



317, rue Chapais,
Granby, Qc J2G 7E7

☎ 450-378-4269

☎ 450-378-5659

www.aubergesousmontoit.org

L'À-Venir

Via l'ASMT, la sensibilisation de la population
à l'égard de la réinsertion sociale

Un printemps sous le signe de l'adaptation

La situation entourant la COVID-19 a été toute une adaptation, et ce, pour tout le monde! À l'Auberge sous mon toit, nous n'y avons pas fait exception! Les employés ont dû faire face à plusieurs nouveaux défis et s'ajuster en conséquence. De leur côté, les résidents ont dû s'adapter à une nouvelles réalité et de nouveaux règlements. Somme toute, malgré quelques ajustements, le tout s'est déroulé rondement et nous sommes heureux d'affirmer qu'aucun cas de COVID-19 n'a dû être géré à l'ASMT! C'est déjà une très bonne nouvelle en soi!

Au fil des mois, nos règles se sont assouplies et nous avons recommencé à intégrer de nouveaux résidents à la ressource. De plus, toujours selon les consignes de la sécurité publique, les résidents peuvent maintenant vaquer à leurs occupations, à l'extérieur de l'Auberge. Les employés sont contraints de porter le masque et les rondes de désinfection sont rendues chose habituelle dans les tâches désormais.

Encore une fois, nous désirons souligner la résilience des employés et des résidents dans la

gestion de cette pandémie. De plus, il est important de souligner l'apport financier de certains partenaires qui a été d'une grande aide pendant cette crise. Merci à Centraide, au Gouvernement du Canada et du Québec, au député provincial François Bonnardel, au Service Correctionnel du Canada ainsi qu'à Mission Inclusion. Leur appui a fait toute la différence!

Pour le moment, le Ministère de la Santé et des Services Sociaux nous permet de reporter notre AGA à une date qui demeure toujours indéterminée. Soyez assurés que vous serez informés des détails en ce sens.

Entretemps, on continue nos efforts pour combattre ce virus. Tous ensemble, nous y arriverons! On a très hâte de pouvoir tous vous revoir « en vrai »!

Vous pouvez toujours suivre notre page Facebook afin de rester informés des détails ou changements en lien avec nos activités prochaines.

Nous désirons remercier **Isabelle Plante** pour ses 10 ans de services continus parmi nous!

De plus, merci à **Manuella Tremblay** pour ses 9 ans et **Patricia Meunier** qui a complété sa première année!



Félicitations et merci de faire partie de l'équipe!



Vous désirez supporter l'Auberge sous mon toit?

Vous pouvez devenir membre!

Être membre de l'Auberge sous mon toit, c'est être FIER !

- ✓ FIER d'aider et d'encourager des hommes en difficultés temporaires ;
- ✓ FIER de contribuer au mieux-être de notre société ;
- ✓ FIER de participer au maintien et au développement d'un organisme qui a 49 ans d'existence dans notre communauté.



Qu'est-ce que ça implique?

Un coût de 10\$ et remplir un petit formulaire!

À partir de ce moment, vous aurez droit de vote à notre Assemblée générale annuelle!

Comment devenir membre?

Vous pouvez vous rendre sur notre site web pour remplir le formulaire, dans la section « Faire une différence ».



CONTACTEZ-NOUS POUR
DEVENIR MEMBRE

Pour toutes questions, il est possible de contacter Marie-Eve Thériage, directrice générale, au 450 378-4269.

Rendez-vous sur notre site web pour les actualités

www.aubergessousmontoit.org



Vous pouvez aussi nous trouver sur Facebook!
Allez « Aimer » notre page et soyez à l'affut de tout ce qui se passe!

www.facebook.com/asmt1971

NOUVEAUTÉ

Il vous est maintenant possible de nous suivre sur Instagram!

<https://www.instagram.com/aubergessousmontoit/>



LA RÉINSERTION SOCIALE : UN DÉSIR DE CHANGEMENT

Comment l'ASMT peut-il inculquer un désir de changement auprès de ses résidents?

➔ Saviez-vous qu'à chaque semaine (sauf en cas de pandémie où il n'était pas possible de le faire!), les résidents doivent participer à un atelier de croissance personnelle obligatoire? Tous les lundis, un intervenant attiré anime les ateliers, sur des thèmes variés.

Voici quelques exemples de thèmes qui ont eu lieu au cours de la dernière année :

- ❖ Troubles de santé mentale
- ❖ Motivation
- ❖ Anxiété
- ❖ Consommation
- ❖ Jugements et perceptions
- ❖ Gestion de la colère
- ❖ Lois et normes du travail
- ❖ Compost et recyclage
- ❖ Expression des émotions
- ❖ Bienfaits de l'activité physique
- ❖ Connaissance de soi
- ❖ Dépendance affective
- ❖ Budget



D'une durée approximative de 30 minutes, l'atelier se veut un moment de partage d'informations et de connaissances, en groupe. De par leurs expériences, leur passé, leur vécu, les résidents peuvent s'apporter du support et créer des liens significatifs.



D'ailleurs, nous tenons à souligner l'arrivée en poste de Géraldine Couture-Tremblay, depuis le mois de juin dernier. Cette dernière s'occupe désormais de l'animation des ateliers du lundi soir. Artiste, créative et débordante d'énergie, elle sera définitivement un atout pour nos résidents. Bienvenue parmi nous! 😊

Bilan de mon séjour

Je me sentais perdu avant d'arriver à l'Auberge. Je n'étais pas sûr d'être prêt à entreprendre ce cheminement, ce rétablissement et de vouloir remettre ma vie sur la bonne voie. Il fallait que j'arrête de consommer puisque la consommation affectait négativement toutes les sphères de ma vie. Il fallait que j'aie une structure, que j'arrête de me fier sur mes proches et que je sois un peu plus indépendant. Je voulais arriver à gérer mon argent et mes émotions. Depuis mon arrivée à l'Auberge, j'ai maintenu mon abstinence par moi-même, pour la première fois depuis que j'ai commencé à consommer (en passant j'en suis à 6 mois d'abstinence, le 26 mai). J'ai refait mon CV, je suis presque à jour dans mes impôts, j'ai fait des travaux compensatoires pour payer une grande majorité de mes constats d'infraction. J'ai réussi à 98% du temps à gérer mon impulsivité et mon côté colérique. Je me suis concentré sur moi-même et non sur les autres et j'ai pensé à moi. Je décide de vivre ma vie et non juste d'être spectateur. Malgré des conditions de travail peu gratifiantes, je me suis donné à 110% à tout moment pour bien effectuer mon travail. J'ai pris rendez-vous pour mon cours de santé et sécurité afin d'avoir un bon emploi valorisant et je l'ai eu! Il faut maintenant que je commence à me faire un plan afin : de payer mes dettes, à faire des économies, à prendre soins de mon physique et de ma santé, puisque cela va m'aider à aller mieux. Il faut que je continue à faire les choses par moi-même, car malgré que l'Auberge m'aide grandement, c'est à moi de prendre les choses en main. La structure de l'Auberge m'aide grandement à rester sur le bon chemin. Je pense que je suis presque prêt, mais j'aimerais être bien établi en partant d'ici. Je me sens très bien face à mon futur; un peu anxieux, mais, en général, très bien. J'essaie de visualiser que du positif, tout en restant les deux pieds sur terre. Je veux et je mérite d'être heureux!

Nous désirons souligner l'arrivée dans l'équipe à nos deux intervenantes au projet Carrière-Été : **Sarah-Ève Dumont-Lefrançois** ainsi que **Sophie-Anne Duval**. Merci de votre implication dans notre ressource. Nous vous souhaitons un bel été et bienvenue parmi nous!

Jean-Sébastien

