

Rapport Annuel 2020-2021



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

Courriel : info@apammrs.org



apammrs



Rédaction, conception et infographie – Équipe APAMM-RS
Correction des textes – Marielle Raïche

Table des matières

COORDONNÉES.....	1
TABLE DES MATIÈRES.....	2
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	7
GOVERNANCE.....	8
ADMINISTRATEURS.....	9
MOT DE LA DIRECTRICE	10
EMPLOYÉES	11
COMMENTAIRES DE QUELQUES MEMBRES AYANT EU RECOURS À NOS SERVICES.....	12
BÉNÉVOLES, CONTRACTUELLES ET STAGIAIRES	14
LES CHANGEMENTS..... VUS PAR L'ÉQUIPE	15
RÉALISATIONS AUPRÈS DES FAMILLES ET DE LA POPULATION	18
PARTENAIRES	20
PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL.....	21
FAITS SAILLANTS FINANCIERS	22
PERSPECTIVES ET PRIORITÉS POUR 2021-2022	23
ANNEXE : TABLEAU DES STATISTIQUES 2020-2021	24

Présentation de l'APAMM-RS

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

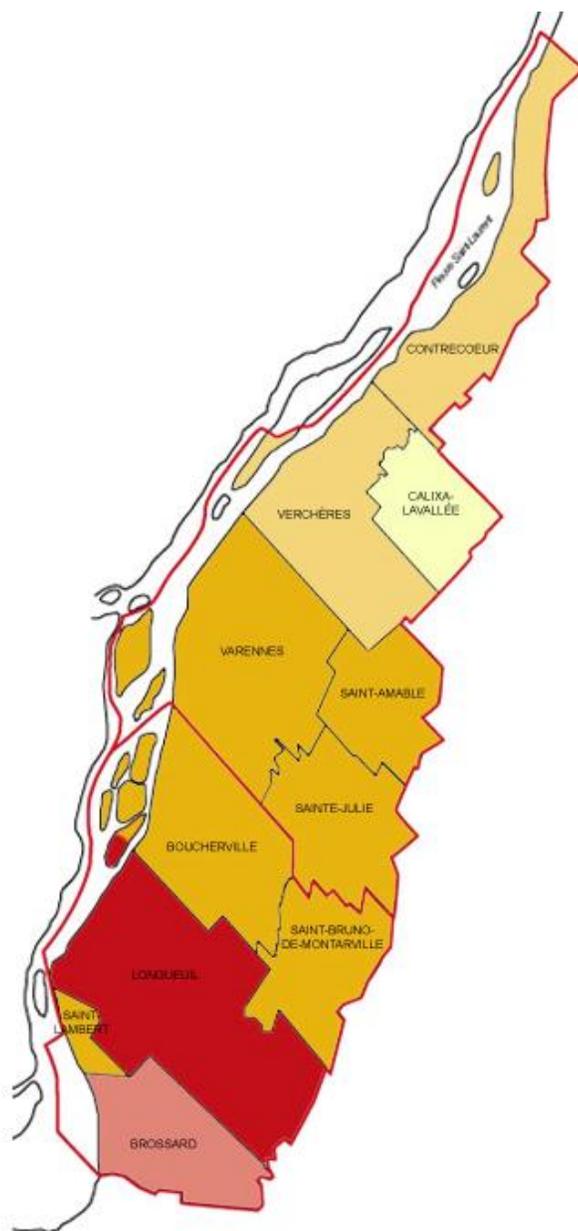
Interventions psychosociales	<ul style="list-style-type: none"> • Interventions individuelles, de couple et familiales. L'aide est reliée au soutien, à la communication, à la résolution de problèmes ou à la référence.
Activités d'information	<ul style="list-style-type: none"> • Conférences permettant 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.
Groupes de soutien et d'entraide	<ul style="list-style-type: none"> • Activités consistant en des moments d'entraide entre pairs, accompagnées d'une animation de soutien.
Activités de formation	<ul style="list-style-type: none"> • Activités d'éducation permettant aux participants d'acquérir certaines connaissances, habiletés et attitudes en lien avec les stratégies d'adaptation individuelles et familiales.
Activités de sensibilisation	<ul style="list-style-type: none"> • 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.
Mesures de répit-dépannage	<ul style="list-style-type: none"> • 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.

Nos services sont offerts gratuitement à une population de plus de 500 000 personnes réparties sur le territoire 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 comptent 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.

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 une problématique de santé 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 différents 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 vivant une problématique de santé mentale.
- Promouvoir les intérêts des familles et proches de la personne auprès des partenaires et instances décisionnelles.
- Appuyer les recherches qui améliorent nos pratiques auprès des familles et proches.
- Sensibiliser l'opinion publique aux problèmes de santé mentale et à leurs impacts sur les familles et amis.

Structure organisationnelle



Gouvernance

Mot de la présidente du conseil d'administration



Quelle année remplie de changements et de défis pour l'APAMM-RS !

La pandémie, une nouvelle directrice générale, l'arrivée d'une nouvelle équipe pour le projet Jeunesse, le projet Résilience, les rénovations majeures des locaux de l'association, une nouvelle présidente au conseil d'administration ...

Nous avons tenu sept rencontres en 2020-2021 afin de nous assurer de la bonne gouvernance de l'association, et ce, de façon virtuelle. Nous avons collaboré avec la nouvelle directrice, madame Danièle Bédard, afin que l'APAMM-RS reste bien présente dans la communauté et continue à offrir les services à nos familles durant la pandémie. Madame Bédard a l'organisme à cœur. Elle a travaillé fort avec nous pour faire avancer les différents projets. Son dynamisme, sa persévérance et sa vision sont un atout pour l'organisme.

Une partie des sommes promises par la direction des programmes de santé mentale et dépendances du CISSS de la Montérégie-Est ayant été reportée à cause de la pandémie, le projet Soutien aux aidants naturels n'a pu prendre forme comme nous l'aurions souhaité. Cependant, grâce aux argents reçus, nous avons procédé à l'embauche de ressources humaines pour le projet Jeunesse et distribué des cartes cadeaux à nos membres pendant la période des Fêtes afin qu'ils puissent passer au travers de cette pandémie.

Les formations offertes aux familles ont toutes été données de façon virtuelle. Certaines rencontres ont pu se faire au bureau, de manière sécuritaire, pour nos employées et les familles. Nos membres sont maintenant informés de nos activités par le site web, la page Facebook et Instagram, ainsi que l'infolettre.

Quant au projet Jeunesse, mentionnons qu'il répond à un besoin de plus en plus important auprès des jeunes qui se retrouvent responsables de leurs parents. Ils reçoivent du soutien grâce à l'équipe jeunesse qui se déplace pour les rencontrer dans les écoles.

Parallèlement, le projet Résilience Rive-Sud a aussi pris son envol cette année. Nous en sommes un fier partenaire. Ce projet vise à renforcer le tissu social afin de prévenir la détresse et la violence qui se manifestent généralement après une pandémie.

Je voudrais remercier toute l'équipe de Madame Danièle Bédard. Elles ont su s'adapter et trouver de nouvelles façons de faire en temps de pandémie. Elles ont dû faire face à plusieurs tempêtes sans jamais baisser les bras et elles ont toujours essayé de trouver les meilleures solutions. Merci ! Votre action a une incidence positive sur la vie des familles !

Certains membres de l'équipe au conseil d'administration étant jeunes en expérience, des formations leur ont été offertes par la CDC de l'agglomération de Longueuil afin de parfaire leurs connaissances quant à leurs rôles et responsabilités.

Merci aux membres du conseil d'administration qui ont su m'épauler et me soutenir durant cette année formatrice ! Nous sommes une belle équipe ! Nos différentes forces permettent à l'APAMM-RS de continuer à exister pour ceux et celles qui ont besoin de ses services. Merci pour la bienveillance et le professionnalisme que vous exercez lors de nos rencontres !

Merci à Marie-Claude Prévost qui a œuvré au CA en tant que secrétaire !

Peut-être aurons-nous la possibilité de souligner notre 40e anniversaire ainsi que le départ de madame Patricia Arnaud ? Nous avons tous hâte de vous revoir en vrai !

Nous sommes à préparer la suite pour l'APAMM-RS. Nous travaillerons sur le plan stratégique dès septembre. La société change, les besoins aussi ! Il faut donc rester connecté afin de mieux répondre aux demandes de nos familles.

Marise Vitti, présidente du CA

Administrateurs



De gauche à droite : Marise Vitti, présidente, Guy Savoie, vice-président, Anne-Marie Laberge, trésorière, Martine Sauvageau, secrétaire, Josée Dumais, administratrice et Jacques Côté, administrateur.

* **Merci à Marie-Claude Prévost** pour cette belle année de bénévolat au sein du conseil d'administration de l'APAMM-RS.



Mot de la directrice

L'an passé à pareille date, j'écrivais ceci : « *Malgré les nouvelles idées qui foisonnent dans ma tête, je souhaite prendre le temps de bien intégrer l'équipe et l'organisation.* »



Celles et ceux qui ont partagé mon quotidien cette année souriront probablement en lisant ces mots ! Je remplacerais donc l'énoncé ci-haut par « Attention aux nouvelles idées qui foisonnent dans ma tête ! Elles peuvent se réaliser une derrière l'autre et précipiter une intégration aussi rapidement qu'un éclair ! » Par chance, Patricia Arnaud, l'ex directrice que je sens toujours avec moi, s'était assurée de me laisser de bons outils de gestion. Je suis très reconnaissante pour tout ce qu'elle a fait pour moi et pour l'APAMM-RS !

Merci également à chacun des membres du conseil d'administration ! Votre implication soutenue et votre présence d'une qualité exceptionnelle m'aident à garder le cap sur l'essentiel dans ce tourbillon de changements !

En écrivant ce texte, j'éprouve un fort sentiment de fierté pour le travail accompli cette année par la merveilleuse équipe qui est à mes côtés. Chacune des employées a su s'adapter à une foule de situations nouvelles, car comme l'écrit si bien notre présidente, Marise Vitti, nous avons vécu plusieurs changements et nouveautés. Un exemple de cette belle capacité d'adaptation : nous avons multiplié les calendriers d'activités et ajusté les thèmes aux besoins particuliers de nos membres en temps de pandémie.

Peu après mon entrée en fonction, nous avons créé un poste de coordonnatrice des services afin, entre autres, de rehausser le nombre de références. Ce poste avait comme objectif premier de consolider et de créer de nouveaux partenariats pour donner plus de visibilité à nos services. Notre coordonnatrice a pu aussi accueillir, encadrer et accompagner les nouvelles recrues au sein de l'équipe. Merci Karine pour la belle humanité qui guide chacune de tes interventions auprès des employées et des familles !

Avant que vous ne lisiez le résumé de notre année, je me permets un dernier mot à vous, les familles, les proches, les amis de ceux qui traversent une période difficile de leur vie et qui peuvent toujours compter sur vous. Je suis témoin jour après jour de vos luttes, de vos efforts, de vos demandes de soutien et de vos démarches pour tenter d'atteindre un climat harmonieux et aidant pour chacun. Je tiens à vous dire que je serai solidaire de chacune de vos luttes. Nous travaillerons pour que nos pratiques soient à la hauteur de vos besoins et que les services publics et communautaires accueillent toujours mieux les familles et entourage de ceux qui vivent un problème de santé mentale. C'est notre devoir d'accompagner les familles et l'entourage pour que les professionnels d'aide des différents réseaux les reconnaissent comme des interlocuteurs essentiels dans le rétablissement de leur proche. C'est aussi notre devoir de travailler à ce que vous ne soyez plus jamais seuls.

Danièle Bédard, directrice

Nouvelles employées

En 2020-2021, l'équipe s'est encore agrandie ! Nous avons d'abord accueilli à l'automne 2020, madame Alessandra Durini, intervenante psychosociale, (permanente depuis mars 2021). De plus, une toute nouvelle équipe jeunesse 14-24 est née, grâce à un financement récurrent des CISSS Montérégie-Est et Montérégie-Centre. Ces subventions sont destinées au soutien aux proches aidants. Pour ce projet Jeunesse, Marie-Claude Prévost a été embauchée comme agente de développement. Jeannah-Jennifer Julien et Marie-Lou Mondou sont les deux intervenantes psychosociales/jeunesse pour ce programme. Précisons que Marie-Lou et Jeannah sont aussi formées pour répondre aux besoins des familles lorsque le besoin se fait sentir.

Équipe de travail



De gauche à droite : Farzana Hyatoolla, adjointe administrative, Karine Bilodeau, coordonnatrice des services, Marie-Christine Dion, intervenante psychosociale, Eilyn Miranda, intervenante psychosociale, Marie-Claude Prévost, agente de développement jeunesse.

Ne figurent pas sur cette page les photos d'Alessandra Durini, intervenante psychosociale, Jeannah Jennifer Julien, intervenante psychosociale jeunesse et Marie-Lou Mondou, intervenante psychosociale jeunesse.

* Merci à madame Linda Girard !

Nous tenons à remercier madame Linda Girard pour ses années de services à l'APAMM-RS comme intervenante psychosociale.



Commentaires de quelques membres ayant eu recours à nos services

Le 28 décembre 20
 à toute l'équipe de L'APAMM-RS,
 je souhaite une année 2021 paisible,
 sereine et remplie d'espoir.
 Je tiens à vous signifier ma grati-
 tude pour le magnifique travail
 que vous accomplissez auprès de
 vos membres et de l'ensemble de la
 communauté. Vous vous occupez
 de nous avec respect, générosité
 et compétence.
 J'ai beaucoup apprécié les cartes
 cadeaux et vous en remercie.
 Je tiens à remercier particuliè-
 rement Mme Eilyn Miranda qui
 m'a si bien accompagnée tout
 au long de l'année.
 Avec toute ma reconnaissance

Un gros merci à
 la direction générale
 et à tout le personnel
 de L'APAMM, d'avoir eu
 cette brillante idée
 des cartes-cadeaux.
 On voit que vous
 pensez à nous!
 Passez de joyeuses fêtes
 et souhaitons vous une
 nouvelle année retour-
 née à la normale!

Je tiens à vous remercier pour le support que vous m'avez apporté à une période plus difficile cette année et de votre générosité en m'offrant des cartes cadeaux! Je souhaite à toute votre équipe de très joyeuses Fêtes et santé pour l'année 2021. Merci.

Je vous remercie de tout cœur du cadeau que vous m'avez offert, qui plus est, par une personne fort gentille venue jusque chez moi. Ce fut une surprise renversante et touchante. Vos services m'ont beaucoup aidée et continuent de le faire. C'est une sécurité pour moi de savoir que vous êtes là. Je sais que je serai écoutée et conseillée si j'en ai besoin. Depuis que je mets en pratique ce que j'ai appris avec vous, je me sens mieux et la relation avec mon fils s'est améliorée significativement. Vous êtes vraiment précieux. Je vous souhaite un beau Noël, que l'année 2021 vous garde heureux, en santé avec de beaux projets à réaliser. J'en profite pour vous faire part que j'ai beaucoup apprécié les conférences auxquelles j'ai participé cet hiver.

Je vous souhaite à toutes et tous un Joyeux temps de fêtes. Je tiens à vous remercier d'être là pour nous soutenir; vous faites un travail extraordinaire. Je tiens aussi à vous remercier pour votre cadeau.

Vous nous avez beaucoup surpris et gâté avec vos services et avec la belle carte cadeau avant Noël.

Vos petits lutins ou lutines... ont su trouver notre porte, mais surtout, la porte de nos cœurs... avec leur accueil professionnel. Merci à votre belle équipe, bonne année 2021 à toutes. Merci au commanditaire.

À tous les intervenants,
un gros merci
Pour tout ce
que vous faites

Vous êtes très précieux
dans nos vies et nos cœurs

Amitiés

Un immense merci à vous toutes pour votre beau travail et tout l'amour que vous nous prodiguez avec tant de compassion.

Quelle belle surprise m'attendait dans la boîte aux lettres en début d'année ! Votre geste m'a beaucoup touché et j'aimerais vous remercier pour ce généreux cadeau ! Depuis que j'ai découvert vos services, et que j'ai suivi la formation (TPL) je me sens supporté. J'ai des notes collées dans mon bureau pour me rappeler les bonnes pratiques de communication. Continuez d'Être ! Vous êtes un essentiel !!!!

J'aimerais souhaiter une très belle année 2021 à toute l'équipe.
Un gros merci d'être là. Merci pour votre disponibilité, votre gentillesse, votre compréhension, votre belle écoute si importante...

Vous à
l'APAMM Rive-sud
Les gens comme  rendent le monde encore plus beau.

Un immense MERCI pour votre
cadeau qui m'a fait chaud au cœur.
J'en profite pour vous souhaiter une
excellente année 2021 Santé et courage à tous!

Bénévolat

Merci aux bénévoles !

Mona Chicoine, Jacques Côté, Josée Dumais, Anne-Marie Laberge, Gabrielle Lasnier, François Parent, Marie-Claude Prévost, Azélie Rocray, Martine Sauvageau, Guy Savoie et Marise Vitti.

Lors des activités suivantes :

- * Activités liées au Conseil d'administration
- * Animation d'activités et formation
- * Aide lors des rénovations du bureau

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 : Patricia Arnaud (formations), *Défi des troubles de l'humeur (bipolarité et dépression)* et *Défi des troubles psychotiques* ; Madeleine Fortier (conférence) *Agissez contre la culpabilité*, *Apprivoisez le stress* et *Cultivez l'auto compassion* ; Isabelle Leclerc, technicienne comptable ; Céline Myre, animatrice du groupe d'entraide en soirée ; François Nobert (formation), *Gestion de crises, prévention, gestion et récupération* ; Marielle Raïche, correction, formation et animation.

Stagiaires

La présence de stagiaires au sein de notre organisation est importante. Elle permet d'abord la formation de possibles recrues et nous garde en lien avec les théories actuelles des milieux de l'éducation supérieure. Elle nous invite parfois à questionner et à revoir nos pratiques pour qu'elles soient toujours pertinentes et qu'elles répondent toujours mieux aux besoins des familles et des proches.

Cette année, nous avons assuré la supervision de deux nouvelles stagiaires. Elles ont apporté un précieux soutien à l'équipe. Merci à Chloé Bégin-Houde (technique en travail social, Cégep du Vieux-Montréal) et à Maude Croteau (Propédeutique, travail social, Université du Québec à Montréal) ! Votre présence a été très agréable.

Les changements ... vus par l'équipe

Changement de direction, arrivée de nouvelles employées, rénovations, pandémie, ajout de postes ...

Laissons place à la réflexion des employées sur cette année fort occupée !

Karine Bilodeau, coordonnatrice des services

L'année 2020-2021 a amené tout un lot de nouveautés et de défis, dont le premier a été de prendre les guides d'un poste de coordonnatrice des services à l'APAMM-RS. C'est avec un immense honneur et beaucoup de motivation que j'ai intégré ce poste sous le signe de la nouveauté. Nouveaux projets, nouvelles intervenantes, nouveaux collaborateurs, consolidation et création de nouveaux partenariats ! Nous avons accueilli et vécu ces changements tout au long de l'année et ce, tout en gardant le cap sur l'essentiel : assurer notre belle mission et maintenir la qualité de nos services.

Mentionnons que cette année a été marquée par la concrétisation de notre projet Jeunesse (14-24 ans) « Et toi dans tout ça », s'adressant aux jeunes qui ont un proche qui présente une problématique de santé mentale.

Qui dit nouveau projet, dit nouvelles intervenantes.

L'année a été particulièrement exceptionnelle en terme d'embauche d'employées. En effet, il aura fallu beaucoup d'énergie et de temps pour embaucher, accompagner et soutenir de nouvelles intervenantes dans nos différents services et projets. Le soutien et l'encadrement des intervenantes ont été réalisés par l'entremise de rencontres individuelles et des rencontres d'équipe cliniques. Ces diverses rencontres ont contribué à assurer la conformité et la qualité des services d'intervention offerts à nos membres. Rappelons que ce soutien particulier offert aux intervenantes leur a permis de faire des interventions en cohérence avec la mission, les normes et les valeurs de l'organisme.

Bien sûr, les conséquences de la pandémie ont évidemment touché de près les projets et employées de L'APAMM-RS. En effet, cette pandémie nous a obligé à faire appel, plus que jamais, à notre capacité d'adaptation et à notre créativité en ce qui concerne l'offre de nos services. Vive les réseaux sociaux et ZOOM !!! Nous avons revu l'ensemble de nos conférences, ateliers et formations offerts aux familles et aux proches et nous avons pu poursuivre nos accompagnements et le partage d'informations à distance. Je peux dire fièrement que les intervenantes ont fait et continuent de faire un magnifique travail dans ces circonstances exceptionnelles. Un énorme merci à chacune d'entre elles !

Malgré certaines contraintes, de nombreuses préoccupations et les ajustements fréquents, l'équipe a réussi à assurer l'accessibilité et la qualité des services. Chacune de vous a une incidence positive sur la belle évolution de notre équipe et notre organisme.

C'est remplie d'espoir et de motivation que j'amorce 2021-2022, car nous récoltons maintenant les fruits des nombreuses nouveautés implantées durant la dernière année.

Farzana Hyatoolla, adjointe administrative

Quelle année !

L'année 2020-2021 a été l'année de tous les changements ! Arrive une nouvelle direction avec beaucoup de nouvelles idées. Puis arrive la COVID-19...

Nous avons dû nous adapter, comme tout le monde, à une nouvelle façon de travailler avec nos membres. Une première à l'APAMM-RS de ne pas recevoir les familles en présentiel, mais le travail d'écoute et les services sont demeurés les mêmes. Nos membres sont heureux d'avoir reçu un soutien tout au long de cette pandémie.

La nouvelle équipe jeunesse apporte un vent de fraîcheur, une dynamique formidable ! Quant au nouveau décor dans nos locaux - tellement attendu - il a été très apprécié.

L'avenir de notre organisme s'annonce très beau avec encore plein de nouveautés. C'est toujours un plaisir de travailler pour l'APAMM et de se retrouver en équipe.

Nous avons hâte d'accueillir en personne tous nos membres.

Eilyn Miranda, intervenante psychosociale

La pandémie a exigé de nous une série d'ajustements et d'adaptations extrêmes. Nous avons été confrontées à des sentiments douloureux et à des émotions fortes, par exemple, la perte d'êtres chers. Je pourrais comparer nos vies à la vie des marins d'un bateau de sauvetage : toujours prêts à sauver la vie des autres et en même temps, nageant continuellement pour ne pas couler.

La vie est faite d'amertume et de douceur.

Dans ce contexte, l'amertume s'est manifestée par la perte de contacts personnels avec les familles, le fait de ne pas pouvoir les accueillir dans nos bureaux, de ne pas pouvoir les renvoyer chez eux avec une poignée de main après une consultation, de ne pas pouvoir leur offrir un regard franc dans les yeux, de ne pas voir leurs sourires et de ne pas pouvoir ressentir leur soulagement en quittant nos locaux avec un sentiment d'espoir.

À l'opposé, la douceur a tout de même été présente : la majorité de nos membres ont pu bénéficier du programme répit pendant la période des Fêtes, l'arrivée d'une équipe de nouveaux collègues qui ont ajouté leurs propres couleurs à celles de l'équipe existante. Personnellement, pour moi, travailler avec une jeune équipe est un vrai délice. Cela donne une touche de fraîcheur et apporte de nouvelles idées, ce qui a une incidence positive sur l'ambiance au travail.

Mon souhait pour l'année prochaine ?

Amener les familles et les proches que j'accompagne à garder l'espoir malgré les circonstances difficiles et les aider à reconnaître leur valeur comme personne unique. Je veux qu'ils apprennent à ne pas s'oublier eux-mêmes, malgré leur implication dans la vie d'un être cher avec une santé mentale fragile. J'aimerais qu'ils sachent que leur vie est aussi précieuse que celle de leur bien-aimé.

Alessandra Durini, intervenante psychosociale

Lorsque je suis arrivée à l'APAMM, en septembre passé, la pandémie battait son plein depuis six mois. Aujourd'hui, ça fait neuf mois que je fais partie de cette merveilleuse équipe et je suis, à chaque jour, étonnée du bien que ça peut m'apporter.

Comme j'ai débuté mon travail d'intervenante pendant le confinement, je n'ai pu rencontrer que quelques membres des familles en personne. Mes consultations et suivis se sont faits au téléphone. J'ai pu constater à quel point il est difficile pour les gens de ne pas voir leur interlocuteur. À ce jour, je dirais que 25 % du temps partagé avec ces individus a été consacré à la discussion covid et au confinement. Les gens ont besoin de parler de ce sujet, car cela nous touche tous, moi inclus. Il est évident que cette situation exceptionnelle vient influencer notre état d'être.

Arrivée en septembre pour combler un remplacement, je me suis intégrée tranquillement à l'équipe. J'ai découvert des femmes (eh oui ! Présentement, nous ne sommes que des femmes !) de diverses cultures, avec diverses expériences professionnelles et personnelles et j'ai été surprise de la beauté de ces personnes avec qui j'échange chaque semaine. C'est un privilège pour moi de faire partie de ce groupe d'individus. En mars, j'ai eu la joie de me faire offrir un poste permanent. Certes, c'est rassurant au niveau professionnel, emploi stable, économique, etc., mais j'éprouve surtout beaucoup de fierté pour cette confiance que l'on me témoigne.

La famille a toujours a toujours été au centre de ma vie. Elle est la base de tout. Il n'est pas très surprenant que je me sois retrouvée à l'APAMM pour y travailler. Le travail d'intervention auprès des proches est pour moi essentiel. Si la famille n'a pas les ressources ni les outils pour accompagner son être cher, la situation pourra difficilement s'améliorer. Cette réalité me motive à travailler comme intervenante psychosociale à l'APAMM, car je veux aider ces familles à trouver leurs forces intérieures et être présente pour la personne souffrante.

Tous ensembles, directrice, coordonnatrice, secrétaire, membres du C.A., agente de développement, intervenantes, famille et entourage, on va y arriver ! Car ensemble, on est plus forts et on ne lâche pas !

Réalisations auprès des familles et de la population

Voici un bref aperçu de trois nouveaux projets réalisés cette année. Nous avons décidé d'investir du temps et des efforts pour les mettre sur pied, car nous croyons qu'ils peuvent contribuer à mieux soutenir nos membres réguliers et nos futurs membres.

Projet Résilience Rive-Sud

Ce projet résulte d'une co-construction entre la Table de concertation en santé mentale de la Rive-Sud et le sous-comité Résilience de l'agglomération de Longueuil duquel le projet tire ses origines. C'est ainsi que cette campagne de sensibilisation et de mobilisation a été mise en place.

Plus précisément, ce projet a été conçu sous la responsabilité d'un comité de pilotage comprenant les organismes communautaires de L'Arc-en-ciel des Seigneuries, groupe d'entraide en santé mentale, APAMM-RS et Carrefour Le Moutier qui en est le fiduciaire.

Ce projet vise la prévention de la détresse ainsi que le renforcement de l'entraide citoyenne sur le territoire de l'agglomération de Longueuil. Il a pour objectifs d'informer des effets possibles de la pandémie sur la santé mentale et de favoriser la capacité de résilience dans un tel contexte. Résilience Rive-Sud vise également la mobilisation d'acteurs clés dans la communauté, lesquels seront sensibilisés aux enjeux en santé mentale et pourront idéalement être formés en tant que Sentinelles.

L'APAMM-RS a accepté de s'impliquer dans ce magnifique travail de partenariat afin de pouvoir rejoindre les familles vulnérables qui ne consultent habituellement pas notre association.

<https://resiliencerivesud.com/>

Projet Jeunesse

En début de pandémie, nous pensions déjà qu'un projet Jeunesse 14-24 devait voir le jour à l'APAMM-RS. Le nombre croissant de demandes des jeunes nous le démontrait chaque jour. Avec l'arrivée de la COVID-19, les besoins des jeunes qui soutiennent un proche présentant une problématique de santé mentale sont devenus pressants. Le contexte de confinement et d'isolement a précipité la réalisation de notre souhait.

Grâce aux subventions octroyées par madame Marguerite Blais, ministre responsable des Aînés et des Proches aidants, l'APAMM-RS a pu soumettre une demande pour le programme jeunesse aux CISSS Montérégie-Est et Montérégie-Centre.

Les buts de ce projet : alléger la situation difficile du jeune/étudiant « aidant naturel », afin de lui permettre de réussir ses études ou sa vie personnelle et professionnelle; mettre en place des mesures pour offrir une aide psychosociale afin d'éviter la surcharge émotionnelle et physique, l'épuisement, le décrochage scolaire, la désorganisation du milieu familial.

Les objectifs sont les suivants:

- Soutenir le jeune étudiant par des interventions psychosociales individuelles ou familiales, en personne, mais aussi via les autres technologies de communication;
- Informer, sensibiliser et outiller le jeune pour lui permettre de mieux comprendre et mieux vivre avec son proche;
- Offrir un lieu de partage dans un groupe. Exemples : page Facebook, Instagram, Snapchat, etc.;
- Promouvoir le projet dans tout le réseau scolaire, de la santé, communautaire, policiers, etc.;
- Bonifier les partenariats ;
- Trouver des espaces publics pour rencontrer les jeunes.

https://www.instagram.com/et.toidanstoutca/?utm_medium=copy_link

Projet logement social

L'APAMM-RS s'est joint à l'Arc-en-ciel des Seigneuries - groupe d'entraide en santé mentale – pour la réalisation d'une étude sur les besoins en logements sociaux des personnes souffrant d'un problème de santé mentale de la MRC Marguerite-d'Youville et Boucherville.

Le but de l'étude est la mise sur pied d'un futur projet de logement social en santé mentale.

Objectifs :

- Dresser le portrait des conditions habitatives de ce groupe spécifique de population en s'intéressant à leur situation actuelle en termes de logement (proportion de revenus consacrés au loyer, accessibilité, etc.);
- Investiguer les besoins des participants en matière de logement social afin de pouvoir élaborer des recommandations pour la réalisation d'un futur projet de logements sociaux en santé mentale.

Vous êtes invités à consulter *l'annexe – Tableau des statistiques*, pages 24-25

- Étonnamment, la pandémie n'aura pas eu l'effet attendu dans les demandes d'aide. En effet, la baisse des demandes a été moins importante que ce que nous avons prévu.
- Nous avons constaté une hausse significative des jeunes demandeurs, soit une augmentation de 6 %
- Malgré la pandémie, nous avons eu une belle participation à l'**Assemblée générale annuelle** avec 33 personnes présentes, et ce, avec une première utilisation « officielle » de la plateforme Zoom.

Présence auprès des partenaires 2020-2021

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

Concertation

- Table de concertation en santé mentale Rive-Sud (TCSM-RS) – trois rencontres – Participation à une consultation du CISSS Montérégie-Est sur les aires ouvertes, pour la TCSM-RS
- *Réseau Avant de craquer* : Consultation sur le plan d'action en santé mentale
- ROCSMM : réflexion et discussion sur les enjeux de la prochaine année

Collaboration

- Madame la juge, Céline Gervais, juge coordonnatrice adjointe en Montérégie pour la Cour du Québec nous a contactés pour nous offrir son soutien pour des conseils d'ordre juridique. Cette collaboration est très appréciée.
- *Réseau Avant de craquer*
 - Participation à la Table des directions
 - Participation à la Table des présidents
 - Finalisation du processus de recertification
- Regroupement des sept associations famille en Montérégie-Estrie : deux rencontres d'échanges.
- Projet Résilience Rive-Sud avec les collaborateurs suivants : Groupe d'entraide L'Arc-en-ciel des Seigneuries (Varenes), Carrefour le Moutier, (Longueuil), Service de police de Longueuil, Ville de Longueuil.
- CISSS Montérégie-Centre (trois rencontres) : Rencontres sur l'utilisation de l'enveloppe budgétaire octroyée pour le soutien aux proches aidants.
- CISSS Montérégie-Est (cinq rencontres) : Rencontres sur l'utilisation de l'enveloppe budgétaire octroyée pour le soutien aux proches aidants.
- Service de police de l'agglomération de Longueuil (une rencontre) : signature d'un protocole d'entente nous permettant d'améliorer notre collaboration dans le cadre de plusieurs interventions.
- Direction de la santé publique de la Montérégie (plusieurs rencontres d'information COVID).

Perfectionnement professionnel des employées

- Formation de mise à niveau du système Paie Desjardins
- Deux journées de formation sur Prodon
- *Bien communiquer à distance*, formation avec Marielle Raïche, Centre St-Pierre
- *La mise en ligne des formations et conférences*, formation avec Julie Gauthier, Centre St-Pierre
- *Imagine*, journée de conférences sur le thème *Jeunes et santé mentale* par Conférence connexion (conferencesconnexion.com)
- Jeunes exposés aux conflits sévères de séparation (deux webinaires)
- Réalités autochtones
- Colloque sur la violence conjugale
- Réalités des jeunes fugueurs
- Jeunes exposés à la violence sexuelle
- Impacts de la pandémie sur le réseau scolaire
- Le jeune en contexte judiciaire

Faits saillants financiers

- Nous avons reçu du CISSS Montérégie-Centre une indexation de 2 % de notre subvention ainsi qu'un rehaussement annuel de 4 %.
- Nos **revenus** ont augmenté à la suite de l'obtention de subventions COVID et des nouvelles subventions pour les proches aidants.
- **Trois** nouvelles employées ont été embauchées pour le projet Jeunesse.
- En **sous-traitance**, nous avons eu la présence d'une technicienne comptable toute l'année.
- Nous avons reçu des sommes du CISSS Montérégie-Est pour offrir du répit d'urgence COVID aux familles membres de l'APAMM-RS.

Tableau détaillé des dépenses Répit-dépannage	2020-2021
Volet répit-dépannage	4 575 \$
Projet proche aidant répit Montérégie-Est	15 525 \$
5 % administration	1 015 \$
TOTAL du volet Répit-dépannage :	21 115 \$

Financement

- Notre principale source de financement provient du *Programme de soutien financier aux organismes communautaires (PSOC)*, du CISSS Montérégie-Centre.
- Nous avons reçu deux nouvelles subventions récurrentes des CISSS Montérégie-Est et Montérégie-Centre. Ces subventions proviennent d'une enveloppe budgétaire provinciale de la *direction générale des programmes dédiés aux personnes aux familles et aux communautés*. Ces subventions visent à soutenir les proches aidants.
- Pour aider l'APAMM-RS en temps de pandémie, nous avons reçu des subventions salariales d'urgence du Canada (SSUC) ainsi qu'une subvention d'urgence du Canada pour le loyer (SUCL).
- La liste des donateurs *personnels* demeure confidentielle, mais celle des **donateurs corporatifs** pour la période d'avril 2020 à mars 2021 est la suivante :
 - Monsieur Ian Lafrenière, député de Vachon
 - Madame Nicole Ménard, députée de Laporte
 - Centraide du Grand Montréal
 - Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ)

Perspectives

Nous souhaitons que le projet Jeunesse, développé cette année, prenne son envol et devienne la référence pour les jeunes, les professionnels dans les écoles, les policiers et pour les différents services en santé mentale.

Nous aurons terminé la planification stratégique et revisité la mission et la philosophie de l'APAMM-RS pour nous assurer qu'elles répondent toujours aux besoins actuels des familles et de l'entourage.

Comme nous le mentionnions l'an dernier, nous allons redoubler d'ardeur pour que l'expertise de l'APAMM-RS soit reconnue à sa juste valeur par les réseaux public et communautaire.

Priorités pour 2021-2022

- Réaliser une démarche de planification stratégique
- Assurer un développement optimal du programme Jeunesse
- Consolider les partenariats existants et en développer de nouveaux
- Assurer un retour graduel des services en présentiel dès que les consignes gouvernementales le permettront



Annexe : Tableau des statistiques 2020-2021

INTERVENTIONS PSYCHOSOCIALES						
<p>INTERVENTIONS :</p> <p>3 997 interventions totales</p> <p>2 406 interventions téléphoniques</p> <p>799 consultations individuelles</p> <p>112 consultations en couple</p> <p>115 consultations familiales</p> <p>11 interventions auprès d'un professionnel</p> <p>446 interventions par courriel</p> <p>30 services divers à la clientèle</p> <p>69 références</p> <p>9 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>DEMANDEURS :</p> <p>852 demandeurs différents</p> <p>545 nouveaux demandeurs 64 %</p> <p>307 personnes « membres » 36 %</p> <p>LANGUE :</p> <p>99 % français</p> <p>1 % anglais</p>	<p>GROUPES D'ÂGES DES NOUVEAUX DEMANDEURS :</p> <p>0-17 ans 32 6 %</p> <p>18-25 ans 65 12 %</p> <p>26-35 ans 95 17 %</p> <p>36-50 ans 157 29 %</p> <p>51-65 ans 144 26 %</p> <p>Plus de 65 ans 52 10 %</p> <p>Total : 545 (total)</p> <p>RELATION NOUVEAUX DEMANDEURS :</p> <p>117 21 % sont des mères</p> <p>145 26 % sont des conjoints</p> <p>129 24 % sont des enfants (jeunes et adultes)</p> <p>70 13 % sont des pères</p> <p>28 5 % sont des sœurs/frères</p> <p>20 4 % sont de la famille élargie</p> <p>35 7 % sont des amis & collègues</p> <p>1 0 % sont des grands-parents</p> <p>545 nouveaux demandeurs (total)</p>	<p>RÉFÉRENCIEMENT NOUVEAUX DEMANDEURS :</p> <p>27 % famille, ami</p> <p>5 % bouton de référence sur notre site</p> <p>9 % Internet</p> <p>6 % policiers/palais de justice</p> <p>4 % psychologues</p> <p>10 % organismes communautaires</p> <p>4 % Centre de crise l'Accès</p> <p>5 % Hôpital Charles-LeMoine</p> <p>1 % Site du réseau <i>Avant de craquer</i></p> <p>3 % Hôpital Pierre-Boucher</p> <p>2 % CLSC des Seigneuries</p> <p>1 % CLSC Longueuil-Ouest</p> <p>1 % Info-Santé</p> <p>1 % cliniques, médecins</p> <p>5 % CLSC Samuel-de-Champlain</p> <p>7 % écoles et DPJ</p> <p>2 % CLSC de Saint-Hubert</p> <p>0 % CLSC Simone-Monet-Chartrand</p> <p>4 % publicité, médias</p> <p>0 % dépliants, documentation</p> <p>3 % Premier Épisode Psych. PB</p> <p>Total : 100 %</p> <p>SEXE DES DEMANDEURS :</p> <p>79 % FEMMES</p> <p>21 % HOMMES</p>				
<p>PROVENANCE DES NOUVEAUX DEMANDEURS :</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; border: none;"> <p><u>10 % MRC MARGUERITE-D'YOUVILLE</u></p> <p>5 Calixa-Lavallée</p> <p>4 Contrecoeur</p> <p>6 Saint-Amable</p> <p>18 Sainte-Julie</p> <p>16 Varennes</p> <p>5 Verchères</p> </td> <td style="width: 50%; border: none;"> <p><u>90 % AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL</u></p> <p>146 Longueuil - arr. Vieux-Longueuil</p> <p>80 Longueuil - arr. Saint-Hubert</p> <p>43 Longueuil - arr. Greenfield Park</p> <p>11 Longueuil - arr. LeMoine</p> <p>44 Boucherville</p> <p>102 Brossard</p> <p>27 Saint-Lambert</p> <p>38 Saint-Bruno</p> </td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center; border: none;"> <p>Total : 545 nouveaux demandeurs</p> </td> </tr> </table>			<p><u>10 % MRC MARGUERITE-D'YOUVILLE</u></p> <p>5 Calixa-Lavallée</p> <p>4 Contrecoeur</p> <p>6 Saint-Amable</p> <p>18 Sainte-Julie</p> <p>16 Varennes</p> <p>5 Verchères</p>	<p><u>90 % AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL</u></p> <p>146 Longueuil - arr. Vieux-Longueuil</p> <p>80 Longueuil - arr. Saint-Hubert</p> <p>43 Longueuil - arr. Greenfield Park</p> <p>11 Longueuil - arr. LeMoine</p> <p>44 Boucherville</p> <p>102 Brossard</p> <p>27 Saint-Lambert</p> <p>38 Saint-Bruno</p>	<p>Total : 545 nouveaux demandeurs</p>	
<p><u>10 % MRC MARGUERITE-D'YOUVILLE</u></p> <p>5 Calixa-Lavallée</p> <p>4 Contrecoeur</p> <p>6 Saint-Amable</p> <p>18 Sainte-Julie</p> <p>16 Varennes</p> <p>5 Verchères</p>	<p><u>90 % AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL</u></p> <p>146 Longueuil - arr. Vieux-Longueuil</p> <p>80 Longueuil - arr. Saint-Hubert</p> <p>43 Longueuil - arr. Greenfield Park</p> <p>11 Longueuil - arr. LeMoine</p> <p>44 Boucherville</p> <p>102 Brossard</p> <p>27 Saint-Lambert</p> <p>38 Saint-Bruno</p>					
<p>Total : 545 nouveaux demandeurs</p>						
ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION						
<ul style="list-style-type: none"> • Depuis l'arrivée de l'équipe jeunesse, plusieurs contacts ont été faits avec de nouveaux partenaires jeunesse et des présentations de ce nouveau service ont été offertes. • Création d'une nouvelle page web et d'un compte Instagram pour le service/junesse. 						

ACTIVITÉS D'INFORMATION

CONFÉRENCES ET SÉANCES D'INFORMATION :

pers Titre de la conférence :

- 18 *Trouble de personnalité limite* (deux conférences)
 7 *Comment faire face aux stress et aux traumatismes*
 8 *La résilience ou la capacité de rebondir*
 17 *L'anxiété : la comprendre et mieux la gérer*
 8 *Cultiver l'auto compassion*
 11 *Apprivoiser le stress*
 17 *Agissez contre la culpabilité*
 11 *L'incidence de nos valeurs personnelles sur notre s.m*

Séances d'information :

- 10 Présentation équipe PEP (premiers épisodes psychotiques)
 20 Webinaire sur les mesures de répit
 42 Présentation aux directions d'écoles CS M-Victorin
 Présentations dans dix maisons de jeunes
 Présentation à la direction de Tel Jeunes
 10 Présentation Macadam
 Présentations dans les écoles secondaires du secteur
 Présentation APED (Association De Parents De L'Enfance En Difficulté)
 Rencontre maison Internationale



INFOLETTRE (12 parutions) :

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

TOTAL : Au 31 mars 2021, 1 416 abonnés.

SITE WEB :

La fréquentation de notre site
11 963 pages consultées durant l'année
3 903 visiteurs durant l'année
1 389 visiteurs sur « mobile »

La page web et le compte Instagram du service jeunesse est maintenant disponible. Venez nous voir!

GROUPES DE SOUTIEN ET D'ENTRAIDE

	# rencontres	# inscrits
Soutien de jour (mercredi)	12	11

ACTIVITÉS DE FORMATION

<i>Aimer et aider un proche vivant un problème de personnalité limite de soir et de jour</i>	3 groupes
<i>Défi des troubles de l'humeur</i>	1 groupe
<i>Défi des troubles psychotiques</i>	1 groupe
<i>Gestion de crise : Prévention, gestion et récupération</i>	2 groupes

MESURE DE RÉPIT-DÉPANNAGE (cf page 16)

Cadeaux réconforts pour l'ensemble de nos membres (Noël)

Plusieurs mesures de répit offertes à nos membres en temps de pandémie

VIE ASSOCIATIVE

325 membres en règle

33 participants à l'Assemblée générale annuelle (par zoom en contexte de pandémie)