

FRP Newsletter 2019



Mission

Educating youth & young adults from the Quebec City region about the dangers of substance abuse, and responding to the needs of those struggling with addiction. We

encourage youth to stay in school, stay at home and stay sober. Since its inception in 1996, the Program has dealt with over 1000 youth and 90 so far this year.

Services All our services are offered **free of charge**.

Education and awareness activities:

- presentations to elementary and high school students
- interventions with at-risk students

Addiction recovery services:

- twice-weekly group support meetings
- supervised after-school homework clinic & drop-in centre
- 24-hour crisis response
- individual counselling sessions
- weekend trips to our camp where youth learn to have fun without consuming mind-altering substances
- support services to the parents of addicted youth

Clientele We continue to help clients with substance abuse issues and lacking fundamental coping skills. We have also seen an increase in the number of young addicts suffering from depression and anxiety disorders, and living in difficult situations.

Bursary Programs We have 3 bursary programs for clients pursuing their education, the Hazel Breakey Summer Employment Bursary Fund, the Sister Paule Cantin Education Fund, and the Frank Langlois Bursary Fund.

Camp It has always been our belief that a change of environment away from the weekend temptations of drugs and alcohol is essential in helping young people remain sober. The camp is a safe place where clients receive help to deal with their addiction and learn to implement new coping behaviors. In order to better accommodate a greater number of clients, a second camp was purchased adjacent to the original camp. Clients repeatedly emphasize the important role the camp plays in their recovery.

Volunteers The FRP is extremely grateful for the countless hours volunteered by professionals from within the community. In return, many of our clients volunteer at community events, thereby showing that they can become productive members of society.

Management The FRP is governed by a voluntary Board of Directors composed of nine individuals from the community and is managed by an Executive Director.

Donations We are funded by donations from foundations, organizations and individuals. The FRP is very grateful to everyone for their continued support. Receipts for income tax purposes are issued upon request for donations.

Future The FRP is currently working with a consultant to help us develop and implement a strategic plan of action for the sustainability and perennity of the FRP. Our goal: ensure that the FRP continues to provide innovative, effective and client-focused services well into the future.

There is no shame in being a drug addict. The only shame is refusing to do something about it. There is no person walking the face of the earth who demonstrates more courage, dignity and integrity, on a daily basis, than an addict in recovery.

Client stories (names changed to protect anonymity).

Justine

Justine came to us a year and a half ago when she was 14 years old. Learning difficulties made school quite a challenge for her and, at home, her parents were almost never there. When they were, they were either high, drunk or, both. Her social life consisted of hanging around with friends and getting high. Justine was doing well in our program and was able to maintain several months of sobriety but she left to be with her friends again. Her situation quickly took a turn for the worst. She quit school and her consumption increased dramatically. Unable to keep a job, Justine resorted to getting her hands on anything cheap to get drunk, including mouthwash and hand sanitizer. In desperation, she returned to the FRP hoping to get back the sobriety that she had before and searching for happiness. It is a real struggle for her to get sober this time. It is always harder when someone comes back from a slip. But, Justine is a nice girl, she has a good set of values and is one of the politest people you could ever meet. We must never, ever give up on anyone.

Brad

Brad first came to the program when he was 15. He had done it all. Alcohol, weed, cocaine, anything that he could get his hands on. He told us that his drug of choice was whatever was available at the time. He was no stranger to street fights and he was no stranger to the police either. Things were really not going well at school. He had been suspended on numerous occasions and was told that he would never amount to anything. It was a struggle for him to get sober. He often slipped in between meetings. The party lifestyle always drew him back. At one point he decided that he was unable to stay sober and we didn't see him for a couple of years. Then one day he showed up at one of our meetings, haggard, beaten down by drugs and living in the streets. He said that he knew that he would die if he continued to use. He surrendered to his battle with drugs. He knew he couldn't win. He knew that he could not afford to see his using friends again. He followed every piece of advice that we gave him. After a few months of sobriety he said that the people he used with were never really friends, just using buddies. Brad was back on his feet. Today he has a successful career, is happily married and is the proud father of a baby girl.

There are many more stories like these ...stories of struggles, courage and success.

The number of young people whose lives have been positively changed confirms the need for the FRP. Our goal is to build on the success of the past so that many more young adults may benefit.

When asked why they want to get sober, clients answered:

- 'I want my parents to trust me again.'
- 'I want to do better in school.'
- 'I want to be truly happy.'
- 'I don't want to numb my emotions with drugs and alcohol.'
- 'I want a foster family to accept me.'
- 'I want to be a good role model for my younger siblings.'

Fraser Recovery Program

675, Marguerite-Bourgeoys, bureau 300
418-527-5858 | frp.quebec@gmail.com | www.thefrp.org
Facebook : Fraserrecoveryprogram



Mission Sensibiliser les jeunes de la région de Québec aux dangers liés à l'abus de drogues et d'alcool et répondre aux besoins de ceux et celles qui sont aux prises avec un problème de dépendance. Nous encourageons les jeunes à poursuivre leurs études, à demeurer dans leur milieu de vie et à s'abstenir de consommer. Depuis sa création en 1996, le Programme de réhabilitation Fraser (PRF) est venu en aide à plus de 1000 jeunes, dont 90 cette année.

Services Tous les services sont offerts **gratuitement**.

Activités de sensibilisation et de prévention:

- Présentations dans les écoles primaires et secondaires
- Interventions auprès des élèves à risque

Services de réhabilitation:

- Rencontres de groupe de soutien deux fois par semaine
- Service d'aide aux devoirs après l'école & halte-accueil
- Service d'intervention d'urgence 24/24 7/7
- Séances de consultation individuelle
- Séjours de fin de semaine au camp, où les jeunes apprennent à s'amuser sans avoir recours aux substances psychotropes
- Service de soutien aux parents dont les jeunes souffrent d'une dépendance aux drogues ou à l'alcool

Clientèle Nous continuons d'aider des jeunes qui ont des problèmes d'abus de substances et qui sont complètement dépourvus d'habiletés d'adaptation. Nous avons également observé un nombre croissant de jeunes toxicomanes qui souffrent de dépression ou de troubles d'anxiété et qui vivent dans des conditions difficiles.

Programmes de bourses d'études Nous avons actuellement trois programmes de bourses d'études destinés aux jeunes qui veulent poursuivre leur éducation : la bourse d'emploi estival Hazel Breakey, le fonds d'éducation Sœur Paule Cantin et la bourse d'études Frank Langlois.

Camp Nous avons toujours été profondément convaincus qu'un changement d'environnement le week-end, alors que les tentations sont fortes de se tourner vers la drogue et l'alcool, est essentiel pour aider les jeunes à rester sobres. Le camp est un endroit sécuritaire où les participants reçoivent le soutien nécessaire pour les aider à lutter contre leur dépendance et pour leur apprendre à développer de nouveaux comportements. Afin d'accommoder un plus grand nombre de personnes, un deuxième camp a été acquis tout près du camp d'origine.

Bénévoles Le PRF désire exprimer sa reconnaissance aux professionnels de la communauté pour les innombrables heures de travail bénévole qu'ils consacrent à notre organisation. En retour, bon nombre de nos bénéficiaires se portent volontaires pour des événements communautaires, ce qui démontre que des toxicomanes peuvent devenir des membres dynamiques et productifs de notre société.

Administration Le PRF est régi par un conseil d'administration bénévole, composé de neuf personnes de la communauté, et est administré par un directeur exécutif.

Dons Notre financement provient de contributions de la part de fondations, d'organismes et de particuliers. Le PRF est reconnaissant pour leur appui soutenu. Un reçu aux fins du calcul de l'impôt sera émis sur demande pour les dons.

Avenir Le PRF travaille actuellement avec un consultant pour nous aider à élaborer et à mettre en œuvre un plan d'action stratégique pour la durabilité et la pérennité du PRF. Notre objectif: veiller à ce que le PRF continue de fournir des services novateurs, efficaces et axés sur le client.

Il n'y a pas de honte à être alcoolique ou toxicomane. La seule honte est de refuser de prendre les moyens pour s'en sortir. Personne sur cette terre ne démontre plus de courage, de dignité et d'intégrité au jour le jour que l'alcoolique ou le toxicomane en voie de réhabilitation.

Témoignages de nos participants (les noms ont été changés pour protéger l'anonymat).

Justine

Justine est venue nous voir il y a un an et demi, à l'âge de 14 ans. Ses difficultés d'apprentissage ont fait de l'école un défi de taille pour elle et, à la maison, ses parents n'y étaient presque jamais. Quand ils y étaient, ils étaient soit drogués, ivres, soit les deux. Sa vie sociale consistait à traîner avec des amis et à se défoncer. Justine allait mieux dans notre programme et a pu rester abstinente pendant plusieurs mois, mais elle est repartie retrouver ses amis. Sa situation a rapidement pris un mauvais tournant. Elle a quitté l'école et sa consommation a considérablement augmenté. Incapable de garder un emploi, pas d'argent, elle buvait du rince bouche et du désinfectant pour les mains pour assouvir son besoin. Désespérée, Justine est revenue chez PRF dans l'espoir de retrouver la sobriété qu'elle avait auparavant et de rechercher le bonheur. C'est un vrai combat pour elle de rester sobre cette fois-ci. C'est toujours plus difficile quand quelqu'un essaye de se reprendre et de revenir aux réunions. Mais Justine est très gentille avec de bonnes valeurs, elle est l'une des personnes les plus polies que vous puissiez rencontrer. Nous ne devons jamais, au grand jamais abandonner quelqu'un.

Brad

Brad est arrivé au programme à l'âge de 15 ans. Il avait tout essayé. L'alcool, le cannabis, la cocaïne et tout ce qu'il lui tombait sous la main. Il nous a dit que sa drogue de prédilection était tout ce qui pouvait être disponible. Il n'était pas étranger aux combats de rue et était connu par la police. Les choses allaient mal à l'école. Il a été suspendu plusieurs fois et on lui avait dit qu'il ne réussirait jamais dans la vie. C'était une lutte pour lui de devenir abstinente. Il rechutait souvent entre les réunions. Faire la fête l'a toujours attiré et ramené à son point de départ. À un moment donné, il a décidé qu'il était incapable de rester sobre et nous ne l'avons pas vu pendant deux ans. Puis un jour, il s'est présenté à l'une de nos réunions, hagard, abattue par la drogue et vivant dans la rue. Il a dit qu'il savait qu'il mourrait s'il continuait à consommer. Il a renoncé à combattre la drogue. Il savait qu'il ne pourrait pas gagner et qu'il ne pourrait plus se permettre de revoir ses amis qui se droguaient. Il a suivi chaque conseil que nous lui avons donné. Après quelques mois de sobriété, il nous a révélé que les personnes avec lesquelles il se tenait n'ont jamais vraiment été des amis, mais uniquement des copains consommateurs. Brad s'est remis sur pieds. Aujourd'hui, il a une brillante carrière, il est marié et est l'heureux père d'une petite fille.

Il y a beaucoup d'autres récits comme ceux-ci...des histoires de luttes, de courage et de succès.

La quantité de jeunes dont la vie a changé de façon dramatique à la suite de leur passage chez nous confirme que le PRF répond à des besoins essentiels. Notre but est de nous appuyer sur les réussites du passé afin que de nombreux autres jeunes puissent profiter d'une vie meilleure.

Lorsqu'on leur demande pourquoi ils veulent cesser de consommer, nos participants répondent :

- « Je veux que mes parents retrouvent leur confiance en moi. »
- « Je veux mieux réussir en classe. »
- « Je veux être heureuse et ne pas avoir recours aux drogues pour atteindre le bonheur. »
- « Je veux être accepté par une famille d'accueil. »
- « Je veux servir d'exemple à mes jeunes frères et sœurs. »

Programme de réhabilitation Fraser
 675, Marguerite-Bourgeoys, bureau 300
 418-527-5858 | frp.quebec@gmail.com | www.thefrp.org
 Facebook : Fraserrecoveryprogram