (**53 jeunes différents rejoints + 53 parents rejoints**)
- Nous avons rejoint **4580 personnes** au travers de nos activités de financement.
- Lors du barrage routier, nous avons distribuer des cartes d'affaires avec des codes QR de nos réseaux sociaux. Nous avons distribués **500 cartes**.
- Lors de la fête d'Halloween du 31 octobre 2024, nous avons fait la distribution de sacs de bonbons avec des tracts de la MDJ avec des codes QR afin de promouvoir nos réseaux sociaux. Nous avons distribués **100 tracts**. Nous avons pu rejoindre **42 adolescents et 10 parents**.
- Nos pamphlets sont disponibles à la Municipalité de St-Élie-de-Caxton ainsi que dans quelques organismes communautaires de la région. Nos coordonnées sont également affichées dans la boîte à outils de la MRC de Maskinongé ainsi que dans le bottin des ressources de la CDC du Centre-de-la-Mauricie.

 251 rue St-Pierre
St-Élie-De-Caxton
819-221-4030
mdj.directiongenerale@gmail.com

JOYEUSE HALLOWEEN
de la Maison des jeunes
au Coeur des Montagnes

BOO!

VISITE NOS RÉSEAUX SOCIAUX

Site web  Facebook 

Pourquoi venir à la MDJ?

- Un lieu de rencontre pour les 12 à 17 ans
- Des intervenants qualifiés en relation d'aide
- Être entre amis
- Service d'aide aux devoirs
- T'informer sur divers sujets qui te touchent et bien plus!

Notre mission

La Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes est une association de jeunes et d'adultes qui s'est donné la mission, sur une base volontaire dans leur communauté, de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes représentatifs, pourront devenir des citoyens actifs, critiques et responsables.

Nos valeurs

- Respect
- Solidarité
- Entr'aide
- Acceptation des différences
- Partage

Notre équipe

 Julie Directrice Générale  Roxanne Directrice adjointe

 Joey Responsable du milieu de vie  Barbara Animatrice Intervenante

 Késy Animateur Intervenant  Camille Animatrice Intervenante

Intervenants diplômés du niveau collégial dans les domaines suivants:

- Techniques en éducation spécialisée
- Techniques en gestion et intervention en loisir
- Techniques éducation à l'enfance

Pourquoi venir à la MDJ?

- Réalisation de soi
- Faire des amis
- Participer à des activités incroyables
- Milieu sécuritaire, plaisant et préventif
- Service d'aide aux devoirs
- T'impliquer dans ta communauté
- Des intervenants qualifiés en relation d'aide
- T'informer sur divers sujets qui te touchent
- Vivre des expériences inoubliables
- Renforcement positif et croyance en tes capacités.

Nos objectifs

- Fournir aux jeunes de 12 à 17 ans un lieu de rencontre privilégié;
- Accueillir, écouter et conseiller les jeunes au besoin;
- Favoriser la participation des jeunes dans la vie de leur communauté;
- Développer leur sens de la créativité; et des responsabilités
- Faire l'apprentissage de la vie en communauté;
- Outiller les jeunes pour qu'ils deviennent des citoyens actifs, critiques et responsables;
- Prévenir différentes problématiques relatives à l'adolescence en informant les jeunes sur des sujets tels que la violence, la toxicomanie, le suicide, le décrochage scolaire, etc.

PLAN D'ACTION

La Maison des Jeunes au
Coeur des Montagnes

2025 - 2026

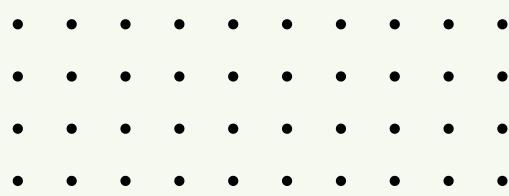
251, rue St-Pierre
St-Élie-de-Caxton (QC), G0X 2N0
Tél : 819-221-4030

Courriel : mdj.directiongenerale@gmail.com

Site web : www.mdjstelie.com

Facebook : Elie Desmontagnes

Organisme de bienfaisance: # 14071 8602 RR0001



Volet Administratif



Objectifs

1- Renforcer la gouvernance de l'organisme.

Actions/Moyens

- Réviser les politiques internes pour assurer une gouvernance alignée avec les meilleures pratiques.
- Mettre à jour les coffres à outils (CA, Direction, Employés)

Personnes concernées

Équipe de direction
Conseil d'administration

Échéancier

Octobre 2025

Volet Financement



Objectifs

1- Veiller au développement, à la diversification et à la consolidation des partenaires financiers de l'organisme.

Actions/Moyens

- Révision et déploiement de notre plan de commandite.
- Recherche et diversification des sources de financement.
- Créer une campagne participative de financement impliquant les jeunes et les citoyens.
- Participation et implication dans la campagne de mobilisation "Le communautaire a boutte" afin d'augmenter le financement à la mission des organismes communautaires.

Personnes concernées

Équipe de direction

Octobre 2025 à Septembre 2026

Échéancier



Volet Ressources humaines

<u>Objectifs</u>	<u>Actions/Moyens</u>	<u>Personnes concernées</u>	<u>Échéancier</u>
<p><i>1- Améliorer les compétences et les connaissances des employés.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Mettre en place une enquête de satisfaction auprès du personnel pour identifier les domaines d'amélioration.• Organiser des activités de team building pour renforcer les liens entre les membres de l'équipe.• Appliquer le programme de reconnaissance des employés pour valoriser les contributions individuelles et collectives.	<p>Équipe de direction Équipe de travail</p>	Octobre 2025 à Septembre 2026
<p><i>2- Favoriser un environnement de travail collaborateur.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Maintenir au minimum une rencontre d'équipe aux deux semaines.• Organiser une rencontre de travail de type Lac à l'épaule, visant à évaluer nos méthodes de fonctionnement.• Offrir des rencontres individuelles de façon mensuelle au besoin.	<p>Équipe de travail Équipe de direction</p>	Octobre 2025 à Septembre 2026
<p><i>3- Améliorer le bien-être et la satisfaction au travail du personnel.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Créer un plan d'intégration pour les nouveaux employés.• Faire l'évaluation des besoins de formation.• Offrir des formations avec le CFCM.• Offrir l'opportunité de suivre des webinaires en ligne.• Mettre à profit l'expérience de chacun lors des réunions et des projets.	<p>Équipe de travail Équipe de direction</p>	Octobre 2025 à Septembre 2026

Volet Jeunesse

Objectifs

1- Prévention, sensibilisation, promotion de la santé et développement personnel.

Actions/Moyens

- Consulter quotidiennement les jeunes sur leurs besoins en termes de prévention via des sondages et le CFUN.
- Effectuer entre 30 et 35 préventions dans l'année.
- Créer un espace de tranquillité/bien-être pour la santé mentale dans notre MDJ.
- Faire venir au moins 3 intervenants d'un autre organisme.
- Faire participer les jeunes à au moins 1 projet.

Personnes concernées

Équipe de travail
Équipe de direction

Échéancier

Octobre 2025 à Septembre 2026

2- Promouvoir la participation active des jeunes dans leur MDJ

- Planifier et animer les activités relatives aux volets du cadre de référence en cohérence avec les besoins exprimés par les jeunes.
- Renforcer le fonctionnement et la structure du conseil jeune. (CFUN)
- Favoriser des projets de bénévolats et d'implication dans la communauté.
- Développer le sentiment d'appartenance des jeunes autour d'un projet de rénovation.
- Réaliser au minimum 200 activités au total, touchant aux 10 volets.

Équipe de travail
Équipe de direction

Octobre 2025 à Septembre 2026

3- Maintenir et développer les services offerts aux jeunes.

- Maintenir et promouvoir le service d'aide aux devoirs.
- Maintenir des heures d'ouverture stable.
- Maintenir une programmation diversifié.
- Comptabiliser le nombre de références faites au cours de l'année.

Équipe de travail
Équipe de direction

Octobre 2025 à Septembre 2026





Volet Promotion/Communication

<u>Objectifs</u>	<u>Actions/Moyens</u>	<u>Personnes concernées</u>	<u>Échéancier</u>
<p><i>1- Accroître la visibilité et la promotion de l'organisme.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Révision et continuité du plan de communication incluant les réseaux sociaux.• Visite des classes de 6e année de St-Élie, St-Mathieu, Charette et St-Barnabé.• Continuer de représenter l'organisme de façon local et régional.• Organisation d'événements portes ouvertes pour faire connaître les activités.	Équipe de travail Équipe de direction	Octobre 2025 à Septembre 2026
<p><i>2- Pursuivre activement nos implications dans la communauté.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Participer à au moins 2 activités organisés par la communauté de St-Élie-de-Caxton.• S'impliquer dans au moins 1 activité avec les villages de St-Mathieu-du-Parc et de Charette.	Équipe de travail Équipe de direction	Octobre 2025 à Septembre 2026
<p><i>3- Favoriser le sentiment d'appartenance des jeunes à la MDJ.</i></p>	<ul style="list-style-type: none">• Créer des outils promotionnels pour la MDJ• Réaliser les actions du Plan de communication 2025-2026	Équipe de travail Équipe de direction	Octobre 2025 à Septembre 2026

Conclusion

À la lumière de ce que vous venez de lire, vous aurez sûrement constaté que la Maison des Jeunes a eu une année bien remplie avec son lot de haut et de bas, mais au final ce qui nous rend le plus fiers, c'est de voir tout le travail accompli. C'est tellement gratifiant de grandir, d'apprendre et d'évoluer ensemble et par-dessus tout de se créer des souvenirs inoubliables.

Merci à toutes les personnes qui croient en notre mission. Nous sommes très reconnaissants de savoir qu'il y a encore des personnes qui ont foi en nos jeunes, la relève de demain. C'est grâce à des gens comme vous que la Maison des jeunes peut se réaliser et atteindre les objectifs qu'elle s'est fixés durant l'année.

En terminant, à vous les jeunes, continuer de nous faire sourire, vous êtes des adolescents incroyables. Vous ne pouvez pas vous imaginer à quel point vous rendez notre quotidien exceptionnel. Vous nous poussez à nous dépasser, à rêver, à garder notre cœur jeune et à avoir foi en l'avenir.

Maintenant, continuons sur cette belle lancée et amenons la Maison des Jeunes au Cœur des Montagnes encore plus loin.

*Julie, Roxanne, Joey, Késy, Camille et Lea
Votre équipe de travail*

DOSSIER DE PRESSE

La Maison des Jeunes au
Coeur des Montagnes

2024 - 2025

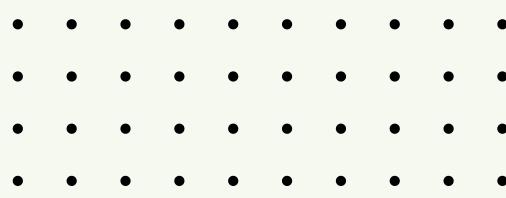
251, rue St-Pierre
St-Élie-de-Caxton (QC), G0X 2N0
Tél : 819-221-4030

Courriel : mdj.directiongenerale@gmail.com

Site web : www.mdjstelie.com

Facebook : Elie Desmontagnes

Organisme de bienfaisance: # 14071 8602 RR0001



Bruneau, Julie (2024, Décembre). « L'année à venir des plus prometteuses aussi! ». Muni-info (Saint-Élie-de-Caxton), p. 11.



ENSEMBLE VERS L'AVENIR



Un record a été établi en 2024 à la MDJ

L'année à venir s'annonce des plus prometteuses aussi !

Julie Bruneau

Depuis plusieurs années, la Maison des jeunes de Saint-Élie-de-Caxton joue un rôle clé dans la vie des adolescents de notre communauté. Offrant un espace sécuritaire et accueillant pour les jeunes de 12 à 17 ans, notre mission est simple : favoriser leur développement personnel, social et communautaire.

Une année record !

Cette dernière année a été marquante : nous avons rejoint 245 jeunes différents, un record dans l'histoire de notre Maison des jeunes ! Avec 3 543 présences enregistrées, nous avons connu une augmentation de 26,29 % de notre fréquentation. Nous recevons en moyenne 15 jeunes par soir, faisant de notre milieu un lieu vivant et dynamique. Notre priorité reste d'assurer un environnement sécuritaire et enrichissant où chaque jeune peut s'épanouir en toute confiance.

Parmi tous nos jeunes, 48 % d'entre eux proviennent de la municipalité de Saint-Élie-de-Caxton, 6% de Saint-Mathieu-du-Parc, 10 % de Charette/Saint-Barnabé et 4 % de Saint-Boniface/Saint-Étienne-des-Grès. Nous pouvons donc constater que 32 % des jeunes fréquentant la MDJ proviennent des villages environnants. La catégorie «autres» compile tous les jeunes qui ne sont pas le «public cible» de notre MDJ et les municipalités peu représentées. Cette catégorie comprend, entre autres, : Saint-Paulin, Notre-Dame-du-Mont-Carmel, Shawinigan, Trois-Rivières et Québec.

Cela nous permet de faire le constat que notre MDJ rayonne bien au-delà de son territoire et que nos efforts au niveau de la promotion et de la visibilité ont porté fruit.

Une équipe dévouée au service des jeunes

Avec une équipe dynamique et passionnée, nous offrons une gamme d'activités et de services qui visent à promouvoir des valeurs importantes telles que l'autonomie, la responsabilisation et la solidarité, que ce soit à travers des ateliers créatifs, des projets de bénévolat ou encore des discussions éducatives. Bref, chaque jeune trouve sa place.



Des objectifs importants pour notre communauté

Notre organisme ne se limite pas qu'aux activités récréatives. Nous travaillons à la prévention et à la sensibilisation sur des sujets cruciaux comme la santé mentale, les dépendances et l'intimidation. Par ces initiatives, nous aspirons à faire de nos jeunes des citoyens informés et engagés.

De beaux moments à venir...

L'année à venir s'annonce tout aussi prometteuse ! Nous avons hâte de partager avec nos jeunes des activités captivantes, des projets communautaires stimulants et des événements spéciaux qui renforceront les liens entre eux et notre belle communauté. Ensemble, nous continuerons de bâtir un milieu de vie où chacun peut grandir, s'exprimer et s'épanouir. Chaque jour est une nouvelle opportunité de créer des souvenirs inoubliables et d'inspirer l'avenir.

Bruneau, Julie (2025, Mai). « Coup d'oeil sur la MDJ de Saint-Élie-De-Caxton ». Muni-info (Saint-Élie-de-Caxton), p. 10.



ENSEMBLE VERS L'AVENIR

Coup d'œil sur la MDJ de Saint-Élie-de-Caxton

JULIE BRUNEAU

Une mission porteuse de sens

La mission de la Maison des jeunes est claire : offrir un environnement sécuritaire, stimulant et enrichissant où les jeunes peuvent développer leur autonomie, leur sens des responsabilités et leur esprit critique. L'équipe d'intervenants y travaille chaque jour avec cœur et conviction pour promouvoir les saines habitudes de vie, prévenir les dépendances et favoriser le bien-être global des jeunes.

Des activités pour tous les goûts

Que ce soit lors de soirées thématiques, d'ateliers de discussion sur des sujets importants (relations, santé mentale, réseaux sociaux, sexualité, etc.) ou des projets concrets, les jeunes ont accès à un éventail d'activités adaptées à leurs intérêts.

Un projet marquant de cette année : «Esprit sain, corps sain», un camp de prévention axé sur la santé mentale, où les jeunes ont pu vivre une expérience inoubliable alliant plein air, réflexions, créativité et entraide.

Autre initiative rassembleuse : «Délices et dialogues», un projet qui combinait des ateliers de cuisine à des rencontres inspirantes avec différents organismes communautaires de la région. L'objectif : découvrir des saveurs tout en s'informant sur les ressources disponibles autour d'eux. Une belle manière de nourrir à la fois le corps et l'esprit !

Une jeunesse impliquée et inspirante

Les jeunes de Saint-Élie-de-Caxton ne manquent pas d'idées ni de volonté. Plusieurs participent activement à la vie de la MDJ en s'impliquant dans des comités, en proposant des projets ou en collaborant avec l'équipe pour améliorer leur milieu. Ils deviennent ainsi des acteurs de changement, fiers de leur village et investis dans son avenir.

Une invitation à la communauté

Parents, citoyens, partenaires, votre appui compte. Que ce soit par votre présence, vos encouragements ou votre implication bénévole, chaque geste fait une différence. La Maison des jeunes est un reflet de notre collectivité : en soutenant nos ados aujourd'hui, nous bâtissons un avenir plus fort, plus solidaire et plus humain. Envie d'en savoir plus ? Suivez-nous sur nos réseaux sociaux !



29 juin

BARRAGE ROUTIER



JULIE BRUNEAU

La Maison des jeunes de Saint-Élie-de-Caxton tiendra un barrage routier le dimanche 29 juin, de 10h à 15h. Les jeunes seront présents pour recueillir des dons qui soutiendront directement leurs activités. Passez nous voir, klaxonnez pour les encourager et, si vous le pouvez, faites un petit don - chaque geste compte, aussi minime soit-il !



Lafrenière, Roxanne (2025, Septembre). « La transition primaire-secondaire: un passage important ». Muni-info (Saint-Élie-de-Caxton), p.14.



ENSEMBLE VERS L'AVENIR



La MDJ est là pour t'y accompagner

La transition primaire-secondaire : un passage important



Roxane Lafrenière

La rentrée scolaire marque toujours un moment particulier pour les jeunes. Entre l'excitation des retrouvailles avec les amis, la découverte de nouvelles matières, l'adaptation à de nouveaux enseignants et parfois même un nouveau milieu, il n'est pas rare que les adolescents ressentent aussi une certaine dose de stress.

Pour plusieurs, cette période rime également avec une grande étape : la transition du primaire vers le secondaire. Nouvel horaire, plus de responsabilités, davantage de devoirs et de travaux, tout cela peut parfois être déstabilisant.

À la Maison des jeunes, nous croyons qu'il est essentiel d'accompagner les jeunes dans cette transition afin qu'ils puissent non seulement relever leurs défis scolaires, mais aussi vivre cette période de manière positive et enrichissante. C'est pourquoi, pour le mois de septembre, nous avons choisi de mettre de l'avant une thématique qui touche directement leur quotidien : la rentrée scolaire.

L'organisation : une compétence à développer

Savoir bien s'organiser n'est pas inné ; c'est une compétence qui s'apprend et qui peut réellement transformer le parcours scolaire. Prendre l'habitude d'utiliser un agenda, planifier son temps d'étude, noter ses échéances ou encore préparer ses choses la veille sont de petits gestes simples qui permettent de réduire le stress et de reprendre le contrôle sur son horaire.

Des activités adaptées aux réalités des jeunes

Les intervenants de la Maison des jeunes proposent différentes activités et discussions autour de ce thème, mais aussi sur d'autres enjeux liés à la rentrée scolaire, comme la pression des pairs et l'anxiété de performance.

Nous offrons également un service d'aide aux devoirs afin que les jeunes puissent bénéficier d'un soutien concret lorsqu'ils en ressentent le besoin.

Capsules informatives sur la page Facebook

En plus des activités sur place, plusieurs capsules de prévention sont diffusées sur nos réseaux sociaux. Celles-ci abordent différents sujets utiles pour les adolescents, tels que :

- Réussir la transition primaire-secondaire
- La pression des pairs au secondaire
- Comment bien utiliser un agenda
- Et bien plus !

Ces capsules visent à outiller les jeunes, mais aussi à rassurer les parents qui les accompagnent dans cette étape importante.

14

Bruneau, Julie (2025, Mai). « Saviez-vous que? ». Le Reflet (St-Mathieu-Du-Parc), p.20.

★ Saviez-vous que... ★

Votre adolescent âgé entre 12 à 17 ans peut fréquenter la Maison des Jeunes de Saint-Élie-de-Caxton du lundi au jeudi de 17h à 21h et le vendredi de 17h à 22h pour participer à une multitude d'activités, rencontrer des amis et échanger dans un environnement sécurisant et stimulant ! 🎉🎉🎉

⚠️ Petite info pour les 11 ans !

Les jeunes de 11 ans ont aussi accès à notre milieu 2 soirs par semaine, sauf s'ils auront 12 ans avant le 1er septembre, auquel cas ils peuvent venir aussi souvent qu'ils le souhaitent. 🙌



Une MDJ, c'est quoi en réalité ??

Les maisons des jeunes (MDJ) sont depuis près de 50 ans des organismes fréquentés par des milliers d'adolescent·es à travers l'ensemble du Québec. L'animation sociale et l'intervention communautaire y prennent une place prépondérante, permettant un accompagnement adapté aux besoins et à la réalité des jeunes. Une des grandes forces des MDJ réside d'ailleurs dans les liens significatifs et privilégiés créés entre les intervenant·es et les adolescent·es qui les fréquentent. Au quotidien, de nombreuses activités de prévention, de sensibilisation, d'éducation, d'apprentissage de la citoyenneté, de vivre ensemble et de développement vers l'autonomie sont réalisées auprès des adolescent·es.

Les MDJ, ce sont de véritables milieux de vie polyvalents. Poussées par une approche globale, elles permettent aux ados de consolider leur estime de soi, en développant leur solidarité autour de projets collectifs. Tout en s'amusant, les jeunes y trouvent des moyens de s'exprimer et d'agir, de prendre soin de leur santé et bien-être, de développer leur autonomie, de comprendre les bases de la démocratie, etc. Les MDJ portent donc mille et un chapeaux, dont celui de la prévention et de la promotion en santé mentale. Alors que la santé mentale des jeunes est fragile, les MDJ font partie de la solution pour les accompagner, les sensibiliser et les informer.

La prévention est au cœur des activités. Les thèmes relatifs à la prévention sont nombreux. On s'appuie sur les besoins et les attentes des jeunes, mais aussi sur des situations de vie que les jeunes expérimenteront possiblement un jour. La prévention contribue à une prise de pouvoir des jeunes sur eux-mêmes et à leur épanouissement. Nos actions portent aussi sur la sensibilisation à l'environnement et au respect du bien d'autrui, au droit à la santé, aux responsabilités civiles et au respect des différences.

Voilà pourquoi une maison des jeunes est un organisme essentiel à sa communauté, un plus pour vos ados!

Pour plus d'informations sur nos activités et notre horaire, suivez-nous sur Facebook :

👉 Élie Desmontagnes 📱

Au plaisir d'accueillir vos jeunes ! 😊

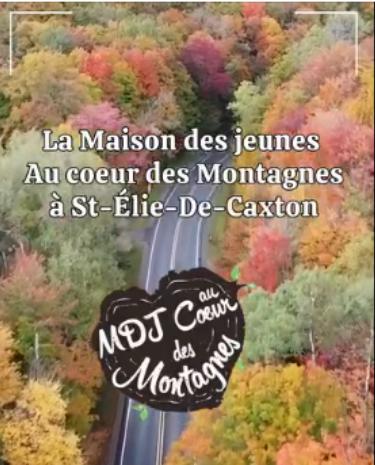
20

Réseaux sociaux

Voici quelques-unes de nos publications sur nos réseaux sociaux, bien évidemment nous ne pouvons pas tous les mettre, mais cela vous donne un aperçu du contenu que nous partageons.

Maison des Jeunes St-Élie
16 octobre 2024 ·

À l'occasion de la 27e Semaine des maisons des jeunes du Québec, notre MDJ se joint au Regroupement des maisons des jeunes du Québec afin de mettre en lumière l'ex... Afficher plus



La Maison des jeunes
Au cœur des Montagnes
à St-Élie-De-Caxton

Maison des Jeunes St-Élie
10 janvier ·

Mythes vs Réalité : Le cannabis

Dans le cadre de notre thématique de janvier sur la consommation, nous explorons les mythes plus répandus à propos du cannabis.

Viens démythifier les idées reçues et découvre la vérité sur ses effets réels sur ton esprit.



"Le cannabis, c'est naturel, donc c'est sans danger."

Bien que le cannabis soit une plante, sa consommation n'est pas sans risques, surtout chez les jeunes.

Il peut perturber le développement du cerveau. Augmenter le risque de troubles mentaux comme l'anxiété et la dépression.

Affecter la mémoire et la capacité de concentration.

"Le cannabis n'est pas addictif."

"Fumer du cannabis, c'est moins dangereux que fumer du tabac."

"Consommer du cannabis améliore la créativité."

Publication de Maison des Jeunes St-Élie

Maison des Jeunes St-Élie
28 mars ·

Les réseaux sociaux : un outil puissant, mais avec des enjeux à comprendre !

Aujourd'hui, les réseaux sociaux font partie intégrante de notre quotidien. Instagram, TikTok, Facebook, et bien d'autres, sont des plateformes qui offrent des possibilités infinies de se connecter, de s'exprimer et de découvrir des contenus inspirants. Mais derrière ces avantages se cachent aussi des risques importants.

Entre pression de l'apparence, quête de validation, désinformation et addiction, l'utilisation des réseaux sociaux peut avoir des effets positifs mais aussi des conséquences négatives, surtout pour les jeunes. 😊



LES DIFFÉRENTES PLATEFORMES

Les avantages et les inconvénients

Inspiration : beaucoup de comptes proposent des contenus inspirants sur la mode, la cuisine, la santé mentale, l'art, et bien plus encore.

Communauté et engagement : Instagram facilite la création de communautés autour de passions communes, et permet un

Visuel et créatif : Instagram est une plateforme idéale pour partager des photos, des vidéos créatives, et des stories. Elle permet d'exprimer sa

Maison des Jeunes St-Élie
4 avril ·

Tu t'es déjà retrouvé dans une dispute où les choses dégénèrent rapidement ? 😤🔥

Parfois, un simple malentendu peut devenir un gros conflit... mais certaines erreurs peuvent empirer la situation. 🙄

Découvre les 7 erreurs à éviter pour garder le contrôle et calmer les tensions :

- ✗ Crier ou hauser le ton.
- ✗ Couper la parole.
- ✗ Utiliser des insultes ou des mots blessants.
- ✗ Rejeter la faute sur l'autre.
- ✗ Vouloir régler le conflit trop vite.
- ✗ Rester figé sur sa position.
- ✗ Ignorer ou fuir le conflit.

Petit rappel : Gérer un conflit, c'est d'abord savoir écouter et rester calme. Tu verras, ça change tout.



Quand on crie, l'autre se met automatiquement sur la défensive. La tension monte et ça devient difficile d'écouter ou de réfléchir

1 Crier ou hauser le ton

Les erreurs à éviter en pleine dispute

