



communauté Nazareth community
" FROM OUR HOME TO YOURS "

Board Member, Michelle LeDonne

When I think about working in a community, I am reminded of the old saying, "the whole is greater than the sum of its parts." Communities are made up of individuals who each have something different to offer – a story, a history, an opinion, a talent, an expertise. When a group works together to nurture and learn from each person's individual strengths and interests, the group as a whole is fortified and becomes a community, not just a collective. **Dans la Rue, Development Advisor**

How your donation will help:

- 2\$ Shampoo
- 20\$ Six bus tickets
- 200\$ Two days of meals for residents
- 2000\$ Eight residents can attend camp

**FATHER JOHN WALSH
CELEBRITY GOLF TOURNAMENT
MONDAY, JUNE 11TH, 2018
IN SUPPORT OF NAZARETH HOUSE**

**LAFLEUR GOLF CLUB
1 P.M. SHOTGUN START
\$150 PER PERSON - \$125 UNDER 35**

**2TH
ANNIVERSARY**



Moisson Montréal

Moisson Montréal is a non-profit organization and the largest food bank in Canada, that distributes food to community organizations on the island of Montreal. Nazareth House and Anne's House would like to extend our appreciation for this organization who has generously supported our mission by distributing 26,327 kg of food over this last year, representing a value of \$164,746.

Homelessness-A Time to Reflect

The last time a global survey was attempted – by the United Nations in 2005 – an estimated 100 million people were homeless worldwide. As many as 1.6 billion people lack adequate housing (Habitat, 2015). Getting an accurate picture of global homelessness is extremely challenging. Definitions of homelessness vary from country to country. Census data is typically collected based on household and, while most census data takes into account those living in shelters and receiving government aid, census takers struggle to count the “hidden homeless” – those who may be residing in inadequate settlements such as slums, squatting in structures not intended for housing, couch surfing with friends and family, and those who relocate frequently. It is estimated that more than 235,000 Canadians experience homelessness in a year, with more than 35,000 Canadians homeless on any given night. Between 13,000 and 33,000 Canadians are chronically homeless. The majority of homeless people stay in either emergency shelters or in some sort of provisional accommodation, while there are believed to be around 5,000 homeless people who are unsheltered (Homeless Hub, 2014). Our foremothers and forefathers teach us what we already know. We can rely on great traditions. Traditions are the solid foundations that reassure us that we are doing the right thing. Traditions show us how and what our ancestors did in the past, but, above all, traditions teach us why they did what they did. The same is true of homelessness. Traditionally the responsibility to provide housing was that of the family and the community. Jane Jacobs in her book *Dark Age Ahead* demonstrates how the family and the community are being seriously threatened. The family was the safe-landing place where anyone and everyone was accepted for who they were, the eccentric aunt and uncle, the alcoholic sister or brother, the imprisoned sister or brother, the family was a school to learn all about life. The community was its strongest supporter. Our educational and religious institutions are guardians of our traditions even when we have to dig more deeply into its treasures to find its winsome secrets. Today we have lost trust in our institutions and it may very well be for good reasons. Our institutions are the guardians of those traditions that teach us why are to do the right thing. Today mental illness is often mentioned as the cause of homelessness; poverty and isolation close seconds. To discover the causes of homelessness is only part of the solution. Understanding homelessness begin with an understanding of our humanity. Martin Buber wrote: We are

like trees. If anyone stands in front of a tree and watches it incessantly, to see how it grows, and to see how much it has grown, she or he will see nothing at all. It is to tend it at all times, prune the runners and keep it free of beetles and worms, and – all in good time – it will come into its growth. It is not right to examine any woman or man hour after hour to see how much has already been added to a her or his stature. Why is there homelessness? Each woman or man, whatever their age, have their own histories to recount and no two are the same. Why? Could it not be because we are looking for the solutions to homelessness when there are no real solutions until we see ourselves as part of the problem! Tradition spells it out in few words: Do unto others as you would have them do unto you. Pope Francis actually summed it up in five words: Who am I to Judge? We will have restless hearts until they are at rest looking at the tree, not waiting for what it would be someday, but for what it is today.

Father John Walsh, Chairman of the Board of Directors

Our Silent Helpers

“I have been doing this for 20 years now. God opened the way, and each time I am so pleased, so glad I do something like this. I just go in and give a helping hand, I spend time with the guys and they are all very nice. What I like most is to hear them, hear what they have to say.” **-Molly, 20 year volunteer**

“In March 2011, Sally, my then 8 year old golden retriever joined Therapeutic Paws with the intention that we would be able to visit my mother at her extended care residence. During the summer of 2011, I was asked if Sally and I would be able to visit at Nazareth House. Since then Sally crossed over the Rainbow Bridge at age 12 but after a short break I resumed my twice monthly visits with Jackson. When Anne's House opened it just seemed natural to visit there too. When I first started at Nazareth House I didn't know very much about their work but over the time I have been associated with the Nazareth Community, I have come to see the family that is nurtured and the care and understanding shown to the residents of both houses. I enjoy my visits and hope that Jackson and I somehow brighten everyone's day because it does mine. ”

-Marianne Peto, Zootherapy



Sacred Heart Students

Loyola Students



"It was impacting to hear where the residents came from...They had normal lives until events may have changed them."

- Daniel, Anthony, Luca, Hamen (Photo Left)
- Benjamin, Connor (Photo Right)

Our Silent Helpers

"My career has been in Cost Engineering and Industrial Estimating in the Mining and Metallurgy industry. Before my retirement I was witnessing a huge need for volunteering in Montreal in general. In 2012 Wendy de Souza of St. John Brebeuf Parish introduced me to the staff at Nazareth House for volunteering, and have been volunteering since. I am continually being inspired by our Parish of St. John Brebeuf here in LaSalle, they have a very vibrant and dedicated groups of volunteers that cover a wide range of services within the community. What has also inspired me in volunteering is the number of individuals who go about their daily volunteering activities day after day, year after year and do not ask to stand apart from others in their community, but know in their heart they are doing something good to improve the lives of others. "

-Bernie

WOMEN AWARE

"Women aware is an organization established by former victims of domestic violence, we offer an open door of support, affirmation, warmth and tangible aid. Sometimes we're the first step for women, and sometimes we're the long term support in the end. When you walk in, we don't have a very clinical feel about us, which is key to the healing process. Our Support groups, drop in services, telephone help line and court accompaniment are structured to promote a sense of belonging and provide warmth, affirmation, and tangible aid."

Junie, Co Founder



SOUPE CAFÉ

"Once per month I arrange for a group of 7 -8 people to come to the residence and cook a meal for the residents. Each person contributes between \$20 - 25 to pay for the ingredients. I prepare the menu, purchase the ingredients and supply the recipes. Together we prepare a 3 course meal and serve it. It's a win, win; as the residents have a warm, home cooked meal made with love, and the participants feel inspired by the residents, and leave with a sense of community and a greater awareness of homeless and mental health issues."

Jeannine Scott, Founder & Nutritionist



Soupe Café

Hoarding, A Growing Concern

One of the many ways in which our community fosters the well being of its residents by ensuring employees remain informed about innovative approaches to care. Accordingly, in March 2018, Alicia and Emmanuelle attended Quebec's first ever Conference on Hoarding Disorder. The conference highlighted that hoarding can be a challenging experience for everyone involved. People living with hoarding disorder experience immense distress at the thought of parting with their belongings, regardless of their objective value. Thus, their living spaces can become encumbered, which represents a risk of infestation or fire hazard. Hoarding disorder usually arises from experiences of trauma, and/or from a history of challenging relationships with others. Best practice approaches for service providers working with people who hoard include working with the individual to understand motivations for hoarding behaviours, and supporting the individual over a period of months/years in their efforts to declutter their living space.

"To me self care is pampering during our beauty Mondays at the house."

- Emilia, resident

Beauty Monday products are generously donated by Ardene

THE VALUE OF SELF CARE

Médecins du Monde

Médecins du Monde Canada acknowledges the vulnerability of human service workers in experiencing burnout, which is particularly the case for nonprofit and social service workers. In order to address this concern and provide preventative support, Médecins du Monde Canada has established their Helping Those who Help program. Once a month, Dr.Saulnier from the organization meets with our staff at one of the Houses in order to provide support, assist in discussing challenging situations that can sometimes carry an emotional and mental weight on our staff and, provide opportunity for staff to adopt healthy self-care habits. Nazareth House and Anne's House appreciate the reciprocal community support that Médecins du Monde Canada provides and understands that helping is a shared experience.

"A part of self-care, is letting go of the control you think you have, and just accepting things for what they are."

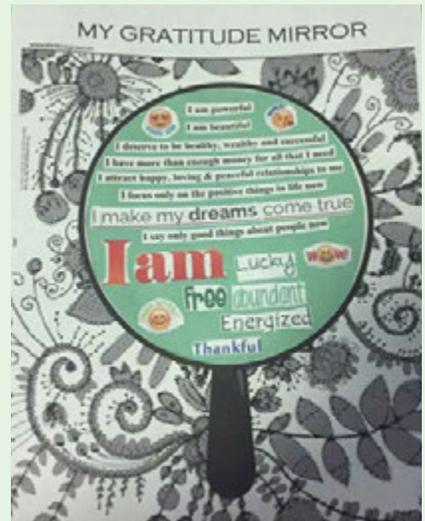
- Kendra, stage-student

Positivity Group

The positivity group is a shared experience between resident and worker, in which positive quotes and their subjective meanings are shared within a safe environment. An essential component of the group is to provide opportunity for positive intuitiveness in which the residents share their experiences or their understandings of the inspiring quotes. The women arrive every Saturday morning into the community room, already smiling in anticipation of the group. Anne's House is an environment that strongly believes in the effectiveness and importance of self-care practices, and these benefits are recognizable in these well-attended sessions.

"Self care is yoga. I'm so happy to see yoga at both houses, because as a yoga enthusiast myself it is a great way to maintain equilibrium, well-being. Namaste"

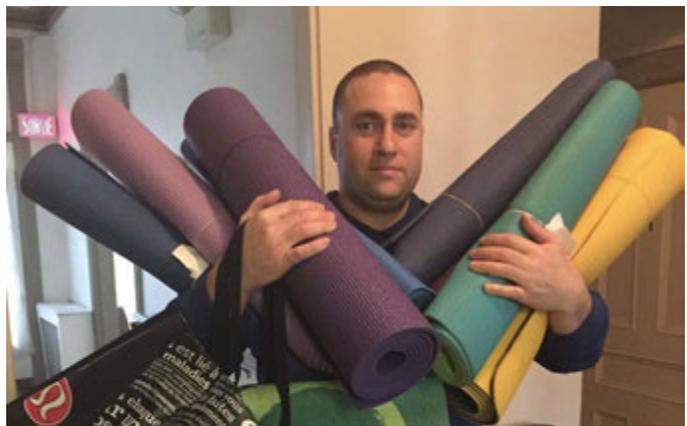
Sheila Woodhouse, Director



Positivity group art piece.



Concordia University Community Art Outreach



A generous donation of yoga equipment from Lululemon and Mala Foundation.



communauté Nazareth community

« De notre Maison à la vôtre »



Michelle LeDonne,
Membre du Conseil d'administration

Travailler dans la communauté me rappelle le proverbe qui dit : «Le tout est plus grand que la somme de ses parties». Les communautés sont composées d'individus qui ont chacun quelque chose de différent à offrir : une histoire à raconter, leur propre histoire de vie, une opinion, un talent, une expertise. Quand un groupe travaille ensemble pour se nourrir et apprendre des forces et intérêts de chacun, le groupe entier se trouve fortifié et devient une communauté, pas seulement un collectif.

Conseillère en développement, Dans la rue

Ce que votre don permet :

2\$ Shampoing

20\$ Six billets d'autobus

200\$ Deux jours de repas pour les résidents

2000\$ Huit résidents peuvent participer à un camp

**FATHER JOHN WALSH
CELEBRITY GOLF TOURNAMENT
MONDAY, JUNE 11TH, 2018
IN SUPPORT OF NAZARETH HOUSE**

**LAFLEUR GOLF CLUB
1 P.M. SHOTGUN START
\$150 PER PERSON - \$125 UNDER 35**

**2TH
ANNIVERSARY**



Moisson Montréal

Moisson Montréal, un organisme à but non lucratif, est la plus grande banque alimentaire du Canada qui distribue des denrées alimentaires aux organismes communautaires sur l'île de Montréal. Les Maisons Nazareth et Anne aimeraient remercier sincèrement cet organisme qui a généreusement soutenu notre mission en nous distribuant 26 327 kg de nourriture au cours de la dernière année, représentant une valeur de 164 746\$.

ÊTRE SANS ABRI – UN MOMENT POUR RÉFLECHIR

La dernière fois un sondage global a été tenté – par les Nations Unis en 2015 - l'estimation était que 100 millions de personnes étaient sans-abri dans le monde entier. Autant que 1.6 milliards manquaient un logement adéquat (Habitat 2015), Un vrai défi est d'avoir un portrait précis des sans-abri dans le monde. Les définitions de l'état des sans-abri sont variés de pays en pays. Les données de recensement typiquement est basé sur ménage et, ceux qui prennent le recensement, ont la difficulté de calculer le nombre des sans-abri cachés – ceux qui peuvent résider dans des implantations inadéquates comme des bidonvilles, les squatters dans des édifices sans intention de résidence, cyberhospitalité avec des amis et familles et ceux qui déménagent souvent.

Il est estimé que 235,00 Canadiens ont l'expérience d'être sans-abri durant l'année, avec plus que 35,000 Canadiens sont sans-abri n'importe quelle nuit. Entre 13,000 et 33,000 Canadiens sont chroniquement sans-abri. La majorité des sans-abri restent dans soit des abris d'urgence soit dans des accommodations provisionnelles, tandis que 5,000 sont complètement sans-abri. (Homeless Hub, 2014).

Nos avant-mères et nos ancêtres nous enseignent ce que nous savons déjà. Nous comptons sur les grandes traditions. Les traditions sont les fondements solides qui nous rassurent que nous faisons les bonnes choses. Les traditions nous démontrent comment et ce que nos ancêtres ont fait dans le passée mais surtout les traditions nous enseignent le pourquoi de leurs actions. Il est de même pour les sans-abri. Traditionnellement la responsabilité de fournir logement était de la part de la famille et de la communauté Jane Jacobs dans son livre *Dark Age Ahead* démontre comment la famille et la communauté sont menacés sérieusement. La famille était l'endroit d'une atterrissage en toute sécurité ou chacun et tout le monde étaient acceptés tels qu'ils étaient, la tante ou l'oncle excentrique, la sœur ou frère alcoolique, sœur ou frère détenu; la famille était l'école pour apprendre le raison pour bien vivre. La communauté était la plus fort supporteur. Nos institutions éducationnelles et religieuses sont les gardiens de nos traditions même quand nous sommes obligés de creuser plus profondément dans leurs trésors pour en trouver les secrets séduisants.

Aujourd'hui nous avons perdu notre confiance dans nos institutions et ça pourra être pour des bonnes raisons. Nos institutions sont les gardiens des traditions ceux qui nous enseignent comment faire les choses droites. Aujourd'hui la maladie mentale est souvent mentionnée come cause de la sans-abri, la pauvreté et l'isolation secondes proches. Pour découvrir les causes de sans-abri est qu'une partie

de la solution. La compréhension du sans-abri commence avec une compréhension de notre humanité. Martin Buber a écrit: Nous sommes comme les arbres. Si quelqu'un est debout devant un arbre et le regarde sans cesse .pour voir comment il grandit, de voir l'ampleur de sa croissance, elle ou lui ne verront rien. C'est de le tendre toujours, tailler les grimpeurs, de le sauvegarder des coléoptères et vers, et -- tous à temps – il va entrer dans sa croissance. Il n'est pas bien d'examiner une femme ou un homme heure après heure pour voir combien a déjà été ajouté à sa stature. Pourquoi sans –abri? Chaque femme ou homme, n'importe leur âge, ont leurs propres histoires à raconter et pas deux sont les mêmes. Pourquoi? Pourrait-il que nous cherchons les solutions pour les sans-abri quand les vraies solutions n'existent pas juste à ce que nous nous voyons comme faisant partie du problème. La tradition le décrit en peu de mots: ne fais pas à autrui ce que tu ne voudras pas qu'on te fasse. Le Pape François en conq mots : Qui suis-je pour le juger? Nous aurons des cœurs agités jusqu'ils soient à repos regardant un arbre, non pas en attente qu'il soit d'autre chose un jour, mais pour ce qu'il est aujourd'hui.

- Père John Walsh, Chef du Conseil d'Administration.

Nos aidants silencieux

«Ça fait 20 ans que je fais ça. Dieu a ouvert la voie et à chaque fois, je suis si contente, si heureuse de faire quelque chose comme ça. Je ne fais que venir et donner un coup de main, je passe du temps avec les gars et ils sont tous très gentils. Ce que j'aime le plus est de les entendre, d'entendre ce qu'ils ont à dire.» - Molly, bénévole depuis 20 ans

«En mars 2011, Sally, mon golden retriever de huit ans alors, et moi, avons rejoint Therapeutic Paws of Canada dans le but de pouvoir visiter ma mère dans sa résidence de soins prolongés. Pendant l'été 2011, je me suis fait demander si nous serions capables de visiter Nazareth House. Sally a traversé le pont arc-en-ciel à douze ans, mais après une petite pause, j'ai repris mes visites bimensuelles avec Jackson. Quand la Maison Anne a ouvert, il m'a semblé naturel d'y faire des visites aussi. Quand j'ai débuté à Nazareth House, j'en savais peu sur leur travail, mais depuis le temps que j'ai été associée à la Communauté Nazareth, j'ai vu la famille qui est nourrie et soutenue et le soin et la compréhension démontrés aux résidents des deux Maisons. J'apprécie mes visites et j'espère que Jackson et moi ensoleillons les journées des autres, parce que c'est ce que mes visites m'apportent.»

-Marianne Peto, Zoothérapie



Étudiants Sacred Heart

Étudiants Loyola



«Ça avait un impact d'entendre d'où venaient les résidents ... ils avaient une vie normale jusqu'à ce que les événements les aient changés.»

- Daniel, Anthony, Luca, Hamen (Photo gauche)
- Benjamin, Connor (Photo droite)

Nos aidants silencieux

«Ma carrière était dans le Génie des coûts et l'estimation industrielle et l'industrie métallurgique. Avant ma retraite, j'ai constaté un grand besoin de bénévolat dans Montréal en général. En 2012, Wendy De Souza de la Paroisse St John de Brebeuf m'a présenté au personnel de la Maison Nazareth pour du bénévolat, et j'y donne mon temps depuis. Je suis continuellement inspiré par notre paroisse St John de Brebeuf ici à Lasalle; ils ont un groupe vibrant et dédié de bénévoles qui offrent différents services dans la communauté. Ce qui m'a aussi inspiré à faire du bénévolat, c'est le nombre de personnes qui vont dans leurs activités de bénévolat quotidiennes, jour après jour, année après année, et qui ne se dissocient pas de leur communauté mais savent dans leur cœur qu'ils font quelque chose de bien pour améliorer la vie des autres.»

-Bernie

Femmes averties

«Femmes averties est un organisme établi par des victimes de violence conjugale. Nous offrons une porte ouverte de soutien, d'affirmation, de chaleur et d'aide tangible. Nous sommes parfois la première étape pour les femmes, parfois le soutien à long terme à la fin de leur parcours. Lorsque vous entrez, nous ne donnons pas une impression clinique, ce qui est la clé du processus de guérison. Nos groupes de soutien, nos services sur demande, notre ligne téléphonique d'aide et nos accompagnements à la cour sont structurés pour promouvoir un sentiment d'appartenance et apporter de la chaleur, de l'affirmation et une aide concrète.» **Junie, co fondatrice**



SOUPE CAFÉ

«Une fois par mois, j'organise un groupe de 7 à 8 personnes qui viennent à la résidence préparer un repas pour les résidents. Chaque personne contribue entre 20 et 25 dollars pour payer les ingrédients. Je prépare le menu, j'achète les ingrédients et fournis les recettes. Ensemble, nous préparons un repas trois services et nous le servons. C'est gagnant-gagnant, parce que les résidents ont un repas préparé avec amour et les participants se sentent inspirés par les résidents, et quittent avec un sens de la communauté et une plus grande conscience de l'itinérance et des problématiques de santé mentale.»

Jeannine Scott, Fondatrice et nutritionniste



Soupe Café

L'accumulation compulsive, une préoccupation grandissante

Une des nombreuses façons que notre communauté favorise le bien-être de ses résidents est en s'assurant que les employés soient informés des approches innovantes dans le domaine des soins. Par conséquent, en mars 2018, Alicia et Emmanuelle ont assisté à la première conférence québécoise sur le Syndrome de Diogène. La conférence a mis en évidence que l'accumulation peut être un défi pour toutes les personnes impliquées. Les personnes qui vivent avec ce trouble connaissent une immense détresse à l'idée de se séparer de leurs biens, peu importe leur valeur objective. Par conséquent, leur espace de vie peut être encombré, ce qui représente un risque d'incendie. L'accumulation compulsive vient généralement d'expériences liées aux traumatismes et/ou d'une histoire de relations difficiles avec les autres. Les meilleures pratiques pour approcher les personnes qui vivent ce syndrome pour les intervenants consistent à travailler avec la personne pour comprendre les motivations derrière les comportements, et soutenir la personne pendant des mois et des années pour libérer l'espace.

«Pour moi, prendre soin de moi c'est de me faire dorloter pendant les Lundis beauté à la Maison.»

- Emilia, résidente

Les Lundis beauté sont généreusement offerts par Ardène

Le groupe de positivité

Le groupe de positivité est un groupe d'expérience partagée entre le résident et le travailleur, dans lequel des citations positives et leurs significations subjectives sont partagées dans un environnement sécuritaire. Un élément essentiel du groupe est de donner l'occasion pour l'intuition positive dans laquelle les résidents partagent leur expérience ou leur compréhension des citations inspirantes. Les femmes arrivent chaque samedi matin dans la salle communautaire, déjà souriantes en prévision du groupe. La Maison Anne est un environnement qui croit fermement dans l'efficacité et l'importance des pratiques du soin de soi, et ces bénéfiques sont reconnaissables dans ces sessions bien courues.

«Le soin de soi est le yoga. Je suis tellement heureuse de voir le yoga dans les deux Maisons, parce qu'en tant qu'enthousiaste du yoga moi-même, c'est une excellente façon de maintenir l'équilibre et le bien-être.»

Sheila Woodhouse, Directrice

LA VALEUR DU SOIN DE SOI

Médecins du Monde

Médecins du Monde Canada reconnaît la vulnérabilité des travailleurs du domaine des services humaines qui connaissent l'épuisement professionnel, ce qui est souvent le cas pour les travailleurs du milieu communautaire et des services sociaux. Afin d'adresser cette problématique et d'offrir du soutien préventif, Médecins du Monde a établi leur programme Aider ceux qui aident. Une fois par mois, Dr Saulnier rencontre notre personnel à l'une des maisons pour offrir du soutien, discuter de situations complexes qui peuvent apporter une charge émotionnelle et mentale sur notre personnel et donner l'occasion au personnel d'adopter des habitudes de soin de soi. Les Maisons Nazareth et Anne apprécient le soutien communautaire réciproque que Médecins du Monde Canada fournit et comprend qu'aider est une expérience partagée.

«Une partie du soin de soi est de laisser aller le contrôle que tu penses avoir, et simplement accepter les choses pour ce qu'elles sont»

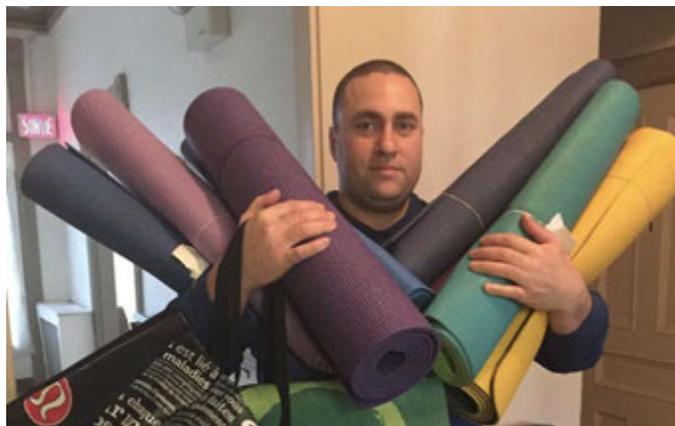
- Kendra, étudiante et stagiaire



Une œuvre d'art du groupe de positivité



Le programme de proximité en Arts de l'Université Concordia



Un don généreux d'équipement de yoga de Lululemon et la Fondation Mala.