



Amis de la santé mentale
Friends for Mental Health

RAPPORT
ANNUEL

2022-2023

L'ANNÉE 2022-2023 EN CHIFFRES

841 clients ont reçus des services

352 nouveaux clients

241 appels d'informations

1494 sessions de counselling

404 présences aux cours et ateliers

244 présences aux groupes de soutien

1834 personnes rencontrées à nos kiosques

11 bénévoles

1067 heures de bénévolat

654 familles aidées!

TABLE DES MATIÈRES

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE.....	3
À PROPOS.....	4
CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	7
NOTRE ÉQUIPE.....	8
RESSOURCES HUMAINES.....	9
ÉVALUATION.....	10
STATISTIQUES.....	11
SERVICES.....	13
PROGRAMMES DE SENSIBILISATION.....	19
PROJETS SPÉCIAUX.....	21
RAYONNEMENT DANS LA COMMUNAUTÉ.....	22
RÉSEAUTAGE.....	23
RAPPORT FINANCIER.....	24
NOS BAILLEURS DE FONDS.....	25
PRIORITÉS D'ACTION 2023-2024.....	26

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE

C'est avec une très grande confiance en l'avenir que je quitte cette organisation où j'ai vécu tant de défis et fait de si impressionnantes rencontres. L'année 2022-2023 a débuté dans une grande instabilité avec des accents de crise, heureusement, avec l'aide du Conseil d'administration si dynamique et impliqué, que je remercie chaleureusement, Les Amis ont trouvé une nouvelle direction, qui je pense, amènera l'organisation là où nous méritons de nous retrouver au sein de la communauté, et en services auprès des proches et des familles des personnes vivant avec un problème de santé mentale.

Plusieurs programmes ont le vent dans les voiles et les statistiques du rapport annuel 2022-2023, en regard des usagers de nos services, nous démontrent que vous êtes de plus en plus nombreux à vous prévaloir de nos services pour votre bien-être et celui de vos proches. Les Amis de la santé mentale ont une équipe du tonnerre, disponible, à l'écoute, accessible et compétente, je voudrais plus spécialement les remercier pour leur engagement envers notre organisme et leur soutien indéfectible.

Je vous souhaite une excellente année 2023-2024, les Amis demeurent pour moi une expérience communautaire très enrichissante et mémorable.



La dernière année fut remplie de défis pour notre organisme. Malgré qu'il n'y avait pas de direction générale pour la première partie de l'année, toute l'équipe a su transformer ce contexte particulier afin de poursuivre les opérations et maintenir le navire à flot. L'équipe a su faire preuve d'ouverture, d'adaptation et de résilience. J'ai débuté en tant que directrice générale de l'organisme en août et nous avons eu de belles opportunités de croissance et de développement, notamment avec l'édition de notre Guide régional: L'Allié de l'entourage en santé mentale et avec le déploiement de nos ateliers de pleine conscience. Résolus à se tourner positivement vers l'avenir, nous avons plusieurs projets pour 2023-2024.

Nous terminons donc l'année 2022-23 avec un sentiment de satisfaction. Le bilan de nos activités illustre nos efforts et notre enracinement dans la communauté. Merci à notre équipe, à notre conseil d'administration, à nos bénévoles, à nos partenaires et bien sûr, à nos précieux donateurs.



Michèle Paquette
Présidente



Isabelle Paquette
Directrice générale

À PROPOS

Qui sommes nous

Les Amis de la santé mentale est un organisme à but non lucratif qui soutient l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale. Nous leur offrons du soutien psychosocial, de l'information et de la formation. Depuis 1981, nous œuvrons en vue d'améliorer la qualité des services en santé mentale pour notre collectivité. En étroite collaboration avec les autres intervenants du milieu (professionnels, hôpitaux, CLSC et autres organismes), nous visons à sensibiliser la population sur l'impact des troubles de santé mentale dans la vie des gens.

Un peu d'histoire

Le 6 octobre 1981, deux mères de famille se sont rencontrées pour planifier la création d'un groupe de soutien pour les parents et amis de personnes ayant des problèmes de santé mentale. Leur mission était de remédier au manque de soutien et de services pour les personnes ayant des troubles de santé mentale et leurs familles dans l'Ouest-de-l'Île, qui étaient soit inadéquats, soit inexistants. Pendant de nombreuses années, l'organisme a été dirigé par des parents bénévoles.

Quarante-deux ans plus tard, les Amis de la santé mentale est un organisme sans but lucratif bien établi qui compte dix employé-e-s hautement qualifié-e-s, un conseil d'administration expérimenté et plus de 660 familles aidées l'an dernier seulement !

Les Amis de la santé mentale est le seul organisme de l'Ouest-de-l'Île qui offre des services aux personnes dont un proche vit avec un trouble de santé mentale.



À PROPOS



Notre mission

Offrir du soutien et autres ressources aux membres de l'entourage d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale.

Nos objectifs

1. Promouvoir la santé mentale en offrant du counselling, des programmes d'éducation, des groupes de soutien et autres services accessoires et connexes aux membres de l'entourage d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale.
2. Promouvoir la santé mentale en éduquant et sensibilisant le public sur la problématique de la santé mentale en vue de faire tomber les préjugés en lien avec les troubles de santé mentale lors de conférences ou d'autres présentations publiques et distribuant de l'information sur cette question.
3. Faire toutes choses qui sont accessoires et connexes à la promotion de la santé mentale.

Nos valeurs

Humanisme authentique: respect de la dignité et de l'autonomie de l'individu, et ce, avec solidarité, authenticité et engagement.

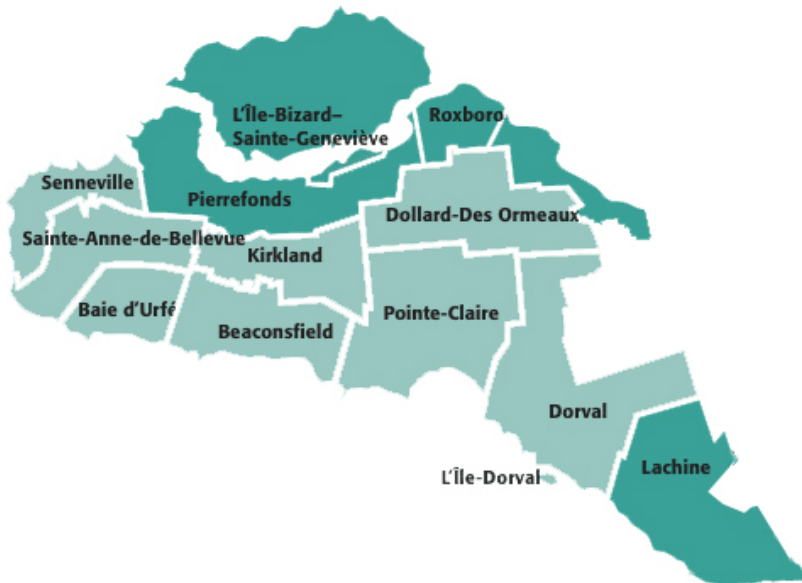
Professionalisme: savoir, savoir-faire et savoir-être permettant d'offrir des services de grande qualité et de s'illustrer.

Dynamisme: réfère à la créativité et à l'action, à poser des gestes, bâtir, créer, innover, oser, accomplir, réaliser et assurer un leadership.

Troubles de santé mentale pour lesquels nous aidons nos membres

- Trouble de la personnalité limite
- Schizophrénie et psychose
- Trouble bipolaire
- Trouble obsessionnel compulsif
- Dépression
- Troubles anxieux
- Comorbidités (trouble de santé mentale et dépendance)
- Troubles majeurs non diagnostiqués

À PROPOS



Région desservie

Nous desservons la population de la grande région de l'Ouest-de-l'Île de Montréal. Environ 75 % de nos membres vivent dans la région du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Ouest-de-l'Île de Montréal (CIUSSS ODIM). Nous offrons également nos services aux familles d'ailleurs qui n'y ont pas accès dans leur région.

Nous reconnaissons que ASM est située en territoire traditionnel de la nation Kanien'kehá: ka, lequel n'a jamais été cédé.

Diversité et inclusion

Nous avons à coeur de nous assurer d'être inclusif auprès de nos membres et de la population en générale. Puisque 74% de nos membres sont anglophones et que 26% sont francophones, nos services sont offerts dans les deux langues. Parmi notre équipe, nous comptons des employé.e.s qui peuvent s'exprimer et/ou comprendre les langues suivantes :

- Français
- Anglais
- Espagnol
- Arabe
- Allemand

Dans le but d'offrir des services mieux adaptés à la réalité de nos membres, ils ont la possibilité de rencontrer nos conseillers

- en personne
- en visioconférence
- par téléphone

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 9h00 à 16h30. Plusieurs de nos activités de groupe ont lieu en soirée de 18h30 à 20h30.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration est élu démocratiquement et est normalement composé de onze (11) administrateurs, dont une majorité de membres familles (membres utilisateurs) et d'un maximum de cinq (5) administrateurs ressources (membres de la communauté ou d'autres organismes).



Michèle Paquette
Présidente
Administratrice ressource



Nicole Vien
Vice-présidente
Membre famille



James Gregorio
Trésorier
Administrateur ressource



Violaine Lacroix
Secrétaire
Membre famille



Anne Vrana
Administratrice
Administratrice ressource



Patrick Carpentier
Administrateur
Administrateur ressource



Patricia McIntyre
Administratrice
Membre famille



Cheryl Pratt
Administratrice
Membre famille



Raphaëlle Petitjean
Administratrice
Membre famille

NOTRE ÉQUIPE



Isabelle Paquette
Directrice générale



Moustafa Elrakhawy
Superviseur clinique
Ph.D. Psychiatrie



Julie Clément
Conseillère
B.A., Thérapeute en relation d'aide MD



Jessica Schiff
Conseillère
M.A. Travail Social



Gabriel Coutu
Conseiller
M.A Dramathérapie



Samantha Dobbin
Conseillère
M.A Art-thérapie



Alexandra Bellefeuille
Adjointe administrative



Hope Jaikaransingh
Agente communautaire



Andreea Calian
Agente de sensibilisation
et de soutien

RESSOURCES HUMAINES



NOUVEAU!

Nouveau Régime d'assurance collective

Les salariés travaillant au moins 21 heures par semaine peuvent maintenant bénéficier d'un régime d'assurance collective à la fin de leur période d'essai. L'assurance comprend l'assurance vie, l'assurance vie du conjoint et des personnes à charge, l'assurance invalidité de longue durée, les prestations de soins de santé complémentaires telles que les médicaments, l'assurance voyage et les services paramédicaux, ainsi que les prestations de soins dentaires. Les cotisations sont payées à 50 % par l'employeur et à 50 % par l'employé.

Nouvelle Politique

Une nouvelle politique sur la prévention et la gestion des situations de harcèlement psychologique et sexuel, de conflit ou de violence au travail a été élaborée.

Formations suivies par l'équipe

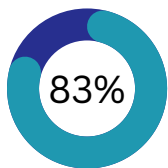
Tout au long de l'année, nous offrons à nos employés la possibilité de faire de la formation continue. Un budget est prévu à cet effet. Afin d'apporter une aide optimale aux membres de l'entourage et une offre des services à la fine pointe des dernières avancées en santé mentale, le personnel a participé à plusieurs formations, y compris:

- Formation sur la santé mentale périnatale
- Autism: Strategies for Self-Regulation, Learning, and Challenging Behaviours
- Approches et outils d'aide à la gestion de la médication en santé mentale
- Anxiété de performance : la comprendre pour mieux la surmonter
- Dialectical Behaviour Therapy - Balancing Acceptance and Change
- Mind Matters: An Exploration of PTSD, SUD, Moral Injury and Trauma Related Guilt
- Self-compassion and mindfulness in the prevention and treatment of mental health problems
- Mental Health and Cannabis Education
- Formation sur l'intervention auprès des Jeunes
- Mesures alternatives à la P-38 : comment mieux outiller les familles et les intervenants
- Les troubles de la personnalité: État des connaissances et innovations thérapeutiques
- Mind Matters: An Exploration of PTSD, SUD, Moral Injury and Trauma Related Guilt

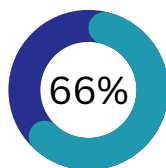
ÉVALUATION

Offrir des services de qualité qui rencontrent les besoins de nos membres est primordial pour nous. Afin d'évaluer et quantifier la satisfaction de notre clientèle, nous avons fait parvenir un questionnaire anonyme en ligne à tous nos usagers. Nous leur avons demandé d'évaluer tous nos services et de nous donner leurs commentaires afin de nous assurer d'offrir à tous nos membres les meilleurs services, adaptés à leurs besoins. Nous avons eu 66 répondants.

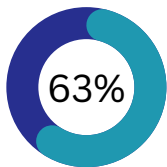
Voici les résultats:



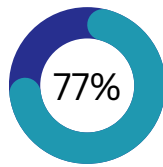
sont très satisfaits du service de counselling et d'art-thérapie



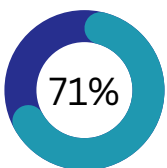
sont très satisfaits du service de groupes de soutien



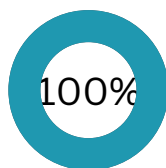
considèrent que les services les ont beaucoup aidés dans leur relation avec leur proche



sont, de manière générale, très satisfaits des services reçus



sont très satisfaits du service de cours et ateliers



recommanderaient nos services à un proche

“

Incroyable. J'ai eu la chance d'avoir plusieurs sessions avec un conseiller de votre service de counselling. Il était à mon écoute, m'a donné d'excellents conseils et informations. Il connaissait très bien sa matière. Ce fut une libération pour moi dans une période où je ne savais plus quoi faire avec ma fille et ses comportements dus à sa maladie

“

Le counselling individuel m'a vraiment aidé à me concentrer sur ce qui était important pour moi. Il a eu un impact considérable sur le soutien que nous apportons à notre proche.

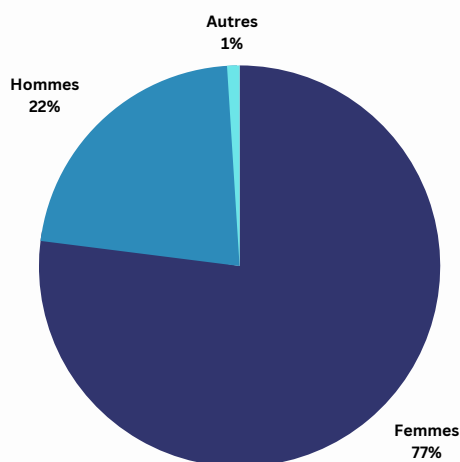
“

J'ai trouvé le courage de raconter ce que nous vivons à la maison, et le groupe de soutien n'a pas été surpris d'entendre ce que nous traversons, ce qui m'a donné la force dont j'avais besoin à ce moment-là, et je vous en remercie.

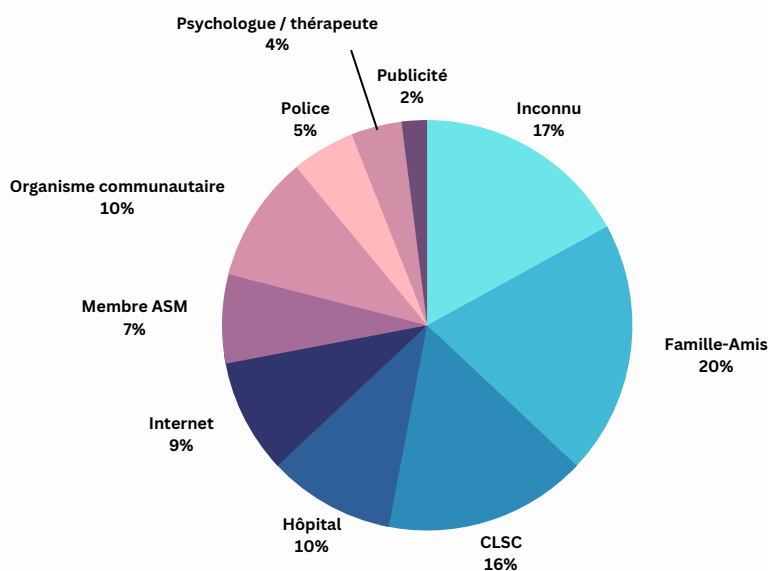
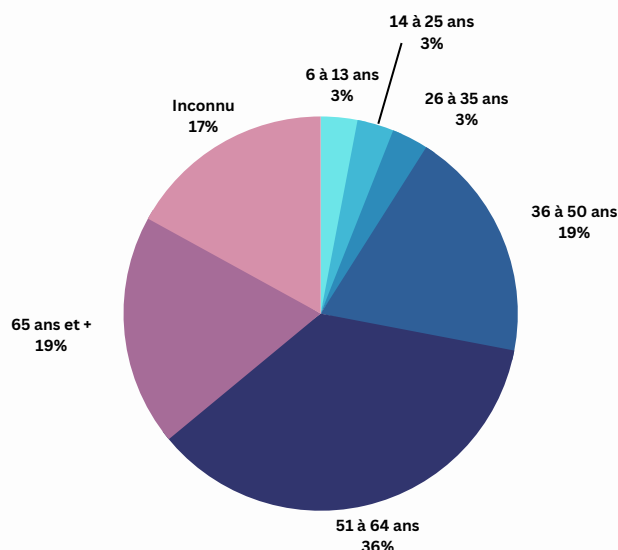
STATISTIQUES

Profil de nos membres

Identités de genre



Âges



Référencement

Comment nos membres prennent-ils connaissance des Amis?

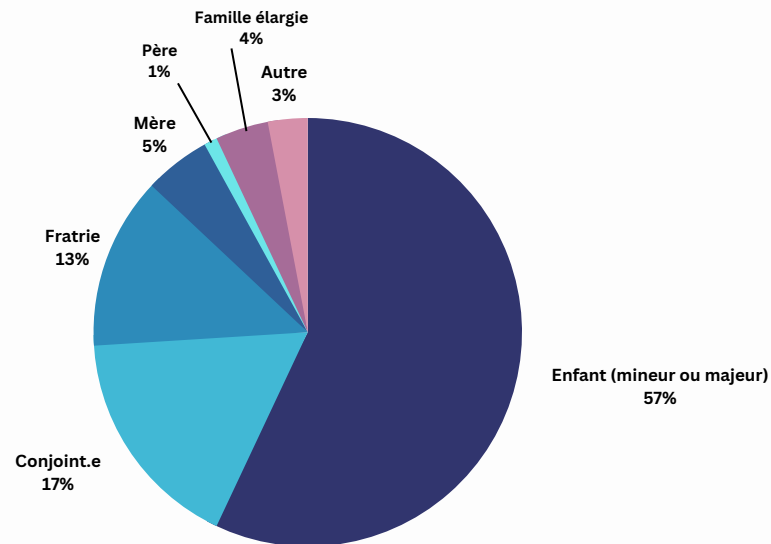
Nous recevons des références de plusieurs canaux, que ce soit par le bouche à oreille, par l'intermédiaire du CLSC, des hôpitaux ou d'autres organisations communautaires. Nos efforts continus pour maintenir et établir des liens avec nos partenaires et d'autres intervenants du milieu restent un outil précieux pour rejoindre les familles de l'Ouest-de-l'Île.

Proches vivant avec un trouble de santé mentale

Qui nos membres accompagnent-ils?

La grande majorité de nos membres accompagnent leurs enfants (mineurs ou majeurs) vivant avec un trouble de santé mentale (57%).

Notre nouveau groupe de soutien pour parents d'enfants vivant avec l'anxiété était créé pour répondre aux besoins ponctuels des parents de la communauté.

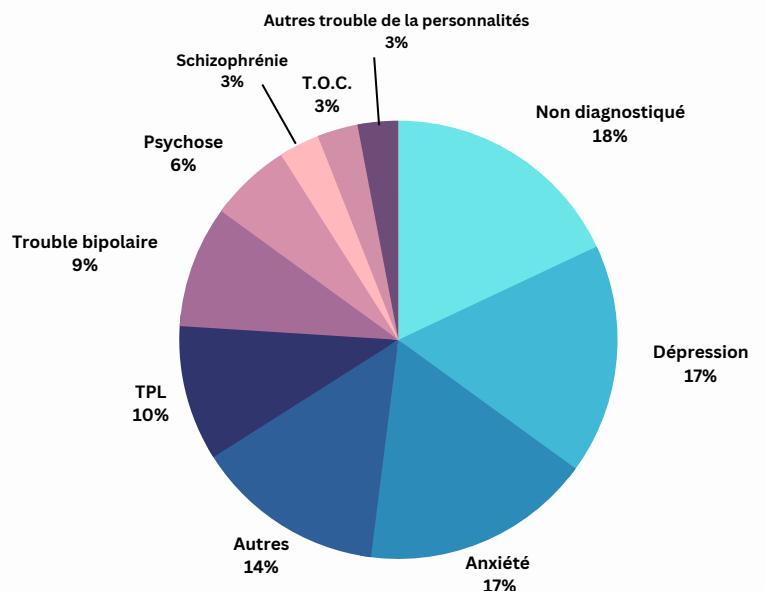


Diagnostics des proches vivant avec un trouble de santé mentale

Quels troubles de santé mentale sont impliqués?

Nos services sont principalement sollicités par des proches aidants de personnes vivant avec l'anxiété (17%) et la dépression (17%).

Nous soulignons également que parmi nos clients, un pourcentage significatif (18 %) ont un proche n'ayant reçu aucun diagnostic. Sachant pertinemment qu'il peut y avoir des obstacles importants à l'obtention d'un diagnostic dans certains cas, nous sommes heureux d'offrir les services de soutien dont les familles ont besoin, quel que soit le statut diagnostique de leur proche.



SERVICES

Interventions psychosociales

Counselling

Le counselling individuel ou de groupe vise à soutenir les membres de l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale. Ce suivi vise à préserver l'équilibre émotionnel et psychosocial de la famille favorisant ainsi la stabilité et une plus grande autonomie de la personne vivant avec un trouble. Cela permet aux personnes accompagnatrices de faire face à leur situation de manière saine et de surmonter la désorganisation qui résulte d'un mode de vie centré sur le trouble de leur être cher.

Un suivi à court et moyen terme leur est offert. Nos conseillers adaptent leurs interventions en fonction des besoins spécifiques des membres d'une famille et selon les situations vécues. Afin d'être le plus accessible à tous, les conseillers ont offert des séances en personne, en télécounselling par Zoom et par téléphone aux personnes proches aidantes.

1494

Séances de counselling, d'art-thérapie et de dramathérapie individuelles

186

Interventions par téléphone et courriels d'aide

24

Ordonnances de la cour

1704

1494 sessions de counselling
(1464 en 2021-2022)



Ordonnance de garde provisoire en vue d'une évaluation psychiatrique

Au cours de l'année, nous aidons nos membres ainsi que les résidents de l'Ouest-de-l'Île à se préparer pour faire une demande d'ordonnance de la cour. L'objectif principal d'une ordonnance de la cour est d'agir en tant que mesure préventive. Elle garantit qu'une personne bénéficie d'une évaluation par des professionnels formés qui peuvent évaluer le niveau de danger d'une situation donnée. Nos conseillers sont formés pour aider les gens à mieux comprendre les enjeux de l'ordonnance de cour et leurs offrir des conseils judicieux.

24 Ordonnances de la cour
(22 en 2021-2022)

SERVICES

Interventions psychosociales

Art-thérapie - individuel et groupe

L'art-thérapie implique la création et l'exploration de productions artistiques avec l'art-thérapeute. Les participants explorent les difficultés associées aux troubles de santé mentale, les émotions et les sentiments qu'elles suscitent et comment s'y adapter en utilisant leurs ressources intérieures. Les ateliers thématiques invitent les participants à expérimenter avec une grande variété de matériel artistique. Dans une atmosphère amicale et relaxante, l'art-thérapeute présente une panoplie d'exercices créatifs. Le tout vise l'apprentissage de nouvelles approches de compréhension et d'expression de soi. L'art-thérapie est offerte aux personnes de tout âge.



173 sessions d'art-thérapie
(213 en 2021-2022)

Dramathérapie **NOUVEAU!**

En janvier 2023, nous avons ajouté un nouveau programme d'intervention psychosociale: la dramathérapie. La dramathérapie est une forme de thérapie qui incorpore des techniques dramatiques. Il s'agit d'un contexte pour se fixer des objectifs, raconter des histoires, résoudre des problèmes et exprimer ses émotions. Cela est offert aux personnes de tout âge.

12 Sessions de dramathérapie

Counselling pour jeunes accompagnateurs

Lorsqu'un membre de leur entourage vit avec un trouble de santé mentale, il arrive souvent que les enfants et les jeunes soient aux prises avec des émotions difficiles, des questionnements et de la culpabilité. Il est important pour ces enfants d'avoir un espace sécuritaire pour leur permettre de mieux comprendre et d'exprimer leurs émotions. C'est pourquoi, les Amis de la santé mentale offre des services adaptés aux différentes réalités des jeunes de 6 à 25 ans. Ainsi, il est possible pour les enfants et les jeunes de faire des sessions d'art-thérapie, de dramathérapie ou de counselling.

25 clients jeunesse
(17 en 2021-2022)

150 sessions de counselling jeunesse
(148 en 2021-2022)

SERVICES

Activités de groupe



Cours offerts

- Aimer et aider une personne souffrant d'un trouble de personnalité limite
- Aimer et aider une personne souffrant d'un trouble de personnalité limite (anglais) 2x
- Apaiser et prévenir les situations de crise (2x)
- Le trouble bipolaire : Un chemin vers la guérison (anglais)

Ateliers offerts:

- Atelier sur la validation des émotions
- Atelier sur la validation des émotions (anglais)
- Préserver sa santé mentale en tant que proche aidant.e (anglais)
- Comment se fixer des limites saines
- Atelier sur les limites (anglais)

Cours et ateliers

Animés par nos conseillers, nos cours et ateliers sont un excellent moyen pour les membres d'en apprendre davantage sur les différents troubles de santé mentale, sur la manière de mieux interagir avec les autres et sur la façon de prendre soin de soi dans le rôle d'aidant. Ils offrent également aux participants un espace pour partager leurs expériences avec d'autres personnes dans des situations similaires.

Tous nos cours et ateliers ont été offerts en ligne sur Zoom.

NOUVEAU!

Cette année, nous avons créé un tout nouvel atelier offert en français et en anglais qui s'intitule Atelier sur la validation des émotions. Cet atelier aide les participants à explorer le processus qui consiste à reconnaître l'expérience émotionnelle de l'autre et à s'y connecter sans approuver les comportements inappropriés.

160 participants
(98 en 2021-2022)

52 rencontres
(63 en 2021-2022)

404 présences
(567 en 2021-2022)

SERVICES

Activités de groupes

Groupes de soutien

Aux Amis de la santé mentale, nous reconnaissons l'importance du partage entre pairs. C'est pourquoi nous offrons à nos membres différents groupes de soutien qui traitent de différentes problématiques, facilités par un.e de nos conseiller.ères. Ces groupes de soutien constituent un endroit sécurisé et confidentiel pour les gens qui souhaitent discuter avec d'autres personnes qui vivent des situations similaires. Les participants y apprennent les stratégies pour mieux gérer l'impact des troubles de santé mentale, tout en bénéficiant du soutien mutuel de leurs pairs.

Nos groupes sont offerts à tous les mois, en continu, sur Zoom.

NOUVEAU!

Cette année, nous avons créé un nouveau groupe de soutien pour subvenir à la demande des parents qui ont un enfant vivant avec de l'anxiété.

92 participants
(66 en 2021-2022)

38 rencontres
(75 en 2021-2022)

244 présences
(318 en 2021-2022)



Groupes de soutien offerts:

- Groupe de soutien pour le trouble de la personnalité limite
- Groupe de soutien pour le trouble bipolaire et la psychose
- Groupe de soutien pour l'anxiété et la dépression
- Groupe de soutien pour les hommes
- Groupe de soutien pour parents d'enfants vivant avec l'anxiété

SERVICES

Activités de groupe



Activités de répit

Avoir un proche vivant avec un trouble de santé mentale peut venir avec son lot d'émotions. Il arrive donc souvent que les personnes aidantes ressentent de l'épuisement de compassion. C'est pourquoi nous offrons à nos membres des activités de répit qui leur permettent de prendre des moments pour décrocher du quotidien et se recentrer sur leurs besoins et leur bonheur. Nos activités de répit visent aussi à créer un sentiment d'appartenance et à permettre les échanges entre pairs.

NOUVEAU!

Nous avons eu la chance d'offrir de nouveaux ateliers de pleine conscience à nos membres. Ces ateliers reconnus mondialement d'une valeur de plus de 500\$ par participant ont été offerts gratuitement.

Activités	Rencontres	Participations
Formation de pleine conscience pour la résilience émotionnelle (en anglais)	4	72
Formation de pleine conscience pour la résilience émotionnelle	4	17
Pleine conscience basée sur la réduction du stress (en anglais)	9	110
Soirée cinéma	1	8
Repas des Fêtes à La Maison Verte	1	52
TOTAL	19	259

Année 2021-2022

41

242

SERVICES

Activités de groupes

Conférences

Au cours de l'année, nous offrons plusieurs conférences à la population dans le but de les éduquer sur les enjeux de la santé mentale. Nous avons eu la chance de pouvoir compter sur divers experts pour partager leurs connaissances, leur expertise et leurs expériences avec nos membres et la communauté. Lors de nos conférences, nous offrons toujours la possibilité aux participants de pouvoir poser des questions à nos invités.

Nos conférences ont eu lieu sur Facebook Live ainsi que sur Zoom et sont disponibles sur notre chaîne YouTube.



Conférence	Participations
L'espoir, le rétablissement et la résilience - Richard Langlois	13
Mieux comprendre et aider l'enfant anxieux - Anne Lacasse	1900
Vers une meilleure compréhension du vécu des proches lors d'épisodes coercitifs en psychiatrie - Pierre Pariseau-Legault	73
Santé mentale instable et abus de substances vont de pair - Liane Berry	213
Mon parcours TPL : défis, embûches et bonheur - Ève Miron	40
TOTAL	2239

Année 2021-2022: 2 conférences

237

PROGRAMMES DE SENSIBILISATION

Programme jeunesse

Notre programme jeunesse de sensibilisation en milieu scolaire vise à rencontrer les jeunes pour les sensibiliser à la santé mentale et contribuer à la déstigmatisation. Nous proposons donc des présentations et des kiosques de sensibilisation dans les différentes écoles et organismes communautaires. Ces présentations donnent la possibilité aux participants d'en apprendre davantage sur l'importance de prendre soin de soi, sur les signes avant-coureurs d'un trouble de santé mentale, sur les stratégies à adopter pour aider un proche vivant avec une problématique de santé mentale ainsi que les ressources disponibles.



Aider sans filtre: par les jeunes pour les jeunes

En octobre 2022, nous avons mis sur pied le programme Aider sans filtre: par les jeunes pour les jeunes, offert par le Réseau avant de craquer. Nous avons été en mesure d'engager une agente de sensibilisation et de soutien qui s'occupe d'aller rencontrer les jeunes dans les milieux qu'ils fréquentent dans le but de les sensibiliser à la santé mentale et de leur offrir du soutien. Nous avons ainsi réussi à rejoindre les jeunes en les invitant à des présentations, des kiosques et des activités.

Activité de sensibilisation programme jeunesse	Rencontres	Participations
Présentations en milieu scolaire	14	285
Kiosques en milieu scolaire	4	378
Présentations en milieu communautaire	3	39
TOTAL	21	702

Année 2021-2022

28

866

PROGRAMMES DE SENSIBILISATIONS

Programme adapté aux communautés culturelles

Ce programme vise à réduire la stigmatisation liée à la santé mentale et à faciliter l'accès aux services pour la clientèle issue de diverses communautés culturelles. Dans le but de mieux les rejoindre, nous collaborons avec différents organismes déjà implantés dans les communautés pour leur offrir des présentations sur différents sujets liés à la santé mentale. Chaque présentation est adaptée de façon à répondre aux besoins et aux caractéristiques spécifiques de chaque communauté culturelle que nous rencontrons. Ainsi, nous visons une augmentation du nombre de familles sensibilisées et informées de notre offre de services et de celles de nos partenaires en santé mentale.

Communautés culturelles	Rencontres	Participations
CIMOI Dorval (communautés africaines et asiatiques)	1	3
NISA Support (femmes musulmanes)	3	45
Azzdah Events (communauté asiatique du sud-est)	1	40
CIMOI Pierrefonds (communautés immigrantes)	1	5
TOTAL	6	93

Année 2021-2022

2

56

En outre, nous essayons d'accroître notre visibilité et notre présence dans les communautés culturelles en proposant des kiosques et des activités lors de divers événements auxquels elles participent. Cette année, grâce à Bell cause pour la cause, nous avons créé des vidéos qui expliquent nos services, sous-titrées en arabe, en mandarin et en espagnol pour mieux rejoindre les gens qui utilisent internet et les médias sociaux.

4 kiosques et événements
(aucun kiosque en 2021-2022)

632 Personnes rencontrées



PROJETS SPÉCIAUX

Guide régional: L'Allié de l'entourage en santé mentale

C'est avec l'aide financière de la Fondation Zhubin et de Lundbeck Canada Inc., que nous avons refait notre guide régional des services qui datait de 2003. Notre nouvelle édition, revisitée et améliorée, a pour but d'aider les gens qui accompagnent un proche vivant avec un trouble de santé mentale à démystifier les troubles et le système de santé, à mieux comprendre leur rôle en tant que personne proche aidante, à mieux s'outiller face aux difficultés et à trouver des solutions concrètes pour mieux prendre soin d'eux-même.

À date, 800 copies ont été imprimées en français et en anglais. Nous souhaitons distribuer ce guide à tous nos membres. Il sera aussi disponible en version numérique sur notre site Internet.



Extension de nos services psychosociaux aux communautés anglophones de la grande région métropolitaine

Certains organismes de famille n'offrent pas de services en anglais dans leur région. Nous avons à cœur de pouvoir offrir des services au plus grand nombre de familles dans le besoin, c'est pourquoi le Community Health and Social Services Network (CHSSN) nous a financé pour étendre nos services à la population anglophone de la région métropolitaine qui ne reçoit pas de services en anglais. Nous avons été en mesure d'offrir des services en anglais à **92 clients** de l'extérieur de l'Ouest-de-l'Île

Projet pilote avec le Service de police de la ville de Montréal: Poste 5

Lorsqu'une personne avec un trouble de santé mentale est en crise, il arrive souvent que les membres de son entourage aient besoin des services de la police. Les policiers sont en contact direct avec les membres de l'entourage et ont tendance à leur offrir des ressources d'aides. Nous avons donc établi un lien direct avec le Corps policier afin de faciliter le soutien. Le projet pilote qui a été créé qui permet aux policiers d'obtenir un accord de référencement vers notre organisme, signé par les familles. Suite à la réception du formulaire de référencement, nous nous engageons à entrer en contact avec eux dans les deux jours ouvrables pour leur offrir nos services. Le but de ce projet est d'assurer des services et un suivi rapide auprès des familles qui vivent des situations de crise.

Le projet a été mis en place en février 2023 et nous avons reçu **cinq références** de la police.

RAYONNEMENT DANS LA COMMUNAUTÉ

Kiosques

Chaque année nous sommes invités à participer à plusieurs événements un peu partout dans la région. Ces événements sont importants pour nous puisqu'ils nous permettent d'assurer une présence dans la communauté et d'accroître notre visibilité.

8 kiosques d'informations et d'activités
(2 en 2021-2022)

824 personnes rencontrées
(40 en 2021-2022)



Émission de radio

Le 27 février, nous avons été invité par la station CBC à participer à leur émission Let's Go pour parler d'anxiété: L'invitation à cette émission faisait suite à une présentation sur l'anxiété chez les enfants donnée en collaboration avec le Centre des femmes de l'Ouest-de-l'Île.



Communications

Cette année nous avons révisé nos outils et nos canaux de communication pour nous assurer de mieux rejoindre la communauté.

- Le dépliant et l'affiche de nos services ont été refaits avec un visuel plus accrocheur et plus actuel.
- Nous avons créé un nouveau visuel pour notre programme jeunesse, incluant de nouveaux dépliants et une affiche. Toutes nos présentations et nos kiosques ont été adaptés en fonction de ce visuel.
- Pour l'année 2022-2023, nous avons porté une attention particulière à notre présence sur les médias sociaux.
- Nous avons créé 3 nouvelles éditions de notre revue trimestrielle Affaires de famille que nous avons distribuées à plus de 1300 personnes; membres et partenaires.



RÉSEAUTAGE

En tant qu'organisme communautaire offrant des services aux membres de l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale, nous sommes membre du **Réseau Avant de Craquer**. Le Réseau Avant de Craquer est un organisme communautaire provincial à but non lucratif dont la mission consiste à regrouper, représenter, soutenir et mobiliser les organismes oeuvrant auprès des proches de personnes ayant un problème de santé mentale et porter la voix des proches sur le plan national. Dans le cadre de notre collaboration avec le RAC:

- nous avons participé à la rencontre annuelle des directeurs,
- nous avons rencontré 7 organismes membres.



Organismes communautaires et partenaires:

- L'Équipe Entreprise
- Centre Bienvenue
- Refuge des femmes de l'Ouest-de-l'Île
- Centre des femmes de l'Ouest-de-l'Île
- Ressources communautaires Omega
- Centre de crise de l'Ouest-de-l'Île
- Les services à la famille AMCAL
- LGBTQ2+ Centre
- Aire Ouverte
- La clinique psychiatrique externe du Lakeshore

Tables de concertation et comités:

- Table de concertation en santé mentale de l'Ouest-de-l'Île
- Table de concertation enfance-famille-jeunesse de l'Ouest-de-l'Île
- Table de quartier nord
- Comité Vivre ensemble
- Youth Advisory on Diversity Committee

Le réseautage communautaire nous permet de créer des liens avec d'autres intervenants du milieu et d'élargir notre réseau de contacts, mais aussi d'en apprendre davantage sur les ressources disponibles. Cette année, nous avons organisé plusieurs rencontres avec différents groupes communautaires et siégé sur différentes tables de concertation et des comités.



Collaborations

- En collaboration avec le Centre des femmes de l'Ouest-de-l'Île, nous avons eu le plaisir de présenter à leurs usagers un webinaire sur l'anxiété chez les enfants.
- Nous avons participé à la création du 5 à 7 interculturel avec le comité Vivre Ensemble.

RAPPORT FINANCIER

Les états financiers sont vérifiés par Vinh, Patenaude CPA inc. Société de comptables professionnels agréés.

Revenus	2022-2023	2021-2022
CRSSS entraide	178,321\$	174,398\$
CRSSS non-récurent	55,032\$	32,977\$
Centraide	98,461\$	98,461\$
Gouv. Féd. article 25	4,598\$	8,692\$
Subventions-autres	30,000\$	0.00\$
Gouv. députés	500\$	3,500\$
Municipalités	11,947\$	15,250\$
Réseau avant de craquer	11,095\$	0.00\$
Partage-Action	40,000\$	45,000\$
Ententes de services	0.00\$	20,000\$
Dons	191,052\$	158,303\$
Cotisations des membres	9,588\$	7,509\$
Revenus d'intérêts	4,751\$	1,119\$
Divers	3,474\$	2,188\$
Total	638,819\$	567,397\$

Dépenses	2022-2023	2021-2022
Salaires et charges sociales	396,448\$	385,878\$
Services contractuels	38,759\$	17,839\$
Frais de déplacements	710\$	929\$
Publicité et promotion	34,050\$	540\$
Frais reliés aux bénévoles	803\$	230\$
Cotisation, colloque, formation et documentation	25,951\$	6,612\$
Loyer	33,095\$	33,095\$
Assurances	3,074\$	5,058\$
Télécommunications	4,391\$	5,221\$
Frais de bureau	9,837\$	7,081\$
Honoraires professionnels	5,374\$	4,944\$
Frais de banque	860\$	448\$
Amortissements	6,021\$	13,590\$
Rencontres et activités	10,556\$	9,071\$
Total	569,929\$	490,536\$

Excédent	68,890\$	76,861\$
-----------------	-----------------	-----------------

Le CA a résolu d'affecter un montant de 150 000\$ à des fins de relocalisation et a transféré le montant de 41 663\$ de la réserve pour situation sérieuse de manque de ressources vers la réserve de relocalisation pour des démarches de déménagement. Le montant dans la réserve de 21 923\$ n'a pas été utilisé en 2022-23 et sera utilisé en 2023-24 pour le projet d'adaptation des formations virtuelles.

BAILLEURS DE FONDS ET DONATEURS

Nous tenons à remercier tous nos bailleurs de fonds et donateurs sans qui il serait impossible de poursuivre notre mission essentielle à la communauté.

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Ouest-de-
l'Île-de-Montréal

Québec



partageaction
West Island Community Shares



Centraide
du Grand Montréal

STRANGERS
in the Night



FONDATION
Hewitt
FOUNDATION



The Zhubin
Foundation

CHSSN

Fondation ECHO
ECHO
Foundation



Fondation du
Grand Montréal



Pointe
Claire



The Lakeshore
Civitan Club

VILLE DE
KIRKLAND



DORVAL



Bienvenue à
Baie-D'Urfe!



CORPORATION
des concessionnaires
d'automobiles de Montréal

Montréal



Lester B. Pearson School Board

Beaurepaire
United Church

Enrico Ciccone

PRIORITÉS D'ACTION 2023-2024

Développement de nouveaux services

- Nous aurons la chance d'offrir un service de pair aideance famille à tous nos membres dès le début de l'année à venir. Ils pourront bénéficier du soutien et de l'expertise de deux pairs aidants famille formés .
- Pour l'année 2023-2024, nous souhaitons ouvrir nos services à une population que nous ne desservons pas pour le moment: les gens ayant un proche vivant avec des troubles liés à la santé mentale périnatale. Selon les statistiques, une femme sur sept vivra avec de la dépression périnatale et 15% des femmes auront de l'anxiété périnatale. Il est donc important pour nous de pouvoir offrir des services adaptés à la réalité des gens qui les accompagnent.
- Un nouveau cours sur l'anxiété sera offert à nos membres au cours de l'année.



Mise à jours de nos cours et ateliers

Nous avons à coeur d'offrir des services à la fine pointe des dernières avancées en matière de santé mentale. Dans cette optique, nous considérons que certains de nos cours et ateliers nécessitent d'être mis à jours au courant de l'année. Un travail approfondie de révision sera fait par nos conseillers durant l'été. Nous souhaitons offrir les cours mis à jours dès septembre 2023.

Mise à jour de la bibliothèque

Notre système de classification des livres est obsolète et un plan d'amélioration est en cours de réalisation. Cela facilitera l'accès aux membres qui sont intéressés par des informations supplémentaires ou complémentaires.

Nouveau site Internet

La refonte de notre site Internet est primordial pour nous puisqu'il s'agit de notre canal principal pour faire connaître nos services à la communauté. En 2023-2024, un nouveau site web plus facile à utiliser et mieux adapté aux besoins de nos clients sera lancé.



186, Sutton Place, Suite 121
Beaconsfield, QC H9W 5S3

514-636-6885
info@asmfmh.org