



# RAPPORT ANNUEL 2025





# TABLE DES MATIÈRES

**02**

Mot de la présidente  
et du coordonnateur



Portrait des  
activités



Profil des  
personnes  
rejointes



Vie associative et  
démocratique

02	Mots (présidence et coordination)
05	Cheminement d'un organisme communautaire
06	Notre mission, philosophie d'action et nos valeurs
07	Portrait des activités
11	Activités de sensibilisation et de prévention
14	Les moments forts
15	Profil des personnes rejointes   Stats
17	Accessibilité   Outils d'information
20	Promotion et soutien de la communauté
21	Vie associative et démocratique
22	Nos bénévoles   Notre C.A.
26	Activités de représentation
27	Extrait des règlements généraux



## MOT DE LA PRÉSIDENTE

L'année 2025 en fut une de transition, d'expérimentation et d'analyse, et ce, suite à la conclusion de notre planification stratégique. Des défis motivants qui ont nécessité l'adaptation de l'équipe et des participants. Au cours de l'année 2025, le conseil d'administration **s'est réuni à sept (7) occasions** et le comité de gestion à trois (3) reprises. Une belle stabilité s'est observée sur le plan des ressources humaines, bien que notre cher Steve, animateur au karaoké ait passé au statut de bénévole de son plein gré. L'A.G.A a eu lieu le 22 mars et le C.A., suite à l'élection, a accueilli de nouveaux membres. Nous tenons à exprimer notre gratitude aux membres du C.A. pour leur engagement, notamment à M. Richard Phillion, administrateur sortant. Durant l'année 2025, l'organisme a eu 62 membres actifs dont 17 étaient de nouveaux membres. Notre équipe de gestionnaire a redoublé d'ingéniosité pour faire de cet événement quelque chose d'interactif et pertinent, pour le grand plaisir des 43 membres présents. Le volet bénévolat s'est une fois de plus distingué, renforçant son ADN d'être le coeur et les poumons de l'organisme. Ce sont **50** belles et généreuses personnes qui se sont engagées à des postes variés, pour un total de près de 1700 heures. Le programme de reconnaissance des bénévoles a soutenu et honoré leurs actions à travers des voeux d'anniversaires, et aussi une soirée reconnaissance en juin, maintenant annuelle et fortement appréciée.

Plusieurs nouvelles activités d'autofinancement ont vu le jour (voir mot du Coordonnateur). Des succès à répéter témoignant de la solidarité qui habite notre communauté. Le souper des fêtes nous a réunis pour célébrer **ensemble** le passage vers l'année 2026, qui s'annonce comme une période de mise en application suite aux constats des derniers mois. D'autre part, nous avons reçu un rehaussement (encore insuffisant) de la subvention PSOC d'un montant de **4 946 \$** pour l'année 2025-2026. Nous continuons d'être largement en dessous de la Reconnaissance des Besoins Réels (RBR), bien que nous soulignons les efforts observés visant à dresser un portrait représentatif des organismes communautaires des Laurentides, fruit, notamment, de l'implication du ROCL dans la réflexion. Nous continuons de nous efforcer à diversifier nos bailleurs de fonds par l'investissement en philanthropie.

D'ailleurs, au nom du conseil d'administration et de tous nos bénéficiaires, je tiens à remercier **Centraide Laurentides** pour leur généreux soutien financier de 52 000 \$, **la fondation Famille Léger**, pour leur don de 15 000\$; **la fondation J.A. DeSève** pour leur don de 13 000\$; **la fondation Sibylla Hesse** pour leur don de 1500 \$; la fondation **St-Hubert**, pour leur don de 5000\$; **la fondation Bon départ**, pour leur don de 2275\$; la fondation **Familia** et la **Caisse Desjardins Thérèse-de Blainville** pour leur contribution de près de 20 000\$ en soutien aux rénovations de notre grande salle; **la Ville de Ste-Thérèse** pour son soutien de 1 850 \$ ainsi que **MM les députés Éric Girard** (et en sa qualité de Ministre) **et Benoit Charette** ainsi que **M. Lionel Carmant** (Ministre) pour leur soutien financier respectif de 2800 \$, 200 \$ et 2500\$.

Ce mandat de Présidente au sein du conseil d'administration sera mon dernier, alors qu'il est temps pour moi de céder la place au suivant. Je remercie l'ensemble des administrateurs, surtout la composition actuelle, pour leur soutien et leur implication ces dernières années. Je garde de beaux souvenirs. Je remercie les membres du personnel salariés et bénévoles pour leur dévouement dans la réalisation de notre mission au quotidien. L'Unité Domrémy aura toujours une place spéciale dans mon coeur.

*Edith Hudon*



## MOT DU COORDONNATEUR

Un regard sur une année transitoire, certes, mais qui surtout, a permis de réaffirmer la pertinence de notre mission (culmination de la planification stratégique), la générosité de notre communauté (montants records en don et succès de nos activités d'autofinancement) et la résilience de nos participants (nouvelles formules).

C'est vrai, suite à la mise en place du premier comité philanthropique (composé de Valérie, Krystel et Roxane), plein de belles idées se sont matérialisées en 2025. Qu'il s'agisse du « Pop-up Tatoo » (boutique éphémère) rendu possible grâce à deux (2) bénévoles, Krystel et Maylia; de la soirée Karaoké-Bénéfice (chapeautée par Marika); de la première édition du Bazar, portée habilement par mes collègues Isabelle et Corinne (administratrice); de la vente du livre de ma collègue Josée ou bien de notre Encan solidaire, nous n'avons pu que constater l'impact profond que peut avoir le fait de se rassembler derrière une cause. Résultats combinés, ces activités ont permis de récolter près de **9500\$**. En parallèle et en marge, les dons des particuliers ont augmenté de **39%**, c'est-à-dire que via ces événements ou des initiatives ponctuelles (MardiJeDonne), nous avons reçu près de 24 000\$ en don, un record. Le reflet de nos efforts, bien évidemment, **mais surtout de la foi en notre mission.**

Tel qu'évoqué précédemment, le soutien financier provenant des Fondations a frôlé les **50 000\$**. C'est sans précédent. Nous sommes choyés de pouvoir compter sur la générosité de ces administrateurs, porteurs d'une vision alignée avec la nôtre, à qui nous exprimons notre plus profonde gratitude. Par leur appui financier, ils nous permettent de faire une réelle différence dans la vie d'un nombre grandissant de participants, en hausse de plus de 10 % en 2025.

suite →

# Merci à nos donateurs



Centraide  
Laurentides



Fondation J.A. DeSève



FONDATION  
Famille LÉGER



Desjardins  
Caisse Thérèse-De Blainville



Fondation  
Bon départ



Fondation  
Familia Inc



AINSI QUE NOS 110 DONATEURS INDIVIDUELS



## MOT DU COORDONNATEUR

Le volet visant à rendre accessible nos outils a continué de prendre de l'ampleur via nos capsules vidéo, qui ont cumulé un nombre impressionnant de **103 500 vues** ainsi que notre podcast, 'Balad'ô coeur du rétablissement', dont la captation en images a permis la récolte de 2452 visionnements, sans compter les écoutes sur les différentes plateformes. Des éléments indispensables dans la diffusion des savoirs et la présentation/promotion de nos ateliers et services. Également, plusieurs ateliers virtuels diffusés abordant diverses thématiques, rehaussant la portée de nos outils que notre merveilleuse équipe s'efforce de développer en continu.

La plan stratégique issu de la démarche entamée l'année dernière nous a donné l'occasion de recentrer nos actions pour que notre mission ait plus d'impacts. Notre plan d'action a su refléter les idées qui ont émergé durant le processus, avec entre autres, une nouvelle formule d'atelier et une première conférence destinée aux proches en ce qui a trait aux services. Je l'ai répété à maintes reprises en 2025 : les besoins réels de la communauté et ce que l'on peut offrir ne sont pas au même niveau, et le temps où nous faisons plus avec moins est révolu. Notre volonté est ajustée en fonction de notre réalité, et ce faisant, nous faisons de l'efficacité, de l'adaptation et de l'acceptation des limites; nos points de départ pour incarner au mieux notre vision. Si cela se traduit par une redistribution de l'offre de services, les chiffres comme les commentaires reçus nous confirment que nous avons pris la bonne direction.



Enfin, 2025 a marqué la première année sans aucune contribution issue de la subvention du Jeu pathologique. Plutôt que de laisser le caractère ponctuel des projets et leurs limites freiner notre élan (qui priment toujours sur le financement à la mission, pourtant crucial à la pérennité de tous les organismes autonomes comme le nôtre), nous en avons fait un levier pour affiner nos stratégies et ainsi combler l'écart engendré par cette nouvelle réalité. Notre structure actuelle, tant sur le plan des ressources humaines que de l'équipe de gestion, a été marquée par une période d'observation et d'analyse à la suite du départ de notre collègue, Mme Catherine Houssiau. Ce retour vers une gestion à deux (plutôt que 3) nous a permis d'observer nos réelles capacités financières, de mieux investir et équilibrer les ressources ainsi que de mesurer comment pérenniser la composition actuelle de notre équipe. Ainsi, combiné à la générosité de nos donateurs et une saine gestion, nous enregistrons un surplus de 22 847\$, nous permettant de nous relever d'une année 2024 déficitaire, mais surtout, de structurer 2026 avec plus de prévisibilité et dans des conditions gagnantes pour relever les défis.

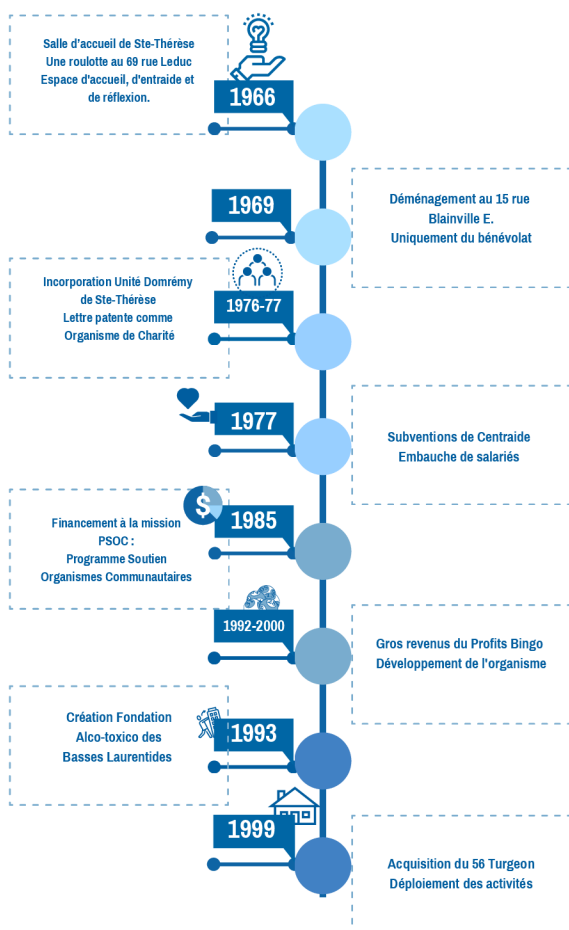
Je tiens à exprimer ma profonde gratitude envers toutes celles et ceux qui ont contribué à la croissance de notre organisme : bénévoles, salariés et surtout, les membres du conseil d'administration. Grâce à votre engagement, nous poursuivons notre mission avec ambition et conviction, animés par la volonté d'accompagner le plus grand nombre sur le chemin de la libération des dépendances.

Merci pour votre confiance et votre précieux soutien.

*Jébastien Latendresse*

# CHEMINEMENT D'UN ORGANISME COMMUNAUTAIRE

C'est en mai 1966 que l'aventure a commencé, lorsque des membres de l'entourage familial d'alcooliques et des bénévoles font l'ouverture de la Salle d'accueil de Ste-Thérèse. À ce moment, l'organisme était logé dans une roulotte, située au 69, rue Leduc. Autour d'une soupe, la communauté s'organise pour offrir un espace d'accueil, d'entraide, d'informations et de réflexion.



Voyant l'intérêt et les besoins de la communauté, en 1969, ce groupe de militants bénévoles déménage au 15, rue Blainville Est dans le Centre-ville de Ste-Thérèse.

C'est en 1976 que l'Unité Domrémy de Ste-Thérèse Inc. est constituée en corporation et en 1977, l'Unité reçoit son numéro officiel d'enregistrement comme organisme de charité.

Au départ, l'organisation des services et activités se faisait uniquement par des participants bénévoles. Petit à petit, devant les besoins considérables de la communauté, des ressources humaines salariées sont engagées pour soutenir les bénévoles, d'abord venant de projets subventionnés temporaires. Les subventions de Centraide à partir des années 70 et le financement à la mission du PSOC à partir des années 80 ont permis au fil des années de stabiliser les activités de l'organisme. À partir de 1992 jusqu'en 2000, les revenus générés par le Profits Bingo ont permis à l'organisme de se développer et de déménager.

Ainsi, en 1993, l'Unité Domrémy de Ste-Thérèse Inc. constitue et crée la Fondation Alco-toxico des Basses-Laurentides afin de l'aider à développer davantage les activités de prévention, de sensibilisation, de réadaptation communautaire et sociale dans le domaine des dépendances, ainsi que pour l'aider à acquérir un immeuble.

En 1999, la Fondation Alco-toxico des Basses-Laurentides est créée et fait l'acquisition de l'immeuble situé au 56, rue Turgeon dans le centre-ville de Ste-Thérèse, permettant aux activités et services de l'organisme de se déployer et d'investir pour la pérennité de notre mission.

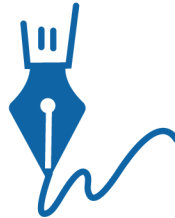




## **NOTRE MISSION**

Aider, accompagner et soutenir les personnes ayant un problème de dépendance (alcool, drogues, médicaments, nourriture, jeux, etc.) et leurs proches à sortir du cycle d'assuétude, dans une philosophie d'entraide et de développement d'un mieux-être sans consommation et comportements compulsifs.

## **NOTRE PHILOSOPHIE D'ACTION**



À titre d'organisme communautaire autonome, nous intervenons auprès des membres de la communauté de diverses façons : information, prévention, sensibilisation, réadaptation communautaire et sociale, principalement par le biais d'activités d'animation interactives en groupe, de rencontres individualisées et d'écoutes téléphoniques. Nos activités visent à développer la réflexion, l'autonomie, l'expression, les habiletés de communication interpersonnelle et sociale et la responsabilisation afin d'amener les personnes à se réapproprier et développer leur pouvoir d'agir.

Nous sommes également un milieu de vie, car nous offrons un lieu d'appartenance et de partage, un lieu d'accueil, d'accompagnement, d'entraide, d'apprentissage, de changement et d'action. Nous favorisons l'implication afin de redonner une place aux personnes de la communauté, de briser l'isolement relationnel et social, de les aider à retrouver estime et considération. Notre organisme démocratique est composé de salariés, de bénévoles et de participants qui mettent en commun leur énergie, leur temps et leur expertise dans un esprit de solidarité, de bienveillance, de non-jugement et d'égalité.

Ainsi, nous reconnaissons l'expertise acquise, tout au long de leur trajectoire de vie, par les personnes dépendantes et codépendantes engagées dans un processus de rétablissement (changement vers l'équilibre dans tous les domaines de leur vie). Cette reconnaissance motive le choix de nos approches et pratiques.

Nous nous adressons à toutes les dimensions de la personne, soit une approche globale où les programmes sont fondés à partir des besoins des participants. Ainsi, notre action se veut concertée avec la personne. Les participations aux activités et services sont donc libres et volontaires afin que la personne soit au coeur de la démarche.

## **NOS VALEURS**

ACCUEIL | ANONYMAT | ÉCOUTE | NON JUGEMENT | RESPECT | SOUTIEN



# PORTRAIT DES ACTIVITÉS ET DES SERVICES



L'objectif général de nos activités de prévention secondaire et tertiaire consiste à aider les personnes à sortir du cycle des dépendances en les outillant pour faire face à leurs difficultés actuelles et à des difficultés ultérieures d'une façon plus équilibrée et appropriée.

Nos stratégies d'intervention visent la prévention de la rechute et le transfert des dépendances visibles nocives. Ces dépendances prennent racine dans un même terreau de facteurs à risque. Ainsi, les thèmes abordés tant lors des activités en groupe que lors des rencontres individuelles visent à diminuer l'effet de facteurs de risque clés présents chez la grande majorité des personnes dépendantes, à savoir le manque d'objectivité, l'identité négative, l'immaturité émotionnelle et le besoin excessif de contrôle et d'amour. En fait, la présence de ces caractéristiques génère deux dépendances dites invisibles, soit les dépendances émotive et affective, qui sont les racines des multiples dépendances visibles nocives (alcoolisme, toxicomanie, compulsion au jeu, à la nourriture, sexualité, cyberdépendances, etc.). Ce syndrome psychologique identifié comme de la codépendance engendre des douleurs psychologiques et de la souffrance émotionnelle telles qu'elles incitent la personne à tenter d'anesthésier ces souffrances par des activités répétées (moyens anesthésiants) se transformant en comportements excessifs et compulsifs.

Ainsi, nous ouvrons des portes vers le développement de l'intelligence émotionnelle, la restructuration cognitive, plus d'estime personnelle, d'autonomie et de responsabilisation et mobilisons les ressources des participants afin qu'ils se réapproprient du pouvoir sur leur vie.

## Types d'intervention

Écoute  
téléphonique



Référence



Rencontres  
individuelles



Activités  
communautaires



Accueil, évaluation  
et orientation

Diffuser  
les outils

Ateliers de groupe



## Activités

### 1 Atelier de développement personnel

Dans ces ateliers, nous offrons des moyens de comprendre et de transformer les causes des dépendances et de la souffrance intérieure. Ces ateliers sont également l'occasion d'expérimenter des outils de changement pour sortir du cycle de l'assuétude et d'un mal-être intérieur. En mettant en lumière la compréhension d'un(e) auteur(e) reconnu(e) au sujet d'un ou des facteurs de risques clés du développement des dépendances, nous favorisons une ouverture à une pensée extérieure grandissante ainsi que le développement des habiletés de communication.

Ces ateliers, **qui se donnent en après-midi et en soirée**, aident à développer la réflexion par l'interaction, l'échange, les questionnements pour que les participants puissent s'approprier les connaissances et outils proposés. Le groupe agit tel un soutien émotionnel et affectif et permet aux participants de se reconnaître dans les vécus d'autrui afin de sortir du sentiment d'isolement et d'exclusion et de retrouver espoir en un chemin de rétablissement.

**EN CONTINU** : Six (6) ateliers virtuels ont été diffusés durant l'année pour pallier aux vacances et garnir le calendrier.



3,6k 

- Cheminer en pleine conscience
- Comprendre la dépendance aux substances [Fermé]
- Comprendre les bases de la DA [Fermé]
- De la dépendance affective à l'amour de soi
- Dépasser la culpabilité pour se responsabiliser
- Explorer le cœur des dépendances
- Gérer l'anxiété et les autres émotions

### THÈMES 2025

- J'arrête les croyances limitantes
- Les 5 blessures qui empêchent d'être soi
- Les bases de la dépendance affective
- Prévenir et reconnaître la rechute [Fermé]
- Restaurer l'estime de soi pour s'épanouir
- S'affirmer pour des relations plus saines
- Se rétablir par un nouvel état d'esprit

**NOUVEAU** Nous avons instauré, d'octobre à décembre, 4 cohortes d'ateliers fermés (avec inscription). Près de 95% des places offertes ont été comblées avec une appréciation moyenne de 4.7 ★ / 5.

### Animateurs

- JOSÉE GIGUÈRE
- SÉBASTIEN LATENDRESSE
- ISABELLE LÉVESQUE
- SOPHIE GRONDIN
- CATHERINE HOUSSIAU

### Nombre d'heures

Cela représente plus de 710 heures d'animation.



## 2 Rencontres individuelles



Les suivis individuels sont offerts pour permettre aux participants d'être soutenus individuellement face à des problématiques personnelles particulières en lien avec les dépendances. Nous **adaptions nos pratiques aux besoins de chacun dans un esprit d'accueil et de bienveillance, de non-jugement, dans le respect du rythme de chaque personne.** Nous privilégions le présentiel, la visioconférence étant l'exception. Notre visée est que la personne se **réapproprie son pouvoir d'action**, retrouve plus de liberté intérieure. Dans ce sens, nous les aidons à prendre conscience de ce qui sous-tend leurs souffrances, à se donner les moyens de prendre les bonnes décisions pour eux, à retrouver des axes de pensées constructives, à gérer leurs émotions sainement...La personne est **appréhendée dans sa globalité** et nous nous adressons à ses différentes dimensions.

Un soutien est également offert aux proches des personnes vivant des difficultés en lien avec les dépendances.

### Intervenants

- JOSÉE GIGUÈRE
- SÉBASTIEN LATENDRESSE
- SOPHIE GRONDIN
- ISABELLE LÉVESQUE

### Nos approches

Prévention de la rechute  
Émotivo-rationnelle  
Acceptation et engagement  
Cognitivo-comportementale  
P.N.L

### Nombre d'heures

Cela représente plus de 1600 heures d'intervention, incluant la préparation.

## 3 Atelier de créativité



THÉÂTRE :  
à la découverte  
de soi

ART-  
THÉRAPIE

Ces ateliers mettent en lumière et favorisent l'expression de la créativité des participants afin de les aider à se reconnecter à ce qui vit à l'intérieur d'eux. La stimulation de l'imagination et des capacités créatrices permet de se découvrir, de lever certains mécanismes de défense, de s'extérioriser, de restaurer la confiance en soi et de s'affirmer, de favoriser la curiosité, l'estime de soi, l'adaptabilité et l'ouverture à ses émotions.

### Animateurs

- SOPHIE GRONDIN
- ISABELLE LÉVESQUE

### Nombre d'heures

Cela représente plus de 170 heures d'animation, incluant la préparation.



4

## Activités communautaires



Journée-Causerie

### Animateurs

- STEVE KIMMEL
- MARIKA OUMET

### Nombre d'heures

Cela représente plus de 230 heures d'animation, incluant la préparation.

Dans une visée de réadaptation communautaire et sociale, ces activités permettent de vivre des moments positifs ensemble, de socialiser dans un lieu sans consommation, de tisser des liens et de créer un cercle social qui nous appuie sur le chemin du rétablissement, de retrouver confiance dans nos possibilités relationnelles, d'être encouragé à oser dépasser nos peurs, d'être accueilli sans jugement dans nos forces comme dans notre vulnérabilité. Des moments récréatifs positifs et sains avec des pairs qui apportent espoir et motivation dans la possibilité d'atteindre un équilibre de vie. Les causeries ont été animées par Marika. Durant l'année, le karaoké est passé d'une fréquence bi-mensuelle à mensuelle pour faire en sorte d'en faire un événement thématique.



### Karaoké-dansant

Le samedi soir est un moment clé pour maintenir son abstinence. Apprendre à avoir du fun sans consommer, se retrouver ensemble, reprendre confiance en soi et en les autres, c'est tout ça le karaoké. Nous avons rendu chaque soirée unique avec l'aide de thèmes spécifiques.



5

## Activités de sensibilisation, de prévention et de mobilisation

“ Tout au long de l'année, notre objectif est de documenter la problématique des dépendances et de rendre accessibles divers outils. Pour ce faire, nous diffusons des articles de blogue, mettons des ressources à disposition sur notre site Web, envoyons une infolettre, et produisons des capsules vidéo sur des sujets variés (dont des ateliers virtuels).

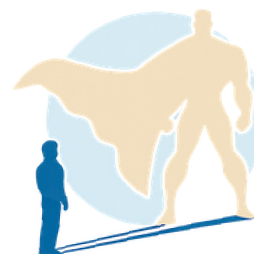


16 au 22  
NOVEMBRE

### Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances

#### Des outils pour les proches

Pensée pour les proches et officiellement mise en ligne en marge de cette semaine, cette nouvelle section de notre site Web regroupe des outils pertinents pour les personnes qui vivent les répercussions de la dépendance de manière directe ou indirecte. De l'affirmation de soi à une meilleure compréhension de la codépendance, cet espace se voit l'occasion d'apprendre à poser des limites sans culpabilité, d'accompagner sans se perdre en chemin.



#### Un atelier d'art-thérapie unique

Isabelle et les participants, réunis dans un espace créatif et sécurisant, ont exploré l'image du super-héros pour mettre en lumière les rôles endossés trop longtemps. Chacun a été invité à reconnaître le pilier qu'il a tenté d'être ou le sauveur qu'il a voulu incarner.

#### Un épisode de podcast

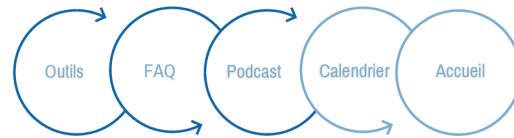
PLUS DE 351  
VISIONNEMENTS!



Anne (invité-e et membre du C.A.) et l'équipe, réunies autour d'une discussion franche et nuancée, ont exploré un sujet aussi discret qu'omniprésent : la dépendance aux achats. Dans une atmosphère à la fois bienveillante et lucide, ils ont mis en lumière la frontière parfois floue entre un besoin réel et une impulsion alimentée par l'anxiété, le vide intérieur ou la quête de soulagement.



En amélioration continue



## Le site Web

Mis à jour régulièrement et offrant de l'info sur l'organisme, ses services et ses activités (calendrier), nous l'avons bonifié avec la création d'une page consacrée à des outils destinés aux proches de personnes dépendantes.

Notre section blogue s'est également étoffée avec la publication de quatre (4) **nouveaux articles**.

Notre site Internet a enregistré 7386 visites, réparties en 2651 visiteurs uniques.



[www.domremystetherese.com](http://www.domremystetherese.com)

## Notre podcast



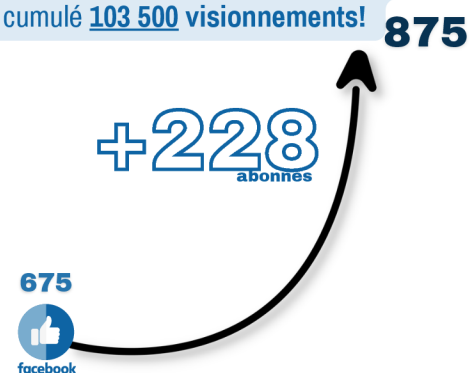
Une manière d'augmenter l'accessibilité des outils de rétablissement tout en favorisant l'appartenance et la fierté des participants qui y sont invités. Des invités également participants à l'organisme, des sujets variés (la saison estivale, le 28 jours sans alcool, la dépendance aux achats, la codépendance).

**3808**

## Sur les réseaux sociaux

	Relayer des articles et des études sur les dépendances.
	Connecter avec d'éventuels partenaires/donateurs et élargir notre visibilité concernant les ressources humaines.
	Publications variées visant la promotion des activités et la prévention des dépendances, dont certaines sponsorisées.
	Publier des capsules interactives et informatives de longue et courte durée.
 	Publier des capsules dynamiques, interactives et informatives de courte durée.
	Offrir des mises à jours ponctuelles sur les services, partager des outils, faire la promotion des initiatives.

Nos outils de prévention et de communication, diversifiés et adaptés aux tendances, permettent aux utilisateurs de rester dans un sentiment de proximité, mais également de toucher un plus large public (sur Facebook, **60k personnes!**) Au total, toutes nos capsules produites cette année ont cumulé **103 500 visionnements!**



**310** +171 abonnés

**184** +77 abonnés

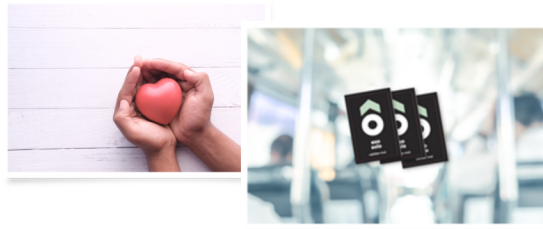
## Intervenants

➤ ÉQUIPE D'INTERVENANTS

## Nombre d'heures

Cela représente plus de **600 heures d'implication.**

## 7 **Dépannage alimentaire et transport**



Nous tenons à soutenir nos bénéficiaires les plus démunis afin qu'ils puissent diriger toute leur attention sur leur rétablissement. En outre, nous sommes aussi un lieu de vie où les participants peuvent venir boire un café, un thé ou parfois un jus de fruit, partager un biscuit en se déposant dans un endroit chaleureux. Nous fournissons à nos participants un dépannage alimentaire via plusieurs moyens :

- Des cartes d'épicerie
- Du café, thé, tisane et les produits laitiers associés
- Des buffets lors des événements spéciaux ou de reconnaissance des bénévoles
- Des boissons, biscuits et collations, notamment pour certaines activités (ex : café-discussion)



### AIDE ALIMENTAIRE

4756\* \$



\*Stabilisation des coûts grâce à un taux réduit (commandite IGA Daigle - laits, crème, café, etc.) et un don en carte-cadeau de Costco (250\$)

Nous fournissons également à nos participants une aide au transport pour favoriser l'accès à nos services et pour soutenir des démarches jugées pertinentes (santé, professionnelle, emploi, etc.) :

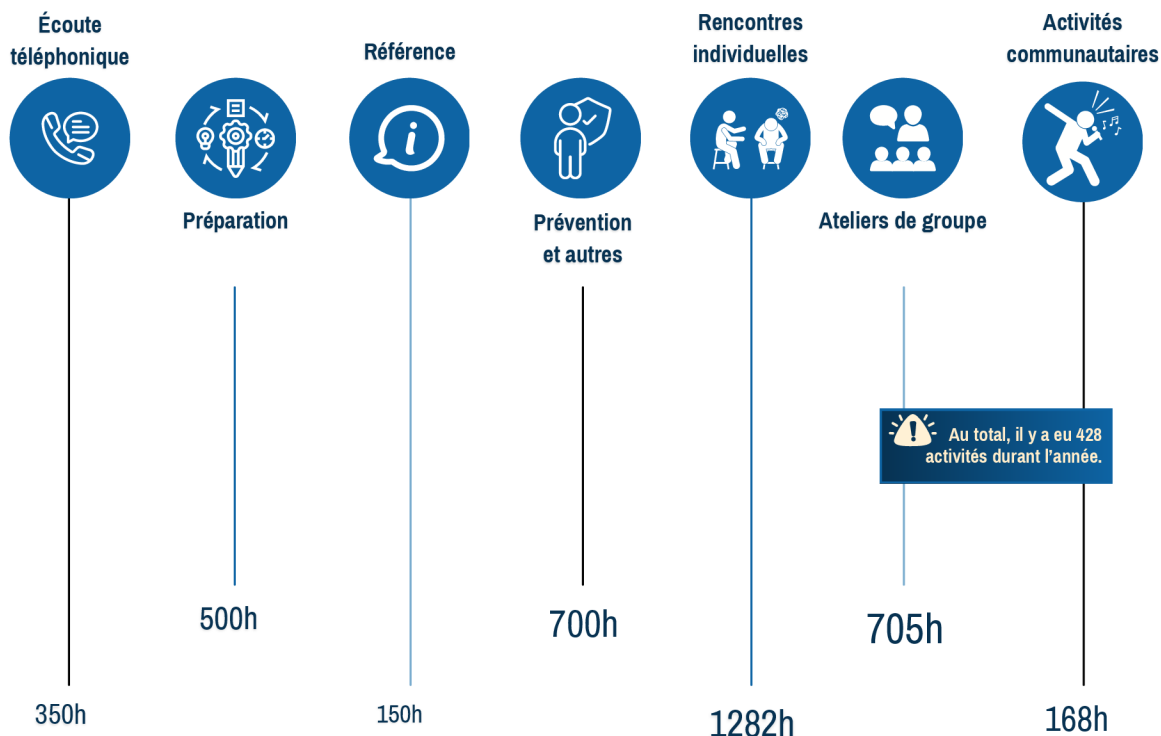
- En leur donnant des billets d'autobus
- En leur remettant des cartes d'essence en fonction de leurs visites



### AIDE AU TRANSPORT

400\$

## En résumé



# TOTAL : 3855 heures

# Les moments forts!



Maylia, bénévole, oeuvrant lors de cette journée spéciale.

## La créativité aux bénéfices de l'Unité

En mai, suite à l'ingéniosité et l'implication du comité philanthropique, a eu lieu un événement intitulé « Pop-Up Tadoo - t'as tout pour aider ». Deux (2) bénévoles, Krystel et Maylia, se sont impliquées, le temps d'une journée et ont reçu des personnes désireuses de se faire tatouer, et ce, au profit de l'organisme. C'est ce qu'on appelle de la solidarité!



## Une soirée grandiose

Le samedi 7 juin, nos bénévoles se sont réunis pour que soit reconnue leur implication tout au long de l'année à titre de bénévoles sous le thème « Célébrons le bénévolat dans toute sa grandeur ». Près d'une trentaine de personnes étaient présentes pour ce rendez-vous dorénavant annuel!

## Une première édition du « Bazar »

L'événement, pensé comme un espace de rencontre et de créativité, a pris la forme d'une véritable expérience artistique sous le thème « Baz'Art ». Entre œuvres originales, encan et musique en direct, l'ensemble a créé une ambiance vibrante et rassembleuse, tout en soutenant concrètement la mission de notre Unité.



Corinne, bénévole et membre du C.A.

## Deux conférences pensées pour eux

Josée, accompagnée par Sylvie, bénévole, a animé une conférence pensée pour les proches de personnes vivant une dépendance. Réunis en deux cohortes, ils ont partagé un espace d'écoute et de réflexion leur permettant de repartir avec des outils concrets, un sentiment de soutien tangible et la certitude apaisante de ne pas être seuls face à cette réalité.



# PROFIL DES PERSONNES REJOINTES



## 1. Jeunes adultes (15-30 ans) et adultes (30-85 ans)

De sexe masculins et féminins, vivant des difficultés personnelles associées à la surconsommation de psychotropes (alcool, drogues, médicaments) et aux différentes dépendances (jeu de hasard, cyberdépendance, sexe, nourriture, etc...)

## Les difficultés rencontrées

- Comportements compulsifs et excessifs
- Relationnelles et affectives
- Méadaptation à un processus de changement personnel (attitudes et comportements)
- Isolement relationnel et social (pandémie)
- Méadaptation à la réalité de la vie quotidienne
- Dépression : Perte de sens de la vie – trouble de l'identité
- Détresse psychologique
- Problème de santé mentale (dépression, trouble de personnalité, bipolarité, troubles anxieux, etc...)
- Tendances suicidaires
- Habitude d'anesthésier les émotions (fuite, évitement)
- Ressources financières insuffisantes
- Judiciaires (légales)

## 2. Entourage immédiat (les proches)

Les parents, conjoints et amis qui vivent des difficultés personnelles et relationnelles avec une personne ayant un problème de surconsommation de psychotropes et d'autres dépendances.

- Difficultés psychologiques personnelles (peur, culpabilité, honte, sentiment d'impuissance, etc ...).
- Difficultés relationnelles oscillant entre une attitude de dévalorisation et de surprotection.
- Manque de compréhension de la dynamique de vie des personnes dépendantes (cycle des dépendances) et des caractéristiques relationnelles favorisant leur reprise en main.
- Difficultés à prendre du recul et faire preuve d'écoute (habiletés de communication).



## Quelques statistiques

+12%

**748**  
participants différents

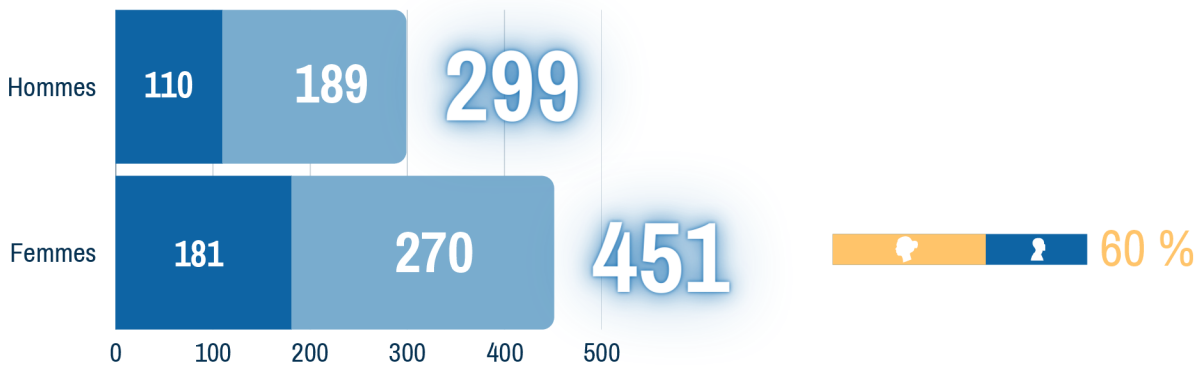
291

449

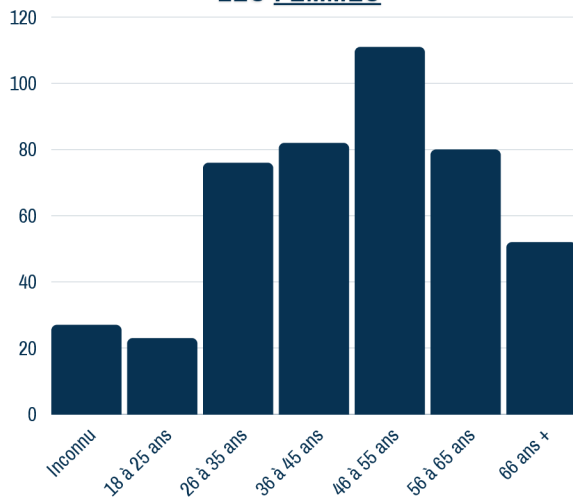
ANCIENS

NOUVEAUX

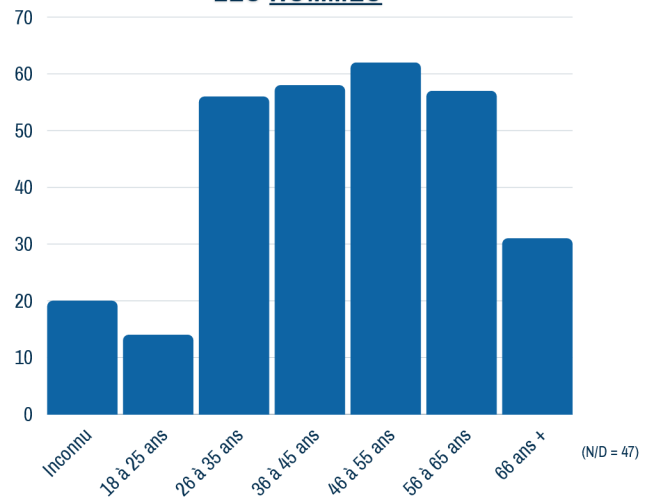
### RÉPARTITION PAR SEXE



### RÉPARTITION PAR GROUPE D'ÂGE CHEZ LES FEMMES



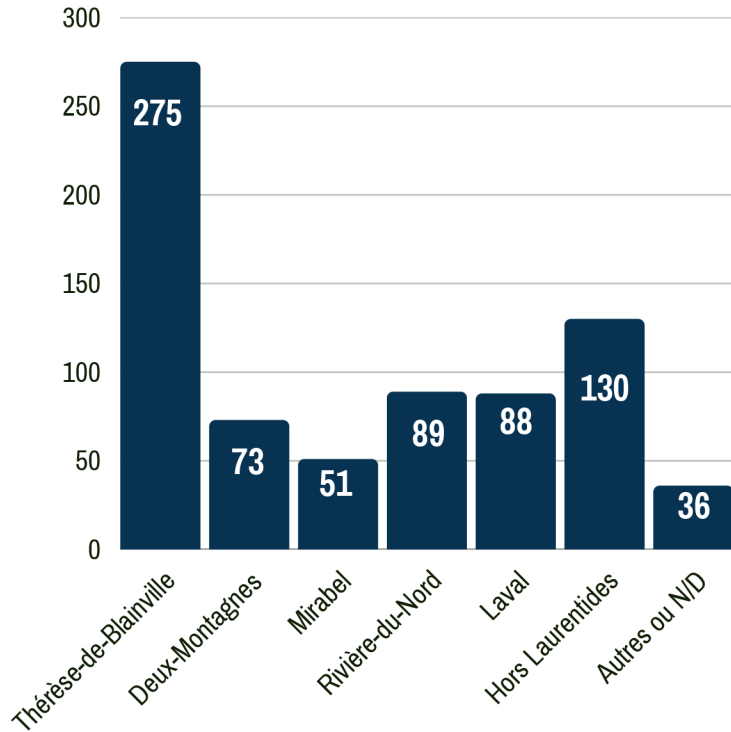
### RÉPARTITION PAR GROUPE D'ÂGE CHEZ LES HOMMES



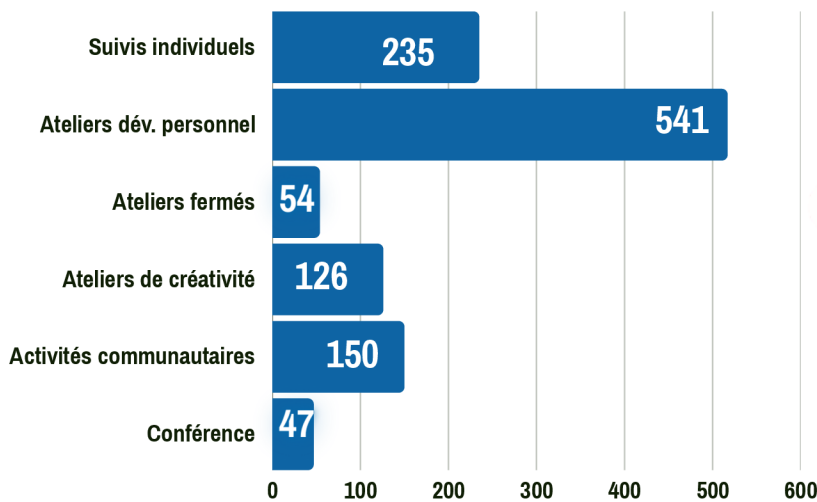


## RÉPARTITION PAR TERRITOIRE

**Nos participants proviennent de plusieurs MRC.**



## RÉPARTITION DES PARTICIPANTS AUX ACTIVITÉS



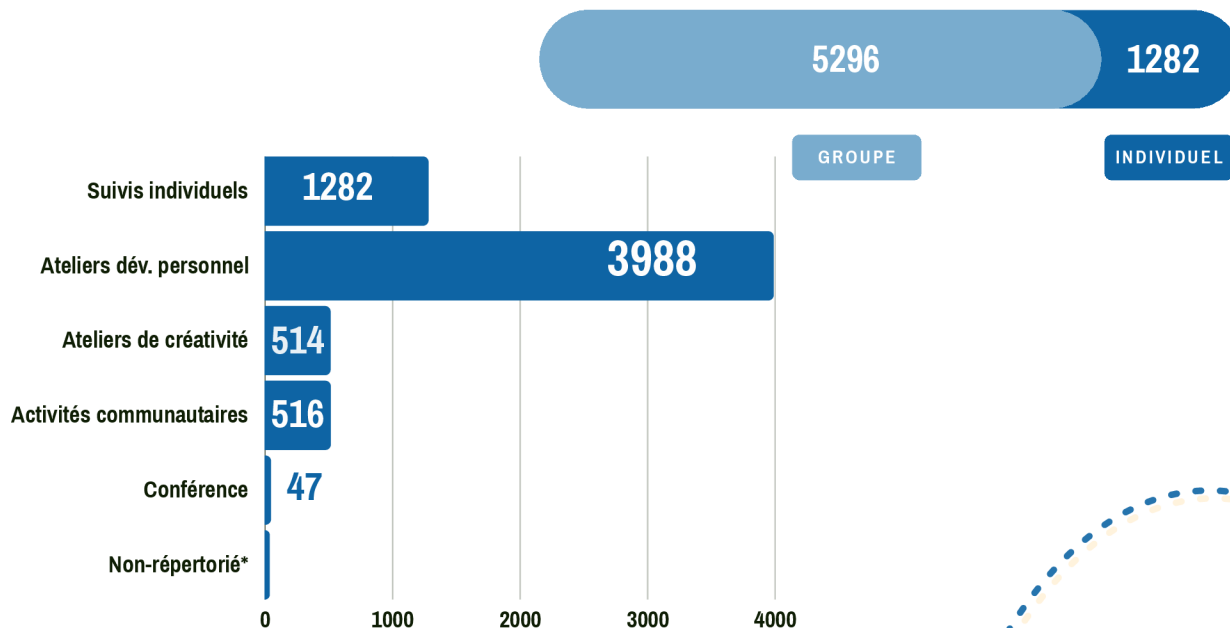
**Au total, il y a eu 428 activités durant l'année.**



## RÉPARTITION DES PARTICIPATIONS AUX ACTIVITÉS

# ±6628

participations aux activités et services



\*Personnes ayant assisté n'ayant pas rempli dûment le formulaire de coordonnées.

## Des actions ciblées, une affluence accrue

En 2025, sur le plan des accompagnements individuels, ce sont plus de 150 évaluations qui ont été réalisées. Processus interne de filtrage visant la compréhension des besoins des personnes désireuses d'obtenir un suivi individuel, ce temps d'écoute, de référence et d'analyse s'inscrit dans une tendance plus large, illustrée par l'arrivée de **459** nouveaux participants. De même, nous avons accompagné **24 %** de participants supplémentaires et enregistré une hausse de **36 %** du nombre de rencontres tenues.

Du point de vue des activités de groupe, cette année a marqué une transition vers une stratégie de qualité et d'efficacité : une offre resserrée et des ressources mieux mobilisées. Chaque activité a réuni un public plus large, maximisant ainsi l'impact de chaque intervention. En effet, un maigre recul de 3,4% en termes de participations, mais une augmentation de **16%** de la fréquentation moyenne par activités de groupe. Clin d'oeil à notre nouvelle formule 'Conférence', destinée aux proches, qui en deux (2) éditions, a attiré 47 participants.

Malgré cette hausse constante et une équipe bien modeste (2 intervenants, 2 gestionnaires/intervenants, une réceptionniste et une animatrice communautaire), nous aspirons à faire mieux avec des ressources limitées, se traduisant par des services pertinents, des actions ciblées de prévention, un balado représentatif des défis modernes, et ce, afin de maximiser notre impact auprès de la communauté.



# ACCESSIBILITÉ

Cette année, l'organisme est resté ouvert pendant 52 semaines, totalisant 3 326 heures d'accueil. Les heures d'ouverture régulières étaient du lundi au vendredi de 10h à 21h ainsi que le samedi de 14h à 16h et de 18h à 22h30 (soir de karaoké).

Le mardi 21 octobre 2025 a permis de souligner la *journée de reconnaissance du milieu communautaire*, dédiée à la réflexion sur ce secteur. L'équipe d'intervenants s'est réunie au congrès du ROCL afin de répondre à des questions démocratiques importantes concernant le milieu dans lequel ils oeuvrent. Pour l'occasion, l'organisme a exceptionnellement fermé ses portes aux participants.

➤ **Tous nos services sont gratuits et libre d'accès. Nous desservons principalement le territoire des Basses-Laurentides, mais plus de 20 % des participants proviennent de l'extérieur des Laurentides.**

## OUTILS D'INFORMATION



# PROMOTION ET SOUTIEN DE LA COMMUNAUTÉ

Depuis plus de 49 ans, l'Unité Domrémy de Ste-Thérèse fait partie intégrante de la communauté. Au fil des ans, son engagement a grandi main dans la main avec la reconnaissance qu'elle reçoit. Cette année encore, nous avons eu la chance de pouvoir compter sur la générosité du milieu, et c'est avec une profonde gratitude que nous remercions toutes celles et ceux qui nous soutiennent et nous inspirent à **poursuivre notre mission.**



J-A De Sèves

13 000\$



Centraide Laurentides

52 000\$



Fondation St-Hubert

5000\$



Fondation Famille Léger

15 000\$



Fondation Bon-Départ

2 225\$



Familia

13 185\$



Dons - Particuliers/Corpo

45 000\$



Auto-financement

Fraternités : 9 905\$

Karaoké : 1 097\$

Activités- bénéfiques : 10 947 \$



Bénévolat

42 bénévoles  
1660h



Députés

6000\$



Sibylla-Hesse

1500\$



Témoignages

Participants reconnaissants



Ville Sainte-Thérèse

1 850\$ + 450\$



Commandite

IGA Boisbriand, Costco,  
Montréal Acoustique, Jardin  
Dion, Salvatore et +



Référencement





# VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

## Une vie associative porteuse de sens.

L'année écoulée a été particulièrement riche pour la vie associative de l'Unité Domremy, qui a connu une période de floraison, de développement et de consolidation. Portée par la vision et les objectifs émanant de la planification stratégique, la vie associative a pris tout son sens et s'est déployée comme un véritable moteur de cohésion, d'engagement et de sens tout au long de l'année.

Il est impossible de parler de cette année sans souligner le **Baz'Art**, un événement rassembleur marquant. Au-delà de sa contribution essentielle au financement de l'organisme, cet événement a surtout joué un rôle fondamental comme espace de rencontre et de lien entre les bénévoles, les participants et la communauté. Il a permis de célébrer la vie associative dans toute sa richesse et son ampleur, et s'impose désormais comme un rendez-vous structurant qui deviendra sans aucun doute un événement annuel.

La vie associative a également été placée au cœur de plusieurs moments forts, notamment lors de la reconnaissance bénévole annuelle, qui a permis de souligner l'engagement impressionnant, constant et profondément humain de nos bénévoles, qui ont foulé le tapis rouge lors de cette soirée ! **La fête de Noël**, célébrée avec les participants et les bénévoles, a elle aussi été une manifestation éloquente de la vitalité de notre vie associative et du sentiment d'appartenance qui anime notre communauté.

Comme chaque année, l'organisme a traversé certains défis en matière de ressources humaines, une réalité inhérente au milieu communautaire. Le départ d'une gestionnaire, ainsi que celui d'une intervenante en dépendance, ont toutefois ouvert un espace de réflexion et de réorganisation. Cette transition nous a permis de repenser la gestion de l'organisme à deux gestionnaires, une formule qui s'est révélée bénéfique tant pour l'efficacité organisationnelle que pour la créativité, la fluidité des processus et la capacité de mener les projets à terme.

Par ailleurs, un investissement important a été réalisé au niveau de la formation des intervenants, particulièrement en lien avec la santé mentale. Constatant que les personnes accompagnées présentent fréquemment des enjeux complexes en santé mentale et que l'équipe se sentait moins outillée face à certaines situations, nous avons choisi de consacrer du temps et des ressources financières à l'acquisition de nouvelles compétences. Des formations ont notamment porté sur les troubles de la personnalité limite, la gestion des comportements difficiles et les interventions en situation de crise, incluant les contextes de vulnérabilité suicidaire. Cet investissement reflète notre volonté d'offrir un accompagnement plus sécurisant, ajusté et respectueux, tant pour les participants que pour les intervenants.

L'engagement envers les bénévoles s'est également manifesté lors de la Semaine de l'action bénévole, soulignée, entre autres, par la création d'un podcast en édition spéciale afin de donner la parole aux bénévoles et de leur permettre d'exprimer leur vécu, leur rôle et le sens qu'ils donnent à leur engagement.

Le conseil d'administration de l'Unité Domrémy s'est impliqué de façon remarquable tout au long de l'année, faisant preuve d'un leadership soutenu et mobilisateur. Les administrateurs et administratrices ont participé à diverses formations et pris part assidûment aux rencontres, contribuant activement à la saine gouvernance de l'organisme. Je les remercie énormément.

*Josée Giguère*  
Responsable  
de la vie associative

## Nos bénévoles

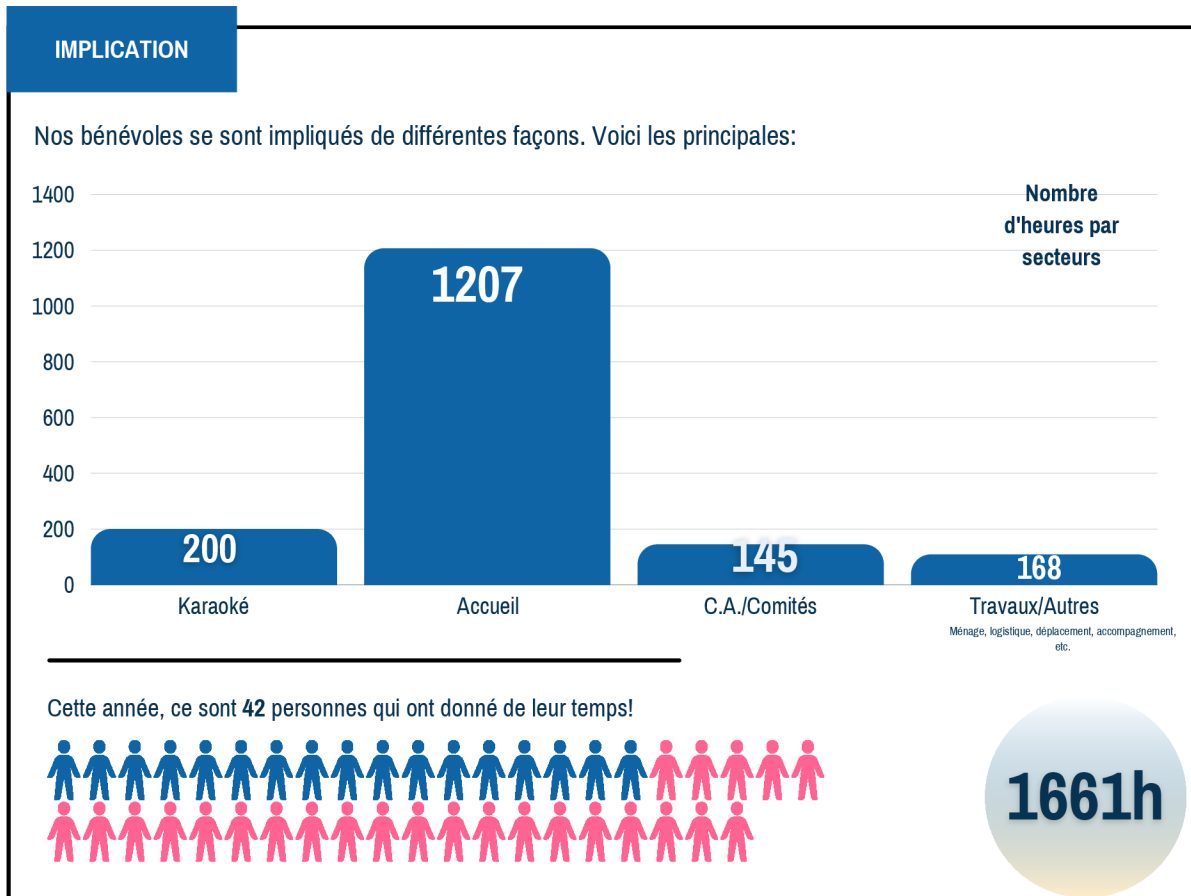
Le bénévolat est l'essence et le cœur du communautaire, car nous existons par, pour et avec les membres. Donner de son temps et de son énergie à la communauté favorise le rétablissement en renforçant l'estime de soi et le sentiment d'appartenance. Cet engagement enrichit notre vie, lui donne du sens et constitue un soutien précieux pour prévenir la rechute.

Nous avons pleinement mis en application le **programme de reconnaissance des bénévoles**, dont le temps fort était la **soirée-reconnaissance bénévole**, tenue en juin, ayant pour thème 'Célébrons le bénévolat dans toute sa grandeur'.

RECONNAISSANCE  
BÉNEVOLE 2025



**Gratitude pour le travail merveilleux de nos bénévoles!**





## Assemblée générale

22 mars 2025

43 membres présents  
62 membres actifs

## Notre C.A.



M. Bruno Gendron, Vice-président

M. Martin Albert, trésorier

M. Luc Drainville, Secrétaire

M. Jean-Philippe Migneault, Administrateur

M. Patrice Fleury, administrateur sortant

M. Richard Phillion, administrateur sortant



Mme Edith Hudon, Présidente

Mme Anne Choquette, administratrice

Mme Corinne Lorthios, administratrice

Toutes les décisions importantes et changements apportés à l'organisme (embauche des salariés, travaux et dépenses, résolutions pour les demandes de subvention, programmation des activités, politiques internes, etc ...) sont discutés et approuvés par le Conseil d'Administration, dont les membres, élus démocratiquement en Assemblée Générale Annuelle, **sont tous des participants/bénévoles aux activités et services.**

## Nos comités

### Comité de gestion

Ce comité a pour mission de réfléchir en profondeur sur le fonctionnement de l'organisme, à moyen et à long terme. Des recommandations sont faites au C.A. sous forme d'arguments synthèses afin que celui-ci puisse prendre des décisions éclairées. Les échanges et réflexions visent le consensus.

Mme Edith Hudon, Présidente  
M. Luc Drainville, Administrateur

### Comité RH

Sélection

Appréciation du personnel

Ce comité a pour mission :

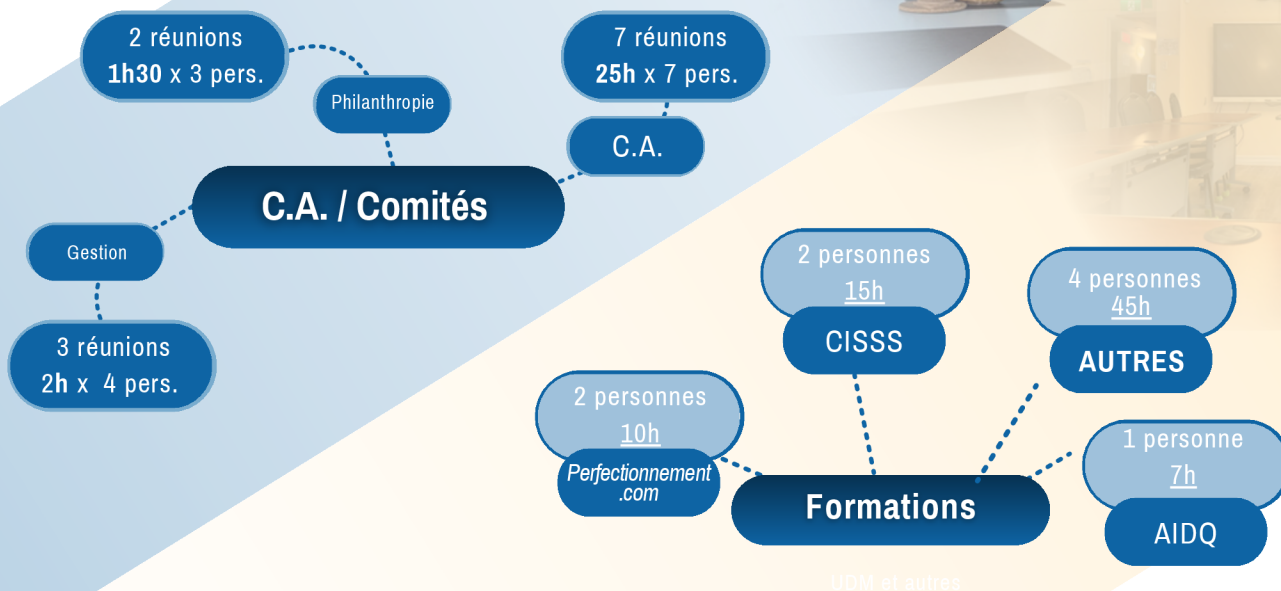
- d'une part de sélectionner les meilleurs candidats pour l'embauche du personnel salarié afin de les proposer au C.A. qui décidera de leur recrutement.
- d'autre part, de participer à l'appréciation de la contribution du personnel avec l'équipe permanente qui en tirera un plan de développement présenté au CA, pour chaque salarié.

Mme Edith Hudon, Présidente  
Mme Anne Choquette, Administratrice

## Comité philanthropique

Réfléchir aux activités d'autofinancement.

Krystel Dagenais, Valérie Gauthier et Roxane Drainville (membres)

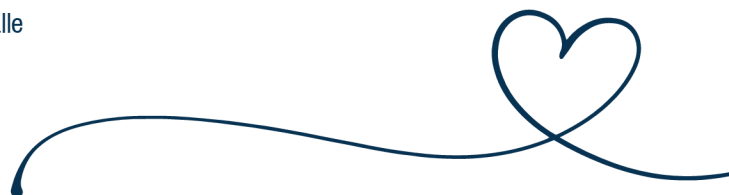


## Nos autres bénévoles

**Martine A.**, Accueil  
**Alain B.**, Accueil / Réparations  
**Alain Ber.**, Karaoké  
**Sylvain B.**, Travaux  
**Chantal B.**, Accueil  
**Pauline B.**, Accueil  
**Amélie B.**, Accueil  
**Zack-Adriel**, Accueil, embellissement  
**Krystel D.**, Comité Philanthropique  
**Martine D.**, Accueil / Karaoké  
**Nathalie D.**, Accueil  
**Roxane D.**, Comité Philanthropique  
**Jacqueline D.**, Accueil  
**Cedrik D.**, Ménage  
**Patrick F.**, Accueil  
**Lucie G.**, Karaoké  
**Mélanie G.**, Karaoké  
**Valérie G.**, Comité Philanthropique

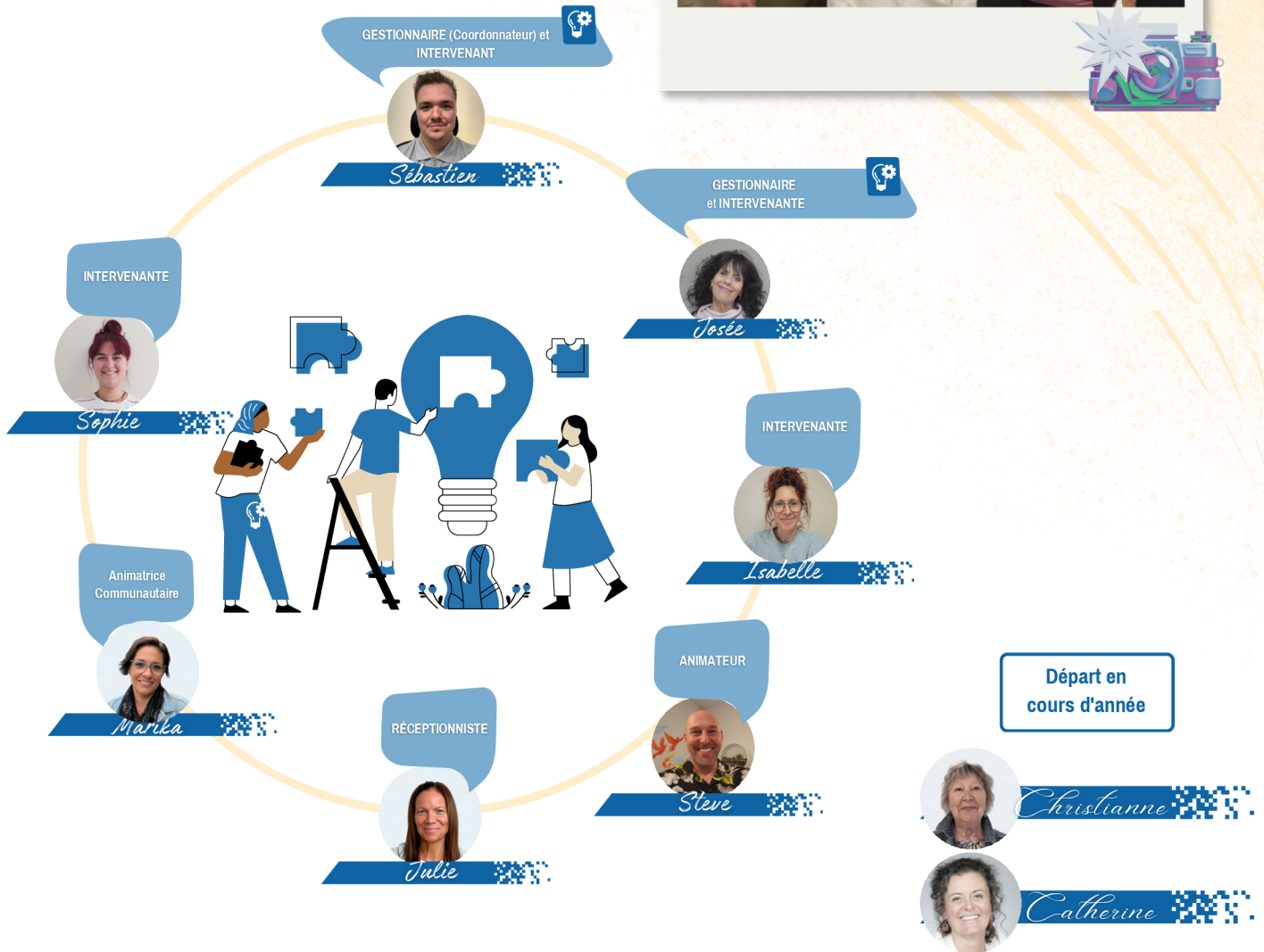
**Gaétan H.**, Accueil  
**Steve K.**, Karaoké  
**Catherine K.**, Accueil / C.A. (Fondation)  
**Maude L.**, Accueil/Montage de meubles  
**Mylène L.**, Accueil  
**France L.**, Accueil  
**Manon L.**, Accueil  
**Sylvie L.**, Accueil  
**Pascal L.**, Montage de meubles  
**Maylia L.**, Peinture, ménage et activités  
**Alex M.**, Travaux manuels  
**Samira M.**, Accueil  
**Marika O.**, Travaux, décorations  
**Nancy P.**, Accueil  
**Richard P.**, C.A et développement  
**Sylvianne P.**, Accueil et ménage  
**Annika S.**, Accueil  
**Mario S.**, Ouverture de la salle

**Véronique S.**, Accueil  
**Emerik T.**, Accueil  
**Marie-Claude T.**, Karaoké  
**Marie-Jade T.**, Accueil / Karaoké  
**Marc V.**, Accueil et travaux  
**Genie Y.**, Peinture



# Notre équipe

 Équipe de direction



Ancrée dans nos valeurs démocratiques, chapeauté par un C.A. élu par les membres, l'équipe de salariés oeuvre à travers un mode participatif entre toute l'équipe d'intervention. Cette philosophie se veut responsabilisante et réaffirme à quel point la voix de chacun est importante.

Différents espaces de partage servent à faciliter la collaboration et à prendre des décisions éclairées.

Pour ce faire des **réunions d'équipe** : de direction et d'intervention.

**Ce qui représente, en 2025:**





# ACTIVITÉS DE REPRÉSENTATION

Elles permettent de positionner l'organisme dans la vie locale et régionale, de faire connaître nos services et de partager notre réalité de terrain. Elles favorisent aussi les collaborations et partenariats, élargissant ainsi notre impact. Nous tenons à être présents aux rassemblements pertinents liés à notre mission, quand les ressources nous le permettent, et ce, **pour assurer pleinement notre rôle dans la communauté.**

- **Comités Toxicomanie** Laurentides / Régional
- **Table de concertation de Ste-Thérèse**
- **Centraide Laurentides** : A.G.A. / publications sur les réseaux sociaux / Tournage de témoignages
- **ROCL** : A.G.A. / Comité Congrès
- **Collège Lionel-Groulx** : activité de prévention
- **Salon des intervenants**
- **Concertation avec l'UQO**: supervision de 2 stages de 105 heures en santé-mentale pour les infirmiers(ères).
- **Partenariat avec les fraternités anonymes**
- **Semaine nationale de l'action bénévole** : publications sur les réseaux sociaux / sensibilisation



## Souligner et valoriser l'implication bénévole

### Intervenants

- JOSÉE GIGUÈRE
- SÉBASTIEN LATENDRESSE
- SOPHIE GRONDIN
- ISABELLE LÉVESQUE

### Nombre d'heures

Cela représente plus de 100 heures d'implication.



Pour mettre en lumière l'importance du bénévolat, un épisode de podcast fut dédié à la thématique « En route vers le bénévolat » en accueillant 3 bénévoles de l'Unité pour discuter des motivations derrière leur implication. De plus, une édition spéciale de l'art-thérapie a eu lieu afin de rassembler les bénévoles (comme France, - photo) et les inviter à prendre conscience de l'empreinte qu'ils laissent dans la vie des autres.



# EXTRAIT DES RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

## SECTION I - LA CORPORATION

### Article 1 - Nom de la corporation

*Unité Domrémey de Ste-Thérèse Inc.*

### Article 2 - Définition :

Cette corporation regroupe des personnes intéressées à poursuivre des objectifs de prévention auprès de la population, d'apporter aide et soutien aux personnes vivants des difficultés personnelles associées aux dépendances, aux personnes en processus de rétablissement, ainsi qu'auprès de leur entourage familial. Ce regroupement de personnes composé de salariés réguliers, contractuels, bénévoles et de bénéficiaires (participants aux activités et services), acceptent de fonctionner et d'interagir entre eux comme un organisme communautaire autonome et démocratique qui vise à mettre en commun leur énergie, leur temps et leur expertise à oeuvrer dans le domaine du rétablissement et de la prévention des dépendances.

### Article 3 - Statut

Unité Domrémey de Ste-Thérèse Inc. est une corporation sans but lucratif, constituée selon la troisième partie de la Loi des coopératives dont les lettres patentes ont été émises selon la 3e partie des lois des compagnies le 15 octobre 1976 par le Ministère des consommateurs, coopératives et institutions financières du Québec.

### Article 4 - Chartes

Les objets de la Charte pour lesquels la corporation est constituée sont les suivants :

1. Promouvoir la réadaptation des alcooliques et des autres toxicomanes.
2. Amener ces personnes à un traitement adéquat.
3. Faciliter leur intégration dans la société.
4. Aider toute personne aux prises avec une consommation exagérée d'alcool et d'autres drogues.
5. Promouvoir et stimuler l'information générale et l'éducation populaire sur l'alcoolisme et les autres toxicomanies.
6. Favoriser une prise de conscience de la population locale sur ses attitudes envers les alcooliques et les autres toxicomanes.
7. Amener les dirigeants et la population à agir positivement envers l'alcoolique et le toxicomane.
8. Collaborer avec les organismes qui poursuivent des buts identiques.
9. Ramasser de l'argent ou d'autres biens par voie de souscriptions publiques ou de toutes autres manières pour obtenir les fonds nécessaires à la réalisation des projets de la corporation.
10. Acquérir par achat, location ou autrement posséder et exploiter les biens meubles et immeubles nécessaires et utiles aux buts poursuivis par la corporation.