



Rapport d'activités 2021

Centre
Univers Soi

Janvier 2022



CENTRE
Univers Soi

Centre Univers Soi - Mot de la présidente

C'est avec beaucoup de plaisir que je vous présente le premier rapport d'activités du *Centre Univers Soi*.

La création du Centre a été un appel que j'ai ressenti il y a plusieurs années, mais ce n'est qu'en 2020 que le tout s'est mis en place.

Je rêvais d'un Centre multi disciplinaire, c'est-à-dire un centre où plusieurs approches allaient mettre leurs connaissances et leurs expériences en commun pour venir créer de nouveaux modes d'intervention auprès des gens.

Évidemment, un Centre de cette envergure ne pouvait se réaliser seul. Il y a toute une équipe de personnes engagées et désireuses de voir naître ce projet et c'est avec beaucoup de gratitude et d'amour que j'œuvre avec ces personnes dans la réalisation et le développement du Centre.

Je crois sincèrement que ce Centre multi dimension saura répondre aux besoins des personnes désireuses d'amorcer des transformations durables dans leur vie ou bien, elles viendront au Centre simplement pour rencontrer et trouver des personnes qui vibrent à la même fréquence qu'eux.

Le Centre se veut un espace où on aura le goût de venir se déposer, échanger, découvrir, évoluer, vibrer et être.

Tous ensemble!



Centre Univers Soi - Son histoire

Le Centre a vu le jour il y a plusieurs années dans le cœur de la fondatrice. Cette dernière chérissait l'idée de trouver un endroit où on offrirait une formule d'accompagnement personnalisé intégrant une multitude de services.

Elle avait mis de côté ce projet devant l'ampleur des efforts à y consacrer. Le moment n'était pas venu.

C'est à l'été 2020 que le projet a refait surface pour être enfin concrétisé. Et, cette fois-ci, c'était pour de vrai. Des démarches ont alors été initiées afin de former une équipe qui désirerait, comme elle, créer un monde meilleur en mettant l'accent sur la dimension humaine. C'était le début d'une grande aventure.

Le Centre a d'abord été en gestation, nourrissant des idées, des rêves et des ambitions. C'est en janvier 2021 que le Centre a obtenu ses lettres patentes et une existence légale. Le *Centre Univers Soi* est né.

L'intégration du Centre s'est faite progressivement en investissant temps et argent pour lui donner une existence propre. Le Centre avait une identité, un logo qui lui donnait son caractère unique.

Le Centre a commencé à offrir des activités à la communauté au début du mois de mai 2021. Tout timidement en virtuel, et par la suite plusieurs activités en présentiel à l'extérieur. Depuis l'automne, les activités se passent à l'intérieur à différents endroits dans la ville de Québec.



Plusieurs activités ont été offertes : techniques de respiration, yoga, méditation, randonnées dans les parcs de la ville de Québec, pique-nique familial, cercles de parole pour jeunes femmes et jeunes hommes, voyage sonore et différents ateliers de libération et de mieux-être.

À la fin de l'année 2021, le Centre avait créé un conseil d'administration de sept personnes, 22 membres, plus d'une centaine de participations aux différentes activités, 400 abonnés *Facebook* et une centaine de personnes abonnées à

l'infolettre.

Voilà comment s'est déroulé la première année d'opération du Centre Univers Soi.



Centre Univers Soi - Sa raison d'être

Le *Centre Univers Soi* se veut un centre intégré pour le développement personnel et mieux-être.

Le *Centre Univers Soi* a comme mission d'accompagner les personnes en quête de sens et de mieux-être dans leur cheminement personnel en valorisant la dimension humaine pour le plus grand bien de tous.

Les valeurs du Centre sont :

L'écoute : Un temps d'arrêt, une oreille attentive et bienveillante, sans jugement, dans l'accueil de soi, dans l'accueil de l'autre, en toute simplicité.

L'amour : Le berceau de notre cœur, où s'abrite l'âme, qui offre à chacun un espace précieux pour échanger et partager.

L'humilité : Le dévoilement en toute humilité de ce que nous sommes, sans attente ni jugement pour servir l'autre, dans le respect de la vérité et la dignité de chacun.

L'engagement : Faire le choix conscient de contribuer et de s'impliquer envers soi-même pour un mieux-être et amorcer une transformation dans sa vie.

La reconnaissance : La grâce d'honorer le divin qui expérimente la vie sur terre à travers chaque être humain.

La conscience : La présence à soi en observant ses pensées, ses actions, ses ressentis afin de prendre le recul nécessaire pour mieux définir la relation face à soi-même et à tout ce qui nous entoure.

La communauté : La force d'un groupe qui s'entraide, se relie et se soutient pour apprendre et grandir à l'unisson.

Centre Univers Soi - Son nom

Le Centre porte le nom de : *Centre Univers Soi*

Il y a plusieurs symboliques rattachées au nom du Centre.

Les voici :

Centre : le mot centre fait référence à un lieu dédié à une activité particulière. Le centre est le point milieu et il fait référence à revenir en son centre, cet espace d'équilibre en soi.

Univers : l'Univers représente l'ensemble de tout ce qui existe et de tous les possibles. Il se décline en deux parties : « uni » pour uni à soi, uni aux autres, uni au Tout. « Vers » pour aller vers soi, aller vers l'autre.

Soi : le « s » fait référence au 8, ce lien entre le Ciel et la Terre. Le « o » dans sa symbolique représente l'éternité, un cercle qui n'a pas de fin, l'union du yin et du yang. Et le « i » représente l'individu.

Et Univers Soi s'écrit avec deux lettres majuscules le **U** et le **S**. « US » mot anglais qui veut dire nous en français.

Au global, le *Centre Univers Soi* offre de revenir à soi, en pleine conscience de qui on est et de tout ce qui existe.

Centre Univers Soi - Son image

Le **cercle** dans sa symbolique représente l'Univers, l'infiniment grand, symbole de la vie et d'une approche holistique. C'est aussi le symbole de l'infini, de la divinité, de l'harmonie, du naturel et de la perfection.

Le **soleil** par son rayonnement évoque le déploiement, l'expansion, l'énergie.

Le **chemin** symbolise le cheminement de la personne, sa route vers un état de mieux-être. L'équilibre est évoqué par la forme circulaire - équilibre entre la terre et le ciel.

Les **étoiles** percent la nuit et brillent dans l'obscurité. Les étoiles sont un signe d'espoir qui permet à ceux qui cherchent de trouver leur chemin.

L'**étoile centrale** du soleil représente l'humain au cœur du processus. L'étoile supérieure représente son ascension vers un état de bien-être et d'autonomie.

Au global, le *Centre Univers Soi* offre de cheminer en pleine conscience vers cet état supérieur de soi-même, être infini et illimité!



Centre Univers Soi - Sa gouvernance

La gouvernance du Centre est assurée par un conseil d'administration (CA) qui s'est donné comme mandat d'assurer le développement du Centre et de veiller à ce que la mission, la vision et les valeurs soient respectées et partagées. Les membres du conseil forment aussi l'équipe de coordination et se réunissent régulièrement afin de se partager les différentes tâches à accomplir et échanger sur les différents dossiers.

Noms des administrateurs

Le premier conseil d'administration a été nommé jeudi le 30 septembre 2021 pour une période de deux ans ou trois ans afin d'assurer la pérennité de la gouvernance.

- Lily Morin, présidente
- Sylvie Beaulieu, vice-présidente
- Jacques Bélanger, trésorier
- Christophe Gagné, secrétaire
- Julie Allaire, administratrice
- Danielle Durand, administratrice
- Patricia Poulin, administratrice



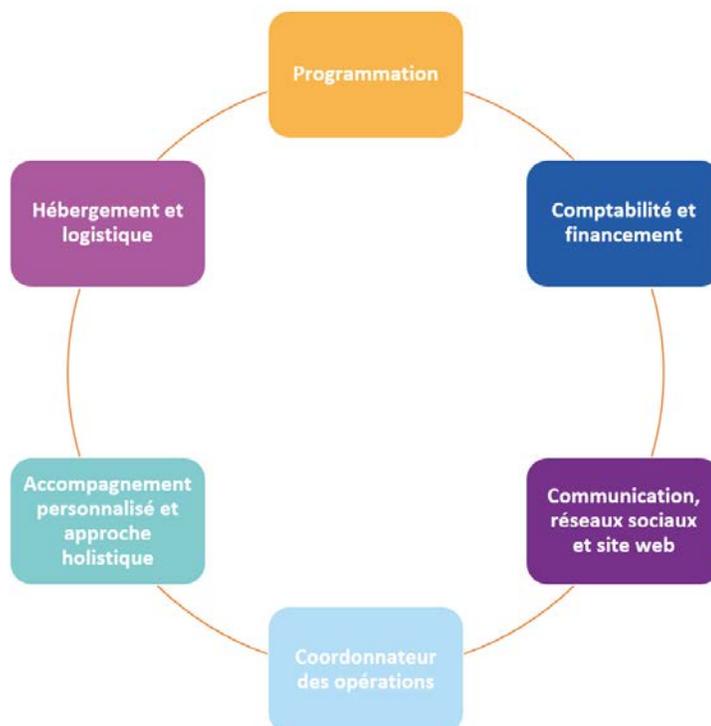
Centre Univers Soi - Sa structure

Le Centre utilise une formule de gestion basée sur la collaboration et l'échange. Même si cette formule n'est pas encore très répandue, le Centre a le goût d'y consacrer temps et effort. Le Centre croit que l'avenir appartient à ceux qui sauront s'adapter aux nouvelles réalités et créer un espace où toutes les personnes se sentiront respectées et valorisées.

Pour ce faire, le Centre a un organigramme circulaire où chacun est responsable d'un secteur d'activités. Tous doivent collaborer les uns avec les autres, dans le plaisir, la bienveillance et le respect des idées et des différences. C'est tout un défi, mais le Centre y croit profondément. Tous adhèrent avec joie à ce nouveau concept!

L'organigramme du *Centre Univers Soi* ressemblera à l'image ci-dessous lorsque tous les services seront en fonction. Depuis décembre 2021, seulement quelques secteurs sont actifs, comme la programmation, la comptabilité, les communications et réseaux sociaux. Beaucoup reste à faire.

Organigramme opérationnel du Centre Univers Soi



Centre Univers Soi - Sa conscience durable et humanitaire

Le *Centre Univers Soi* contribue au développement d'une conscience durable et humanitaire. En ce sens, il veut non seulement mettre de l'avant des programmes d'accompagnement et des services répondant aux besoins des divers usagers, mais ses actions visent également à outiller ces personnes afin qu'elles deviennent autonomes et maîtres de leur destinée.

Une conscience durable est une conscience qui contribue à l'évolution de l'humanité et à son éveil, se connecte à son essence véritable d'être et cherche à développer son plein potentiel.

Une conscience humanitaire reconnaît que chaque être humain dispose de toutes les ressources nécessaires pour rayonner la joie, la liberté, la lumière et devenir maître de sa destinée.

Pour que cette conscience soit durable, elle doit accepter la dualité en soi et autour de soi, de naviguer dans le chaos, de se libérer des poids qu'elle traîne, de transcender les blessures émotionnelles et les croyances limitantes, de donner un sens à la vie, de reconnaître la voix de l'ego et celle de l'âme pour que s'amorce un processus de transformation durable.

Une conscience durable et humanitaire aura un impact important sur notre propre vie, notre travail, nos relations, nos familles et tout ce qui nous entoure. C'est une merveilleuse façon de rayonner!

Et comme le disait Gandhi :

« Soyons ce changement que nous voulons voir dans le monde ».

Centre Univers Soi - Ses ambitions

La vision du *Centre Univers Soi* pour cette année qui commence est d'offrir un espace d'interaction et de ressourcement dans un climat de bienveillance à tous ceux qui recherchent l'équilibre.



Pour 2022, le Centre poursuivra son développement et augmentera sa visibilité. Pour ce faire, il maintiendra les activités déjà en place et, si les conditions le permettent, augmentera son offre de service. Dès le retour du printemps, le Centre reprendra l'habitude de tenir ses rencontres à l'extérieur de façon à augmenter sa visibilité.

Trois grands axes seront priorisés pour l'année en cours :

- 1- Une façon d'augmenter sa visibilité est d'être plus présent sur le web. Pour ce faire, le Centre a embauché une personne responsable des communications et des réseaux sociaux. Le mandat qui lui est confié est celui de créer et de publiciser le Centre sur les réseaux sociaux *Facebook* et *Instagram*, de mettre en place et de rédiger l'infolettre, de participer à la conception et à la mise en ligne du site web en plus de contribuer à la conception et à la production de matériel publicitaire.
- 2- Dès mars 2022, le Centre sera locataire d'un espace pour dispenser ses services d'accompagnement personnalisé. Un tout nouveau concept, une toute nouvelle offre qui alliera le coaching PNL et les approches holistiques, un amalgame unique pour amorcer une transformation en profondeur et permanente.
- 3- Le Centre développera un progr'Âme personnalisé qui contiendra des enseignements sur le fonctionnement de l'être humain, des exercices pratiques, de la réflexion individuelle, de l'observation, des échanges et des méditations guidées ou non afin que chacun découvre l'être extraordinaire qui l'habite.



Découvrez qui vous êtes et aimez ce que vous découvrez!

Centre Univers Soi – États financiers

Centre Univers Soi
État des résultats
Pour la période du 20 janvier au 31 décembre 2021

Revenus

- Revenus d'activités	2 472 \$	
- Contributions volontaires activités	4 296 \$	
- Carte de membre	2 200 \$	
- Contributions des administrateurs	<u>5 546 \$</u>	
- Total revenus		14 514 \$

Dépenses

- Frais de bureau	697 \$	
- Publicité et communication	3 761 \$	
- Location de salle	136 \$	
- Honoraires des enseignants	<u>520 \$</u>	
- Total dépenses		<u>5 114 \$</u>

Surplus **9 400 \$**

Notes :

- Les revenus d'activités sont principalement des contributions volontaires des participants. Seules quelques activités ont une tarification fixe.
- Le coût de la carte de membre est de 100\$ et est valide jusqu'au 31 décembre 2022.
- La principale dépense de l'année 2021 est l'image de marque avec la production de son logo (près de 3 500\$).

Centre Univers Soi – États financiers

Centre Univers Soi
Bilan
Au 31 décembre 2021

Actif

- Caisse Populaire Desjardins	414 \$
- Banque Nationale	5 363 \$
- Petite caisse	<u>4 037 \$</u>

Total de l'actif **9 814 \$**

Passif et Capitaux

Passif

- Fonds de soutien financier	414 \$
------------------------------	--------

Capitaux

- Surplus	<u>9 400 \$</u>
-----------	-----------------

Total du passif et de l'avoir **9 814 \$**

Notes :

- Le fonds de soutien financier est un fonds mis à la disposition des clients qui n'ont pas les moyens financiers pour des accompagnements personnalisés.

Approbation des états financiers par le Conseil d'administration en date du : 20 janvier 2022


Sylvie Beaulieu, Vice-Présidente


Jacques Bélanger, Trésorier