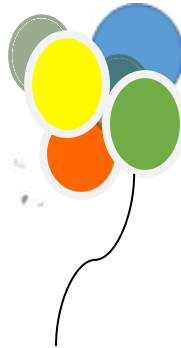


Le Réseau communautaire d'aide aux alcooliques et autres toxicomanes

Tu savais que Le Réseau a 35 ans?

Déjà 35 ans?
Ça passe vite!
Il faut fêter ça!



*L'équipe du Réseau vous remercie
et vous souhaite
un joyeux 35^{ème} anniversaire!*

Dans ce numéro :

- Le mot de la coordo **2.**
- 35^{ème} anniversaire d'un grand Réseau **3.**
- La semaine de prévention des dépendances **3.**
- Présentation de Jessie **4.**
- 35 ans d'histoire **5.**
- Bonne fête Le Réseau d'infos **9.**
- Les héros du quotidien **9.**
- Le Réseau pour moi... **10.**
- Rappel des groupes **11.**
- Création Magazine Jeunesse Le MagDesJeunes **12.**
- Testez vos connaissances **14.**
- Petite entrevue avec René Goupil **15.**
- Je suis en vie **18.**

**30^e SEMAINE
DE PRÉVENTION
DES DÉPENDANCES**
19 au 25 novembre 2017
ALCOOL, DROGUES,
JEUX DE HASARD
ET D'ARGENT Lire p. 3

En cas d'urgence, nous vous laissons quelques
numéros de téléphone.

- Info Social : 8 -1-1
- Drogue Aide et Références : 1-800-265-2626
- Centre de prévention du suicide :
1 866 APPELLE (1-866- 277-3553)





LE MOT DE LA COORDO

Par : Lynda Allard,
Coordonnatrice

L'automne... Eh oui, nous sommes déjà l'automne...

L'automne avec ses changements de couleurs, d'odeurs, avec toutes sortes de préparations... changement de pneus, préparation du terrain pour l'hiver, préparation de petits plats mijotés réconfortants, etc.

L'automne, c'est souvent le moment tout désigné pour faire des changements, pour se reprendre en main et aussi pour relever des nouveaux défis.

C'est ce qui attend notre collègue Véronic Arpin, agente de réinsertion. Eh oui, après 13 ans de loyaux services, elle est prête à aller relever de nouveaux défis professionnels en santé mentale. Nous lui souhaitons la meilleure des chances. Véronic, merci pour ces belles années avec nous, merci pour tes fous rires, pour ta capacité d'analyse, pour tes nombreux défis relevés au fil des années, pour ton bon jugement et pour ton volontariat. Merci pour toutes les heures investies auprès des participants et de nos partenaires. Merci pour toutes les personnes que tu as amenées à se connaître davantage et à changer. Tu es une excellente intervenante et Le Réseau t'a vue développer tes compétences, ton professionnalisme et tes grandes qualités d'aidante. Merci pour ce que tu as été pour eux et pour nous. On ne t'oubliera jamais! Bonne chance!

L'automne 2017, c'est aussi pour nous, la célébration de notre 35^{ième} anniversaire. Nous soulignons ce passage important par la tenue de notre journée de la toxicomanie pour les intervenants du Nord de la région de Lanaudière. Le 23 novembre aura lieu une journée où seront rassemblés plus d'une centaine d'intervenants venant entendre parler et discuter de la réduction des méfaits.

Cette philosophie qui est nôtre depuis 35 ans, nous serons heureux de pouvoir en discuter et favoriser son appropriation avec les participants à cette journée.

Pour clôturer cette belle journée, il y aura un moment pour célébrer notre 35^{ième} anniversaire, avec la présentation d'un montage photos, des discours d'invités spéciaux et la remise d'un objet symbolique soulignant le 35^{ième}.

Nous sommes fiers du chemin parcouru; de nos réalisations, de nos liens avec nos partenaires, du travail professionnel que nous faisons avec nos diverses clientèles et surtout des personnes qui sont plus sensibilisées, plus conscientes et mieux informées à notre contact. Et nous sommes très fiers des nombreuses personnes toxicomanes que nous avons aidées et accompagnées au fil des années.

Je terminerai en remerciant l'équipe actuelle du Réseau, des personnes engagées, dévouées, professionnelles et travaillantes. Sans vous, Le Réseau n'existe pas. Merci pour ce que vous êtes et ce que vous faites. Je vous le répète... la coordonnatrice que je suis est choyée de travailler et de grandir avec vous.

Bon 35 ans Le Réseau et Bravo!

Avec toute ma reconnaissance,

- Lynda

Photo : Margaret J.





35^{ième} ANNIVERSAIRE D'UN GRAND RÉSEAU

Par : Joël Lajeunesse
Président du c.a. du Réseau

35^{ième} anniversaire d'un grand réseau.

Le RÉSEAU a 35 ans! Peu d'organismes peuvent se vanter d'avoir 35 ans.

LE RÉSEAU a depuis 35 ans le bien-être de ses participants à cœur.

Avec ses employés de qualité supérieure, LE RÉSEAU a su se tailler une place de choix dans la communauté. LE RÉSEAU est cité en exemple comme organisme communautaire autonome.

Je veux remercier tous les employés présents et passés pour leur dévouement et leur richesse qu'ils ont partagés pour faire du RÉSEAU ce qu'il est aujourd'hui. Des tempêtes sont passées et le RÉSEAU a su garder le cap. Je veux aussi remercier les nombreux bénévoles qui sont venu donner de leur temps.

En terminant je souhaite au RÉSEAU encore un long voyage avec une équipe aussi dévoué que celles des temps passés.

- Joël Lajeunesse

LA SEMAINE DE PRÉVENTION DES DÉPENDANCES

La Semaine de la prévention des dépendances (SPD) a lieu cette année, du 19 au 25 novembre 2017. Cette campagne d'information et de sensibilisation vise à prévenir, chez les jeunes, les risques et les conséquences associés à la consommation d'alcool, d'autres drogues et à la pratique des jeux de hasard et d'argent (JHA).

30^e SEMAINE
DE PRÉVENTION
DES DÉPENDANCES
19 au 25 novembre 2017
ALCOOL, DROGUES,
JEUX DE HASARD
ET D'ARGENT

La campagne se déroule sur les thèmes : "Choisis des solutions gagnantes" pour les jeunes de 10 à 16 ans et "Ça peut devenir automatique – Reste en contrôle" pour ceux de 17 à 24 ans. Elle vise aussi en plus de l'information, à promouvoir des facteurs de protection pouvant aider à faire des choix éclairés pour rester en contrôle et le développement de stratégies d'adaptation positives pour faire face aux défis de la vie.

Comme chaque année, les agents de prévention du Réseau participent à cette semaine de prévention des dépendances en tenant des kiosques dans plusieurs écoles secondaires de la région. Les agents sont donc présents cette année aux écoles suivantes : L'École Secondaire Havre-Jeunesse de Ste-Julienne, l'École Secondaire L'Achigan de St-Roch-de-L'Achigan, l'École Secondaire Barthélemy-Joliette, l'École Thérèse-Martin de Joliette, L'École Secondaire Bermon de St-Gabriel-de-Brandon, L'École Secondaire De La Rive de Lavaltrie, le Collège Esther-Blondin de St-Jacques et l'École Secondaire L'Érablière de St-Félix-de-Valois.

PRÉSENTATION DE JESSIE

Par : Jessie Hénault
Agente de réinsertion

Bonjour chères lectrices et chers lecteurs.

Comme vous le savez probablement déjà, Andréanne a quitté ses fonctions au sein du Réseau, en septembre dernier, afin d'aller relever de nouveaux défis. C'est avec beaucoup d'enthousiasme et un soupçon de fébrilité que je me suis vue offrir son poste. Je tiens tout d'abord à vous dire que je suis très consciente que je succède à une personne appréciée de tous et de toutes en raison de son implication, de son humanité et de son professionnalisme. C'est donc dans cette optique que je tiens à préciser que je ne souhaite pas la remplacer, je désire simplement travailler dans le même sens que les valeurs du Réseau, tout comme le faisait Andréanne.

C'est donc le cœur rempli de joie que je voulais me présenter à vous, chers participants et partenaires, afin que vous puissiez mieux me connaître. Ainsi, j'espère que vous serez tous et toutes à l'aise de communiquer avec moi sans retenue. D'ailleurs, c'est pourquoi je tiens à vous expliquer les raisons qui m'ont amenée à vouloir travailler au Réseau. Lorsque j'ai consulté l'offre d'emploi, je suis allée me renseigner un peu et j'ai alors découvert un organisme qui avait le bien-être des gens à cœur, en tenant compte d'eux dans leur globalité et sans jugement. Un organisme qui accompagne, qui soutient et qui comprend. C'est exactement ma vision de ce que devrait être l'intervention, alors je me suis immédiatement identifiée au Réseau et j'ai décidé de postuler pour l'offre d'emploi.



Suite à l'entrevue, c'est avec beaucoup d'émotions que j'ai appris, quelques semaines plus tard, que j'avais obtenu le poste. Pourquoi tant d'émotions? C'est parce qu'après mes études, j'ai attendu un peu plus d'un an avant de postuler sur un emploi dans le domaine de l'intervention. Je désirais attendre de trouver un poste et un organisme auxquels je m'identifiais et qui rejoignaient mes valeurs professionnelles et personnelles. C'est finalement en découvrant le Réseau que j'ai réalisé que mon attente avait valu la peine.

De ce fait, c'est avec beaucoup de motivation que j'entreprends ce nouveau défi et je suis très impatiente de travailler à vos côtés.

À bientôt,

- **Jessie Hénault**

Bienvenue dans l'équipe du Réseau, Jessie!

35 ANS D'HISTOIRE...

Par : France Bazinet
Secrétaire

Cette histoire, vous en faites probablement partie, fondateur, partenaire, membre ou ancien membre du conseil d'administration, participant ou ancien participant, travailleur ou proche... je vais tenter de vous résumer 35 ans d'histoire en quelques pages... l'histoire est constituée de dates, mais je me permettrai de vous en éviter la nomenclature. Tout un défi, n'est-ce pas? Mais j'aime les défis.

Laissez-moi d'abord vous raconter l'histoire de la réinsertion sociale...

En 1982, des toxicomanes, hommes et femmes en stage de réadaptation au CHRDL ont manifesté le désir de poursuivre une démarche de sobriété pour les mois et années à venir. Ils désiraient maintenir un groupe de thérapie à l'extérieur de l'hôpital dans un endroit où ils se sentiraient chez eux. Ils souhaitaient avant tout avoir un lieu pour se retrouver entre eux, créer un réseau de support et de solidarité pour se sentir moins fragiles. Ils désiraient aussi de cette façon éloigner l'envie de consommer.

C'est donc grâce à l'aide de thérapeutes du service de désintoxication et de réadaptation qui croyaient en eux et en leur projet qu'ils virent leur rêve se réaliser. L'Association d'aide aux alcooliques et autres toxicomanes, Le Réseau devenait une corporation à but non lucratif. Le Réseau avait Pignon sur rue à L'Académie Populaire (regroupement d'organismes communautaires qui avait vu le jour quelques mois auparavant). Le Réseau devenait donc un lieu d'accompagnement et de référence pour ces personnes toxicomanes et leurs proches. Depuis ce temps, par le biais d'ateliers de groupe et/ou de relation d'aide individuelle, les personnes sont invitées à poursuivre les changements déjà entrepris et l'atteinte de leurs objectifs lors de leur réadaptation.

Au fil des ans, Le Réseau s'est adapté aux différents besoins et s'est restructuré à plusieurs reprises. C'est ainsi que ce sont succédés plusieurs activités autant en réinsertion sociale qu'en prévention... je vous en énumère quelques-unes :

Le Café du Réseau, au sein duquel accueil, animation, activités socioculturelles et sorties plein-air sont organisées. C'était aussi le lieu privilégié pour l'atelier du vécu. Plus tard, la naissance d'un atelier de conscientisation, suivi par un atelier de personnalité et un atelier d'actualisation. Cette même année, a eu lieu l'élaboration du projet MM (Moreira-Malo), par la mise sur pieds d'un service s'adressant aux personnes toxicomanes présentant une problématique de santé mentale. Ce projet a pris fin en 1990, faute de soutien financier. Ensuite, plusieurs initiatives ont vu le jour, dont un groupe pour les moins de 18 ans. Aussi un groupe de soutien donnant suite aux ateliers de conscientisation, personnalité et actualisation et un groupe «double-problème», des activités de Hockey-bottine, de ballon-balais et de Volleyball, etc.

À une autre période, suite à une autre restructuration, le groupe d'accueil, et l'I.G.T. (Indice de gravité d'une toxicomanie), puis des relations d'aide individuelles et de groupe et en 2002, l'ouverture de points de services à différents endroits dans les MRC desservies par Le Réseau, afin de mieux rejoindre les personnes qui ne peuvent se déplacer jusqu'à Joliette.

Je dois aussi mentionner qu'il y a eu la participation du Réseau pendant plusieurs années avec Le Centre de réadaptation en dépendances, à un programme de groupe pour les récidivistes de conduite avec les facultés affaiblies.

35 ANS D'HISTOIRE... (SUITE)

En 2008, débutaient les groupes de prévention structurée de la rechute. Ce programme se poursuit depuis ce temps et consiste à un petit groupe fermé de 6 à 12 participants, huit rencontres thématiques et deux rencontres individuelles. Les participants qui ont terminé ce groupe ont la possibilité de participer au groupe de support qui a lieu une fois aux 3 semaines.

L'équipe du volet réinsertion sociale est maintenant constituée de 3 agentes de réinsertion sociale qui font un super beau travail et qui sont très complices, dynamiques et elles forment une très belle équipe!

Passons à l'histoire... de la prévention

Depuis 1983, Le Réseau est aussi impliqué en prévention des toxicomanies. En effet, la création du Réseau-Jeunesse a donné lieu aux premières démarches de prévention auprès de jeunes, de parents et d'intervenants sociaux. Nous constatons que c'est par le biais de l'information juste que nous responsabilisons le mieux les personnes face à la consommation de drogues, pour ainsi éviter une consommation dite problématique. Au cours des années, le programme s'est transformé et adapté aux besoins et clientèles desservies.

Je vous nomme quelques programmes de prévention qui existaient en 1994 : pour les jeunes de 10-13 ans : «Vivre sans drogue, moi j'y pense», pour les adolescents : «LSD : Libre Sans Drogue», pour les personnes âgées : «Prévenir pour mieux vieillir», pour les parents d'enfants 0 à 5 ans : «Un Réseau de parents» et pour les parents de pré-adolescents : «Partons du bon pied!». Le Réseau qui a longtemps compté un ou deux agents de prévention a maintenant la chance de bénéficier d'un agent de prévention par MRC desservie, soit 4 agents de prévention.

En 1998, le Volet prévention a reçu son premier budget destiné à offrir du dépistage et de l'intervention précoce chez les jeunes de 10 à 20 ans de la MRC Joliette et par la suite, dès 2000, dans les autres MRC desservies par le Réseau, soit de d'Autray, de Matawinie et de Montcalm.

Pendant la même période, ce volet a développé des contrats de services avec différentes écoles secondaires. Nous sommes aujourd'hui très impliqués dans toutes les écoles secondaires de la Commission Scolaire des Samares. Le Réseau fait aussi de l'accompagnement pour la mise en place de politiques écoles et aussi des politiques de milieux en matière de toxicomanie.

Le programme de prévention dans les écoles primaires, qui s'appelle maintenant: «A.D.O.S.» s'est beaucoup raffiné et adapté au cours des années et en 2009, nous avons procédé à la vente de ce programme auprès d'organismes qui font aussi de la prévention auprès des jeunes à travers le Québec et nous l'avons même vendu à un organisme en France. Travail énorme, mais belle réalisation d'un rêve caressé depuis longtemps par ceux qui ont créé et travaillé fort pendant des années à créer, animer, ajuster et adapter ces animations! Notre programme A.D.O.S. est maintenant animé auprès des élèves de 6^{ième} année du primaire et auprès des élèves du secondaire. Ce programme a même été évalué par une équipe de chercheurs de l'Université de Sherbrooke et il a reçu une note très positive. Nous pensons même à vendre prochainement notre programme à d'autres organismes en prévention des autres régions. Nous en sommes bien fiers!

L'équipe du volet prévention est jeune, dynamique et constituée de 4 agents de prévention qui sont des personnes engagées, complices et consciencieuses.

35 ANS D'HISTOIRE... (SUITE)

Le financement, toute une histoire!!!

Évidemment, l'histoire du Réseau n'est pas toujours rose... Il y a eu beaucoup de difficultés et d'incertitudes... Le financement a causé bien des maux de tête aux travailleurs à plusieurs reprises. Le financement du Réseau s'est consolidé petit à petit autant pour le volet réinsertion que pour la prévention. Pendant plusieurs années, nombre de bénévoles ont mis l'épaule à la roue pour assurer la survie de l'organisme.

Parmi les premiers supporteurs financiers du Réseau, nous retrouvons l'ex-député provincial, Monsieur Guy Chevette et la Conférence religieuse catholique section Québec. La mission du Réseau répondait à leurs valeurs et ils reconnaissaient l'importance du travail effectué par Le Réseau. Le Réseau a aussi bénéficié de subventions par le Programme de Soutien à l'éducation populaire, au niveau provincial et au niveau fédéral, il a été soutenu par Santé Canada.

Le docteur Gilles Malo, président du conseil d'administration du Réseau pendant 8 ans a fait beaucoup de représentation, principalement auprès du ministère de la Santé et des services sociaux et auprès des communautés religieuses. Ses démarches ont porté fruits auprès de la Fondation Jules et Paul-Émile Léger. D'autres démarches ont mené à la Communauté des Sœur de Saints Cœurs de Jésus et de Marie qui a grandement aidé à la survie du Réseau pendant 3 ans. Le Réseau a aussi bénéficié de l'implication de la communauté par leur participation de plus de 10 ans au sein du conseil d'administration.

Le Ministère de la santé et des services sociaux a commencé à accorder du financement récurrent en 1987-1988. Le Plan Régional d'Organisation de services en toxicomanie (PROST) élaboré à partir de 1995 a permis que le financement en Santé et services sociaux devienne significatif et récurrent.

Les membres du Conseil d'administration, personnages importants dans l'histoire...

Il est, à mon avis, très important de mentionner le travail et l'implication des membres au sein du conseil d'administration au cours de ces 35 belles années. Je ne saurais vous dire le nombre exact de personnes que cela représente, mais il y en a eu beaucoup et certains se sont impliqués de façon active pendant plusieurs années. L'éclairage et le recul que peuvent avoir les membres du c.a. sont très bénéfiques pour la poursuite de la mission du Réseau. Les membres se réunissent environ une fois par mois et participent à certains comités ou certaines activités organisées par Le Réseau. Nous profitons de l'occasion pour les remercier de leur implication, leur écoute et leur participation active au bon fonctionnement de l'organisation.

L'histoire d'une équipe responsable, dynamique et impliquée...

Au Réseau, on applique les mêmes principes dans la pratique que dans la vie d'équipe. Chaque personne est responsable de son propre cheminement et elle peut, si elle le souhaite, tirer le plus grand profit de son passage dans l'organisme. Elle participe activement au développement du groupe, de son approche et ses outils. L'ensemble du personnel est impliqué dans la planification, la programmation et l'élaboration des orientations. Le personnel se réunit 2 fois par année pour revoir tout le fonctionnement de l'organisme et se donner des objectifs d'équipe et par volet. Les intervenants participent à l'élaboration et à la révision des programmes et outils qui s'y rattachent.



35 ANS D'HISTOIRE... (SUITE)

L'expertise des intervenants sur le terrain permet de reconnaître les interventions adéquates, d'identifier les choses à améliorer et de mettre en place des moyens pertinents pour favoriser l'évolution continue de l'intervention. Ceci favorise grandement l'esprit d'équipe et l'entraide. Au Réseau, nous savons que nous pouvons compter sur l'équipe et le support des autres. La collaboration et le partage d'expertise sont des atouts importants au sein de l'équipe qui font en sorte que Le Réseau réponde aux besoins du milieu et cela vise à accroître le sentiment d'appartenance de tous.

Je ne peux passer sous silence le travail de Madame Lynda Allard, coordonnatrice du Réseau depuis presque le début de l'histoire... puisqu'elle est au Réseau depuis maintenant 33 ans. Elle a su garder le cap, malgré de nombreuses tempêtes et faire en sorte que les besoins de la clientèle, de l'organisation et des travailleurs soient en équilibre... (eh oui, Lynda, le fameux triangle...). Si le Réseau est ce qu'il est aujourd'hui, je vous affirme que c'est en grande partie parce que Lynda est ce qu'elle est... Et ceux d'entre vous qui la connaissez bien serez d'accord avec moi! Il faut aussi souligner le beau travail de l'adjointe administrative, Line Brosseau qui est au Réseau depuis maintenant 30 ans et moi-même, j'y suis depuis 25 ans! Cela fait sûrement en sorte qu'il y a une certaine stabilité, une complémentarité et de la complicité. Le travail d'équipe est très important pour nous tous.

Je crois bien vous avoir raconté les grandes lignes de l'histoire du Réseau depuis 35 ans. Il est possible que j'oublie certains détails... j'en aurais encore bien long à dire, vous savez!!! Mais ce qui me tient à cœur de vous dire, c'est la chose suivante :

Le Réseau, c'est en quelque sorte une grande famille et je suis bien contente d'en faire partie et en vous le disant, je ne vous raconte pas d'histoire!

N.B. : Pour écrire ce texte, je me suis inspirée du document " Historique du Réseau", rédigé par madame Danielle Forest.



*Regarde tout ce que tu as
traversé jusqu'à présent.
Regarde ton passé
et sois fier de toi.
Si tu es encore là, c'est qu'à
chaque fois, tu as su par ton
courage te relever.
Alors regarde...*



Photo : Margaret J.

BONNE FÊTE LE RÉSEAU D'INFOS

Par : Guillaume Gaudet
Agent de prévention

Cette année c'est la 35^e année de vie du Réseau. Tout au long de son existence, l'organisme a mis plusieurs comités internes sur pied. Parmi ceux-ci, le comité journal qui fête ses 10 ans.

Déjà une décennie à écrire des articles en lien avec la toxicomanie, la prévention et la réinsertion sociale. Le journal du Réseau c'est aussi des idées de «drinks» sans alcool dans le temps des fêtes, des activités gratuites et la présentation de nos partenaires, afin de faire la promotion des services de ces milieux. Il y a aussi les bons coups que nous observons dans le cadre de notre travail et j'en passe.

Bref, il s'agit d'un journal positif qui reflète la couleur des personnes qui écrivent les articles. Parlant des individus qui collaborent au succès des différentes parutions, l'équipe du Réseau aimerait souligner l'implication bénévole de plusieurs participants qui offre leur temps afin d'offrir des textes intéressants et émouvants. L'équipe du journal aimerait aussi vous remercier, vous les lecteurs qui continuez de nous lire après toutes ces années. Vos commentaires et vos bons mots nous donnent le goût de poursuivre cette belle aventure pour longtemps. D'ailleurs, si vous avez des commentaires ou suggestion d'articles que vous aimeriez nous transmettre. Il nous fera plaisir de vous lire.



LES HÉROS DU QUOTIDIEN

Par : Anka Fortin Porlier
Intervenante CPS (Centre de prévention du Suicide de Lanaudière)

Cet article d'Anka Fortin Porlier a paru dans la publication dans le Vie-Gile du Centre de prévention du Suicide en mars 2017. Nous les remercions de nous permettre de le publier dans notre Réseau d'infos.

Paul Fort, un poète français, a écrit «La vie nous donne toujours une seconde chance qui s'appelle demain». Vous est-il déjà arrivé de vous dire que la vie vous envoie beaucoup plus d'épreuves que vous ne pouvez en supporter ? Ou peut-être connaissez-vous quelqu'un qui considère sa vie comme une succession de malheurs ? Il peut être difficile de se remémorer de bons moments quand on traverse de rudes expériences. Pourtant, aujourd'hui, vous êtes toujours là. Ces épreuves n'ont pas eu raison de vous. Au contraire, vous avez su en tirer des apprentissages qui font de vous quelqu'un de plus fort, qui continue à relever des défis au quotidien. Un défi, ce n'est pas nécessairement escalader l'Everest ou courir un marathon. Parfois, se lever de son lit le matin, demander de l'aide quand on en a besoin, se confier à un proche, c'est un exploit en soi. Essayez l'exercice suivant : pour chaque épreuve/malheur qui vous vient en tête, trouvez deux ou trois choses que vous avez faites ou continuées à faire malgré cette difficulté. Étonnant, n'est-ce pas ? Toute cette force qui se trouve en vous... Pour terminer, selon le psychiatre Boris Cyrulnik, «La résilience, c'est l'art de naviguer dans les torrents». Bref, les vies les plus ardues peuvent créer les plus grands capitaines.

Anka Fortin-Porlier
Intervenante

LE RÉSEAU POUR MOI...

Par : Josée F. participante

Depuis 2 ans, j'ai le bonheur de faire partie du comité du journal du réseau. Avec cette implication je me suis découvert un certain talent pour l'écriture. J'aime partager mes expériences de vie avec vous.

Il y a longtemps que je connaissais le Réseau de réputation, car mon conjoint du temps avait fait partie du groupe "prévention de la rechute" au tout début de l'organisme.

Alors un jour où on faisait l'épicerie, nous avons rencontré, par hasard, notre coordonnatrice Lynda. Nous nous sommes présentées et pour moi, ce fut un moment que je n'oublierai jamais. Elle m'a suggéré d'appeler le Réseau et quelques semaines plus tard, je commençais le groupe "prévention de la rechute".

Je revenais de 5 ans de consommation, après 13 ans d'abstinence et j'avais peur de retourner consommer.

J'ai bien aimé l'expérience de la thérapie de groupe, les trucs que les intervenantes nous donnent, les partages avec d'autres personnes ayant vécu les mêmes situations.

Mais ce que j'appréhendais le plus, était de faire des rencontres individuelles. J'avais peur d'être jugée. J'étais très orgueilleuse. En fait, je ne faisais confiance à personne. Avec Véro, je me suis jetée à l'eau.

Je me suis permis d'ouvrir mon cœur à cette magnifique femme qui m'a accueillie avec tellement d'amour et de compréhension. Ça m'émeut encore aujourd'hui. Avec elle, j'ai pu découvrir la belle personne qui se cachait derrière les masques que j'utilisais. J'ai retrouvé beaucoup d'estime de moi et de confiance en moi.

Un jour, à la fin de ma séance, Véro me regarde les yeux pleins d'eau, et m'explique que je vais assez bien pour fonctionner sans elle. En fait, elle m'explique que ma thérapie était terminée. Sur le coup, j'ai eu un choc. Mais au fond de moi, j'étais très heureuse, car ça voulait dire que j'avais réussi et que Véro et la gang avaient assez confiance en moi pour me laisser expérimenter ce qu'ils m'avaient appris.

En fait cette thérapie m'a démontré que j'avais la force et les connaissances pour affronter les hauts et les bas de la vie sans consommation. Wow c'est ça le cadeau... le but... devenir autonome...

Voilà ma grande histoire d'amour avec LE RÉSEAU. Je sais que l'équipe du Réseau est toujours là pour moi et ça me rassure. Je les remercie profondément.

Véronic, merci! Je t'aime!

Josée F., participante



RAPPEL DES GROUPES

Groupe PSR

Ce programme s'adresse à des adultes ayant déjà complété une démarche de réadaptation pour leur problème de consommation. Cette démarche leur est proposée sous forme de 8 rencontres de groupe fermé, à raison d'une rencontre par semaine (voir les thèmes ci-dessous) et 2 rencontres individuelles. Ce groupe s'adresse non seulement aux personnes fréquentant actuellement nos services, mais à toutes nouvelles personnes qui y seraient intéressées.

L'objectif général du programme : Permettre aux participants de consolider leurs acquis dans le but de prévenir la rechute et/ou de mieux y faire face.

Les objectifs spécifiques : Les participants seront en mesure :

- De maintenir et solidifier leurs objectifs de consommation;
- D'augmenter leur estime de soi et autres facteurs de protection (gestion des émotions, gestion du temps, etc.);
- D'être mieux informés sur la prévention de la rechute et ses composantes;
- De développer une plus grande autonomie face à la résolution de problèmes;
- De développer des habiletés leur permettant de reconnaître et gérer les situations à risque.

Thèmes des rencontres:

La prévention structurée de la rechute, les situations à risque et les éléments déclencheurs, la chaîne comportementale et les stratégies, les émotions, l'estime de soi et la confiance en soi, la dépendance affective, la gestion du stress et du temps, le réseau social et la gestion des conflits.

Nous offrons 3 sessions de groupes par année.

Les prochains groupes débuteront en janvier 2018 et en avril 2018 les jeudis, à 18 :30 heures.

➤ Possibilité de groupe de jour si inscriptions suffisantes

Pour de plus amples informations ou pour vous inscrire, téléphonez au 450 759-4545.

Groupe de Support

Le groupe de support s'adresse aux personnes ayant déjà complété le programme de prévention de la rechute offert par Le Réseau. Les rencontres ont lieu le mardi (sauf exception) de 18 :30 heures à 21 :30 heures à l'Académie Populaire au 200, de Salaberry à Joliette. S.V.P., confirmer votre présence avant de vous présenter en appelant au (450) 759-4545.

**Les prochaines rencontres du groupe de support auront lieu
le 5 décembre 2017, le 16 janvier 2018, le 6 février 2018, le 27 février 2018 le 20 mars 2018,
le 10 avril 2018, le 1^{er} mai 2018, le 22 mai 2018, le 12 juin 2018 et le 3 juillet 2018.**

Pour de plus amples informations ou pour vous inscrire, téléphonez au 450 759-4545



BON COUP A LA MAISON DES JEUNES DE ST-CALIXTE : CRÉATION DU MAGAZINE JEUNESSE LE MAGDESJEUNES

Par : Guillaume Gaudet, Agent de prévention

Il est toujours agréable de travailler avec des partenaires qui impliquent leur clientèle dans divers projets. Dans ce cas-ci, il s'agit de la maison des jeunes de St-Calixte qui a mis sur pied un projet de journalisme pour les adolescents qui côtoient la MDJ. Le *Magazine des jeunes* propose divers articles écrits par les jeunes sur des sujets qui les intéressent. Voici donc un article qui présente ce projet.

La création du magazine vise 6 objectifs :

1. Il favorise l'engagement parce que nos jeunes qui s'engagent devront être présents tout le long du processus d'édition du journal;
2. Il favorise l'esprit d'équipe, parce que tous les auteurs du journal devront travailler ensemble et s'épauler durant le processus d'édition et de publication du journal;
3. Le magazine va permettre aux adolescents de 12 à 18 ans de s'exprimer sur des sujets qui les intéressent et en même temps de stimuler l'intérêt pour l'écriture et l'expression;
4. Le magazine jeunesse va, par la bande, promouvoir les services de la Maison des jeunes et faire ainsi connaître le style d'activités qu'on y retrouve, ainsi que tout autre organisme qui veut se joindre à nous;
5. Les ados pourront également dire qu'ils auront réussi à construire quelque chose et le sentiment de fierté qu'ils auront aura été créé par leur implication, leur engagement et leur travail auprès du magazine;
6. Le journal aura également un aspect de prévention et de sensibilisation sur des problématiques qui peuvent les toucher, puisque les animatrices vont également avoir leur article dans le journal.

Qui sont les gens atteints par le projet?

Notre clientèle cible est assez précise. Nous voulons rejoindre les pré-adolescents et les adolescents entre 10 et 18 ans. Ils seront rejoints par leur implication au sein du magazine ou encore seront des lecteurs de celui-ci. La communauté aussi sera touchée par ce nouveau projet, puisqu'il y aura un segment réservé pour les organismes jeunesse qui veulent s'impliquer et qui aimeraient se faire un peu de publicité.

Description du projet;

Nous remarquons que les jeunes qui fréquentent le service de la Maison des jeunes ont énormément de difficulté à tenir leurs engagements. Nous avons essayé par le passé d'établir un conseil jeunesse, mais en vain. Il s'est toujours éteint. Alors, j'ai pensé à une stratégie que nous n'avions pas envisagée jusqu'à présent et qui favorisait l'engagement de nos adolescents. Les jeunes ont des choses pertinentes à dire, malgré le fait qu'ils débutent dans la vie. Ils méritent une place où ils peuvent s'exprimer. Et c'est pourquoi j'ai pensé à faire un journal pour la Maison des jeunes. Le but du projet est qu'il prenne de plus en plus d'ampleur à chaque publication. Au départ, quelques articles des jeunes seront publiés, mais il y aura certainement un effet boule de neige et notre projet prendra de plus en plus d'ampleur.

Photo : Margaret J.





BON COUP A LA MAISON DES JEUNES DE ST-CALIXTE : CRÉATION DU MAGAZINE JEUNESSE LE MAGDESJEUNES (SUITE)

Voici quelques points en rafale de nos actions pour mettre le projet en branle et pour vous donner une idée de nos façons de gérer le plancher :

- a) 1 soir par semaine, les ordinateurs seront réservés à l'usage des auteurs du journal pour qu'ils écrivent leur article. (Le jeudi de 18h30 à 20h00)
- b) Idéalement un journal devrait être publié au trimestre donc, au 3 mois.
- c) Les auteurs auront droit à des ateliers de groupe privilégiés pour les aider à structurer leurs idées.
- d) Les auteurs auront également droit à un coaching personnel pour leur article.
- e) Les auteurs devront trouver où ils peuvent afficher leur journal, alors ils devront faire la démarche pour trouver les commerces qui voudront avoir quelques copies de notre magazine.
- f) Les auteurs auront à rendre leur article 2 semaines avant la publication du journal.
- g) Les auteurs auront un atelier obligatoire/engagement en début d'activité pour se familiariser avec les objectifs du projet et sur le monde journalistique.
- h) Ils auront également leur carte d'identité pour leur permettre de représenter La MDJ durant des évènements spéciaux.

Que pensez-vous avoir comme retombées avec votre projet?

En premier plan, nous aimerions énormément que les jeunes qui participent au Mag Des Jeunes, se sentent et se voient valorisés par tous les efforts déployés pour avoir à produire un magazine complet. Les liens entre nos jeunes vont se solidifier, parce qu'ils auront travaillé en équipe pour arriver au résultat final.

En deuxième plan, nous aurons comme retombée, de sensibiliser les jeunes sur des problématiques qui peuvent les toucher de près ou de loin.

En troisième plan, nous aurons promu les services offerts par les organismes jeunesse de la région pour que nos jeunes sachent où se diriger lorsqu'ils sont dans le besoin.



*Je cesse dès ce jour de
tenir les autres pour
responsables de ce que je
suis et de ce qui m'arrive.*

*J'assume entièrement et
pleinement la
responsabilité de ma vie.*

TESTEZ VOS CONNAISSANCES

Par Guillaume Gaudet, agent de prévention

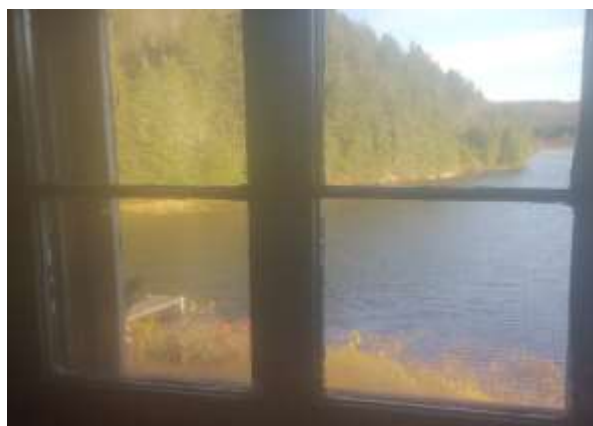
Dans le cadre du 35^e anniversaire du Réseau, l'équipe vous propose de remplir ce questionnaire inspiré de questions qui ont déjà été posées ou qui font encore partie de nos kiosques d'information auprès de la clientèle adolescente. Voici donc quelques vrais ou faux. Réussirez-vous un score parfait? Les réponses seront présentées dans l'édition du journal de Noël.

1. Toute personne qui consomme de la drogue a un problème de toxicomanie.
Vrai **Faux**
2. La personne qui a un problème de toxicomanie est appelée toxicomane.
Vrai **Faux**
3. Il y a des drogues qui sont permises par la loi.
Vrai **Faux**
4. Il n'y a aucun risque à consommer des drogues légales.
Vrai **Faux**
5. Les drogues font les mêmes effets à tout le monde?
Vrai **Faux**
6. Une personne qui sait bien gérer ses émotions risque moins de développer un problème de toxicomanie?
Vrai **Faux**
7. Il y a cinq règles de base à suivre pour avoir une bonne communication avec les autres.
Vrai **Faux**
8. Pour améliorer notre estime de soi, il faut se vanter le plus souvent possible et se comparer aux autres.
Vrai **Faux**
9. Jouer à "pile ou face" est un excellent moyen de prendre une décision réfléchie.
Vrai **Faux**
10. Si certaines personnes me font vivre de la pression afin de me forcer à faire quelque chose que je ne veux pas faire (ex. : consommer) il existe plusieurs moyens de résister à la pression.
Vrai **Faux**
11. Consommer du cannabis peut amener à la déprime comme à l'euphorie?
Vrai **Faux**
12. Je peux savoir ce que contient une drogue illégale si je connais la personne qui me la vend?
Vrai **Faux**

13. Lorsque je consomme pour oublier mes problèmes, ils finissent par se régler?
Vrai **Faux**
14. L'alcool est une drogue?
Vrai **Faux**
15. Avoir des passions, des activités qui me font " tripper " peut m'aider à prévenir la toxicomanie?
Vrai **Faux**

Ces questions sont tirées de notre site internet. Pour plus d'informations et en savoir davantage sur l'organisme, Vous pouvez visiter le <http://www.reseautoxicomanie.com>

Suivez-nous dans le journal de décembre pour les résultats de ce petit test.



*Je suis conscient de ma valeur
en tant qu'être humain. Je
reconnais ce que j'ai reçu en
héritage et je remercie la vie
pour tout ce que je suis.*

PETITE ENTREVUE AVEC RENÉ GOUPIL



Par : Le comité Journal du Réseau

Dans le but de mieux vous faire connaître Le Réseau, ses travailleurs (agents de prévention, agents de réinsertion, personnel de soutien et membres du c.a.), nous avons décidé de présenter chaque membre de cette belle équipe à l'aide d'un questionnaire. Certaines questions sont sérieuses, d'autres plus loufoques. Le but étant d'apprendre à découvrir chaque personne qui aide Le Réseau à être l'organisme qu'il est actuellement. Aujourd'hui, nous aimerions vous faire connaître René Goupil, membre du conseil d'administration depuis maintenant 20 ans. Nous tenons aussi à le remercier pour toutes ces années d'implication avec nous.

Pourquoi Le Réseau?

"Parce que je crois au changement, à l'amélioration. Je crois que quelqu'un peut changer sa vie. Je l'ai fait. J'aime les toxicomanes et les itinérants et j'apprends beaucoup avec eux. Je crois que je peux les aider à améliorer leurs conditions et je suis à l'aise avec eux.

Si on faisait un film sur ta vie, qui jouerait ton rôle et pourquoi?

"Léonardo DiCaprio, parce qu'il est intense, autant dans les rôles de "pas fin" que dans les rôles de "fin", dans les rôles d'hommes souffrant que dans les rôles d'homme heureux.

Ton plaisir coupable musical?

"ACDC ou Pink Floyd. Quand je chante au travail (à la Maison d'hébergement Urgence Lanaudière), je ne me sens pas coupable, même si les autres me demandent d'arrêter."

Quels aliments manges-tu sans hésiter?

"L'avocat, la mangue et l'huile d'olive."

Quelles sont tes passions et qu'est-ce qu'elles apportent de positif dans ta vie?

"Une de mes passions est mon travail. Il donne un sens à ma vie.
Une autre de mes passions est la nature. Elle est remplie de calme et de vie. Les arbres, les insectes, etc. Dans la nature, je suis laissé à moi-même sans être jugé. Je me nourris de ça.

Qui amènerais-tu sur une île déserte et pourquoi?

"Difficile à répondre... ma blonde... mes enfants... Notre rôle en tant que parent est d'amener nos enfants à s'aimer eux-mêmes et plus tard, aimer leurs enfants. Je choisis donc ma blonde, car c'est la personne la plus importante. À bien réfléchir... elle s'ennuierait peut-être... Je devrais peut-être amener mon pire ennemi... (rire)

Qu'est-ce que Le Réseau t'apporte?

"Le Réseau m'apporte beaucoup. En participant à une marche contre la pauvreté, il y a plusieurs années, j'avais observé toute l'entraide et le support auprès des plus démunis et ça m'avait impressionné. J'en ai été ému et j'ai trouvé une paix. J'ai repensé à ça en m'impliquant au Réseau et pour moi, ce n'est pas seulement de donner, mais aussi de recevoir. J'en ressens un accomplissement.

Quel serait ton nom d'animateur de camp de jour? Pourquoi?

"Ouf... on va y revenir tantôt..."

Un accomplissement dont tu es vraiment fier? Pourquoi?

"Mes enfants, mon évolution depuis 26 ans. Le fait de défendre les plus démunis sans avoir peur.

PETITE ENTREVUE AVEC RENÉ GOUPIL (SUITE)

Par : Le comité Journal du Réseau

Si tu avais à naître dans un autre pays, quel serait-il?

“L’Australie ou la Thaïlande.”

Nomme-nous une anecdote sur toi.

“Ouf... Revenons-y plus tard...”

Quelles qualités possèdes-tu qui te servent dans ton travail?

“La patience et l’écoute”

Rationnel ou émotif?

“Émotif”

Un de tes rêves?

“De prendre ma retraite sur ma terre à bois.”

Quelle est ta série préférée?

“ Les beaux malaises. Ça ressemble un peu à chez nous... ” (rire)

Un film fétiche?

“Le prince des marées et Le destin de Will Hunting.”

Un livre qui t’a marqué?

“Le chemin le moins fréquenté.”

Ta chanson préférée?

“J’en ai pas vraiment...”

Une personne qui tu admires. Pourquoi?

“Ma blonde. On dirait qu’elle n’a pas de rancœur ou de haine. Elle est “pure”. Elle sait bien prendre sa place en respectant les autres.”

Que penses-tu de la situation géopolitique de la Tanzanie?

“J’en ai aucune espèce d’idée!”

Que penses-tu des réseaux sociaux?

“Bonne chose si c’est bien utilisé. Ça peut être dangereux si c’est mal utilisé. Les gens ne mesurent pas toujours l’impact de leurs parutions. Les jeunes n’ont pas toujours la maturité pour faire cette analyse.”

À quoi ressemble une de tes journées de travail?

“Mes journées de travail ne sont jamais pareilles. Elles sont remplies d’imprévus, de rencontres spontanées, d’interventions d’urgence, etc. Il peut être très intense ou au contraire très relaxe de rencontrer quelqu’un... je ne sais pas d’avance.”

Pour ou contre l’échange de PK Subban?

“Je ne sais pas, mais si j’en juge de l’opinion des autres, je serais contre, car c’est ce que j’ai entendu de plein de gens.”

Connais-tu le secret de la Caramilk?

“Non, mais je pense qu’ils mettent le caramel dans la palette et qu’il y a un couvercle qui scelle le tout par-dessus.”

Noël ou Halloween?

“Noël... mais pas trop commercial.”

Que signifie pour toi le mot Prévention?

“Pour définir le mot “prévention”, on peut aller loin... sensibilisation, parler des vraies affaires. Le jour où une personne va s’en sortir, elle pourra se dire : “Quand il m’a dit ça, c’était ça!”. On sème des graines et le résultat sera plus tard. Le résultat ne nous appartient pas. On est un outil... pas plus ou pas moins que ça. Il consommera peut-être, mais moins longtemps... Rien n’est dit pour rien.”

PETITE ENTREVUE AVEC RENÉ GOUPIL (SUITE)

Par : Le comité Journal du Réseau

Top 3 de tes groupes de musique?

"Pink Floyd, Genesis et Guns and Roses."

Complète la phrase...

Dans mon livre à moi.....

"Si tu fais ce que tu as à faire, ça va bien aller..."

C'est fantastique quand...

"Il y a une bonne communication."

.... Je suis pas capable de le faire.

"Ça se peut... "

En voyage, j'apporte.... Et Et du dentifrice.

"Ma carte de guichet automatique et mon sac à dos."

.... J'aime ça!

"Quand il y a du respect... "

Et on revient à la question "Quel serait ton nom d'animateur de camp de jour? ...

"L'homme qui plantait des arbres... Parce que je plante des arbres. J'aime ça! Je remplace des arbres abattus."

Et une anecdote sur toi...

"Un jour j'ai commandé de la pizza avant de m'en aller chez moi. En route, un conducteur me coupe et je lui démontre que je ne suis pas content!... Il me suit. Je n'aime pas ça... J'arrive chez moi et le gars en question arrête aussi devant chez moi. Je me prépare à l'affronter... pour réaliser que... c'est le livreur de pizza! J'ai laissé ma blonde s'occuper de payer la pizza... (sourire).

Merci René!!



Sur la photo, Lynda Allard, Joël Lajeunesse, Alexandre Vадnais, René Goupil (à droite) et Mario Vermette.

*Je commence mes
journées dans
l'enthousiasme
et la joie.*

*J'ai la chance d'être
vivant et je reconnais
ce privilège.*

*J'ai écrit ce texte à partir de phrases des participants
Lors du groupe support le 23 mai 2017.
Ce sont des phrases qui m'interpellaient
et que je voulais partager avec vous.*

JE SUIS EN VIE

*La vie est une fleur
La fleur de mon cœur s'ouvre
L'ouverture de mon esprit m'éclaire
L'éclair de ma journée
Je suis en vie*

*Je suis en vie
La vie est le bonheur
Le bonheur est libre
La liberté d'esprit est libre
La liberté de l'esprit est grande
Le grand bonheur est en nous.
Nous, pleins de courage
Le courage est une leçon de vie
Je suis en vie, la vie... merci!*

*Je suis équilibré
Je suis lâche
Je suis fatiguée.
Je suis prête à travailler
Je suis équilibrée.*

*Je suis consciente
Je suis en vie
Je suis à la bonne place
Je suis à ma place
Je suis vrai
Je suis capable
Je suis humble.
Merci!*

- Francine G. participante