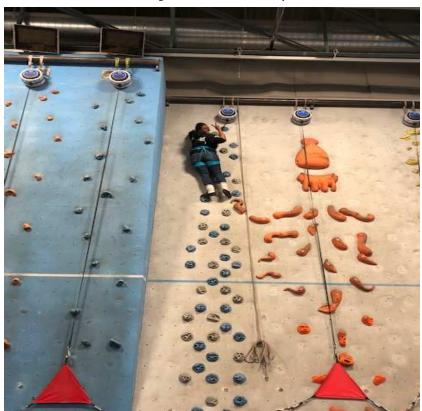
Journal de l'Auberge communautaire du Sud-Ouest

vol. 52 Mars-avril-mai 2019

Le lâcher prise

Qui dans la vie n'a pas eu à faire face à l'adversité, ce moment où souvent dans un état de stress, on se débat du mieux qu'on est capable afin de retrouver un équilibre. Quelques fois, continuer à se battre sans cesse c'est un signe de courage et de persévérance. D'autres fois continuer à foncer sur un mur et à se borner de continuer sans un avancement est plus dommageable que lâcher prise. Le lâcher prise est un art qui s'apprend car ce n'est pas toujours facile de tout lâcher par peur d'avoir des conséquences plus graves que si on continue à se battre. Lâcher prise prend du courage et une bonne confiance en soi pour faire face à la suite des choses, mais le geste vaut le coup. (suite de l'article page 3)



Mot de la direction

C'est incroyable comme le temps passe vite, un battement de paupière et nous voilà déjà en préparation de la fin d'année. C'est une période très importante et enrichissante pour toute l'équipe, car elle nous permet de faire un retour sur la dernière année et ainsi nous projeter sur ce que nous voulons faire dans un futur rapproché. Comme tous les dossiers de l'Auberge, c'est de façon démocratique que nous entamons cette période.

Dans un premier temps, chaque volet se rencontre pour faire un bilan de leur année. Un bilan qui se veut constructif et efficace. Nous regardons ensemble nos bons coups et nos points à travailler. Nous trouvons des moyens/solutions pour améliorer nos pratiques d'intervention. Ensuite, nous préparons une journée où tous les employés de l'Auberge se réunissent pour partager leur bilan. Nous trouvons important le partage des bilans entre les volets, car même si des immeubles nous séparent, il n'en demeure pas moins que nous avons tous des objectifs communs et la même mission.

C'est durant cette journée d'équipe que l'élaboration du plan d'action prend forme. Nous réunissons tous les éléments communs de chacun des bilans en l'intégrant dans le plan d'action. Pour ce qui est des éléments à travailler qui sont propres à chacun des volets, nous construisons un plan de travail par volets.

Par ailleurs, cette année nous terminons deux gros dossiers entamés en 2017-2018. Le premier est celui de l'évaluation de l'intervention et du suivi clinique à l'hébergement et le deuxième est la fin d'une démarche de réflexion stratégique. Ces deux gros dossiers viendront bonifier et approfondir le travail que nous effectuons au quotidien. C'est avec un immense plaisir que nous vous dévoilerons les résultats/constats des deux dossiers dans le rapport d'activité et lors de l'AGA du 19 juin.

En attendant, nous continuons de travailler très fort à l'amélioration des conditions de vie de nos membres.

En terminant voici une petite citation de Franck Picard, qui représente bien l'esprit de l'Auberge communautaire du Sud-Ouest:

LA RÉUSSITE APPARTIENT À TOUT LE MONDE. C'EST AU TRAVAIL D'ÉQUIPE QU'EN REVIENT LE MÉRITE.

Valérie Fortier Directrice des services et de l'hébergement

Le lâcher prise

C'est ainsi que quelques résidents téméraires et moi partons faire de l'escalade. C'est une activité offerte par Loisirs 3000 au CEGEP André-Laurendeau. Donc, nous commençons à monter les murs afin de se retrouver au sommet. Pour quelques résidents ces murs ne représentent pas un défi de taille, mais pour d'autres c'est l'Himalaya, surtout pour une résidente. La montée n'est pas un obstacle pour elle, mais c'est la descente qui, pour notre résidente, est un défi. Pour descendre, elle doit faire confiance au mécanisme qui la soutient, mais pour ce faire elle doit lâcher la corde et se laisser aller de dos sans ses mains en pleine hauteur, chose qui peut être effrayante pour quelqu'un qui a peur des hauteurs. Paralysée par la peur de devoir faire confiance au mécanisme de descente et des hauteurs, la résidente se bat pour ne pas lâcher la corde. Voyant que leur camarade a de la difficulté avec les hauteurs, les résidents décident de lui donner du courage et des conseils afin qu'elle se donne une chance de descendre. Pour ma part, je travaille en suivi avec elle le lâcher prise et la confiance en soi. Je lui dis que c'est le parfait moment de les mettre en pratique et de les appliquer. Puis, tous ensemble avec elle, on fait un décompte de 3, elle décide de lâcher prise, tombe dans le vide, mais le mécanisme qui la soutient la fait descendre de façon sécuritaire. Arrivée par terre, elle est tout sourire, soulagée, fière et contente d'elle. Elle nomme que ç'était un moment stressant, mais combien libérateur!

Bref, on a mêlé activité sportive avec épanouissement personnel, c'était un beau moment de dépassement, de confiance en soi et bien sûr de lâcher prise. C'est dans des activités informelles que quelques fois nos interventions portent plus fruits.

Ricardo Leon Intervenant à l'hébergement

Merci Royal Lepage Altitude





Le 28 novembre dernier, **Daphné et Matthew**, agents immobiliers de Royal Lepage Altitude ont organisé un événement de levée de fonds au profit de l'Auberge. Vente de billets et encan silencieux ont permis d'amasser 1 000 \$ pour notre organisme!



Notre mission



Lutter contre la pauvreté, la désaffiliation sociale et le mal de vivre des jeunes adultes sans-abri vivant des difficultés

Nouvelle stagiaire

Bonjour à tous! Pour ceux qui ne m'ont pas encore rencontrée, je me nomme Myriam. Je suis stagiaire dans votre milieu jusqu'en fin mars prochain et je suis très emballée à l'idée de passer ces douze semaines avec vous afin d'apprendre à vous connaître.

Je termine ma deuxième année en Technique d'éducation spécialisée au Cégep du Vieux Montréal et pour la première fois en huit années de déambulations, entre l'école et le travail, les écarts, les milles et une questions, les incertitudes, les peurs et les recommencements à zéro, je me sens à la bonne place. Je me suis longtemps définie comme une personne ayant un besoin urgent de venir en aide à mon prochain et comme je le faisais naturellement dans ma vie de tous les jours, j'ai décidé d'en faire ma vocation. Travailler avec l'être humain est selon moi un privilège et l'apprentissage que je retire des différents milieux que j'ai côtoyés, dans lesquels j'observe des manifestations frappantes de résilience, de combativité, de solidarité, d'authenticité et d'acceptation, me permet de grandir en tant que personne et j'en suis chaque jour extrêmement reconnaissante.

Tout au long de mon stage, j'aurai à travailler en équipe avec vous et je souhaiterais le faire impérativement selon vos besoins et vos intérêts. J'ai de l'expérience en intervention en art-thérapie, en enseignement du français, en activités sportives ainsi que ludiques et en organisation d'activités quotidiennes. Si vous désirez faire une activité avec moi ou simplement parler de quoi que ce soit, n'hésitez pas à venir m'en jaser!

Merci de m'accueillir parmi vous, je suis déjà charmée par l'ambiance chaleureuse et familiale de l'Auberge et j'ai hâte de tous vous rencontrer!

Nouvelles de l'hébergement



MERCI DU COUP DE PINCEAU!

Le 13 décembre dernier, l'hébergement de l'ACSO accueillait plus de 40 vaillants bénévoles dans ses locaux afin de procéder à une première corvée de peinture de ses 20 chambres individuelles. Généreuse de son temps, l'équipe de Monsieur Sylvain Fontaine de Desjardins Capital nous a permis d'avancer grandement sur l'échéancier des travaux de

revitalisation en déployant énergie, efficacité et bonne humeur à cette joyeuse besogne. En appliquant cette première couleur dans plus de la moitié des chambres, M. Fontaine et sa gang, ont marqué le coup d'envoi et stimulé les troupes de l'ACSO en allégeant considérablement la tâche.

Un immense MERCI pour leur générosité!

Les premiers coups de rouleaux étant donnés, l'équipe de l'ACSO et les résident(e)s se sont donnés comme défi de peinturer, ensemble, le reste des chambres en tenant une deuxième journée d'entraide afin de marquer la nouvelle année. Vêtus de nos plus belles guenilles et armés de nos pinceaux, nous avons attaqué de front ces vieux murs grisonnants afin de leur redonner une vitalité nouvelle et colorée. Par cet effort et enthousiasme collectif, tout a été peint d'un bleu inspirant et ce, avant la fin de la journée!

Il nous reste à présent à remeubler l'ensemble des chambres et pour ce faire, il faudra se réunir encore afin de résoudre le casse-tête que peut être de monter une quarantaine de meubles... Heureusement que certains d'entre-nous ont une forme d'intelligence IKEA développée! Enfin, nous avons bon espoir, qu'avec l'effort de tous, tout sera terminé avant l'arrivée du printemps!

Un **BRAVO** fluoresçant à tous pour votre implication!

Philippe Quintin-Giroux Coordonnateur de l'hébergement

Hockey Helps the Homeless

Grâce à un don de 10 000 \$, nous avons pu revamper les chambres de l'hébergement (voir photos en couverture arrière) et effectuer quelques autres achats pour l'hébergement:

- 20 commodes
- 15 bureaux de travail
- 20 chaises de bureau
- Peinture
- Rideaux et tringles
- Tables de cuisson pour la cuisine principale
- 2 téléviseurs pour les salons des étages



Hockey Helps the Homeless est un OSBL bénévole dont la mission est l'éradication de l'itinérance au Canada via des activités de levée de fonds et d'éducation, et des partenariats avec des organismes communautaire axée sur les solutions.

Hockey Helps the Homeless cherche à promouvoir et solidifier les synergies et partenariats entre le monde des affaires et les sans-abri via leurs tournois annuels de levée de fonds présentés dans plusieurs villes à travers le Canada.

Depuis plusieurs années, leur constante générosité nous a permis d'acheter un véhicule pour le transport des résidents, du matériel de camping, des articles de sport d'hiver, de la literie, du mobilier, etc.

UN GROS MERCI UNE FOIS DE PLUS!

Johanne Dupuis Directrice adjointe



Activités gratuites

Cette année encore, sur la Promenade Wellington à Verdun, il y aura une panoplie d'animations et activités pour petits et grands. Voici la liste des principaux spectacles. Pour en savoir plus, vous pouvez aller sur le site web www.promenadewellington.com.

Jeudi le 21 mars:

* (Canailles	19h00
------------	-----------	-------

• Dave Gossage Group 18h00 20h15

Vendredí le 22 mars:

• Clay & Friends 19h00

Random Recipe 20h30

Les Filles du Roy 19h45-20h45

Samedí le 23 mars: (Folk):

Bleu Jeans Bleu 15h30Galaxíe 17h00



Défilé Big Bill à 14h30-venez voir les pompiers, policiers et travailleurs verdunois défiler dans des vêtements Big Bill.

Parc Arthur Therrien 3750 boul. Laberge (derrière l'hôpital de Verdun)

Jusqu'au 18 mars 2019, les samedis et dimanches, vous pouvez (avec une carte d'identité) louer gratuitement des équipements de plein-air tels que: ski de fond, patins, raquettes, luge et tube.

David LeBlanc Coordonnateur des volets



La police de quartier



Lors de l'un de nos ateliers donnés à l'Auberge, les résidents ont eu l'occasion de rencontrer l'équipe communautaire de la police du poste 15. Cette équipe a pour objectif de créer le lien avec la population et d'agir en amont afin de réduire les

risques de délits et d'infractions.

Cette rencontre avait donc pour objectif de créer un lien entre la Police et les jeunes de l'Auberge, démystifier le rôle et le profil de chacun mais aussi d'en apprendre davantage sur les réalités qui leurs et nous sont propres.

Les policiers ont ainsi pu nous parler de leur rôle de maintien de la paix, de leur fonctionnement, des raisons qui expliquent leur manière d'agir mais aussi d'en connaître davantage sur la réalité de nos résidents et les perceptions qu'ils peuvent avoir sur la Police.

Tous les sujets ont pu être abordés lors de cette rencontre: le profilage social, les dérives policières, le besoin de formations et d'approches communautaires de la Police mais aussi la responsabilité individuelle de chacun en tant que citoyen, le respect des lois, l'impact que peuvent avoir les jeunes sur la Police dépendamment de la façon dont ils interagissent avec la Police, agressivement ou poliment, etc.

Tous sont ressortis heureux de cette rencontre, mieux informés mais aussi avec l'envie de poursuivre les échanges. Les résidents nous ont nommé que la rencontre aurait pu durer encore des heures sans problème tant ils avaient de questions. Les policiers se sont dit également enchantés par cette rencontre et nous ont nommé comment ce genre de rencontre serait bénéfique pour l'ensemble des policiers du poste 15 et pas seulement pour la police communautaire tant l'échange a été enrichissant pour eux.

Alexis Lebrun Intervenant à l'hébergement

La cuisine de Manon

Pouding au pain avec sauce caramel

<u>Premier mélange:</u>

Pain rassis

2 tasses de lait chaud

1/2 tasse de cassonade

1 tasse de raisins secs

1 œuf

1/2 tasse de lait évaporé Carnation

Muscade au goût

Sauce:

1 tasse de cassonade

2 c. à soupe de farine tout

usage

1 tasse d'eau

1 c. à soupe de beurre

<u>Pouding:</u>

Casser le pain en morceaux grossiers (environ 10-12 tranches) et le placer dans un plat carré de 9 pouces allant au four.

Verser le lait chaud et peser sur le pain avec une fourchette pour l'amollir Ajouter les raisins secs et la cassonade, mêler délicatement et saupoudrer de muscade.

Battre l'œuf avec le lait évaporé et verser sur le dessus de la casserole uniformément sans mélanger.

Cuire au four à 375 degrés environ 30 minutes.

<u>Sauce:</u>

Mélanger la cassonade et la farine ensemble, ajouter l'eau et amener à ébullition.

Laisser bouillir de 5 à 10 minutes ou jusqu'à épaississement.

Retirer du feu et ajouter le beurre, brasser et verser sur le pouding.

Manon Ouimet Cuisinière À l'hébergement



Nouvelles de Charlemagne

L'équipe: David, coordonnateur et Jonathan



Bonjour à tous!

Je me présente: je suis Jonathan, le nouvel intervenant chargé du Projet Charlemagne. Oui, vous avez bien lu! Notre beau Projet Charlemagne renaît de ses cendres, tel un phénix! En effet, avec

l'aide de notre nouveau partenaire, le CREP (Centre des Ressources Éducatives et Pédagogiques), nous allons recommencer l'école de rue, que je considère comme étant très importante et nécessaire à la réinsertion sociale et scolaire. Un petit rappel: Le Projet Charlemagne (qui est une école alternative) a pour objectif d'être un pont, une transition entre la rue ou le décrochage scolaire, et le système scolaire traditionnel. Dans la continuité de la mission et du caractère de l'ACSO, je veux vraiment qu'on y bâtisse ensemble un environnement inclusif et sécuritaire pour tous.

Comme auparavant, le tout est complètement gratuit. La différence c'est que notre professeur, qui est aussi orthopédagogue, vient du CREP. L'autre différence c'est que je ne suis pas le même Jonathan du Projet Charlemagne, je suis un autre Jonathan. Certains d'entre vous me connaissent déjà, j'ai fait du remplacement à l'hébergement, au souper communautaire d'Envol et à Charlemagne, pendant près de deux ans. Je suis une personne passionnée de cinéma, de musique, de livres/comic books et de l'histoire humaine dans toute sa diversité et complexité. J'ai hâte de vous voir dans le cadre de mon nouveau poste, alors ne vous gênez pas de venir faire un tour et prendre un café avec moi (même si je ne bois pas de café).

À bientôt!

Jonathan Katshíngu Intervenant à Charlemagne

El Reggeaton

...Je signe sur les murs de ton labyrinthe Et faites de tout votre corps un manuscrit... Despacito (Luis Fonsi et Daddy Yankee).

Depuis quelques années, un genre musical latino américain est en train de s'internationaliser et d'atteindre des nouveaux publics. Oui on parle du Reggaeton! Curieusement, cette musique populaire très inventive est née depuis le moment que Steely et Clevie, producteurs jamaïcains, ont créé un rythme qu'ils ont appelé Dem Bow. Très vite, l'apparition de ce descendant du reggae a immigré jusqu'à l'Amérique latine. Tout de suite la jeunesse latino-américaine était prête à fusionner le nouveau rythme avec ses propres racines musicales. Peu après le hip-hop, le beatboxing et le rap en espagnol, se sont ajoutés à la recette de cet hybride.

Encore une fois dans le monde artistique, la jeunesse faisait preuve de sa grande capacité créatrice. Des jeunes chanteurs ont donné naissance à plusieurs mélodies qui vont offrir le plaisir d'être réécoutées sans cesse. Au niveau de la danse c'est une affaire très particulière. D'abord on ne danse pas, on est plutôt dans le *Perreo*, un slang latino qui vient du mot perro, c'est à dire chien. Emportés par le flow on devient des animaux en chaleur. Il s'agit d'une danse chargée de sensualité, voir sexualité, dans laquelle on imite les mouvements des chiens.

Dans le Reggaeton le langage et la danse sont parfois offensifs parce que même au niveau grammatical et corporel la jeunesse n'hésite pas à renverser tout ce qui entrave l'idée qu'elle se fait de la liberté. À la fin des années 90 le Reggaeton commençait à prendre sa place dans les radios de toute l'Amérique latine. Au même temps ont commencé aussi tous les préjugés qui l'accompagnent jusqu'à aujourd'hui. On accusait le Reggaeton de promouvoir une culture de la drogue, la violence, la débauche sexuelle. La société était en péril, il fallait sauvegarder le moral.

El Reggaeton (suite)



En 2008 la police est arrivée au comble de confisquer des cassettes et des DVD à Porto Rico!!! Au siècle 21 on pourrait dire que le genre est sorti victorieux de la censure. Cependant il continue à être un sujet controversé. D'autant plus que la participation d'artistes chantent dans des langues différentes, notamment l'anglais et l'espagnol, permet de partager diverses expériences sensibles vécues dans les rues de n'importe quelle

ville. Avec ses variations plus sordides comme le *Trap*, le Reggaeton est loin d'être considéré comme la musique du consensus. Pour ce genre il n y a pas de vérités derrière, son côté revendicatif est indéniable. Sans aucun préavis il est en passe d'être un genre mineur et underground pour devenir un style de vie qui plaît à un nombre croissant de jeunes. Au bout du compte et pour reprendre les mots de Bob Dylan dans l'univers musical tout dépend de celui qui chante et de celui qui écoute.

Roberto Angulo

Intervenant à l'hébergement

Allô toi! Te voici à l'Auberge!

C'est mieux pour toi d'avoir une grande ouverture d'esprit, car tu vas être en compagnie de toutes sortes des tempéraments et des gens avec des expériences différentes de la vie...

Eh oui, une douche ça se partage avec plusieurs résidents sur chaque étage!! Ca fait des beaux p'tits microbes... Une chance qu'on fait des tâches à chaque jour!

À c't'heure t'as oublié ton ancienne personne pleine de fierté et te voilà si simple et mieux instruit à ces règlements de vie de la société.

Accueillons Madame et Monsieur la nouvelle personne conforme à cette société!!!



Delphine, résidente

Donateurs

MERCI DE VOTRE GÉNÉROSITÉ!

L'Auberge communautaire du Sud-Ouest remercie les donateurs et commanditaires qui se sont associés à l'organisme durant l'année. Par votre soutien, vous insufflez un vent de solidarité qui anime la flamme de l'espérance d'une vie meilleure pour nos jeunes!



Entreprises



Administration portuaire de Montréal

Cogeco Communications

Congrégation Notre-Dame

Desjardins Caisses du Sud-Ouest

Desjardins Capital de Risque

Fednav Ltée

Fondation des Concessionnaires Automobiles

de Montréal

Lili de Grandpré

Fondation Georges Perras

Fonds Marie-François Guimond Lavallée

Laporte Experts Conseils Inc.

Logistec Corporation

OCRCVM

Power Corp.

Sœurs de Ste-Croix

Syndicat des travailleurs de la CSN

Thorens Solutions

« Cœur Vaillant »

Stéphanie Archambault Louise Denis Louise Myrand Roger Barré Guy Du Pont Pierre Myrand Andrée Beaudry Famille Bleau-Turcotte André Perron Guylaine Beaulac Jean Filiatrault Michel Ringuet Jean Belhumeur Joël Roussin Olivier Fournier Michel Berne Neil Hazan Maxime St-Laurent Philippe Bleau Jason Katz Robert Stoller Stéphane Cléroux Michel Lamontagne Hélène Tardif Pierre Colas **Benoit Tiffou** Jean-Luc Landry Olivier Fournier Rod Matheson

Richard Morin

VOUS POUVEZ FAIRE UN DON VIA CANADON: www.canadahelps.org

Commanditaires



LES TRICOTS DUVAL & RAYMOND LTÉE















































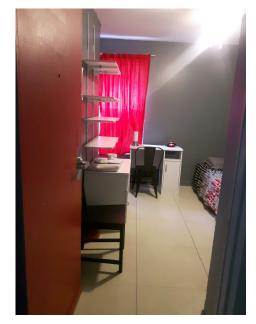
CHAMBRE DE L'ACSO



L'Auberge compte vingt chambres individuelles. En voici une sous tous ses angles.















Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Société d'habitation

Québec 🍇 🗞

