

Rapport  
annuel  
2019-2020



Association des parents et amis  
de la personne atteinte de  
maladie mentale – Rive-Sud (APAMM-RS)

## Coordonnées

**Association des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale – APAMM-RS**

10 boulevard Churchill, suite 206

Greenfield Park (Qc) J4V 2L7

**Téléphone : 450.766.0524**

Site Web : [www.apammrs.org](http://www.apammrs.org)

Courriel : [info@apammrs.org](mailto:info@apammrs.org)



*apammrs*



**Rédaction, conception et infographie** - Patricia Arnaud  
**Correction des textes** – Monique La Grenade, Guy Savoie,  
Danièle Bédard et Patricia Arnaud

## Table des matières

COORDONNÉES.....	1
PRÉSENTATION DE L'APAMM-RS .....	3
TERRITOIRE COUVERT PAR L'APAMM-RS .....	4
ÊTRE UN ORGANISME D'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME .....	5
OBJECTIFS ET STRATÉGIES .....	6
STRUCTURE ORGANISATIONNELLE .....	6
GOVERNANCE.....	7
ADMINISTRATEURS.....	8
PERMANENCE.....	9
BÉNÉVOLAT .....	9
RESSOURCES HUMAINES CONTRACTUELLES.....	10
RÉALISATIONS AUPRÈS DES FAMILLES ET DE LA POPULATION .....	10
ÉVALUATION DES SERVICES ET COMMENTAIRES D'UTILISATEURS .....	12
PRÉSENCES AUPRÈS DES PARTENAIRES 2019-2020 .....	13
PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL AUX EMPLOYÉES.....	14
FAITS SAILLANTS FINANCIERS .....	15
ÉTAT DES RÉSULTATS .....	16
MOYENS DE FINANCEMENT.....	16
RISQUES ET OPPORTUNITÉS .....	17
PERSPECTIVES D'AVENIR.....	18
PRIORITÉS POUR 2020-2021 .....	18
CONCLUSION DE LA DIRECTRICE .....	19
MON INTRODUCTION.....	20
ANNEXE : TABLEAU DES STATISTIQUES 2019-2020 .....	21

## Présentation de l'APAMM-RS

Depuis 1981, l'APAMM-RS a pour **mission** de regrouper les membres de l'entourage (enfants, adultes et aînés) d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme de services de soutien et ce, afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel.

Afin de réaliser sa mission, l'Association offre des **services** psychosociaux, des activités d'information, des groupes de soutien et d'entraide, des activités de formation, de sensibilisation, ainsi que des mesures de répit-dépannage.

<b>Interventions psychosociales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interventions individuelles, de couples et familiales où l'aide est reliée au soutien, à la communication, à la résolution de problèmes ou à la référence.</li> </ul>
<b>Activités d'information</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conférences permettant la transmission de renseignements sur tous les aspects reliés aux différentes problématiques. Information via les demandes téléphoniques, le site web, l'infolettre, facebook, instagram, etc.</li> </ul>
<b>Groupes de soutien et d'entraide</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activités consistant en des moments d'entraide entre pairs, accompagnées d'une animation de soutien.</li> </ul>
<b>Activités de formation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Activités d'éducation permettant aux participants d'acquérir certaines connaissances, habiletés et/ou attitudes en lien avec les stratégies d'adaptation individuelles et familiales.</li> </ul>
<b>Activités de sensibilisation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilisation de la population à la situation des membres de l'entourage. Prévention de l'épuisement des accompagnateurs et sensibilisation sur les problèmes de santé mentale.</li> </ul>
<b>Mesures de répit-dépannage</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ces mesures visent à permettre à la famille de se dynamiser pour ainsi prévenir une éventuelle détérioration des ressources de soutien au sein de la famille. L'articulation des activités de répit-dépannage se fait en fonction des besoins.</li> </ul>

Nos services sont offerts gratuitement à une population de plus de 500 000 personnes réparties sur un territoire, composé de l'Agglomération de Longueuil et de la MRC Marguerite-D'Youville. Deux Centres intégrés de santé et services sociaux, soit celui du CISSS Montérégie-Centre et celui du CISSS Montérégie-Est couvrent ce territoire; ceux-ci comportent deux hôpitaux, cinq CLSC et sites attenants, ainsi qu'un centre de crise. Ces instances sont nos partenaires institutionnels réguliers. Des collaborateurs du service de police, du milieu communautaire, municipal et scolaire sont également très présents et complices de nos réussites.

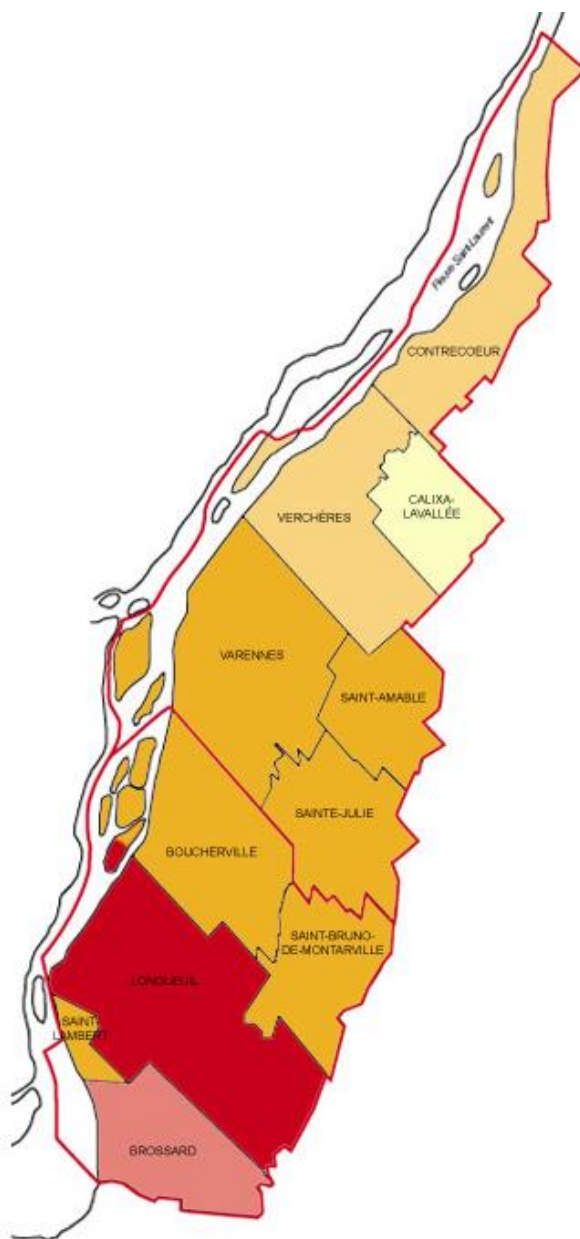
### Assurances et protections

L'APAMM-RS est détentrice d'assurances responsabilités qui couvrent l'ensemble de ses activités bénévoles, professionnelles et civiles. Nos polices d'assurances couvrent : les actes des administrateurs et dirigeants; les erreurs et omissions concernant les actes professionnels; et la partie commerciale - bâtiment, biens et responsabilité civile.

## Territoire couvert par l'APAMM-RS

**L'Agglomération de Longueuil** : Ville de Longueuil avec les arrondissements du Vieux-Longueuil, Saint-Hubert, Greenfield Park et LeMoyne / Ville de Boucherville / Ville de Brossard / Ville de Saint-Lambert / Ville de Saint-Bruno-de-Montarville

**La MRC Marguerite-D'Youville** : Calixa-Lavallée / Contrecoeur / Saint-Amable / Sainte-Julie / Varennes / Verchères



## Être un organisme d'action communautaire autonome

### L'APAMM-RS rencontre les huit critères qui s'appliquent aux organismes d'action communautaire autonome (ACA)

Tels que spécifiés dans la *Politique gouvernementale : L'action communautaire, une contribution essentielle à l'exercice de la citoyenneté et au développement social du Québec* (septembre 2001) et dans le *Cadre de référence en matière d'action communautaire* (août 2004).

#### Les quatre critères qui s'adressent au milieu communautaire dans son ensemble sont :

- ☑ 1) avoir un statut d'organisme sans but lucratif;
- ☑ 2) démontrer un enracinement dans la communauté;  
*Comités, groupes de travail avec les membres, liens avec les autres organismes communautaires, participation à des concertations, collaborations, etc.*
- ☑ 3) entretenir une vie associative et démocratique;  
*Conseil d'administration, instances d'orientation, mécanismes de consultation. Travail avec l'équipe, les bénévoles et les membres. Tenue d'une assemblée générale annuelle.*
- ☑ 4) être libre de déterminer sa mission, ses orientations ainsi que ses approches et ses pratiques.  
*Déterminées selon la volonté des membres de l'organisme et du conseil d'administration.*

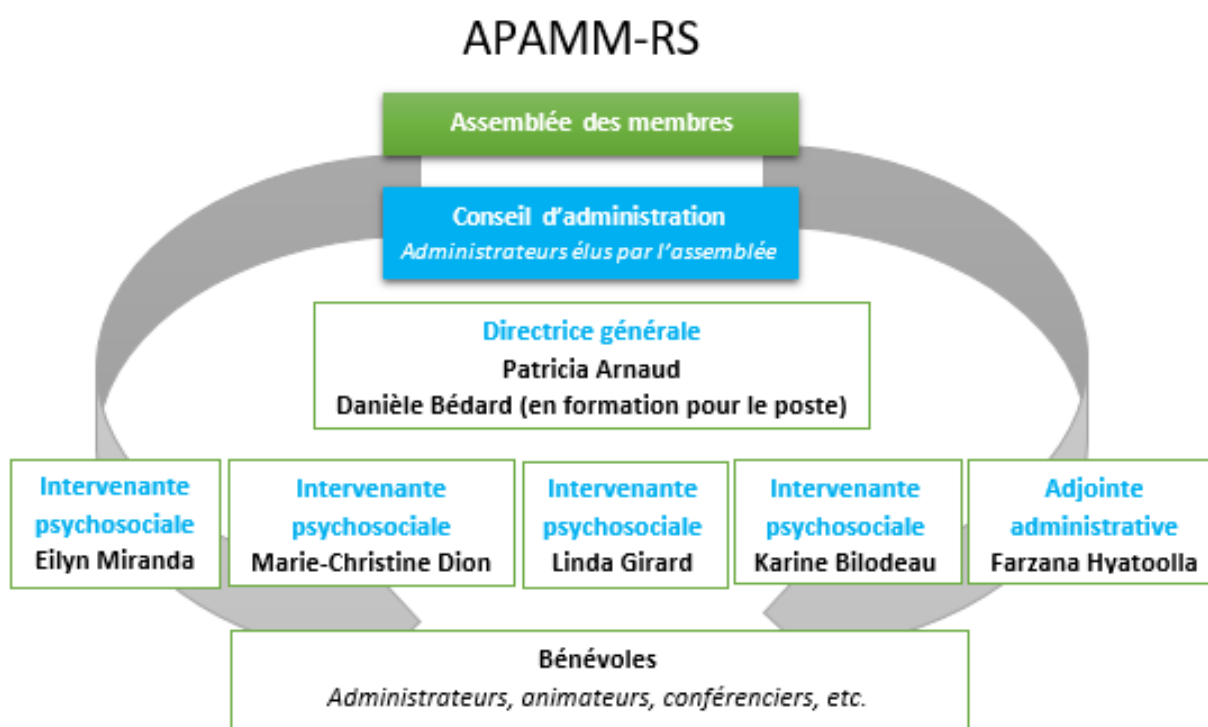
#### Les quatre critères spécifiques à l'action communautaire autonome, qui s'ajoutent aux quatre premiers sont :

- ☑ 5) avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;  
*Mission déterminée par les membres fondateurs; mandats définis par les membres et les collectivités visées.*
- ☑ 6) poursuivre une mission sociale propre à l'organisme et qui favorise la transformation sociale;  
*La mission de l'organisme est essentiellement dans le champ de l'action sociale, du développement social et de la transformation sociale.*
- ☑ 7) faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité de la problématique abordée;  
*Mobilisation des personnes autour d'enjeux collectifs : consultations, assemblées, activités d'éducation populaire. Élaboration d'interventions particulières ou de services pour agir plus spécifiquement sur les causes des situations problématiques.*
- ☑ 8) être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.  
*Les personnes élues ou nommées sont indépendantes du réseau public; la composition du conseil d'administration est indépendante du réseau public et des autres bailleurs de fonds.*

## Objectifs et stratégies

- Apporter du soutien et de l'information aux familles et amis touchés par la maladie mentale d'un proche, développer des modes d'entraide et amener chaque famille, leurs parents et amis à découvrir et mieux utiliser leur propre potentiel.
- Faire connaître les ressources du milieu, aider à mieux les utiliser et favoriser la communication avec les divers intervenants.
- Encourager des projets novateurs et le développement d'expertises répondant aux besoins des familles et amis.
- Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des familles et amis de même qu'à celle de leurs proches atteints de maladie mentale.
- Promouvoir les intérêts des familles et des amis de la personne atteinte de maladie mentale auprès des partenaires et instances décisionnelles.
- Appuyer les recherches sur les maladies mentales.
- Sensibiliser l'opinion publique aux problèmes reliés à la maladie mentale et à leurs impacts sur les familles et amis.

## Structure organisationnelle





## Gouvernance

### Mot du président du conseil d'administration

Chers amis membres de l'Association,

Comme d'habitude, en fin de notre année d'opération, permettez-moi de vous tracer en quelques lignes, un compte-rendu des activités de votre conseil d'administration.



Après l'assemblée générale de 2019, le Conseil a tenu sept réunions statutaires au fil de l'année, la dernière par le biais de l'application Zoom, distanciation sociale oblige! L'expérience fut plutôt agréable et en *Zoomeurs* aguerris, que nous sommes tous devenus, le CA pourrait éventuellement tenir une rencontre durant une tempête du siècle ou encore en septembre prochain si la Covid-19 nous y contraint. Je suis sûr que nous espérons tous que ce ne sera pas le cas.

En avril 2019, un Comité ressources humaines, après réception de candidatures, a procédé à l'embauche de Noémy Perron au poste d'intervenante psychosociale; embauche rendue possible grâce à l'aide d'une subvention salariale du Centre local d'emploi. Mme Perron ayant quitté le poste en décembre pour cause de conflit d'horaire avec ses études, le Comité a par la suite embauché Karine Bilodeau.

En juin 2019, au départ de Carolle Lépine du CA, ce dernier a coopté la candidature de Marie-Claude Prévost. Cette procédure permet au CA de nommer une personne intéressée par le poste sans tenir une élection puisqu'on ne peut que les tenir lors de l'assemblée générale. La personne cooptée occupe le poste jusqu'à la fin du mandat original (ici en juin 2021). Sa formation en travail social ainsi que son énergie et son enthousiasme inépuisable nous sont devenus indispensables.

Toujours en juin, le CA a aussi coopté Anne-Marie Laberge au poste préalablement occupé par Ghislaine Pilon. Cette dernière nous a accompagnés pendant plus de huit ans et je m'en voudrais de ne pas souligner en mon nom et au nom de mes complices du CA combien sa présence et son dévouement ont contribué à l'avancement de notre cause commune. Merci Ghislaine!

Décembre 2019, au tour de Pierre Daoust de nous quitter après neuf années en tant que trésorier de notre Association. Précision, dévouement et un constant désir d'améliorer nos méthodes comptables sont les mots qui s'imposent pour décrire l'implication de Pierre. À toi aussi Pierre, grand merci de nous tous! Le siège de Pierre au CA sera libre aux prochaines élections mais son poste de trésorier est entre les très bonnes mains d'Anne-Marie Laberge, gestionnaire de son état. Parlant finances, les nôtres sont en très bon état et grâce à un certain rehaussement financier, nous avons pu bonifier le plan de retraite des employés. Merci à toute l'équipe!

Nous avons aussi reçu à nos bureaux la visite de René Cloutier, directeur du *Réseau Avant de Craquer* (fédération qui regroupe nos associations famille). M. Cloutier nous a fait part des dossiers qu'il entend prioriser et il a pris connaissance de nos attentes. Il entreprend une tâche difficile : la conciliation des intérêts parfois divergents des Associations de tout le territoire provincial. Patricia Arnaud et les délégués de toutes les régions avaient cerné nos bases communes, lors de deux journées de planification stratégique à Québec durant l'année.



M. Cloutier a du pain sur la planche, mais il nous semble avoir toute la détermination nécessaire pour atteindre les objectifs des uns et des autres, ce qui est très prometteur. Nous allons également amorcer le processus de recertification de notre Association.

Encore en décembre, un Comité pour la relève de la direction, composé de moi-même, de Patricia Arnaud (directrice) et de Jacques Côté (secrétaire au CA), a procédé au dépouillement de CV et aux entrevues subséquentes concernant le poste de la direction générale. Le processus a mené à l'embauche de Danièle Bédard, présentement directrice adjointe et éventuellement directrice générale après le départ de Patricia début juin 2020, car oui, Patricia prend sa retraite! Certes, c'est une retraite plus que bien méritée. Patricia tient la barre de notre Association beau temps mauvais temps depuis de nombreuses années. Toujours dévouée, toujours disponible, toujours capable de motiver les troupes ou de trouver LA solution qui s'impose. C'est inévitable mais on espérait quand même l'éviter cette retraite! Patricia, tu nous manqueras! Puisse ta nouvelle vie être à la hauteur de tes attentes et de tes mérites, nous te le souhaitons tous. Il me faut absolument souligner que tu n'as pas hésité à accompagner en formation pendant six mois, celle qui te succédera pour assurer la pérennité de l'Association et faciliter l'intégration de ta remplaçante. En ces temps de Covid-19, cette offre que tu nous as faite, personne, je te l'assure, ne la regrette. Un baptême de feu pour vous deux j'en suis sûr!

Et finalement, le sujet inévitable : la pandémie! Dès mars, nous avons dû annuler nos rencontres de groupe, repenser nos processus et adapter nos interventions; vous le savez sûrement. Il s'agit de mesures temporaires. Vous entendez la formule tous les jours, mais temporaires jusqu'à quand? Nul ne peut répondre mais soyez assurés que le CA et particulièrement le personnel dévoué de l'APAMM-RS feront tout en leur possible pour réduire au minimum les inconvénients engendrés, encore une fois temporairement! Et puisque c'est le meilleur des conseils par les temps qui courent, dites-vous que malgré tout : « Ça va bien aller ». Le meilleur des étés possibles à tous et à bientôt.

*Guy Savoie, président du CA*

## Administrateurs



De gauche à droite : Guy Savoie (président), Marise Vitti (vice-présidente), Jacques Côté (secrétaire), Anne-Marie Laberge (trésorière), Josée Dumais (administratrice) et Marie-Claude Prévost (administratrice).

\* **Merci à Ghislaine Pilon** pour ses huit années de bénévolat au sein du conseil d'administration de l'APAMM-RS. Elle a quitté son poste en juin 2019.



\* **Merci à Pierre Daoust** pour ses neuf années de bénévolat au sein du conseil d'administration de l'APAMM-RS. Il a quitté son poste en décembre 2019.

## Permanence

En 2019-2020, l'équipe s'est bonifiée. Nous avons accueilli Noémy Perron (intervenante, grâce à une subvention salariale du Centre local d'emploi), qui fut ensuite remplacée par Karine Bilodeau (comme employée permanente). À la suite de l'annonce du départ de la directrice, Danièle Bédard fut recrutée pour ce poste. Elle occupera officiellement ces fonctions à la fin du mois de mai 2020.



De gauche à droite : Patricia Arnaud (directrice), Danièle Bédard (future directrice), Eilyn Miranda (intervenante psychosociale), Marie-Christine Dion (intervenante psychosociale et art-thérapeute), Linda Girard (intervenante psychosociale), Karine Bilodeau (intervenante psychosociale) et Farzana Hyatoolla (adjointe administrative).

\* **Merci à Noémy Perron** qui a travaillé comme intervenante d'avril à décembre 2019. Elle a accepté un poste de psychoéducatrice dans le Réseau de la santé.



## Bénévolat

### Merci aux 15 personnes bénévoles !

Christiane Audette, Jacques Côté, Michel Cyr, Pierre Daoust, Huguette Drouin, Josée Dumais, Anne-Marie Laberge, Monique La Grenade, Gabrielle Lasnier, Sylvie L'Espérance, Jacques Petit, Ghislaine Pilon, Marie-Claude Prévost, Guy Savoie, Marise Vitti.

### Lors des activités suivantes :

- \* (230 h) Activités liées au Conseil d'administration
- \* (182 h) Animation d'activités et formation
- \* (78 h) Comité Ressources humaines
- \* (27 h) Représentation
- \* (22 h) Administration et correction de textes

**Total : 539 heures bénévoles.**  
(augmentation de 29 %)

### Bénévole de l'année !

Nous remercions Ghislaine Pilon (en jaune) qui a reçu une attestation de reconnaissance de l'Assemblée nationale du Québec par l'entremise de Lionel Carmant, député du comté de Taillon et ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux (au milieu de la photo). Félicitations et merci à Ghislaine pour ses huit années de bénévolat à l'APAMM-RS!



### Ressources humaines contractuelles

Nous tenons également à remercier plusieurs personnes dont les offres de services ont été retenues et qui ont contribué à la réussite des activités : Céline Myre (paire aidante famille à l'Hôpital Charles-LeMoine et co-animatrice du groupe d'entraide en soirée); Diane Riendeau (animatrice de la formation sur les troubles psychotiques); Jacinthe Chaussé (conférence *S'adapter aux changements*); Sonia Dumont (conférence *Le Yoga du rire*); Madeleine Fortier (conférence *L'usure de compassion*); Mélissa Beaudoin, candidate au doctorat en sciences biomédicales et Jasmine Boulette, infirmière en santé mentale (conférence sur les psychoses, en collaboration avec la Société québécoise de schizophrénie).

### Réalisations auprès des familles et de la population

Vous êtes invités à consulter *l'Annexe – Tableau des statistiques*, pages 21-22

Cette section a pour but de vous expliquer les **tendances** observées au cours de la dernière année. En fait, nous comparons les données du *Tableau des statistiques* avec celles de l'année précédente et vous soulignons les principales variations.

- Nous avons vu une augmentation de 29 % des heures en **bénévolat**, grâce à l'activité du *Comité Ressources humaines* et celle du *Répit* (comptabilisée dans l'animation).
- Le facteur important qui a causé une baisse assez générale de nos statistiques est la **pandémie de la COVID-19**. En mars, les activités ont totalement changé. Les interventions se sont faites par téléphone uniquement et toutes les activités de groupe ont cessé. Tous nos partenaires habituels qui nous réfèrent des personnes ont été mobilisés par la pandémie et nous n'avons presque plus reçu de références des familles. Bref, nos statistiques en général indiquent une baisse de 10 % alors que le mois de mars est habituellement un mois très occupé.
- La bonne nouvelle est que nous avons connu une hausse de 8 % des **adhésions**. Il est vrai que l'équipe des employées a davantage fait la promotion auprès des familles pour les inciter à devenir membres de notre association.

- Nous avons eu une belle participation à l'**Assemblée générale annuelle** avec 48 personnes, soit une augmentation de 7 % des participants.
- La demande de **nouveaux** demandeurs a été stable, soit environ 68 %. Cela représente environ 2/3 de nouveaux pour 1/3 d'anciens membres qui poursuivent à chaque année. Il est vrai que la majorité de l'entourage arrive à l'APAMM-RS afin d'être formée, informée et nous quitte dès que leur situation s'améliore. Une bonne nouvelle en soi!
- Nous avons constaté un changement quant à l'âge des nouveaux membres de l'entourage, soit une augmentation des **jeunes** de 6 %. La demande est là! Dommage que nous ne puissions pas développer davantage le volet Jeunesse par manque de fonds et de personnel.
- Pour le **référencement**, nous notons une baisse généralisée. Nonobstant la période de la pandémie, nous décelons dans les chiffres que le réseau de la santé a fait moins de références des familles et nous en ignorons la raison. On nous parle fréquemment de la surcharge des employés, qui ne pensent pas à nous référer systématiquement des familles, même si nous avons signé deux protocoles avec les deux CISSS de notre région à cette fin. Par ailleurs, le bouton de référence sur notre page web n'a pas chômé et un grand nombre des familles nous arrivent grâce à l'internet.
- Quant aux **diagnostics**, le nombre des personnes touchées par les troubles de la personnalité a augmenté d'environ 6 %; il a augmenté de 4 % chez celles souffrant de troubles de l'humeur (dépression et bipolarité).
- Concernant la fréquentation de membres de l'entourage, nous voyons davantage de **conjoint**s et d'**enfants** (jeunes ou adultes) ayant un parent atteint de maladie mentale. Beaucoup de parents viennent encore consulter, mais notre offre semble aussi attirer d'autres personnes ayant un lien familial différent.
- Pour ce qui est des **activités d'information**, il y a eu le même nombre de conférences, mais avec moins d'assistance et beaucoup moins de sessions d'information. Ces sessions sont offertes par la directrice qui s'invite à aller présenter les services de l'APAMM-RS principalement dans divers départements du réseau de la santé. L'an dernier, nous avons reçu 11 demandes de session d'information et cette année seulement cinq, soit une baisse de 40 % des personnes rejointes.
- Les **activités de formation** ont été à la hausse, générant une augmentation de 13 % de présences. Nous avons offert deux formations supplémentaires, plus de groupes et plus de rencontres. Quant aux groupes d'entraide et de soutien, ils ont été stables.
- Nous avons eu la chance de pouvoir encore compter sur Céline Myre, comme **paire aidante famille** à l'Hôpital Charles-LeMoine. Toutefois à cause de la pandémie, nous n'avons pu poursuivre les visites à l'Hôpital à partir de février.
- Côté **communication**, nous avons connu une hausse importante de 40 % de J'aime sur notre page Facebook, de 2 % du nombre d'abonnés à l'*Infolettre* et une de 64 % pour Instagram. Objectifs atteints!
- Notre **site Web** a été piraté par des mots clés japonais. Cela signifie que des pages fantômes (que l'on appelle ainsi dans le jargon) ont été insérées, faisant rediriger les moteurs de recherche vers leur site Web. Notre site a été nettoyé par des professionnels, mais cela prendra un certain temps avant que la situation et nos statistiques reviennent complètement

à la normale. Cela n'a aucunement touché la sécurité des paiements en ligne, ni les autres données sensibles.

- Pour terminer, avec le volet **Répit-dépannage**, nous avons tenu une fin de semaine de répit pour les membres au Manoir d'Youville et une journée complète à la campagne pour faire de l'équitation et de la marche en plein air. Toutefois, il n'y a pas eu de congrès. Ce dernier était prévu pour juin 2020, mais il sera annulé à cause de la pandémie. Nous le mettrons au calendrier en juin 2021. Si le volet Répit-dépannage a connu une baisse cette année à cause de la pandémie, il sera davantage utilisé l'an prochain. Du dépannage sera aussi offert.

## Évaluation des services et commentaires d'utilisateurs

### 1. Sondages de satisfaction

Devant le peu de participation aux sondages envoyés en ligne et par la poste les années précédentes, nous avons décidé cette année de plutôt vous présenter les résultats des sondages effectués sur place lors des activités.

	Accueil	Contenu	Animation	Services en général	Bulletin Infolettres Calendrier
Conférence Cannabis	10 TS 2 S	10 TS 2 S	9 TS 3 S	9 TS 2 S	4 TS 2 S
Conférence Stress du perfectionnisme	13 TS	10 TS 3 S	11 TS 2 S	10 TS 1 S	9 TS 1 S
Conférence L'usure de compassion	20 TS 4 S	19 TS 5 S	19 TS 5 S	20 TS 3 S	15 TS 2 S
Deux conférences Trouble de personnalité limite	31 TS 3 S	32 TS 3 S	28 TS 4 S	25 TS 3 S	17 TS 2 S
Formation sur le Trouble de personnalité limite	10 TS	7 TS 3 S	8 TS 2 S	8 TS 2 S	4 TS 4 S
Formation Lâcher prise	8 TS	7 TS 1 S	8 TS	8 TS	7 TS 1 S
Deux ateliers sur la Communication 1	12 TS	9 TS 3 S	11 TS 1 S	12 TS	9 TS 1 S
Un atelier sur la Communication 2	8 TS	8 TS	8 TS	8 TS	7 TS

Légende : TS=très satisfait; S=satisfait; PS=peu satisfait.

### 2. Quelques commentaires dans les sondages

- *J'apprécie les PowerPoint, très dynamiques, agréables. Approche interactive.*
- *On aimerait une salle de conférence plus grande. On peut se sentir à l'étroit dans certaines activités. Le bruit de la ventilation dérange. La température n'est pas toujours constante.*

- *Super d'obtenir un cartable d'information lors des formations*
- *Bravo aux intervenantes! On apprécie les formations simples, le dynamisme, les partages, l'esprit de groupe.*
- *On se sent écouté et non-jugé. Équipe chaleureuse et professionnelle.*
- *Sur vos services en général : « Une variété de formules, une chance que vous existez ! »*
- *Très aidant les petits groupes.*
- *Vos formations font avancer, « Wow! », belle dynamique, exercices intéressants, chaleur humaine.*

## Présences auprès des partenaires 2019-2020

### Affiliation

- *RÉSEAU AVANT DE CRAQUER (RAC) : Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale (ancienne dénomination : FFAPAMM)*
- *CDC LONGUEUIL : Corporation de développement communautaire de l'Agglomération de Longueuil*
- *CDC MARGUERITE-D'YOUVILLE : Corporation de développement communautaire de la MRC Marguerite-D'Youville*
- *ROCSMM : Regroupement des organismes communautaires en santé mentale Montérégie*
- *TCSM-RS : Table de concertation en santé mentale de la Rive-Sud*
- *RANQ : Regroupement des aidants naturels du Québec*

### Représentation

- *AGA du Réseau Avant de craquer*
- *Rencontre avec Nicole Ménard, députée de Laporte (photo à droite)*
- *Remise des Prix Bernard-Hubert par le Diocèse Saint-Jean-Longueuil*
- *Portes ouvertes au Centre de support médical et d'assistance sociale (CESUMAS)*



*De gauche à droite : Nicole Ménard et Patricia Arnaud.*

### Concertation

- *Table de concertation en santé mentale Rive-Sud (TCSM-RS) – quatre rencontres*
- *SPAL Service de police de l'Agglomération de Longueuil : rencontre d'échange avec les organismes*
- *Réseau Avant de craquer : planification stratégique*
- *Collège des médecins : consultation sur les services du Collège*
- *ROCSMM : enjeux de la prochaine année*
- *MRC MDY : plan d'action et projets d'inclusion sociale*



## Collaboration

- *Réseau Avant de craquer*
  - Comité sur l'implantation des protocoles avec les corps policiers
  - Présence de la directrice de l'APAMM-RS au conseil d'administration (quatre rencontres)
  - Participation à la Table des directions
  - Participation à la Table des présidents
  - Processus de rectification
  - Création d'un groupe Facebook pour l'entourage, du *Réseau Avant de craquer*
  - Plan d'action du *Réseau Avant de craquer*
- Regroupement des sept associations famille en Montérégie-Estrie (deux rencontres d'échanges)
- CISSS Montérégie-Est (huit rencontres) : Implantation du protocole d'entente de référence des familles; présentation de ce protocole au Comité de gestion du CISSS; projet possible destiné aux aidants naturels
- CISSS Montérégie-Centre (cinq rencontres) : Rencontre de suivi de l'entente de référencement; Comité primauté de la personne; Démarche d'agrément de l'HCLM
- Régie intermunicipale de police Richelieu-Saint-Laurent (deux rencontres) : discussions et signature d'une entente de référence systématique des familles (photo à droite)
- *Bell Cause pour la cause* (deux rencontres) : collaboration à leur campagne et participation au documentaire télévisé; tournage avec une intervenante de l'APAMM-RS
- Service de police de l'Agglomération de Longueuil : suivi sur l'entente de référence systématique des familles
- Le Phare de Saint-Hyacinthe et L'Éclusier du Haut-Richelieu : discussion sur la mise en place de l'entente de référence avec le service de police Richelieu-Saint-Laurent
- L'ALPABEM : participation à une recherche action sur les groupes d'entraide
- Prise II : échange sur la possibilité d'un projet jeunesse
- Le Phare de Saint-Hyacinthe : discussion sur le possible projet aux aidants naturels
- Société québécoise de schizophrénie (SQS) : collaboration pour présenter ensemble une conférence sur les psychoses



*De gauche à droite : Francis Lepage (capitaine), Patricia Arnaud et Jean-Luc Tremblay (sergent socio-communautaire).*

## Perfectionnement professionnel aux employées

- Formation de mise-à-niveau du système Paie Desjardins
- Deux journées de formation sur Prodon
- Centre d'apprentissage santé mentale et rétablissement (Recovery College)



- Apprendre à se rapprocher sans agressivité (par le RAC)
- Les pairs aidants famille (par le RAC)
- Sentinelles en prévention du suicide (par le RAC)
- Faire une campagne sur les réseaux sociaux durant la semaine nationale de sensibilisation aux maladies mentales (par le RAC)
- Garde en établissement, loi P38 et procédure (par le RAC)
- Violence familiale, santé mentale et justice (par le RAC)
- Gestion du stress, par Santé mentale Québec Rive-Sud

## Faits saillants financiers

- Nous avons reçu du **CISSS Montérégie-Centre** une indexation de 1,8 % de notre subvention, et une augmentation supplémentaire récurrente de 4%.
- Dans l'ensemble, nos **revenus** ont augmenté.
- Une dépense **salariale** plus élevée, grâce à la présence d'une employée supplémentaire pour remplacer la directrice et par la hausse du Régime de retraite de 4% à 8%.
- En **sous-traitance**, nous avons eu la présence d'une technicienne comptable toute l'année.
- Le poste de **services aux membres** a baissé à cause du Congrès du *Réseau Avant de craquer* (notre Fédération) à Québec, qui n'a pas eu lieu (activité aux deux ans seulement).
- Une baisse importante concernant le **matériel d'information**, dû au crédit-bail de notre photocopieur qui s'est terminé. De plus, nous n'avons pas eu besoin de réimpression d'encart promotionnel cette année.
- Il y a eu certains frais de **déplacement** pour participer à une rencontre à Québec pour la planification stratégique du *Réseau Avant de craquer*.
- En bref, notre organisme termine avec un petit surplus de **1 924 \$**.
- Dans les **prévisions budgétaires 2020-2021**, nous prévoyons rencontrer certaines difficultés à équilibrer le budget à cause de la pandémie du COVID-19.

Tableau détaillé des dépenses <i>Répît-dépannage</i>	2019-2020
Séjour champêtre de répît au Manoir d'Youville – une fin de semaine (28-29-30 juin 2019)	300 \$
Journée champêtre d'équitation à l'automne	800 \$
Souper des Fêtes au Restaurant Ambrosia	2 330 \$
15 % administration	440 \$
<b>TOTAL du volet <i>Répît-dépannage</i> :</b>	<b>3 870 \$</b>



## État des résultats

<b>REVENUS</b>	<b>2018-2019</b>	<b>2019-2020</b>
Subvention PSOC (programme de soutien aux organismes communautaires)	317 365 \$	335 998 \$
Subvention salariale	0 \$	16 508 \$
Dons reçus	18 701 \$	15 275 \$
Cotisations des membres	5 760 \$	6 785 \$
Intérêts perçus	1 464 \$	1 676 \$
Revenus provenant des activités et autres	4 982 \$	6 820 \$
TOTAL :	<b>348 272 \$</b>	<b>383 062 \$</b>
<b>DÉPENSES</b>		
Salaires et charges sociales	267 529 \$	301 766 \$
Honoraires professionnels et sous-traitants	7 038 \$	8 653 \$
Loyer et location de salle	32 536 \$	32 425 \$
Télécommunications	9 029 \$	7 736 \$
Assurances	1 638 \$	1 649 \$
Services aux membres et frais de réunions	10 537 \$	5 128 \$
Formations	2 701 \$	2 925 \$
Publicité et matériel d'information	9 181 \$	5 074 \$
Cotisations et associations	1 125 \$	1 440 \$
Déplacements et représentations	2 017 \$	2 563 \$
Fournitures de bureau et papeterie	6 179 \$	6 005 \$
Entretien et réparations	2 614 \$	2 218 \$
Frais bancaires	1 310 \$	1 235 \$
Amortissement	2 955 \$	2 321 \$
TOTAL :	<b>356 389 \$</b>	<b>381 138 \$</b>
<b>EXCÉDENT des revenus sur les dépenses</b>	<b>(8 117 \$)</b>	<b>1 924 \$</b>

## Moyens de financement

- Notre première source de financement provient du *Programme de soutien financier aux organismes communautaires (PSOC)*, du CISSS Montérégie-Centre.
- En août, une **sollicitation** d'aide financière a été envoyée :
  - 1 388 courriels envoyés à tous nos contacts
  - 193 lettres postées aux membres qui n'ont pas d'adresse courriel
  - 10 lettres postées à nos députés et à des fondations

- Nous distribuons au cours de l'année des **cartes *In memoriam*** dans les salons funéraires et aux particuliers qui nous en font la demande. Celles-ci offrent la possibilité de faire un don à notre Association au lieu d'un envoi de fleurs lors d'un décès. Toutefois, de plus en plus de personnes font un don *In memoriam* via notre site internet grâce au don en ligne.
- Nous avons accepté de donner deux **formations** avec *honoraires* au Service de police de l'Agglomération de Longueuil, afin de partager nos connaissances et défrayer certaines dépenses de notre association.
  - *Démystifier le Trouble de personnalité limite* (33 participants)
  - *Troubles de personnalité – Attachez vos tuques* (33 participants)
- Nous offrons la possibilité de donner à notre grande salle de conférence le nom d'un être cher décédé, en sa mémoire. Il s'agit d'un **Hommage à un proche**, sur la base d'une commandite pour deux ans au départ de la dénomination, moyennant un don de 1 000 \$/an. Ainsi, nous remercions monsieur Guy Savoie, qui s'est engagé à honorer son père pour une deuxième année. Ce père de famille avait un de ses fils atteint d'un trouble de santé mentale.

La liste des donateurs *personnels* demeure confidentielle, mais celle des **donateurs corporatifs** pour la période d'avril 2019 à mars 2020 est la suivante :

Ville de Longueuil – match bénéfice  
 Monsieur Lionel Carmant, député de Taillon et ministre  
 Madame Nathalie Roy, députée de Montarville et ministre  
 Madame Nicole Ménard, députée de Laporte  
 Monsieur Gaétan Barrette, député de La Pinière  
 Monsieur Ian Lafrenière, député de Vachon  
 Madame Suzanne Dansereau, députée de Verchères

## Risques et opportunités

*Selon l'Institut canadien des comptables agréés<sup>1</sup> : le risque est souvent défini comme étant tout ce qui menace la capacité de l'organisation d'atteindre ses objectifs et de réaliser sa mission. Théoriquement, toutefois, le risque peut s'entendre tout simplement de l'incertitude future. L'incertitude peut également avoir des effets positifs, qui sont des opportunités.*

### Au point de vue financier :

Parmi les risques, 90 % de notre financement provient du gouvernement, soit du Centre intégré de santé et services Sociaux (CISSS) Montérégie-Centre pour notre territoire. Nous sommes donc dépendants des priorités de financement du gouvernement et des budgets alloués.

---

<sup>1</sup> *Amélioration de l'information annuelle des organismes sans but lucratif*. Institut canadien des comptables agréés, 2011. [www.icca.ca](http://www.icca.ca)

Nous sommes également vulnérables aux aléas conjoncturels qui influencent l'économie et les priorités des donateurs. Nous vivons une certaine incertitude quant à nos revenus.

D'ailleurs, nous l'avons vécue avec la pandémie de la COVID-19. Heureusement, le programme du PSOC (Programme de soutien aux organismes communautaires) s'est maintenu pendant cette période et nous avons pu ainsi continuer à offrir une grande partie de nos services aux familles et garder nos employées. Toutefois, les adhésions, les dons et les revenus d'activités se sont arrêtés. Nous devons refaire nos prévisions budgétaires à l'automne 2020 et évaluer à ce moment-là l'opportunité de combler notre manque à gagner ou de couper certaines dépenses.

#### **Au point de vue des activités :**

La pandémie de la COVID-19 nous a obligés à repenser nos activités. Nous avons dû innover au moyen de nouvelles technologies et nous n'en sommes qu'au début, car au moment où ce rapport est écrit, la pandémie n'est pas terminée. Il est clair que nous allons devoir repenser nos services et les diversifier dans l'avenir, en conjuguant les services offerts en ligne et en personne. Nous remercions toutes les familles pour leurs encouragements et leur fidélité.

### *Perspectives d'avenir*

Nous comptons poursuivre nos efforts afin que l'APAMM-RS soit LA RÉFÉRENCE pour le soutien aux familles dans le Réseau de la santé, auprès des services de police et dans le milieu scolaire. À cette fin, nous continuerons le travail déjà amorcé avec les deux CISSS en Montérégie et les deux corps policiers de notre région.

Dans les années à venir, nous comptons pénétrer de manière plus importante le milieu scolaire où beaucoup de jeunes en détresse ont un proche parent atteint de maladie mentale. Que dire également de l'entourage de personnes âgées qui doit conjuguer vieillissement, maladie mentale, environnement déficient et manque de soutien aux familles... Finalement, nous poursuivons depuis de nombreuses années le projet d'ouvrir un point de service dans la MRC Marguerite-D'Youville où la distance devient quelquefois problématique.

### *Priorités pour 2020-2021*

- Maintenir nos volets *Information, Intervention* et *Répit-dépannage* en période de pandémie de la COVID-19.
- Développer des outils technologiques à distance afin de répondre aux demandes des familles et ce, pendant et après la pandémie.
- Réfléchir, transformer et adapter notre offre de services en fonction des nouvelles réalités.
- Assurer un retour graduel des *activités de groupe* dès que les consignes gouvernementales le permettront.

## Conclusion de la directrice



Chers membres de l'entourage et partenaires,

Me voici arrivée à boucler l'ensemble de ce *Rapport annuel* et vous résumer en quelques mots l'année qui se termine au 31 mars 2020. Ouf quelle année! Comme vous le savez, je pars à ma retraite à la fin de mai 2020. Le Conseil d'administration a embauché une personne très compétente, qui me remplacera à la direction générale. Je lui laisse la parole à la page suivante pour se présenter elle-même et vous parler des défis que nous avons rencontrés avec la pandémie de la COVID-19, ainsi que des mesures que nous avons prises durant sa formation. Elle vous exposera également sa vision pour l'avenir.

Nos priorités établies pour 2019-2020 ont donné lieu aux réalisations suivantes :

**1. Signer un Protocole d'entente de services avec chacun des deux corps policiers de notre territoire : celui de l'Agglomération de Longueuil et celui de Richelieu St-Laurent.**

Le Protocole d'entente avec la Régie intermunicipale de police Richelieu-Saint-Laurent a été signé (voir la photo en page 14). Mais celui avec l'Agglomération de Longueuil ne l'est pas encore. Toutefois, nous sommes bien présents comme partenaire sur ce territoire où nous avons obtenu une bonne collaboration tout au long de l'année.

**2. Embaucher, former et intégrer une nouvelle personne à la direction en vue du départ de l'actuelle directrice en 2020.**

Objectif atteint. Le conseil d'administration a recruté, sélectionné et embauché Danièle Bédard pour combler le poste. Travailleuse sociale de formation, elle cumule plus de 25 ans d'expériences diversifiées, particulièrement en gestion de crise et dans le milieu de la santé mentale.

**3. Poursuivre la tournée des équipes Santé mentale des deux CISSS de notre territoire, afin de leur présenter les ententes signées, les moyens d'implantation de ces ententes et notre offre de service.**

Nous avons eu plus de 13 rencontres avec les deux CISSS afin de poursuivre les discussions. Toutefois, nous n'avons pu présenter ces ententes aux équipes qu'en partie seulement. Les deux CISSS ont été mobilisés par d'autres enjeux et défis cette année, dont ceux de la pandémie en début d'année 2020.

Le mot de la fin! Un IMMENSE MERCI à toute l'équipe des employées, aux bénévoles, aux administrateurs du CA, aux contractuels, aux fidèles partenaires, aux généreux donateurs, aux députés, aux familles... bref, à tous ceux que j'ai pu rencontrer pendant mes 16 années à l'APAMM-RS comme employée. Arrivée en 1998 comme membre de l'entourage, j'ai donc vécu 22 ans d'histoire d'amour avec l'APAMM-RS! Pour conclure, je déteste les « adieux » et je préfère vous dire « à bientôt », car je compte rester comme bénévole et offrir mon aide pour tout projet à l'APAMM-RS.

*Patricia Arnaud, directrice*

## Mon introduction



Bonjour à tous!

Je peux affirmer sans l'ombre d'un doute que mon arrivée à l'APAMM-RS a été soulignée par une série de surprises!

D'abord, je me dois de commencer ce mot en précisant que l'APAMM-RS est un très beau milieu de travail. L'accueil de la direction et de l'équipe en place a rapidement mis la table pour me donner envie de suivre la voie déjà tracée avec professionnalisme, dévouement et humanité. De l'entrevue d'embauche à mon immersion dans l'univers de la direction de l'APAMM-RS, chaque détail a été minutieusement préparé avec une délicatesse et un souci de bien transmettre toute la richesse de cette association. Quel travail Patricia! Merci infiniment à toi pour cet accueil avec un grand « A »! Comment ne pas sentir déjà les bases solides sur lesquelles m'appuyer dans mon nouveau rôle!

S'ajoute à ces premières surprises agréables, un conseil d'administration investi et très intéressé par la mission de soutien aux familles et aux proches. Je sais maintenant qu'avec ce CA, j'aurai moi aussi un soutien pour assurer la suite des choses.

Depuis 1984, j'ai eu la chance de travailler sur le terrain comme intervenante, comme coordonnatrice clinique et comme gestionnaire. Chacune de ces expériences m'a convaincue que notre travail vise à reconnaître, à valoriser et à accompagner toute personne dans sa démarche vers un mieux-être par une reprise optimale de son pouvoir.

Une vision pour l'avenir me demande Patricia dans son mot? Ceux et celles qui m'ont connue vous diraient que je suis une personne de développement et de partenariat. Depuis mon arrivée à l'APAMM-RS, j'ai pris le temps de me familiariser avec la réalité quotidienne de cette association.

Malgré les nouvelles idées qui foisonnent dans ma tête, je souhaite prendre le temps de bien intégrer ce qui est déjà en place. La directrice actuelle de l'APAMM-RS quitte en laissant un très bel héritage et une mission importante à poursuivre. Je compte bien respecter tout le travail réalisé par l'équipe du centre.

La dernière surprise, moins agréable celle-là, est l'apparition de la COVID-19, suivie des mesures adoptées pour y faire face. Cela exige un regard différent et nouveau dans la manière de dispenser les services aux membres de l'entourage, afin que ceux-ci sentent toujours notre présence et notre appui pour répondre à leurs besoins. Tant que la situation demeure inchangée, des outils et supports numériques devront être développés, maîtrisés et utilisés par l'équipe pour nous permettre de poursuivre à distance notre mission auprès des familles et des proches.

En langue chinoise, le mot crise se traduit par deux caractères dont l'un signifie « opportunité ». Ce temps de confinement obligé et ce triste moment nous permettent de faire une réflexion pour adapter nos services à des clientèles plus difficiles à rejoindre malgré leurs besoins pressants. Par exemple, pourquoi ne pas profiter de cette opportunité pour aller davantage à la rencontre des jeunes qui utilisent massivement les nouveaux outils de communication?

Beaucoup de travail m'attend, nous attend. De plus, un 40<sup>e</sup> anniversaire se pointe à l'horizon! Pour ma part, je suis prête à relever ces défis et à contribuer moi aussi au rayonnement de l'APAMM-RS.

*Danièle Bédard, future directrice*

## Annexe : Tableau des statistiques 2019-2020

INTERVENTIONS PSYCHOSOCIALES				
<p><b>INTERVENTIONS :</b></p> <p><b>4 593</b> interventions totales</p> <p>2 773 interventions téléphoniques</p> <p>916 consultations individuelles</p> <p>117 consultations en couple</p> <p>44 consultations familiales</p> <p>27 interventions auprès d'un professionnel</p> <p>412 interventions par courriel</p> <p>153 services divers à la clientèle</p> <p>141 références</p> <p>10 accompagnements pour une ordonnance d'évaluation psychiatrique (Loi P38)</p> <p style="padding-left: 40px;">37 % des membres</p> <p style="padding-left: 40px;">63 % des non-membres</p> <p><b>CONTACTS avec paire aidante famille à l'Hôpital Charles-LeMoine :</b></p> <p>161 contacts avec l'entourage</p> <p>1 paire aidante famille</p> <p><b>DEMANDEURS :</b></p> <p>947 demandeurs différents<sup>2</sup></p> <p>647 nouveaux demandeurs 68 %</p> <p>353 personnes "membres" 37 %</p> <p><b>LANGUE :</b></p> <p>99 % français</p> <p>1 % anglais</p>	<p><b>GROUPES D'ÂGES DES DEMANDEURS :</b></p> <p>0-17 ans 28 8 %</p> <p>18-25 ans 15 4 %</p> <p>26-35 ans 32 9 %</p> <p>36-50 ans 118 33 %</p> <p>51-65 ans 113 32 %</p> <p>Plus de 65 ans 52 14 %</p> <p><b>DIAGNOSTIC DU PROCHE :</b></p> <p>75 26 % Trouble de personnalité limite et autres TP</p> <p>36 12 % Dépression</p> <p>35 12 % Bipolarité</p> <p>28 10 % Psychoses</p> <p>24 8 % Schizophrénie</p> <p>14 5 % Trouble anxieux dominant</p> <p>11 4 % TDAH</p> <p>8 3 % TOC</p> <p>8 2 % Autres troubles</p> <p>55 18 % Diagnostic inconnu</p> <p><b>RELATION :</b></p> <p>144 28 % sont des mères</p> <p>114 22 % sont des conjoints</p> <p>68 13 % sont des enfants (jeunes et adultes)</p> <p>65 13 % sont des pères</p> <p>49 10 % sont des sœurs/frères</p> <p>40 8 % sont de la famille élargie</p> <p>25 5 % sont des amis &amp; collègues</p> <p>3 1 % sont des grands-parents</p>	<p><b>RÉFÉRENCEMENT :</b></p> <p>81 famille, ami</p> <p>41 bouton de référence sur notre site</p> <p>39 internet</p> <p>24 policiers/palais de justice</p> <p>18 psychologues</p> <p>17 organismes communautaires</p> <p>15 Centre de crise l'Accès</p> <p>12 Hôpital Charles-LeMoine</p> <p>12 Site <i>Avant de craquer</i></p> <p>12 Hôpital Pierre-Boucher</p> <p>12 CLSC des Seigneuries</p> <p>10 CLSC Longueuil-Ouest</p> <p>8 Info-Santé</p> <p>7 cliniques, médecins</p> <p>6 CLSC Samuel-de-Champlain</p> <p>6 écoles et DPJ</p> <p>4 CLSC de Saint-Hubert</p> <p>3 CLSC Simone-Monet-Chartrand</p> <p>2 publicité, médias</p> <p>2 dépliants, documentation</p> <p>1 Premier Épisode Psych. PB</p> <p>10 autres</p> <p><b>SEXE DES DEMANDEURS :</b></p> <p>67 % FEMMES</p> <p>33 % HOMMES</p>		
<p><b>PROVENANCE DES DEMANDES :</b></p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p><u>11% MRC MARGUERITE-D'YOUVILLE</u></p> <p>1 Calixa-Lavallée</p> <p>2 Contrecoeur</p> <p>4 Saint-Amable</p> <p>25 Sainte-Julie</p> <p>16 Varennes</p> <p>9 Verchères</p> <p style="text-align: center;"><u>10% Hors territoire</u></p> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p><u>79% AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL</u></p> <p>149 Longueuil - arr. Vieux-Longueuil</p> <p>80 Longueuil - arr. Saint-Hubert</p> <p>27 Longueuil - arr. Greenfield Park</p> <p>6 Longueuil - arr. LeMoine</p> <p>55 Boucherville</p> <p>60 Brossard</p> <p>26 Saint-Lambert</p> <p>21 Saint-Bruno</p> </td> </tr> </table>			<p><u>11% MRC MARGUERITE-D'YOUVILLE</u></p> <p>1 Calixa-Lavallée</p> <p>2 Contrecoeur</p> <p>4 Saint-Amable</p> <p>25 Sainte-Julie</p> <p>16 Varennes</p> <p>9 Verchères</p> <p style="text-align: center;"><u>10% Hors territoire</u></p>	<p><u>79% AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL</u></p> <p>149 Longueuil - arr. Vieux-Longueuil</p> <p>80 Longueuil - arr. Saint-Hubert</p> <p>27 Longueuil - arr. Greenfield Park</p> <p>6 Longueuil - arr. LeMoine</p> <p>55 Boucherville</p> <p>60 Brossard</p> <p>26 Saint-Lambert</p> <p>21 Saint-Bruno</p>
<p><u>11% MRC MARGUERITE-D'YOUVILLE</u></p> <p>1 Calixa-Lavallée</p> <p>2 Contrecoeur</p> <p>4 Saint-Amable</p> <p>25 Sainte-Julie</p> <p>16 Varennes</p> <p>9 Verchères</p> <p style="text-align: center;"><u>10% Hors territoire</u></p>	<p><u>79% AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL</u></p> <p>149 Longueuil - arr. Vieux-Longueuil</p> <p>80 Longueuil - arr. Saint-Hubert</p> <p>27 Longueuil - arr. Greenfield Park</p> <p>6 Longueuil - arr. LeMoine</p> <p>55 Boucherville</p> <p>60 Brossard</p> <p>26 Saint-Lambert</p> <p>21 Saint-Bruno</p>			
<p><b>ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Octobre 2019 : Campagne de sensibilisation aux maladies mentales, s'adressant aux jeunes. Utilisation des médias sociaux et de notre site internet pour diffuser l'information liée à cette campagne. Distribution de matériel promotionnel dans universités, cégeps, centres de formation professionnelle, CLSC et centres hospitaliers.</li> <li>• Création d'une nouvelle capsule vidéo sur notre équipe, nos locaux et services. Mise en ligne sur Facebook.</li> <li>• École d'hôtellerie Jacques-Rousseau : kiosque d'information sur nos services et les maladies mentales.</li> </ul>				

<sup>2</sup> Dans ce chiffre, sont inclus les demandeurs uniques qui ont utilisé le service d'intervention seulement.



## ACTIVITÉS D'INFORMATION

### CONFÉRENCES ET SÉANCES D'INFORMATION :

#### # pers Titre de la conférence :

59 *Trouble de personnalité limite* (deux conférences)

23 *Troubles anxieux*

48 *S'adapter aux changements*

6 *Concilier cellulaire et santé mentale – technostress*

17 *Cannabis et santé mentale*

25 *L'usure de compassion*

43 *Le yoga du rire*

15 *Être perfectionniste – qualité ou défaut*

36 *Les psychoses*

#### Séances d'information :

10 Hôp. CLM – départ. de kinésiologie

12 Équipes SIM du CISSS Montérégie-Est

15 Équipes SIV du CISSS Montérégie-Est

4 Coordination équipes SIM-SIV CISSS Montérégie-Est

12 Comité de gestion clinico-adm. CISSS Montér.-Centre

6 Maison de la famille à Brossard

**TOTAL : (331) personnes rejointes par (16) activités.**



### FACEBOOK :

En mars 2019 : **667** « J'aime ».

**282 publications** ont été mises en ligne.

### INSTAGRAM :

Depuis septembre 2018 : **110 abonnés** et **20 publications**.

### INFOLETTRE (10 parutions) :

Nous offrons l'abonnement gratuit à notre Infolettre mensuelle par l'entremise de notre site internet.

**TOTAL : Au 31 mars 2020, 1 407 abonnés.**

### SITE WEB :

La fréquentation de notre site a baissé, à cause du piratage du comptage de notre référencement. Notre webmestre est en train de travailler à nettoyer notre site.

**11 673** pages consultées durant l'année

**3 785** visiteurs durant l'année

**1 367** visiteurs sur « mobile »

### DOCUMENTATION :

Tous nos documents sont sur notre site internet. Voici le nombre de documents papier distribués :

1 520 calendriers; 400 *Bottin des ressources*; 400 dépliants *J'Accours* (P38); 251 bulletin *Échos*; 430 dépliants usuels.

## GROUPES DE SOUTIEN ET D'ENTRAIDE

	# rencontres	# inscrits	# présences
Entraide de soir (mercredi)	17	18	116
Soutien de jour (mercredi)	17	21	120
Causerie du matin (jeudi)	7	8	29
L'Envolée - après-midi (jeudi)	6	14	50
<b>TOTAL : 4 groupes</b>	<b>47 rencontres</b>	<b>61 inscrits</b>	<b>315 présences</b>

## ACTIVITÉS DE FORMATION

<i>Aimer et aider un proche atteint du trouble de personnalité limite de soir et de jour</i> (4 groupes)	36	47	357
<i>Prendre soin de sa santé mentale</i> (2 groupes)	2	14	14
<i>Défi des troubles psychotiques</i> (1 groupe)	6	5	26
<i>Défi des troubles de l'humeur</i> (1 groupe)	6	8	39
<i>Le lâcher-prise</i> (1 groupe)	3	12	33
<i>Atelier de Communication 1</i> (2 groupes)	2	13	13
<i>Atelier de Communication 2</i> (1 groupe)	1	9	9
<i>Atelier Garder ou éloigner son enfant du nid familial</i> (1 groupe)	1	3	3
<b>TOTAL : 8 formations psychoéducatives – 13 groupes</b>	<b>57 rencontres</b>	<b>111 inscrits</b>	<b>494 présences</b>

## MESURE DE RÉPIT-DÉPANNAGE (voir aussi le Tableau à la page 17)

Séjour champêtre (1 fin de semaine)	1	9	9
Journée champêtre équitation	1	11	11
Méditation pleine conscience	5	6	25
Souper des Fêtes au Restaurant Ambrosia	1	41	41
<b>TOTAL : 4 activités de groupe + aide financière personnalisée</b>	<b>8 rencontres</b>	<b>67 inscrits</b>	<b>86 présences</b>

## VIE ASSOCIATIVE

**353 membres en règle** | **48 participants à l'Assemblée générale annuelle**

