

La Maison

100
LIMITES

2021

2022

**RAPPORT
D'ACTIVITÉS**



TABLE DES MATIÈRES

- 01** L'année 21-22 vue par la coordonnatrice
- 04** Qui sommes-nous?
- 11** Que faisons-nous?
- 17** Par, Pour et Avec qui?
- 22** Avec quels moyens?
- 25** Notre implication dans la communauté
- 28** À venir...
- 30** Remerciements

L'ANNÉE 21-22

VUE PAR LA COORDONNATRICE



Je suis fière de vous présenter ce résumé de la dernière année. Chaque année, la même réflexion me vient en tête; ce fut une grosse année! Cette fois-ci ne fait pas exception! Je vous épargnerai les commentaires sur la pandémie, le contexte de pénurie de main-d'œuvre et les adaptations constantes aux restrictions sanitaires changeantes.

J'aimerais plutôt souligner 2 de nos bons coups de l'année. En commençant par l'ouverture d'ateliers pour la clientèle masculine. Depuis longtemps, nous voulions offrir du service aux hommes, mais le temps et les ressources manquaient toujours. Cette année, nous avons décidé d'en faire une priorité, et le groupe pour homme a pu accueillir ses premiers participants en avril 2021!

L'automne nous a permis de déménager tous nos ateliers sous un même toit et d'augmenter nos heures d'ouverture avec une relocalisation temporaire. Nous sommes donc maintenant en "appartement" en attendant d'avoir notre maison!

J'espère que les pages suivantes vous rendront aussi fiers que moi: de ce que l'on peut accomplir quand on s'y met **ensemble!**

***Chaque année la
même réflexion
me vient en tête;
ce fut une
grosse année!
Cette fois-ci ne
fait pas
exception!***



**QUI
SOMMES
- NOUS ?**

ACA

LA MAISON 100 LIMITES RÉPOND AUX 8 CRITÈRES DE L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME

Avoir le statut d'un organisme à but non lucratif;

L'OBNL connu sous le nom de *La Maison 100 Limites* et constitué en vertu de la Partie III de la Loi sur les compagnies.



Être enraciné dans sa communauté;

Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Entretenir une vie associative et démocratique;

Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante!



Être libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses approches et ses pratiques.

Notre mission et nos orientations résultent de la volonté des membres qui prennent leurs décisions au sein d'instances démocratiques libres.

Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;

En 2013, plusieurs membres de la communauté lavalloise se sont regroupés pour trouver une façon de soutenir les femmes vivant avec un TPL, en marge du réseau institutionnel.



Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale;

Notre organisme favorise la capacité individuelle et collective à se prendre en charge et à trouver ses solutions. L'approche vise à long terme la transformation sociale par la sensibilisation, l'information, l'éducation populaire et la défense collective des droits.



Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées;

Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.

Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.

Notre CA est constitué exclusivement de membres utilisateurs de services et de membres sympathisants provenant de la communauté.

MISSION- VISION-VALEURS

La Maison 100 Limites vise la réadaptation affective et sociale des personnes présentant un trouble de la personnalité limite, par le développement d'une communauté thérapeutique basée sur la notion de « pairs aidants » et animée par des valeurs de bienveillance et de respect des frontières.

Offrir un milieu de vie et une opportunité de rétablissement où les personnes ayant un trouble de personnalité limite conjuguent leurs forces au profit d'elles-mêmes et des autres, afin d'apaiser leur détresse et les aider à surmonter leurs fragilités affectives et relationnelles, réduisant ainsi les épisodes toxiques de leur vie empreints de perturbations et d'instabilité.

Les principales valeurs sur lesquelles s'appuie La Maison 100 Limites sont :

- Courage;
- Collaboration et entraide;
- Persévérance et ténacité;
- Bienveillance;
- Intégrité;
- Éthique.



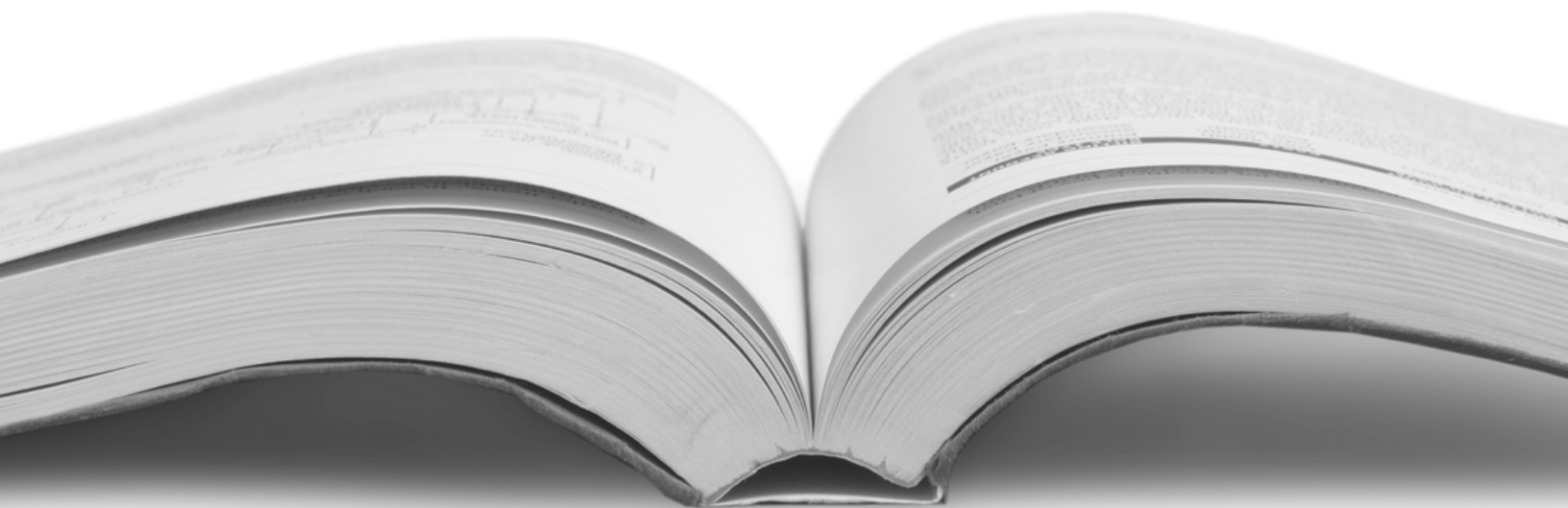
**VISION &
MISSION**

HISTORIQUE

Les débuts

En 2013, plusieurs membres de la communauté lavalloise se regroupent pour trouver une façon de soutenir les femmes vivant avec un TPL, en marge du réseau institutionnel.

Leur rêve : fonder une maison pour accueillir une communauté où ces femmes pourraient se retrouver, se reconnaître, se soutenir et s'entraider entre elles. Une approche novatrice basée sur la paire-aidance, afin de potentialiser les forces de ces femmes au profit de leurs fragilités. Avec le soutien inestimable du Dr Claire Gamache, Natalie Ménard et Isabelle Tremblay, respectivement psychiatre, infirmière clinicienne en santé mentale et femme d'affaires de Laval, un premier comité prend forme et se consacre à la tâche de concrétiser ce rêve. Dix-huit mois plus tard, grâce au travail de ce groupe de pionniers et pionnières dédiés, la Maison 100 Limites est née. À partir d'avril 2015, la M100L offre des activités aux femmes grâce à l'implication de Natalie Ménard, dérogée par le CISSSL pour offrir des activités aux 2 semaines. Graduellement, la M100L compose avec une augmentation importante du nombre de participantes et de demandes d'activités. Les activités, d'abord réalisées dans un local à l'hôpital, sont tenues dans un local loué au CILL. Ce qui fait dire au président du conseil d'administration Michel Lorange, « la Maison 100 Limites n'a peut-être pas encore d'adresse civique, mais elle est clairement géolocalisée dans le cœur de plusieurs femmes de Laval. »



HISTORIQUE

La pertinence qui s'affirme

Avoir une Maison pour tenir les activités et héberger des femmes ayant un TPL demeure le but visé, mais le financement pour obtenir pignon sur rue s'avère un défi.

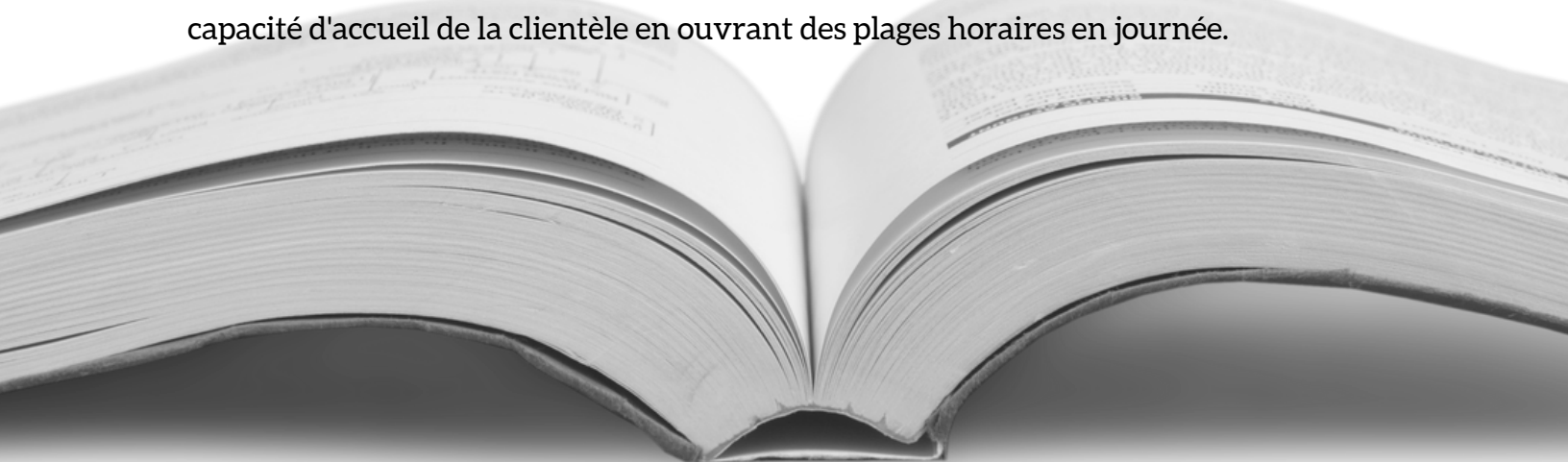
À partir de l'automne 2017, avec le soutien financier du CISSSL une première employée est embauchée, Marie-Hélène D'Astous. Grâce à son expérience du milieu communautaire lavallois, elle s'emploie à consolider les activités de l'organisme, accroître la recherche de financement et poursuivre les démarches pour l'obtention d'un lieu dédié aux activités de la Maison.

Dès 2018-19, les ateliers passent de 2 à 3 soirs par semaine. L'achalandage augmente et permet de rejoindre plus de femmes tout en conservant une taille permettant le contact interpersonnel. Si antérieurement, les activités ont été organisées par des intervenantes, les participantes elles-mêmes prennent en charge l'animation. Naturellement, la communauté de paires-aidantes prend forme.

Les années récentes 20-21-22

La pandémie force l'interruption des activités au CILL et la réaffectation des intervenantes du CISSSL aux efforts reliés à la Covid-19. La M100L développe un volet d'activités virtuelles pour maintenir vivante la communauté et embauche une intervenante temporaire avec les sommes reçues dans le cadre de la pandémie.

En 2021, une expansion se met en place par le biais de l'ouverture d'un volet pour hommes et par la location d'un espace autonome servant d'espace de bureaux et d'espace accueillant les ateliers. Ce déménagement a également permis d'augmenter la capacité d'accueil de la clientèle en ouvrant des plages horaires en journée.



L'ÉQUIPE

LES EMPLOYÉES, STAGIAIRES ET BÉNÉVOLES

La force de l'organisme est en grande partie attribuable à l'ambiance familiale et conviviale qui y règne. En effet, le bien être des participants, employées et bénévoles est une priorité. L'équipe d'intervention à eu le bonheur d'accueillir une intervenante pour la période estivale, et ceci grâce au soutien du programme emploi été canada. Par la suite, une animatrice paire aidante s'est également jointe à notre belle équipe, grâce à un don de Bell cause pour la cause.

L'un de nos plus grands souhaits est de déstigmatiser le TPL auprès des professionnels de la santé. Pour ce faire, nous recevons chaque année, une ou des stagiaires afin de leur donner une opportunité de connaître cette clientèle et de briser certains préjugés.

C'est donc, la deuxième année que nous recevons des stagiaires à la technique de travail social du cégep de Lanaudière à Terrebonne.



Marie Christine Leclerc
• Animatrice Paire aidante
• En poste depuis 2021

Laurianne Beaupré
• Stagiaire automne

Janie Beaudoin
Stagiaire automne
et hiver

Vanessa Couture Lacasse
• Intervenante d'été
• Prog. Emploi été Canada

Claudianne Monette
• Intervenante
• En poste depuis 2020

Marie-Hélène D'Astous
• Coordinatrice
• En poste depuis 2017



L'ÉQUIPE LE C.A.

Le conseil d'administration est notre équipe de sympathisants et de participantes dévouée à la cause qui s'implique bénévolement à l'avancée de notre mission. Ils se sont rencontrés en réunion à 10 occasions cette année.



Simon Courtemanche

- Président
- Membre sympathisant



Marie-Carmen Plante

- Vice-Présidente
- Membre sympathisante



Joan Morin

- Secrétaire
- Membre sympathisante



Louise Charest

- Trésorière
- Membre sympathisante



Myriam B-Préfontaine

- Administratrice
- Membre utilisatrice



Cynthia Gingras

- Administratrice
- Membre utilisatrice



Miriam Mkinsi

- Administratrice
- Membre sympathisante




Caroline Plouffe

- Administratrice
- Membre utilisatrice



Vanessa Berardini

- Ex-Administratrice
- Membre utilisatrice



**QUE
FAISONS
- NOUS ?**

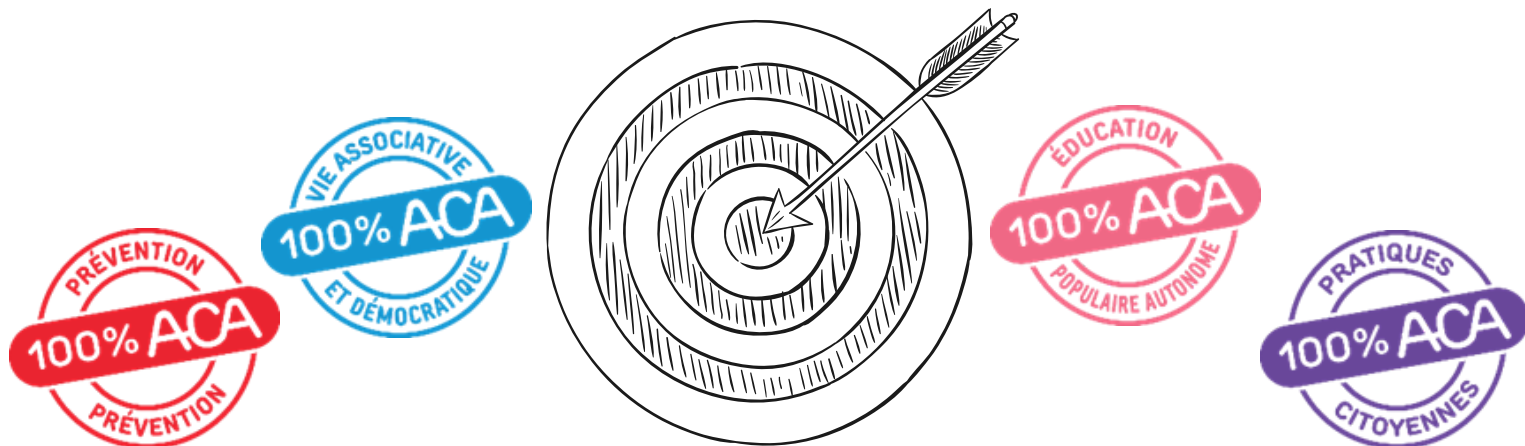
LES OBJECTIFS

En concordance avec sa mission qui est de favoriser la réadaptation affective et sociale des personnes présentant un trouble de personnalité limite (TPL), les principaux objectifs de la Maison 100 Limites sont les suivants :

- Procurer aux personnes présentant un trouble de la personnalité limite, un environnement physique, une maison, qui permet d'apaiser certaines blessures psychologiques;
- Mettre en place un contexte affectif pour vivre une expérience saine et positive et reprendre un développement escamoté antérieurement;
- Favoriser le partage et l'entraide par le biais d'une équipe de pairs-aidants;
- Offrir des ateliers permettant de travailler les notions d'hygiène de vie, d'autonomie et d'autogestion de sa santé physique et mentale;
- Offrir de l'hébergement à moyen terme pour permettre à certaines femmes de se restructurer;
- Développer la collaboration avec les organismes du milieu tant pour le volet ateliers que pour le volet hébergement;

Ces objectifs principaux s'accompagnent de quelques corollaires :

- Soutenir les démarches d'acceptation de sa différence;
- Travailler la confiance en soi et l'établissement de liens affectifs plus sains;
- Valider et reconnaître les efforts;
- Soutenir la construction d'une meilleure estime personnelle;
- Enseigner la notion de santé globale de façon expérientielle et ludique;
- Encourager la persévérance.



LES SERVICES

Notre communauté de pair aidant consiste en un échange de services entre personnes, en lien avec leurs habiletés, afin d'offrir un lieu d'apprentissage thérapeutique innovant où les forces de chacun aident à surmonter les grandes fragilités des autres. Ensemble, nous pouvons développer et poursuivre le soutien solide sur lequel elles peuvent s'appuyer pour restructurer leur propre maison.

Les ateliers (non mixte)

Les ateliers réalisés avec et par les participants demeurent le principal moyen pour aider les gens ayant un TPL. Ainsi, les personnes peuvent partager et être validées dans leurs savoir-faire et/ou leurs habiletés. Les différentes thématiques des ateliers (alimentation, activité physique, artistique et ludique) sont chacune soutenues par des personnes participantes qui doivent se concerter pour organiser et animer les soirées. Les personnes retrouvent à La Maison 100 Limites un lieu d'appartenance qui leur ressemble et où les amitiés se lient. Elles sont impliquées et assidues.

Nous encourageons et soutenons nos participants en rétablissement à:

- Avoir un droit de regard sur leurs traitements, être au centre de leur plan de traitement;
- S'impliquer dans les débats entourant l'organisation des services de santé mentale (pleine citoyenneté);
- Assumer des rôles sociaux valorisants dans la communauté ;
- Développer un réseau d'entraide communautaire.

LES SERVICES

Virtuel

Facebook et Instagram:

Grâce à des groupes privés non mixtes, La M100L offre un espace de clavardage entre pairs, d'encouragements et de pensées positives en tout temps. De plus, il fournit toutes les informations relatives aux ateliers, sorties et cours offerts.

Nos pages publiques sont les principaux véhicules de communication pour sensibiliser les gens au trouble de la personnalité limite et pour mettre en avant notre mission.

Hébergement (volet en développement)

La Maison 100 Limites veut devenir un lieu permanent où les femmes se retrouvent entre elles dans un environnement serein et chaleureux. Grâce à un hébergement adapté, l'objectif est de proposer une dizaine de places temporaires à certaines femmes qui ont besoin d'un tremplin sécuritaire et structuré pour plonger dans une vie responsable. Elles seront ainsi soutenues dans leurs efforts de rétablissement et d'intégration. Ce sera, également, un espace commun où d'autres femmes pourront y graviter en externe, en participant à des ateliers ou simplement en rendant une petite visite pour briser un moment de solitude ou de vide plus intense, qui mène souvent celles-ci à l'autodestruction.

Ce sera un peu comme revenir chez soi afin d'y faire le plein affectif et retourner, apaisée, affronter la vie.

RÉALISATIONS

Malheureusement, c'est toujours en contexte de pandémie que cette année s'est déroulée. Cela ne nous a pas empêchés d'accomplir plusieurs de nos objectifs. En voici un résumé:

No. 01 – Mise en place du volet masculin

L'idée d'ouvrir des ateliers pour les hommes qui se reconnaissent dans le TPL était dans nos cartons depuis plusieurs années. Un groupe de consultation avait même été effectué en 2019, nous confirmant le besoin et le désir des hommes d'avoir un service leur étant consacré. Avec la pandémie, le projet a été repoussé un peu, mais il a finalement vu le jour en avril 2021. Les hommes ont donc maintenant une journée par semaine leur étant exclusivement réservée.



No. 02 – Relocalisation

La relocalisation temporaire consiste en la location d'un endroit accessible de jour ainsi que de soir, afin avoir un pied à terre et d'installer la ressource à une seule adresse, permettant ainsi l'expansion des heures d'ouverture et bonifiant l'offre de services. Cette étape permet de solidifier les bases de l'organisme et d'augmenter son bassin de participants. Il est certain que cela diminue grandement les déplacements des employées qui devaient transporter tout le matériel d'ateliers entre les 2 locaux plusieurs fois par semaine. Tout ce temps et cette énergie sont maintenant réinvestis dans l'offre de service de qualité aux participants.



RÉALISATIONS

No. 03 – **Embauche d'une animatrice paire-aidante**

Le bénéfice d'intégrer des pairs-aidants dans l'organisation est une évidence pour nous. C'est donc, grâce à l'obtention d'un don de Bell cause pour la cause, que nous avons eu le plaisir d'accueillir une animatrice paire aidante au sein de l'équipe.



No. 04 – **Stratégie de financement**

Le financement des organismes communautaires est un enjeu crucial et récurrent. Un comité s'est donc penché sur l'élaboration d'une stratégie de financement alternatif afin de soutenir notre offre de services.

No. 05 – **Animation d'une conférence**

En mai 21 un colloque francophone virtuel sur les troubles de la personnalité a été organisé par l'institut universitaire en santé mentale de Montréal, et nous avons été invités à y animer une conférence portant sur notre approche et nos services. Plus de 400 personnes ont assisté à cet événement!



No. 06 – **Lancement de capsules vidéos**

Afin de déstigmatiser le trouble et de faire connaître nos services, 2 capsules vidéos ont été mises en ligne au courant de l'année. Celles-ci ont été visionnées par environ 200 personnes à ce jour.

<https://www.youtube.com/watch?v=Z9rGJGTgSE8&t=49s>

<https://www.youtube.com/watch?v=uOINT9wcj6w>



**PAR,
POUR,
ET AVEC
QUI?**



PORTRAIT DE LA CLIENTÈLE

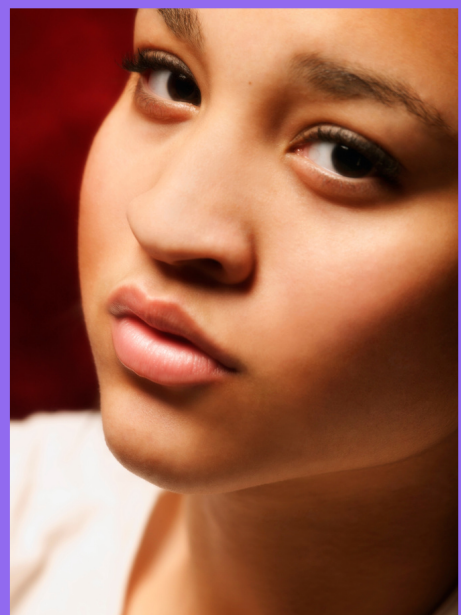
Océanne est une fille qui a passé une grande partie de son adolescence en centre jeunesse. Après plusieurs expériences de travail décevantes, elle a décidé de retourner aux études pour trouver un emploi qui a du sens pour elle. Ayant réussi à terminer son secondaire, maintenant elle débute un DEC en éducation spécialisée. Elle sait que cela va lui prendre plus de temps que les autres, car elle a un TDA, mais elle est motivée et aider les autres; c'est sa raison de vivre.

Pour Océanne, les défis sont grands, surtout en gestion de ses émotions, car elles sont intenses et elle n'a jamais appris à tolérer la souffrance et les frustrations. Mais c'est une personne extravertie qui déborde d'énergie, quand elle a un objectif elle fonce et est prête à déplacer des montagnes pour arriver à son but.

Elle a connu la M100L par le biais de son intervenante du centre de réadaptation en dépendances. Elle assiste aux ateliers environ 2 fois par semaine, car cela lui permet de se sortir la tête de ses livres, et elle sait qu'elle doit se changer les idées pour conserver une certaine stabilité. Elle parle souvent avec Madeleine, celle-ci lui donne des conseils artistiques qui l'aident à être fière d'elle et par la même occasion elle apprend une technique de gestion des émotions.

- Sexe : féminin
- Âge : 29 ans
- Scolarité : DES, DEC (en cours)
- Enjeux : gestion des émotions

“
Je viens à la maison
100 limites pour voir
du monde comme moi
qui me juge pas et me
respecte.”
Anonyme



PORTRAIT DE LA CLIENTÈLE

Madeleine est une « tripeuse » d'art, c'est son moyen pour arrêter de trop penser. À la fin de ses études en comptabilité, elle a commencé à travailler dans une grande boîte et prendra sa retraite dans 5 ans.

Cela fait maintenant 7 ans qu'elle est divorcée et est mère de 2 enfants maintenant adultes. La retraite lui fait peur, car elle ne sait pas ce qu'elle fera. Elle n'a pas d'amis à part ses collègues de travail, et elle ne les fréquente pas en dehors du bureau. Elle a toujours évité de se faire remarquer, et n'a pas créé de liens par peur de se faire rejeter ou de déranger. Les prochaines années seront tout un défi pour elle, car sa routine sera modifiée, ce qui lui cause beaucoup d'anxiété, cela l'empêche de dormir.

Elle vient tout juste de commencer les ateliers à la M100L. Elle aime beaucoup se sentir utile et propose très volontairement son aide quand ce sont des ateliers artistiques. Elle ne s'ouvre pas beaucoup aux autres, mais de semaine en semaine elle laisse sa personnalité ressortir un peu plus. Côté Océanne, lui donne de l'énergie et lui permet de commencer à envisager qu'elle aussi pourrait exprimer ce qu'elle pense librement.



- **Sexe : féminin**
- **Âge : 53 ans**
- **Scolarité : DEC en comptabilité**
- **Enjeux :**
apprendre à se connaître,
relation interpersonnelle,
trouver un sens à sa vie en dehors
du travail

PORTRAIT DE LA CLIENTÈLE

Jacques est un homme qui a passé une grande partie de sa vie à consommer des drogues et de la médication non prescrite pour "geler" ses émotions. En emploi depuis ses 17 ans, il a eu plusieurs expériences de travail insatisfaisantes. Pour lui, les emplois sont rapidement monotones et il est à la recherche d'un emploi où il se sentira valorisé et stimulé.

Les émotions sont une source de stress, car elles sont intenses et il n'a jamais appris à les vivre. Depuis qu'il est en démarche d'abstinence, il ressent les choses intensément et doit apprendre à vivre avec des émotions qu'il a toujours refoulées ou "gelées". C'est un défi qu'il prend un jour à la fois, et comme il le dit ci bien, il a la tête assez dure, qu'il va réussir!

Il a connu la M100L à la création du volet masculin et assiste aux ateliers presque toutes les semaines. N'ayant pas un grand réseau social, cela lui permet de voir des gens et de socialiser.

- Sexe : Masculin
 - Âge : 38 ans
 - Scolarité : universitaire
- Enjeux : gestion des émotions,
gestion de sa consommation

“
Mes meilleurs moments à la m100L, c'est lorsqu'on a des fous rires en groupe et qu'on oublie le reste

”
Anonyme



RÉALISATIONS

VOLETS FÉMININ/MASCULIN

Nos services sont accessibles 5 jours/semaine (à l'exception des 2 semaines du temps des fêtes). Les locaux sont ouverts de 13h à 21h : pour la clientèle féminine du lundi au mercredi, ainsi que le jeudi pour la clientèle masculine.

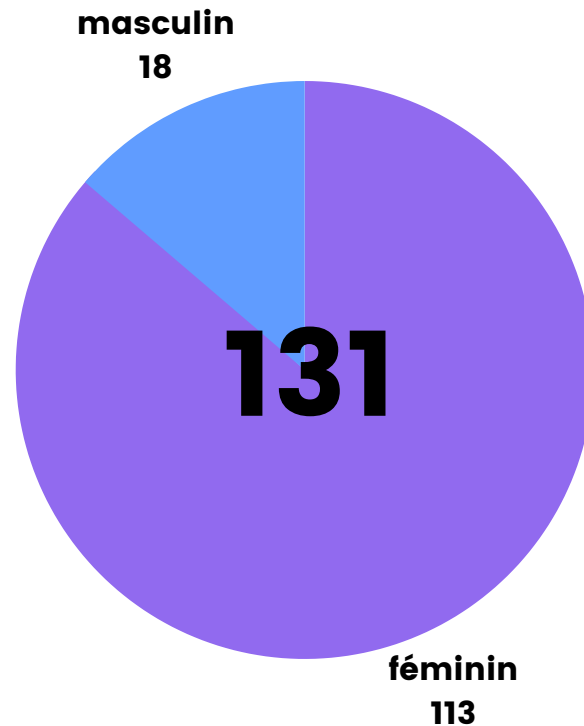
Tout au long de l'année des ateliers ont eu lieu en présence, en virtuel ainsi qu'en format hybride.

	Volet féminin	Volet masculin
Ateliers favorisant l'expression des émotions par l'art	129	8
Ateliers de développement personnel	14	2
Ateliers favorisant l'activité physique	12	2
Ateliers visant la saine alimentation	9	2
Ateliers d'apprentissages ludiques	23	19
Formation autogestion de l'estime de soi	10	10
Formation autogestion de l'anxiété	10	N/A
Total d'ateliers offerts	207	43

RÉALISATIONS

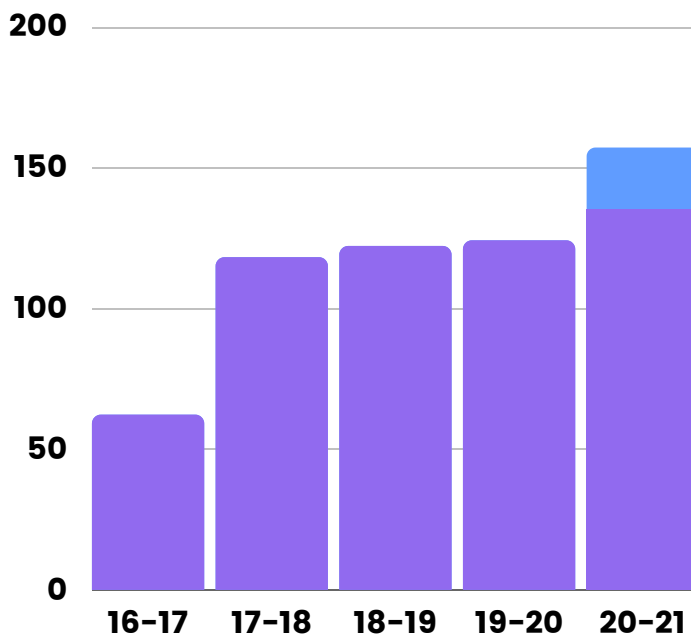
VOLETS FÉMININ/MASCULIN

Nombre de membres



Nombre de personnes rejointes

provenant presque qu'exclusivement de la région de Laval



48

moyenne de personnes rejointes sur le groupe Facebook par jour

9,5

moyenne de personnes participantes par jour

**AVEC
QUELS
MOYENS
?**



FINANCEMENT

Afin de soutenir un service de qualité, de nombreux efforts sont mis dans le but de diversifié nos sources de financement. Cette année, nous avons encore pu compter sur de généreux donateurs et bailleurs de fonds.



No. 01 – PSOC

Le PSOC est un programme gouvernemental de financement. Il aide les organismes communautaires en santé et services sociaux à réaliser leur mission, notamment en lien avec :

- Leur infrastructure (ex. : local, équipement)
- Le salaire de leurs employés
- L'organisation de leurs services et de leurs activités
- Et plus



No. 02 – Fond d'urgence covid

Le fond d'urgence covid, est un financement gouvernemental non-récurrent pour atténuer les effets de la pandémie de covid-19, sur les services, la perte de revenus et l'augmentation des dépenses.



No. 03 – Principaux donateurs

- Bell cause pour la cause
- Industrielle Alliance
- Walmart

AUTO-FINANCEMENT

No. 01 – Levées de fonds

Malgré le contexte difficile 2 événements ont pu être tenus en cours d'année en plus de la vente de notre livre Pimp ton TPL. Une vente de garage et une vente de Noël ont été effectuées en juin et décembre.



No. 02 – Dons

Les dons reçus nous font toujours plaisir, car ils signifient que notre travail est important pour plusieurs personnes. Mais ils sont également essentiels à la poursuite de notre mission. Nous pouvons de plus en plus compter sur des gens de cœur qui donnent et redonnent d'année en année.

Les dons peuvent être faits sur 2 plateformes connues: Paypal Giving fund et Canadon. De plus des reçus de charité peuvent être remis à la demande.

No. 03 – Contribution et cotisation

Les membres ont accès à une grande majorité d'ateliers gratuits tout au long de l'année. Cependant, ils contribuent monétairement à certaines activités plus dispendieuses et se procurent leur carte de membre au coût de 5\$ annuellement.

Comme l'année était déjà assez éprouvante pour nos participants, cette année nous avons consciemment réduit leur part de contribution, pour ne pas les accabler davantage.

2 organismes communautaires de Laval, le CILL et le CAFGRAF nous ont permis d'utiliser leurs locaux à faible coût, nous leur en sommes très reconnaissants.





**NOTRE
IMPLICATION
DANS LA
COMMUNAUTÉ**

L'IMPLICATION



Notre organisme est reconnu dans sa communauté, il s'implique et il a des liens avec d'autres organismes et partenaires.



IMPLICATION

33h

No. 01 – Maison Marie-Marguerite

Cette année fut importante pour ce projet qui est devenu un organisme officiel. Nous sommes impliquées dans le comité porteur de ce projet depuis ses débuts et continuons notre implication au sein du conseil d'administration.

La mission de la Maison Marie-Marguerite est d'accueillir, d'accompagner et d'offrir de l'hébergement sécuritaire aux femmes en difficulté, avec ou sans enfant, en situation de vulnérabilité, violentées, vivant des problématiques multiples.



IMPLICATION

60h

No. 02 – TCLCF

La Table de concertation de Laval en condition féminine (TCLCF) est un regroupement régional travaillant avec ses membres à l'amélioration de la qualité et des conditions de vie des femmes, tant aux plans social, économique et politique. Elle veille à ce que les droits et les intérêts des femmes, particulièrement des Lavalloises, soient respectés.

Marie-Hélène D'Astous, représente la Maison 100 limites au sein de leur C.A. en tant que trésorière.



IMPLICATION

26h

No. 03 – CDC

La CDC de Laval est le regroupement d'organismes communautaires autonomes de la région de Laval qui oeuvrent dans divers champs d'activités. Ses membres sont des acteurs essentiels au développement de la région.

Ils oeuvrent quotidiennement auprès de la population lavalloise et rejoignent tout près de 130 000 citoyens et citoyennes.



IMPLICATION

16h

No. 04 – COSML

La Coalition des organismes communautaires de Laval est un OBNL voué à la promotion et au soutien de ses organismes membres. Il réunit des organismes communautaires de Laval oeuvrant auprès des personnes ayant un trouble de santé mentale ou auprès de leurs familles et amis.

L'IMPLICATION



IMPLICATION

7h

No. 05 – ROIL

Le Regroupement des organismes et intervenants en itinérance de Laval est un lieu de concertation visant à informer et sensibiliser la collectivité à la situation des personnes itinérantes ou à risque de le devenir.



IMPLICATION

8h

No. 06 – ICSMD

L'instance de concertation santé mentale et dépendances est un lieu d'échange et de partage d'informations entre le milieu communautaire et le réseau de la santé.



IMPLICATION

32h

No. 07 – ALO

Le comité À livre ouvert est responsable de l'organisation d'une bibliothèque vivante dans le cadre d'une démarche provinciale de sensibilisation à la santé mentale.



IMPLICATION

32h

No. 08 – Nuit des sans-abri

La Nuit des sans-abri est un mouvement de solidarité dans plus de 40 villes du Québec qui vise à sensibiliser la population à la réalité des personnes sans-abri.



No. 09 – AGA- 21 juin 2021

Le 21 juin 2021 a eu lieu notre assemblée générale annuelle. 16 membres en règle et 5 invités étaient présents, principalement de façon virtuelle.



À VENIR...

PRIORITÉS 22-23



No. 01 – Service pour les jeunes femmes 16-25 ans

Des ateliers adaptés à une clientèle plus jeune seront mis sur pied pour répondre plus efficacement aux besoins de cette clientèle.



No. 02 – Dépannage ponctuel

Un service de dépannage alimentaire et de première nécessité sera structuré et mis en place au courant de l'année afin d'assurer la sécurité alimentaire de nos participants.



No. 03 – Instances démocratiques

Un document explicatif des instances démocratiques régissant un OBNL sera créé en accompagnement d'une formation éducative à l'intention de nos membres.

— “ —

Je vais à la M100L:

*Pour les activités. Pour les bons moments. Pour sortir de
ma zone de confort. Pour me découvrir des talents.*

*Pour voir les intervenantes hyper géniale merci à vous
toutes pour votre dévouement.*

— ” — *Anonyme*

REMERCIEMENTS

À tous les employés, les bénévoles, les membres, les collaborateurs :

Nous voulons vous faire savoir que votre présence au sein de la grande famille 100 limites fait toute la différence. Chaque petit geste, chaque coup de pouce, chaque idée partagée font que la M100L est vivante et s'améliore sans cesse.

Merci de votre présence, de votre soutien, et pour tout ce que vous faites.

Merci!

La Maison



Contact

La Maison 100 limites

201-68 boul cartier O,

Laval, Québec, H7N 2H5

450 736-2001 / www.M100L.com /

info@M100L.com / [@maison100limites](https://www.instagram.com/maison100limites)

Heures d'ouvertures:

du local lundi au jeudi de 13h à 21h