



## PRENDRE SOIN DE CELLES ET CEUX QUI PRENNENT SOIN

BILAN 2022  
ENGAGEMENT SOCIAL

### Une réponse aux besoins toujours plus importants de celles et ceux qui prennent soin de leurs proches et des personnes vulnérables

Au fil du temps, en raison des nombreuses initiatives qui en découlent, l'engagement social occupe une place de plus en plus marquée dans le déploiement de la mission première du Monastère et contribue aux besoins évolutifs de la société, en complémentarité et en partenariat avec plusieurs organismes de l'écosystème du réseau de la santé et des services sociaux.

L'effort conjugué d'une équipe dédiée, de collègues de tous les départements du Monastère, de plusieurs collaborateurs à profils variés, de bénévoles, d'un noyau émergent de chercheurs et de partenaires a permis de réaliser une année sans précédent d'activités en 2022.



## LE PROGRAMME DE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES

En pleine expansion en raison de la confiance de nos partenaires financiers, le programme du Monastère a permis de soutenir directement **780 personnes proches aidantes** par le biais de divers services offerts et la tenue d'activités accessibles à coûts symboliques dont voici les résultats sommaires :

- › **909 séjours** de 24 heures en répit individuel pour **477 personnes**;
- › **4 séjours-retraite** de groupe de 48 heures pour **34 personnes**;
- › **10 séances d'échange** de notre communauté de partage;
- › **5 groupes de soutien** en rencontres multiples portant sur les thèmes du deuil, de l'exercice de son rôle et des facteurs d'autoprotection;
- › **5 ateliers** expérientiels axés sur l'art et la création;
- › Journées de ressourcement et autres activités sur mesure;
- › Interventions d'accompagnement individualisé.

Au cours de la période, le personnel du Monastère a aussi lancé différentes initiatives en proche aidance :

- › Rencontre consultative de ses partenaires de mission qui offrent de façon complémentaire des services aux proches aidants;
- › Activités de formation à l'intention des accompagnateurs bénévoles;
- › Lancement d'un livre et visionnement du film québécois sur le thème de la proche aidance *Dehors Serge dehors*;
- › Création d'une œuvre collective réalisée par une artiste et des proches aidantes.

# LES SÉJOURS SOLIDAIRES

## Pour les éducateurs et les professeurs

Ces travailleurs essentiels qui prennent soin sans relâche de nos enfants méritent toujours notre reconnaissance. C'est pourquoi, l'offre de séjours solidaires à leur intention s'est poursuivie et a été encore possible grâce au mouvement de compassion mené par la Fiducie qui s'est poursuivi en 2022.

**389 éducateurs et professeurs** des niveaux préscolaire, primaire et secondaire ont profité d'un moment de repos et de répit lors de **667 séjours** de 24 heures.

## Pour les soignants

Cette année, en continuité du mouvement de compassion qui a vu le jour en 2020, Le Monastère a accueilli en séjours solidaires de répit de 24 heures, **750 soignants** de partout au Québec pour une durée totale de **1 271 nuitées**. Parmi eux, 15 % proviennent du milieu communautaire alors que 85 % sont rattachés au réseau de la santé et des services sociaux.





## LE RESSOURCEMENT DES SOIGNANTS

Avant même son ouverture, en collaboration avec des soignants et des chercheurs du domaine, Le Monastère réalisait un premier projet de recherche et d'expérimentation visant à traduire le charisme et les valeurs des Augustines pour les adapter au contexte social actuel.

Ce projet a donné lieu à l'adoption d'une approche d'intervention unique visant le mieux-être du personnel soignant qui séjourne au Monastère pour se déposer, refaire le plein d'énergie et retrouver le sens et la motivation au travail dont les conditions sont toujours plus difficiles.

Les réalisations les plus significatives de l'année 2022 en appui aux soignants sont :

- › La poursuite du projet de partenariat amorcé avec le CIUSSS-CN par la tenue de **15 journées de ressourcement** conçues dans un objectif de prévention d'épuisement et d'essoufflement d'équipe. Le déroulement de ces journées a pu être adapté à la réalité professionnelle des quelque **250 soignants** de différents services du CIUSSS-CN notamment grâce au travail ingénieux du personnel des archives et du musée;
- › Une participation active au collectif Ricochet qui a pour mission le bien-être et la santé des travailleuses et travailleurs communautaires par l'accueil en séjours de groupes de 24 heures de **50 intervenants**;
- › L'organisation de retraites pour **65 soignants** provenant de différentes organisations du réseau.

## L'HÉBERGEMENT DES ACCOMPAGNATEURS DE MALADES

Malgré le déplacement graduel de services spécialisés de santé de l'Hôtel-Dieu de Québec vers le nouveau complexe hospitalier rattaché à l'Hôpital de l'Enfant-Jésus, les accompagnateurs de malades profitent toujours de l'accueil et de l'hébergement à prix solidaire au Monastère.

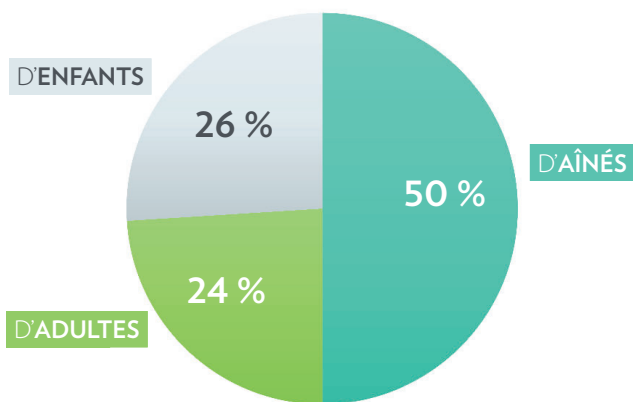
Ainsi **359 personnes** provenant des régions de l'Est du Québec ont été hébergées pour **772 nuitées**. Les frais associés à ces séjours sont assumés principalement par la Fiducie du patrimoine culturel des Augustines et le ministère de la Santé et des Services sociaux.

## QUELQUES STATISTIQUES

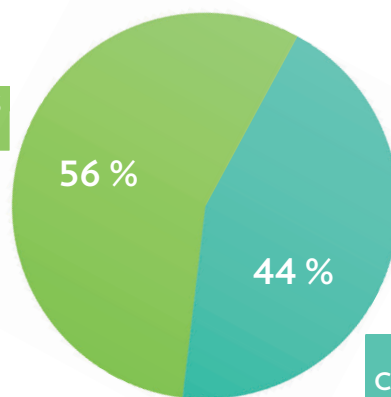
### > LE PROGRAMME DE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES

909 SÉJOURS

477 PROCHES AIDANTS



PROVENANT DES AUTRES RÉGIONS DU QUÉBEC



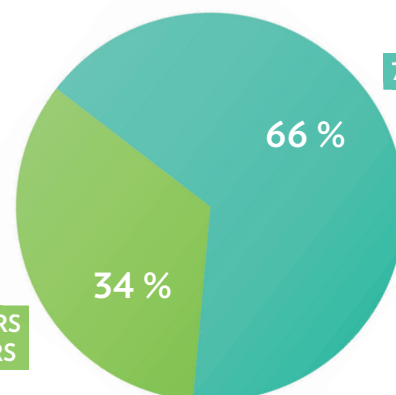
PROVENANT DE LA CAPITALE-NATIONALE

### > LES SÉJOURS SOLIDAIRES

1 938 SÉJOURS

1 139 PARTICIPANTS

389 ÉDUCATEURS ET PROFESSEURS



750 SOIGNANTS

15 % provenant du milieu communautaire  
85 % provenant du réseau de la santé



## LES TÉMOIGNAGES

### “ Proches aidants en séjour de répit individuel

*Le Monastère est vraiment un havre de paix et de ressourcement pour une proche aidante qui arrive chez vous exténuée ! Poursuivez votre œuvre !*

*Tout est déjà si bien réfléchi que je ne peux que vous remercier infiniment ainsi que la communauté afin d'avoir trouvé une approche contemporaine qui garde vivante les valeurs des Augustines : Prendre soin des corps et des âmes en 2022 c'est exceptionnel.*

*Mon conjoint et moi avons pu nous reposer et nous sortir des soins quotidiens que nous apportons à notre garçon. Nous avons vraiment apprécié. Nous sommes choyés que vous soyez là pour nous ! La nouvelle formule pour les repas est géniale, beaucoup plus flexible, ce qui nous permet de relaxer encore plus. Un grand merci pour tout !*

*Merveilleux séjour ressourçant, je suis arrivée chez moi avec plus d'énergie et un bien-être enveloppant. Mon rôle de proche aidante se déroule depuis plus facilement, plus dans l'accompagnement et l'écoute.*

*Je ne pouvais pas demander mieux. Je suis fière d'avoir pris la décision de venir ici seule. Tout s'est bien passé. Le personnel est courtois, gentil. Ma rencontre avec la bénévoles m'a apporté énormément. J'ai aimé ce silence des lieux. J'ai bien dormi, j'ai marché, j'ai médité, je me suis reposée. Un grand merci. C'est un cadeau du ciel que j'ai reçu.*

### **Proches aidants en séjour de groupe**

*Je repars avec un sentiment de paix intérieure. Je me sens entendue et comprise dans ce que je vis. J'ai adoré écouter les autres proches aidantes, de si belles femmes. Je me sens moins seule. J'ai le goût de poursuivre. Je suis reconnaissante pour ce que j'ai reçu lors mon séjour.*

*Je repars avec un sentiment de paix dans mon coeur. D'une grande gratitude envers les Augustines mais aussi pour l'équipe qui a travaillé sur ce superbe programme. Merci !*

*Je repars reposée, avec l'impression d'avoir délesté des émotions qui me pesaient car elles prenaient toute la place. Je repars avec de meilleurs outils pour continuer de penser à moi, méditer, bouger et enfin je repars en sachant que je peux revenir, que je vais revenir, car ce lieu il est magique!*

*Merci à vous deux (Mathilde et Rebecca) et  
Merci aux Augustines*

xx

### **Éducateurs en séjour de répit solidaire**

*Ce lieu transpire le calme, la compassion et la bienveillance. Y être est apaisant et ressourçant. Je souhaite ce moment de paix à tous ceux qui donnent aux autres, de quelque façon que ce soit. C'est une belle façon de vous remercier et de vous faire un cadeau. Merci !*

### **Soignants en séjour de répit solidaire**

*Le programme pour soignant du Monastère des Augustines, m'a fait un très grand bien, pour prendre soin de mon corps, mon esprit et mon âme. Il m'a permis de prendre un temps pour me recentrer sur moi, pour me déposer, relaxer, ressourcer. Quel endroit merveilleux rempli de paix, d'humanité, de professionnalisme et un service exceptionnel.*

*Merci de tout mon cœur pour votre accueil, votre générosité et votre soutien envers les soignants*

### **Intervenants communautaires en séjour de groupe**

*Tous mes sens ont pu être réveillés et être en quelque sorte réanimés. Je repars remplie de reconnaissance et de gratitude, en contact avec un sentiment de connexion à une communauté* ”

# LES PARTENARIATS AVEC LE MILIEU

## LES PARTENARIATS AVEC LE MILIEU

En 2022, Le Monastère a renforcé ses liens avec des partenaires de différents secteurs d'activités en lien avec sa mission :

- › Le réseau de la santé et des services sociaux;
- › Le milieu universitaire;
- › Les regroupements d'organismes communautaires;
- › Les différents acteurs œuvrant en proche aide.

L'intégration d'un véritable « laboratoire vivant » au sein du Monastère en collaboration avec des chercheurs réputés, visant la récolte et le partage de données au service du bien commun pour un mieux-être individuel et collectif est en bonne voie de concrétisation.

Le Monastère remercie tout particulièrement les partenaires suivants qui, en plus de la Fiducie du patrimoine culturel des Augustines et des généreux donateurs, apportent leur soutien financier à la mission sociale :

- › Le gouvernement du Québec par l'intermédiaire du ministère de la Santé et des Services sociaux appuie son programme d'accompagnement dédié aux proches aidants et du CIUSSS de la Capitale-Nationale;
- › La Fondation Proches-aimants Petro-Canada;
- › L'Appui de la Capitale-Nationale.

Québec 

 Fondation  
**proches aimants**  
Petro-Canada™

**L'APPUJ** POUR LES  
PROCHES AIDANTS