Association canadienne
pour la santé mentale
Montréal

RAPPORT ANNUEL **2015-2016**

VOUÉE À LA

PROMOTION ET PRÉVENTION EN SANTÉ MENTALE DEPUIS 1979 !

MOT DE LA **PRÉSIDENTE**

Toujours en phase avec les besoins de sa communauté, l'ACSM-Montréal est fière de son bilan pour l'année 2015-2016. Grâce à son approche basée sur le partenariat, la concertation et le partage de connaissances avec des collaborateurs de différents horizons, elle continue de jouer un rôle de premier plan dans le champ de la promotion et de la prévention en santé mentale au sein de la collectivité montréalaise. Par le biais de ses activités, elle sensibilise les intervenants et la population à l'importance d'agir sur les déterminants multiples et variés de la santé mentale, pour que cette dernière soit reconnue comme une ressource individuelle tout autant que collective. Cela signifie agir pour nourrir et consolider les compétences individuelles tout autant que les environnements favorables à la santé mentale.

Pour atteindre ces objectifs, l'Association a réussi à développer des projets de grande qualité avec l'appui inestimable de ses bénévoles experts et de ses partenaires, mais aussi grâce au dévouement des membres de son conseil d'administration et au professionnalisme des membres de son équipe de travail. Je tiens à les remercier tous sincèrement pour leur générosité et leur dynamisme. Leur contribution nous permet non seulement de consolider nos acquis, mais nous pousse aussi à aller plus loin dans notre réflexion et nos analyses pour répondre adéquatement aux enjeux de l'heure.

À ce titre, l'année 2015-2016 a été marquée par de nombreuses réflexions quant au positionnement, au développement et au rayonnement de l'ACSM-Montréal. Tout d'abord, mentionnons que l'absence d'actions concrètes de promotion et de prévention au sein du nouveau Plan d'action en santé mentale 2015-2020 — déposé par le ministère de la Santé et des Services sociaux — constitue un enjeu pour l'Association. Cela l'obligera entre autres à redoubler d'efforts pour faire valoir l'importance de la promotion et de la prévention en santé mentale au sein de la collectivité montréalaise.

Afin de s'assurer de maintenir la pertinence de sa mission et de ses axes d'intervention pour les prochaines années, la filiale de Montréal a entamé en 2015-2016 le processus d'élaboration de sa planification stratégique 2017-2022. Pour ce faire, elle

TABLE DES MATIÈRES

2 Mot de la présidente
4 Présentation de l'ACSM-Montréal
6 Les bénévoles experts de l'ACSM-Montréal
7 Membres du conseil d'administration, du comité exécutif et du personnel
8 Organismes participant aux activités de l'Association
11 Rapport d'activités
- 12 Relations avec la communauté
- 14 Les publications de l'ACSM-Montréal
- 16 Magazine *Équilibre*
- 18 Apprivoiser sa solitude et développer son réseau
- 20 Carrefour Intervenants–Usagers–Proches (CIUP)
- 22 Hébergement, logement et santé mentale
- 24 Programme jeunesse
- 26 Relations interculturelles
- 28 Vieillir en *bonne* santé mentale

30 Évaluation des programmes et des activités
32 Perspectives
33 Remerciements
34 États financiers 2015-2016

RAPPORT ANNUEL 2015-2016

Sous la coordination de
Mathieu Pigeon, *Conseiller aux communications*
Diane Vinet, *Directrice générale*

En collaboration avec
Valérie Coulombe, *Coordonnatrice des programmes*
Geneviève Fecteau, *Conseillère aux programmes*

L'ACSM-Montréal remercie chaleureusement tous les bénévoles et les membres du personnel qui rendent possible la réalisation de ses programmes.

Merci aux bailleurs de fonds qui soutiennent la mission de l'Association.

ACSM–Filiale de Montréal
55, avenue du Mont-Royal Ouest, bur. 605
Montréal (Québec) H2T 2S6

T 514 521-4993
F 514 521-3270
Courriel : acsm**mtl**@cooptel.qc.ca

www.acsm**montreal**.qc.ca

Centraide du Grand Montréal

Santé et Services sociaux Québec

Le masculin est utilisé à titre épicène pour faciliter la lecture du texte.

Design graphique : Jonathan Rehel pour Six CreativeLab

a mis sur pied un comité et s'est adjoint l'aide d'un conseiller spécialisé sur cette question. L'objectif de cette démarche consiste à réfléchir en dehors des cadres habituels de l'ACSM-Montréal, dans le but d'élargir son champ d'action et ses partenariats.

À cet effet, l'Association a toujours établi des partenariats avec des acteurs du milieu de la recherche. Cette année, elle a collaboré avec les partenaires suivants : le Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie (CRISE-UQAM), Myra Piat (chercheure à l'Institut universitaire en santé mentale Douglas), Catherine Briand (chercheure au Centre de recherche Fernand-Séguin), le Comité des services aux collectivités (CSAC) de l'UQAM et le Comité du Fonds des services aux collectivités de la direction de l'enseignement et de la recherche universitaires du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.

En ce qui a trait au rayonnement, soulignons que l'ACSM-Montréal a reçu plusieurs demandes pour dispenser ses formations à l'extérieur de ses locaux en 2015-2016. Ainsi, elle a offert les formations *Relations interculturelles en santé mentale* et *Vieillir en* bonne *santé mentale* à des intervenants issus de nombreux organismes communautaires, de centres intégrés universitaires en santé et services sociaux (CIUSSS), de centres jeunesse, d'une commission scolaire et même du Service correctionnel Canada. Les formatrices se sont donc déplacées à Québec, Joliette, Laval et Montréal !

L'organisation de deux événements majeurs a aussi marqué cette dernière année. En premier lieu, la filiale de Montréal a tenu son 13e colloque le 4 mai 2016, sous le titre *Économies, société et santé mentale : repensons la richesse !*, proposant ainsi une nouvelle réflexion collective par rapport aux enjeux sociaux actuels liés au champ de la santé mentale. En deuxième lieu, l'Association a travaillé à l'organisation de sa première collecte de fonds en 37 ans d'existence, l'événement *Je roule, tu roules, nous roulons !*. Grâce à une entente conclue avec Vélo Québec — dans le cadre de leur volet « Rouler pour une cause » —, les participants s'étant inscrits au Tour de l'Île de Montréal par l'entremise du site Web de l'ACSM-Montréal auront ainsi contribué au financement des activités de l'Association.

Finalement, l'année 2016 a placé la filiale de Montréal devant un enjeu majeur de positionnement. En effet, le 31 mars 2016, sept filiales québécoises

et la Division du Québec de l'ACSM se sont associées pour fonder un nouveau regroupement, le Mouvement Santé mentale Québec. Elles mettaient ainsi un terme à leur statut de membres réguliers du réseau de l'ACSM pour créer leur identité propre. Par conséquent, afin d'éviter toute confusion, l'ACSM-Montréal souhaite rappeler à la population montréalaise, à ses partenaires et collaborateurs le maintien de son identité unique actuelle (affiliation avec l'ACSM).

Pour terminer, je tiens à rappeler à quel point je suis fière et reconnaissante de pouvoir assurer la présidence d'un organisme qui fait preuve d'innovation et de rigueur à travers son action, ce qui le positionne comme chef de file de la promotion et de la prévention en santé mentale au sein de la collectivité montréalaise !

Merci à vous tous pour votre appui et votre confiance !

Karen Hetherington, *Présidente*
Juin 2016

PRÉSENTATION DE L'ACSM-MONTRÉAL

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE – FILIALE DE MONTRÉAL

Créée en 1979, l'Association canadienne pour la santé mentale – Filiale de Montréal (ACSM-Montréal) est un organisme à but non lucratif qui œuvre à la promotion et la prévention en santé mentale.

Ses programmes agissent sur les déterminants de la santé mentale (réseaux de soutien social, capacités d'adaptation, amélioration des services, environnements favorables, etc.) et s'adressent à diverses populations (jeunes, aînés, communautés culturelles, personnes seules) ainsi qu'à la collectivité.

L'ACSM-Montréal représente un lieu de discussion et de concertation pour les personnes et les groupes concernés par la santé mentale. Elle travaille également à favoriser le dialogue entre les réseaux communautaire et institutionnel, les personnes utilisatrices de services et les proches afin de permettre une meilleure connaissance mutuelle, d'échanger leurs différentes approches et expertises pour susciter des collaborations autour de projets concrets.

De concert avec ses partenaires, l'Association se positionne face aux décideurs en vue d'influencer les politiques sociales et d'améliorer les services de santé mentale.

Valeurs

Concertation

Carrefour d'échanges et d'idées, l'ACSM-Montréal rejoint plusieurs segments du public : utilisateurs de services, intervenants des ressources communautaires et publiques, syndicats, gens d'affaires, personnel scolaire, milieux de la recherche et universités.

Accessibilité

L'Association est l'une des seules organisations à produire des contenus en promotion-prévention et à favoriser la circulation de différents savoirs (universitaire, communautaire, institutionnel) au moyen de publications, colloques, formations et conférences de grande qualité à coûts minimes.

Professionnalisme et efficacité

La rigueur, la précision et l'exactitude sont vitales à la recherche de qualité que vise l'Association dans l'ensemble de ses activités et publications.

Créativité et innovation

S'adapter aux nouvelles réalités sociales et, plus particulièrement, aux enjeux montréalais demande une grande créativité et un sens de l'innovation dont l'Association fait preuve en diversifiant ses programmes et les clientèles auxquelles ils s'adressent.

Bénévolat

l'ACSM-Montréal reconnaît que le bénévolat est une valeur primordiale de sa culture et essentielle à son bon fonctionnement.

37 ans d'histoire

Ligne du temps — *1975* — *1980*

1979
Création de l'ACSM-Montréal.

1980
Mise sur pied d'un programme qui donnera naissance à l'AQPAMM (Association québécoise des parents et amis du malade mental).

1983
Mise sur pied de l'organisme Suicide Action Montréal (SAM).

Aperçu des programmes

Apprivoiser sa solitude et développer son réseau–Série d'ateliers pour les 55 ans et plus

Améliorer le bien-être des Montréalais âgés de 55 ans et plus et prévenir les problèmes de santé mentale grâce à une série d'ateliers qui misent sur le maintien de l'autonomie et la consolidation du réseau social et de soutien.

Carrefour Intervenants-Usagers-Proches (CIUP)

Susciter un partenariat actif entre intervenants, usagers et leurs proches qui ont en commun un intérêt marqué pour la santé mentale et le souci d'offrir une diversité de services adaptés.

Hébergement, logement et santé mentale

Sensibiliser et rapprocher tous les acteurs concernés afin d'améliorer l'offre de services d'« habitats » décents et abordables pour diminuer les barrières à l'intégration des personnes dans la communauté.

Programme jeunesse

Soutenir les intervenants des réseaux scolaire et communautaire dans leurs efforts pour outiller les jeunes âgés de 12 à 30 ans afin qu'ils puissent apprendre à mieux gérer leur santé mentale.

Relations interculturelles

Offrir un programme de conférences, des formations et des outils d'intervention pour informer et tisser des liens entre les intervenants d'organismes de santé mentale et ceux des communautés ethnoculturelles.

Travail et santé mentale

Promouvoir la santé mentale et un meilleur équilibre entre vie personnelle et professionnelle en milieu de travail.

Vieillir en *bonne* santé mentale

Promouvoir la santé mentale de la population âgée et prévenir la dépression en les sensibilisant à l'importance du maintien de la qualité de vie et du réseau social.

La promotion et la prévention en santé mentale

Cadre de référence en appui à l'actualisation de la mission

La promotion de la santé mentale vise l'amélioration du bien-être personnel et collectif en développant les facteurs de protection chez l'individu et les groupes, ainsi que les conditions favorables à la santé mentale. Son action porte sur les déterminants de la santé mentale plutôt que sur les facteurs de risque, et vise la population en général ou des sous-groupes précis.

La prévention, pour sa part, vise la réduction de l'incidence des troubles mentaux et des problèmes de santé mentale en s'attaquant aux facteurs de risque et aux conditions pathogènes. Elle s'adresse à l'ensemble de la population ou à certains groupes particuliers exposés à de tels facteurs ou conditions.

La différenciation des concepts est sans doute utile pour préciser des objectifs d'intervention dans un programme d'activités. Mais il faut d'abord et avant tout insister sur le fait que la promotion et la prévention en santé mentale partagent des caractéristiques communes.

Dans les deux cas, il s'agit de démarches :

- Qui sont orientées vers des groupes de la population ou des collectivités;
- Qui sont proactives, c'est-à-dire qu'elles sont destinées soit à prévenir l'apparition de problèmes, soit à promouvoir une santé optimale, indépendamment de l'existence ou non de problèmes déclarés;
- Qui font appel à plusieurs méthodes d'intervention complémentaires : l'éducation à la santé, l'action communautaire, la communication, le marketing social, le changement organisationnel, l'action politique; ces méthodes s'appuient sur des fondements théoriques éprouvés;
- Qui visent d'abord à aider les personnes à renforcer leur maîtrise sur les événements de la vie;
- Dont les objectifs et les processus d'implantation sont partagés par les intervenants, les populations concernées et les décideurs publics; l'action multisectorielle des institutions de services publics apparaît ici primordiale.

En définitive, la prévention et la promotion en santé mentale permettent d'aborder l'individu dans sa réalité sociale et de structurer des interventions selon cette approche[1].

1 Gouvernement du Québec, *Recommandations pour développer et enrichir la Politique de santé mentale*, 1994, 60 p.

1985
Partenaire principal dans la mise sur pied de la Table régionale des ressources alternatives en santé mentale du Montréal métropolitain, devenue aujourd'hui le RACOR en santé mentale.

1989
Premier bulletin, devenu en 1991 *Info-filiale*.

1989
Lancement du programme interculturel.

1985 — *1990*

1988
Premier ***Répertoire des ressources en santé mentale du Montréal métropolitain.***

1989
Première planification stratégique. **À cette occasion, l'objectif de la promotion et prévention a supplanté celui de la défense des droits, dont le mandat a été confié par la RRSSS à Action Autonomie.**

LES BÉNÉVOLES EXPERTS DE L'ACSM-MONTRÉAL

UN ENGAGEMENT PRÉCIEUX

Au sein des différents programmes et comités de travail de l'ACSM-Montréal, quelque 60 bénévoles experts oeuvrent de concert avec les membres de l'équipe afin de sensibiliser la population à la promotion et la prévention en santé mentale. Par leur dynamisme, leur engagement et leurs expertises variées, ils enrichissent l'Association et contribuent à l'amélioration continue de ses activités et programmes.

Cette base bénévole active et diversifiée assure à l'Association une représentativité variée de la population montréalaise et contribue à son rayonnement dans la communauté.

Les quelques données suivantes illustrent bien la base bénévole qui contribue au bon fonctionnement de l'ACSM-Montréal et à sa présence dans la communauté. Les membres du conseil d'administration ont donné plus de 180 heures de participation bénévole. Quant aux comités de travail, chaque bénévole a fourni environ trois heures par réunion, ce qui, en tenant compte du nombre de membres sur chacun des comités et du nombre de réunions, représente plus de 800 heures de bénévolat. **Le tout totalisant environ 1 000 heures de bénévolat par année.**

Pascale Annoual
Art-thérapeute et ethnothérapeute

Diane Aubin
Dans la rue

Denis Aumais
Les Déprimés anonymes

Natalie Bertrand
Gestion Mieux-Être

Lucie Biron
CIUSSS Centre-Sud–CLSC des Faubourgs

Michèle Blanchard
Maison d'Hérelle

Annie Bossé
Pair aidante – CHUM

Mathieu Bouchard
ACCESS Canada

Carole Boulebsol
Clinique pédiatrique transculturelle, CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal–Hôpital Maisonneuve-Rosemont

Richard Bouthot
Locataire ayant une expérience de la maladie mentale

Catherine Briand
Université de Montréal

Lucie Chahinian Manguian
Table de concertation des aînés de l'île de Montréal

Caroline Chaussée
Relax Action

Béatrice Chénouard
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Sonia Côté
Bénévole

Hélène Côté-Sharp
Éducation Coup-de-Fil

Chantal d'Entremont
Centre Bienvenue

Scindya De Barros
Projet suivi communautaire

Louise de Bellefeuille
Hôpital général juif

Lucie Delwaide
Gestionnaire retraitée et animatrice

Stéphanie Deschênes
Maison Saint-Dominique

Anne-Marie Doin
AMD Consultation – Ressources humaines

Jacques Duval
Retraité

Patricia Farley
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Yanick Farmer
Université du Québec à Montréal

Jean-Marc Fontan
Université du Québec à Montréal

Pierre Forest
Maison Saint-Jacques

1998
Lancement de la campagne jeunesse scolaire *Ma vie c'est pas fou d'en parler* dans toutes les écoles secondaires françaises et anglaises, publiques et privées, des cinq commissions scolaires de l'Île de Montréal.

2001
Lancement du volet communautaire de la campagne jeunesse.

1995 — *2000*

1998
Mise sur pied du programme ***Carrefour Communautaire-Institutionnel.***

1999
L'ACSM-Montréal est récipiendaire du prix *Pensée* de l'Association multiethnique pour les personnes handicapées.

2001
Développement de **nouveaux moyens d'évaluation** des programmes de l'ACSM-Montréal.

Zelda Freitas
CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal

Bertrand Gagné
Diogène

Jérôme Guay
Psychologue

Jennifer Harper
Perspective communautaire en santé mentale

Stéphane Hernandez
CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal

Karen Hetherington
McGill School of Social Work

Bernard Jensen
Locataire ayant une expérience de la maladie mentale

Lise Labonté
Gestionnaire retraitée

Hugues Laforce
CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal

Jennifer Lalonde
Centre de soutien Entr'Aidants

Marie-Emmanuelle Laquerre
Université du Québec à Montréal

Diane Laroche
Sens et projet de vie – Téluq

Daniel Latulippe
RACOR en santé mentale

Marie-Jo Leconte
Proche d'une personne utilisatrice de services

Pierre Léouffre
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal – Institut universitaire en santé mentale de Montréal

MaryAnne Levasseur
Proche aidante – ACCESS Canada

André Mercier
Suivi communautaire Le Fil

Julie Nicolas
RACOR en santé mentale

Monique Normandeau
Action Autonomie

Jean-Nicolas Ouellet
ARUC-CAMÉÉ

Esther Paquet
Université de Montréal

Selma Perrier
AQPAMM

Jean-François Plouffe
Action Autonomie

Jean-Rémy Provost
REVIVRE

Gilbert Renaud
Université de Montréal

Célia Rojas-Viger
Université de Montréal

Bernard Sauvé
Retraité

Angela Stoica
Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île

Marie-Maud Sylvestre Audette
Maison Saint-Dominique

Fatima Tejerina
Commission scolaire de Montréal

Suzanne Thibodeau-Gervais
Travailleuse sociale et consultante

Carolane Tremblay
CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal – Hôpital Rivières-des-Prairies

Membres du conseil d'administration

Karen Hetherington
Présidente
McGill School of Social Work

Anne-Marie Doin
Vice-présidente
AMD Consultation – Ressources humaines

Pierre Forest
Secrétaire-trésorier
Maison Saint-Jacques

Natalie Bertrand
Gestion Mieux-Être

Sonia Côté
Citoyenne

Pierre Léouffre
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal – Institut universitaire en santé mentale de Montréal

Isabelle Lord (jusqu'en septembre 2015)
Lord Communication managériale

Esther Paquet
Université de Montréal

Léo-Roch Poirier
Institut national de santé publique

Jean-Rémy Provost
REVIVRE

Ron Rayside
Rayside Labossière

Bernard Sauvé
Retraité

Membres du comité exécutif

Natalie Bertrand
Anne-Marie Doin
Pierre Forest
Karen Hetherington
Léo-Roch Poirier

Membres de l'équipe

Diane Vinet
Directrice générale

Valérie Coulombe
Coordonnatrice des programmes

Geneviève Fecteau
Conseillère aux programmes

Mathieu Pigeon
Conseiller aux communications

Carole Mallette
Réceptionniste – technicienne en bureautique

Éloïse Bates (jusqu'à octobre 2015)
Chargée de projets

Florence Déplanche (d'octobre 2015 à avril 2016)
Chargée de projets

Pierre-Claude Beaucage
Comptable (contractuel)

Formatrices et animatrices

Apprivoiser sa solitude et développer son réseau

Lucie Delwaide
Animatrice

Sylvie Gascon
Animatrice

Lise Labonté
Animatrice

Diane Laroche
Animatrice

Relations interculturelles en santé mentale

Célia Rojas-Viger
Formatrice

Angela Stoica
Formatrice

Vieillir en bonne santé mentale

Ginette Henri
Formatrice

Renée Massé
Formatrice

Travail et santé mentale

Mireille Doré
Formatrice

Bénévoles en soutien aux activités

Philippe Frangeau
Photographe

Sylvie Goupil
Marie-France Joly
Natalya Nesterovsky
Jacques Provost
Maude Vézina

2002-2004
Partenaire francophone du **Réseau Canadien de la Santé** (RCS) et création du site acsmmontreal.qc.ca.

2005
Création du programme ***Vieillir en bonne santé mentale.***

2009-2010
Recherche-action visant à favoriser l'acceptation des personnes ayant des problèmes de santé mentale par les propriétaires de logements privés.

2005 — **2010**

2002-2004
Nouvelle campagne jeunesse ***Ma vie, c'est cool d'en parler.*** Publication du guide ***Le carrefour communautaire-institutionnel. Un modèle de rapprochement des réseaux.***

2006
Lancement du magazine ***Équilibre.***

2008
Création du programme ***Travail et santé mentale.***

ORGANISMES **PARTICIPANT**

AUX ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION

Accompagnement Iso Pair • ACHIM • ACSM-Filiale de Québec • Agence canadienne d'inspection des aliments • Agence Éléphant Chocolat • Albatros • Albatros Est-de-l'Île-de-Montréal • AMINATE (Accueil multiethnique et intégration des nouveaux arrivants) • AQDR Saint-Michel • Arts, Racines & Thérapies • Association bénévole Pointe-aux-Trembles Montréal-Est • Association lavalloise des personnes aidantes (ALPA) • Association multiethnique pour l'intégration des personnes handicapées (AMEIPH) • Association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale (AQPAMM) • Au coeur de l'enfance • Auberge du coeur • Baluchon Alzheimer • Baobab familial • Cactus Montréal • Carrefour des femmes de Saint-Léonard • Carrefour des Petits soleils • Carrefour d'hommes en changement (CHOC) • Carrefour jeunesse-emploi Ahuntsic-Bordeaux-Cartierville • Carrefour jeunesse-emploi de l'Ouest-de-l'Île • Carrefour jeunesse-emploi Montréal Centre-ville • Carrefour jeunesse-emploi Notre-Dame-de-Grâce • Carrefour Le Moutier • Carrefour Marguerite-Bourgeoys • Carrefour Providence • CAVAC de Montréal • Cégep Champlain – St. Lawrence • Cégep de Saint-Jérôme • Cégep régional de Lanaudière à Terrebonne • Centre d'action bénévole de Boucherville • Centre d'action bénévole de Coaticook • Centre d'action bénévole et communautaire Saint-Laurent • Centre d'aide à la famille • Centre de bénévolat Sarpad Côte-des-Neiges • Centre de crise de Québec • Centre de crise Tracom • Centre de jour Berthiaume-Du Tremblay • Centre de jour Évasion • Centre de pédiatrie sociale Laval • Centre de réadaptation en déficience physique (CRDP) Le Bouclier • Centre de recherche d'emploi Côte-des-Neiges • Centre de référence du Grand Montréal •

Centre de services communautaires et d'aide au maintien de l'autonomie • Centre de soutien entr'Aidants • Centre des aînés de Pointe-Saint-Charles • Centre des aînés de Villeray • Centre des femmes de Montréal • Centre d'hébergement Champlain – Marie-Victorin – Groupe Champlain • Centre d'implication libre de Laval (CILL) • Centre du Plateau • Centre du Vieux Moulin de LaSalle • Centre Étape • Centre François-Michelle • Centre jeunesse de Lanaudière – CISSS • Centre jeunesse de Montréal • Centre jeunesse de Montréal – Institut universitaire • Centre Louis-Fréchette • Centre social d'aide aux immigrants (CSAI) • Centre Visavie Inc. • Centre William-Hingston • Centre Yves-Thériault • Centres de la Jeunesse et de la Famille Batshaw • Chez Émilie maison d'entraide populaire • CHSLD Champlain Marie-Victorin • CHSLD des Moulins • CHSLD Émile McDuff • CHUM • CHUM/Hôpital Notre-Dame • CISSS de Laval/CLSC du Ruisseau-Papineau • CISSS de la Montérégie-Est • CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal • CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal • CIUSSS CLSC La source Nord • CIUSSS CLSC Orléans Beauport • CIUSSS de la Capitale-Nationale • CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal – CSSS Lucille-Teasdale • CIUSSS de l'Estrie-CHUS • CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal • CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal • Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles • Clinique mobile de la réadaptation Go •

2010
Publication du ***Guide des relations interculturelles en santé mentale*** et développement de sa **formation.**

2013
Création du projet pilote ***Bien vieillir et développer son réseau.***

2014
Développement de la **formation *Vieillir en* bonne *santé mentale.***

2010

2012
Publication du guide ***Vieillir en* bonne *santé mentale.***

2014
Colloque ***Résister au désenchantement... S'engager !***

CLSC de Verdun • Club de recherche d'emploi Montréal Centre-Ville (CREMCV) • Collège de Bois-De-Boulogne • Collège de Maisonneuve • Collège Frontière • Collège Regina Assumpta • Comité d'animation du troisième âge de Laval (CATAL) • Comité des organismes sociaux de St-Laurent (COSSL) • Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) • Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île (CSPI) • Commission scolaire de Laval • Commission scolaire des Affluents • Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys • Concertation Saint-Léonard • CPE Lieu des petits de Saint-Michel • CRIUGM • CSDM • CSSS Cavendish/CLSC de Benny Farm • CSSS Champlain - Charles-Le Moyne/Hôpital Charles-Le Moyne • CSSS d'Ahuntsic-Montréal-Nord • CSSS d'Argenteuil - CLSC et Centre de jour Grenville • CSSS de la Montagne • CSSS de Laval • CSSS de Laval/Hôpital de la Cité-de-la-Santé • CSSS de l'Ouest-de-l'Île/CLSC de Pierrefonds • CSSS de Saint-Léonard et Saint-Michel • CSSS de Vaudreuil-Soulanges/CLSC de Vaudreuil-Dorion • CSSS du Coeur-de-l'Île/CLSC de La Petite-Patrie • CSSS du Sud de Lanaudiere/Centre multivocationnel Claude-David • CSSS du Sud de Lanaudière/CHSLD de l'Assomption • CSSS du Sud de Lanaudière/CLSC Meilleur • CSSS du Sud-Ouest-Verdun/CLSC de Saint-Henri • CSSS du Sud-Ouest-Verdun/CLSC de Verdun • CSSS Jeanne-Mance, installation Sainte-Catherine •

CSSS Jeanne-Mance/CLSC des Faubourgs • CSSS Jeanne-Mance/CLSC St-Louis-du-Parc • CSSS Lucille-Teasdale • CSSS Vaudreuil-Soulanges • Diogène – Programme intervention et recherche psycauses • École Calixa-Lavallée • École Polytechnique de Montréal • École secondaire La Voie • Emploi-Québec • Entraide Parents • FADOQ – Île de Montréal • Famijeunes • Fédération des maisons d'hébergement pour femmes • Femmes autochtones du Québec • Femmes du monde à Côte-des-Neiges • Femmes-relais Saint-Michel • GIAP – Groupe d'intervention alternative par les pairs • Groupe Champlain • Groupe des Aidants du Sud-Ouest • Groupe Harmonie • Habitations communautaires Mainbourg • Hébergement Conseil • Hébergement La C.A.S.A. Bernard-Hubert • Hôpital de Montréal pour enfants • Imprime-Emploi • Impulsion-Travail • Institut de réadaptation Gagnon-Lindsay de Montréal • Institut Philippe-Pinel de Montréal • Institut Raymond-Dewar • Institut universitaire en santé mentale de Montréal (Hôpital Louis-H. Lafontaine) • Inter-Val 1175 • IRDPQ • La Centrale et l'Agence Topo • La Corbeille Bordeaux-Cartierville • La Cordée RASM • La Great West • La Maison bleue • La Maison Marguerite de Montréal • La Petite Maison de la Miséricorde • L'Appui pour les proches aidants • Le Bon Dieu dans la rue • Le Boulot Vers • Le Phénix ECJ Centre-Mauricie/Mékinac • Le Refuge des jeunes de Montréal • Le Temps d'une pause répit et soutien aux aînés •

L'Envolée Centre d'action bénévole de Ste-Julie • Les Accordailles • Les Habitations les Boulevards de Montréal-Nord • Les Habitations l'Escalier de Montréal • Les partenaires communautaires Jeffery-Hale • Les petits frères • Les Services d'aide Remue Ménage • L'Hirondelle • Logifem • Madame Wouf Wouf • Maison d'accueil La Dauphinelle • Maison d'Haïti • Maison Flora Tristan • Maison le Parcours • Maison Le Point Commun • Maison Les Étapes/Forward House • Maison Lucien-L'Allier • Maison Monbourquette • Maison multiethnique Myosotis • Maison Notre-Dame • Médecins du monde Canada • Mercier-Ouest Quartier en santé • Mouvement contre le Viol et l'Inceste • Oasis de Lotbinière inc. • Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM) • Opération Placement Jeunesse • Optima Santé Globale • Ordre des infirmières et infirmiers du Québec • Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec (OPPQ) • Parents du Monde Québec • Perspective communautaire en santé mentale • Projet Changement • Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal • Regroupement des aveugles et amblyopes du Montréal métropolitain (RAAMM) • Regroupement Entre-Mamans • Relais communautaire de Laval • Relax-Action Montréal • RESO (Regroupement Économique et Social du Sud-Ouest) • Résolidaire Réseau bénévole Hochelaga-Maisonneuve • SAVA Centre-Ouest (soutien des aînés victimes d'abus) • Seigneurie du Jasmin • Service correctionnel du Canada • Service d'aide à l'adaptation des immigrants et immigrantes • Service de soutien à domicile • Service populaire de psychothérapie (SPP) • Services communautaires Cyprès • Services spécifiques Jeunesse/CLSC Saint-Michel • SIPPE INUKJUAK • Société Alzheimer •

Société québécoise de la schizophrénie (SQS) • SSQ, Société d'assurance-vie inc. • Table de concertation jeunesse Bordeaux-Cartierville • Table de développement social de LaSalle • Table de réflexion et d'actions interculturelles de Lachine (TRAIL) • Tel-Écoute • Travail de rue/Action communautaire (TRAC) • Université de Sherbrooke • Université Laval • UQAM - Services à la vie étudiante • Vers Vous, Centre de services bénévoles aux aînés de Villeray • Ville de Laval • Y des Femmes de Montréal

2015
Mise en oeuvre du programme
Apprivoiser sa solitude et développer son réseau.

2015 — 2020 — 2025

2015
Lancement de la 11e édition du
Répertoire des ressources en santé mentale du Grand Montréal.

2016
Colloque ***Économies, société et santé mentale : repensons la richesse !.***

RAPPORT D'ACTIVITÉS

Dans le cadre de sa mission de promotion et de prévention en santé mentale, l'ACSM-Montréal vous présente son rapport annuel d'activités 2015-2016.

RELATIONS AVEC **LA COMMUNAUTÉ**

Fidèle à sa vision misant sur le travail de concertation et de partenariat, l'ACSM-Montréal élargit chaque année son réseau de relations avec la communauté. À ce titre, elle participe activement à plusieurs colloques, tables de concertation et comités de travail au sein des réseaux institutionnel et communautaire, dont le mandat touche directement ou indirectement aux enjeux de promotion et de prévention en santé mentale. Par ailleurs, l'Association collabore aux campagnes nationales de promotion et de sensibilisation organisées par le réseau pancanadien de l'ACSM.

Médias sociaux

PRÈS DE **3 500** ABONNÉS

Statistiques de fréquentation du site Web
www.acsmmontreal.qc.ca

50 000 VISITES PAR ANNÉE ET PLUS DE **90 000** PAGES VUES

Membership

407 MEMBRES :
124 INDIVIDUS
283 ORGANISMES

Les membres de l'équipe de l'ACSM-Montréal, fiers de porter du vert pour la SNSM 2016 !

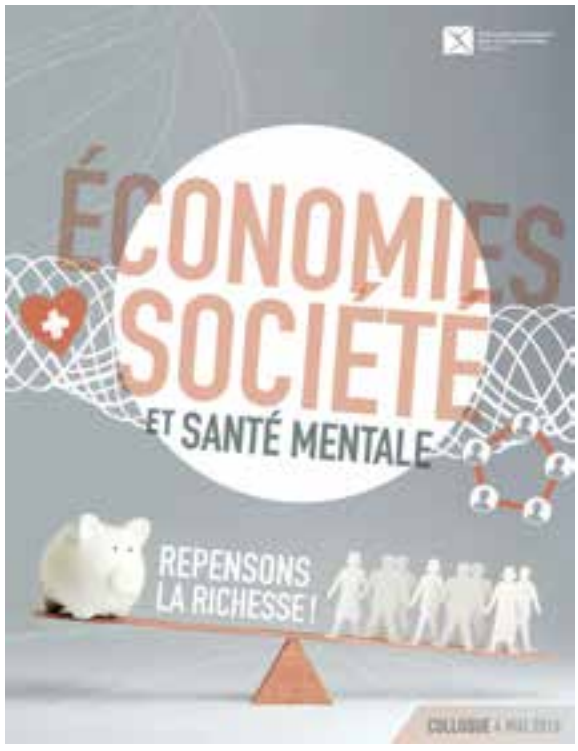
Semaine nationale de la santé mentale (SNSM)

À chaque année, la filiale de Montréal participe aux efforts de promotion et de sensibilisation dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale (SNSM). **Initiée en 1951** par l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM), il s'agit d'un moment fort de l'année pour souligner l'importance d'une bonne santé mentale pour tous les citoyens, leur collectivité et la société dans son ensemble.

Du 2 au 8 mai 2016, la filiale de Montréal a donc joint sa voix au réseau pancanadien de l'ACSM **en invitant la population à porter du vert**—entre autres en distribuant des rubans verts—, à utiliser le mot-clic **#ParlezHautEtFort** et à afficher les bannières de la campagne pour accompagner les signatures courriels ainsi que les messages Facebook et Twitter.

En invitant les gens à « Parler haut et fort », l'Association les encourageait à **se faire entendre pour reconnaître la santé mentale comme une ressource individuelle tout autant que collective**, à laquelle contribue l'ensemble de la société. Sur son site Web et à travers les médias sociaux, l'ACSM-Montréal soulignait ainsi l'importance de se faire entendre pour nourrir et consolider les compétences individuelles et les environnements favorables à la santé mentale, pour reconnaître les déterminants multiples et variés de la santé mentale et réduire les inégalités sociales.

La filiale de Montréal a aussi parlé haut et fort en organisant son **13e colloque** le 4 mai 2016, un événement phare de la SNSM 2016. De plus, son équipe a participé au colloque des Journées annuelles de santé mentale (3 et 4 mai 2016), entre autres en y tenant un kiosque d'information pour faire connaître ses activités, programmes et publications, ainsi qu'en présentant la thématique « Parlez haut et fort » en plénière, lors de la fin de la première journée.



Colloque Économies, société et santé mentale : repensons la richesse !

Le colloque de l'ACSM-Montréal représente un **moment privilégié pour réfléchir collectivement aux grands enjeux sociaux du champ de la santé mentale** et d'en questionner le sens, le tout créant un espace de ressourcement pour les participants.

Le 4 mai 2016, l'Association a organisé son **13e colloque** sous la thématique *Économies, société et santé mentale : repensons la richesse !*. La série de conférences qui y étaient présentées visait, d'une part, à analyser les liens entre la domination de la pensée économique néolibérale (néolibéralisme), les normes sociales contemporaines et les questions de santé mentale, et d'autre part, à présenter des initiatives permettant de produire de la richesse sociale et durable. Les questions suivantes y étaient abordées à travers les présentations des conférenciers :

- Quels sont les impacts du néolibéralisme — et des politiques publiques qu'il inspire — sur l'état de santé de notre société et de ses collectivités, ainsi que sur la santé mentale des personnes ?
- Comment les intervenants et gestionnaires peuvent-ils composer avec la conjoncture présente, et même innover, afin de maintenir leur santé mentale et celle des personnes auxquelles ils viennent en aide ?
- Quels types d'acteurs économiques ou d'initiatives sociales pourraient permettre de « rééquilibrer » la société, de reconstruire des solidarités, tout en valorisant d'autres formes de richesse ?

Au total, ce sont plus de **160 personnes** qui ont participé à ce 13e colloque, provenant des milieux communautaire, institutionnel (santé et éducation), universitaire, syndical, privé, des médias, de l'économie sociale et de regroupements citoyens. De nombreux commentaires élogieux ont été émis sur place et les fiches d'évaluation ont démontré un **taux de satisfaction très élevé !** À titre de nouveauté cette année, l'Association a filmé toutes les conférences de son colloque et les rendra disponibles bientôt sur le Web, afin d'en faire profiter l'ensemble de la population. Et comme toujours, elle publiera les Actes du colloque (communications des conférenciers) dans l'édition de l'automne 2016 de son magazine *Équilibre*.

Information et ressources

En 2015-2016, l'ACSM-Montréal a répondu à plusieurs **appels téléphoniques de demande d'information et d'aide.** Plusieurs de ces appels proviennent de personnes en grande détresse psychologique ou de gens s'inquiétant pour la santé mentale d'un proche. D'autres proviennent également d'intervenants de différents milieux cherchant la bonne ressource pour référer les personnes qui les consultent. En plus des demandes téléphoniques, l'Association a reçu **près d'une centaine de demandes d'information et de référence par courriel.** La grande variété et la complexité de ces demandes exigent l'utilisation d'approches nuancées et adaptées aux communications électroniques, en raison de l'absence d'interaction directe.

En 2015, le Centre intégré universitaire de santé et services sociaux (CIUSSS) du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal a implanté la **ligne Info-Social, un service de consultation qui donne accès à des travailleurs sociaux 24 h/24, 7 j/7**, par le biais d'un numéro de téléphone unique, le 8-1-1. À l'origine du développement de ce service se trouve le fait que, parmi les appels logés à la ligne Info-Santé, environ 10 % concernaient des enjeux de nature psychosociale. Compte tenu que ce nouveau service se déploie sur l'ensemble de l'île de Montréal, et en raison de sa grande disponibilité pour le public, l'ACSM-Montréal y redirige maintenant les gens qui s'adressent à elle pour des demandes d'information et de ressources.

Par ailleurs, l'Association continue d'informer régulièrement **les professionnels et les journalistes** sur des sujets reliés à la santé mentale et les oriente, le cas échéant, vers les personnes ou les ressources appropriées grâce à **sa grande connaissance des réseaux communautaire et institutionnel.**

LES **PUBLICATIONS DE** L'ACSM-MONTRÉAL

Les publications de l'Association sont distribuées dans plusieurs milieux (CIUSSS, ressources communautaires, entreprises, médias, écoles, universités, etc.) et constituent des instruments privilégiés de promotion et de sensibilisation à l'importance de la santé mentale.

Répertoire des ressources en santé mentale du Grand Montréal

11e édition

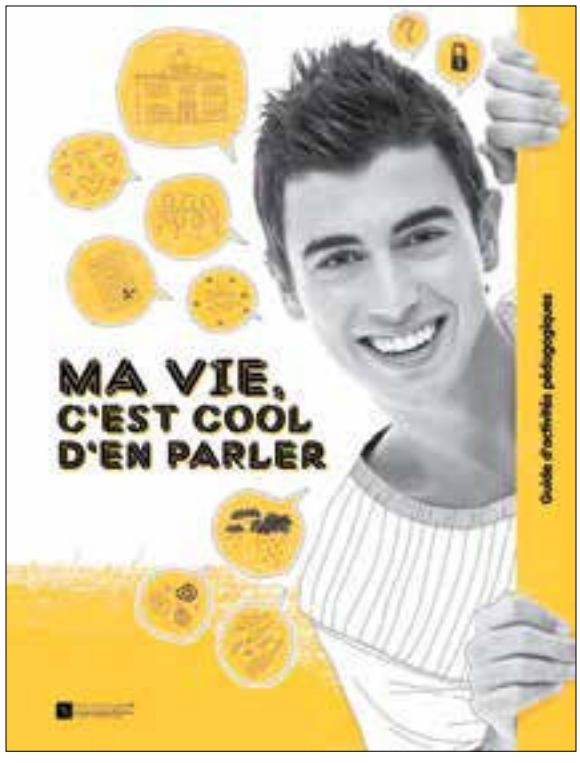
Publiée en 2015, cette **11e édition du *Répertoire des ressources en santé mentale du Grand Montréal*** comporte **cinq grandes sections accompagnées de nombreux index facilitant la consultation.** Elle présente un relevé aussi exhaustif que possible des groupes communautaires tels que les groupes d'entraide, de défense des droits, les associations de parents et de personnes utilisatrices de services, les centres de crise ainsi que les services de répit, d'hébergement et de logement, etc. À titre de nouveauté pour cette onzième édition, on y retrouve un **index de ressources selon la catégorie d'âge,** ce qui permettra de faciliter l'accès aux services pour les enfants, les adolescents et les aînés. Aussi, **une nouvelle catégorie de ressources est présente, celle des « Associations de personnes vivant ou ayant vécu un trouble de santé mentale impliquées dans l'amélioration des services »,** dans le but de reconnaître et soutenir l'implication des personnes utilisatrices de services et de leurs proches dans la planification et l'organisation des services.

Y sont également présentés les services psychosociaux et de santé mentale des CLSC (Centres locaux de services communautaires), les services de psychiatrie des hôpitaux ainsi que les regroupements administratifs de ces services en CSSS (Centres de santé et de services sociaux) et, plus récemment, en CISSS (Centres intégrés de santé et de services sociaux) ou en CIUSSS (Centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux). Enfin, la dernière section contient une liste de ressources qui peuvent s'avérer utiles et complémentaires au réseau de la santé mentale.

Vieillir en bonne santé mentale : Guide d'intervention

Aging in Good Mental Health. A Care Provider's Guide

Le guide d'intervention *Vieillir en* bonne *santé mentale* est un outil de référence, de soutien et de prévention destiné aux intervenants, spécialisés ou non en santé mentale, travaillant auprès des aînés. De façon générale, il propose une réflexion sur les attitudes, les perceptions et les préjugés envers les aînés; des points de repères afin de permettre une meilleure connaissance du vieillissement favorisant une communication respectueuse, et des façons concrètes d'améliorer les interventions dans le but d'aider le mieux possible les personnes que l'intervenant rencontre dans sa pratique quotidienne.



Guide d'activités pédagogiques Ma vie, c'est cool d'en parler

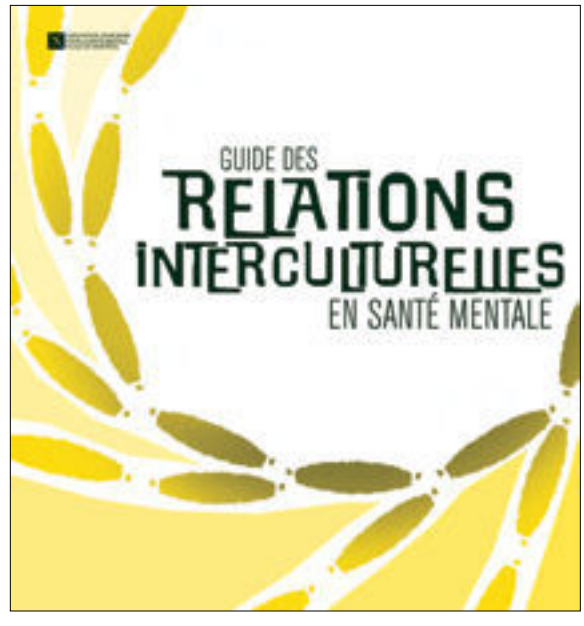
Educational Activities Guide My Life, it's Cool to Talk About It

Ce guide est un instrument pédagogique spécialement conçu pour outiller les jeunes afin qu'ils puissent mieux gérer leur santé mentale et maintenir un bon équilibre personnel. Destiné aux enseignants et aux intervenants psychosociaux, cet outil d'information, d'intervention et d'animation propose des activités éducatives qui favorisent le développement de compétences personnelles et sociales, notamment l'estime de soi, la gestion du stress et la résolution de problèmes. Les activités permettent aux élèves de mieux comprendre la notion de santé mentale, de développer des compétences et d'adopter de saines habitudes de vie.

Guide des relations interculturelles en santé mentale

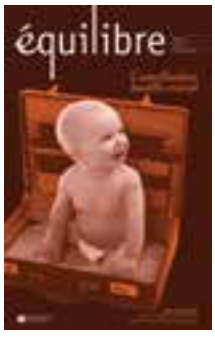
Intercultural Relations and Mental Health: Intervention Guide

Le *Guide des relations interculturelles en santé mentale* est un outil de référence, de soutien et de prévention destiné aux intervenants, spécialisés ou non en santé mentale, travaillant auprès des personnes issues de l'immigration. Il propose une réflexion sur les enjeux de l'intervention en contexte interculturel ainsi que des points de repères pour comprendre les difficultés reliées à l'immigration et les distinguer de celles associées à la détresse psychologique, voire à certains troubles mentaux plus sévères.



MAGAZINE ÉQUILIBRE

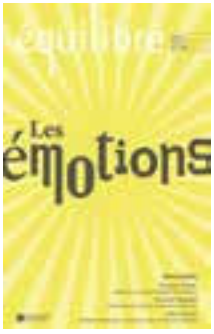
La richesse et la qualité du contenu de ce magazine en font une publication unique en santé mentale au Québec. Elle allie à la fois rigueur intellectuelle et vulgarisation. Son format et sa présentation graphique en font un instrument accessible autant pour les intervenants que le grand public. C'est, en quelque sorte, la carte de visite de l'ACSM-Montréal. Célébrant la 10e année d'existence d'*Équilibre*, l'Association a publié le titre *Résister au désenchantement... S'engager !* à l'automne 2015. La publication du prochain numéro, portant sur la thématique de l'éthique, est prévue pour le début de l'été 2016.

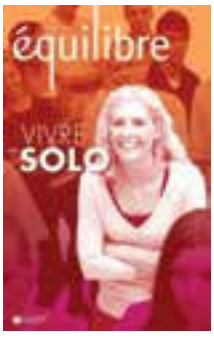


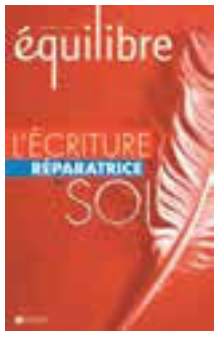
Résister au désenchantement... S'engager !

Volume 10, numéro 2

Comment nourrir l'engagement social ? Comment composer avec les sentiments d'indignation, voire de résignation, provoqués par les politiques néolibérales ? Quelles pistes d'action peuvent nous permettre, non seulement de résister au désenchantement, mais surtout de reconstruire des solidarités ? L'engagement ne favorise-t-il pas une bonne santé mentale, puisque grâce à lui, chacun peut trouver une cohérence entre sa vie intérieure et sa vie en société ? Autant de questions qui ont jeté les bases du colloque de l'ACSM-Montréal *Résister au désenchantement... S'engager !*, qui s'est tenu le 3 octobre 2014. Provenant des milieux institutionnel, communautaire et du mouvement étudiant, plusieurs conférenciers y ont partagé leur vécu et leurs inspirations quant à l'engagement. Un espace de ressourcement qui a permis aux participants d'enrichir leurs réflexions et d'entrevoir différentes pistes d'action pour stimuler l'engagement et lutter contre la tendance au repli individualiste. Dans ce numéro d'*Équilibre*, nous vous donnons accès à la richesse de ces présentations en publiant les textes que les conférenciers nous ont soumis. Le dernier article constitue une lecture complémentaire aux textes des conférenciers, posant un regard différent sur la question de l'engagement à travers une analyse sociologique et historique.







Quel sens donner à la maladie ?

Volume 10, numéro 1

Au-delà de l'expérience de la souffrance à laquelle nous contraint la maladie, se trouve la dimension du sens. Qu'elle soit physique ou mentale, la maladie nous confronte à nos limites, à nos vulnérabilités, à l'irrationalité, voire à l'absurdité de certaines expériences. En ce sens, elle crée le besoin d'une interprétation, de l'élaboration d'un sens, qui ne peut se réduire aux explications du discours biomédical. Cette construction symbolique renvoie à plusieurs dimensions relatives à la notion de maladie, notamment les dimensions spirituelle, temporelle, politique, sociale et psychologique. Comment construire ce sens et intégrer les enseignements que peut nous procurer la maladie ? Les textes présentés dans ce numéro du magazine *Équilibre* se penchent sur toutes ces questions et poussent la réflexion sur le sens de la maladie bien au-delà des croyances et discours convenus.

APPRIVOISER SA SOLITUDE

ET DÉVELOPPER SON RÉSEAU

SÉRIE D'ATELIERS POUR LES 55 ANS ET PLUS

L'isolement et la solitude vécus par les aînés constituent des enjeux importants pour la collectivité montréalaise. Soulignons à ce titre que, selon le Recensement de 2011, le nombre d'aînés vivant seuls à Montréal est en hausse et que le territoire montréalais compte une plus grande proportion de personnes âgées de 65 ans et plus (15,2 %) que le reste du Québec[2] (14,8 %). Il n'est toutefois pas nécessaire de vivre seul pour souffrir de solitude ou être isolé socialement. L'isolement renvoie principalement à un nombre limité de contacts sociaux ainsi qu'à une faible intégration à un réseau social. Pour sa part, le sentiment de solitude est plutôt lié à la perception que le réseau de soutien est défaillant, à un sentiment de vide.

Le lien entre la santé mentale et l'isolement social est souvent évoqué dans la littérature scientifique. Notamment, le Conseil national des aînés (Rapport sur l'isolement social des aînés) souligne que « l'isolement social augmente le risque de souffrir de problèmes de santé mentale et se répercute sur l'estime de soi et la confiance [des aînés], ce qui réduit les contacts avec les communautés et gêne leur accès aux services de soins de santé, ce qui perpétue leur isolement[3] ».

Un programme qui répond à de réels besoins

Grâce à une **subvention du programme *Québec ami des aînés*** (QADA) du ministère de la Famille du Québec, l'ACSM-Montréal a mis sur pied en 2013 le projet pilote *Bien vieillir et développer son réseau*. Après une phase de développement de deux ans, ce projet est devenu l'un des programmes officiels de l'ACSM-Montréal et a changé de dénomination en 2015 pour *Apprivoiser sa solitude et développer son réseau*.

Ce programme consiste en une **série de six ateliers interactifs destinés aux personnes de 55 ans et plus**. D'une durée de trois heures, à raison d'une séance par semaine, chaque atelier est articulé autour d'un thème spécifique. La session se conclut par une 7e rencontre (retrouvailles), qui se déroule environ un mois après la fin des ateliers. Le programme est offert à des **groupes fermés d'une quinzaine de personnes**. Il s'adresse aux aînés qui se sentent seuls et qui désirent briser leur isolement, qu'ils vivent seuls ou en ménage. Les ateliers se déroulent au sein d'organismes qui offrent déjà des services ou des activités aux aînés, et ils sont présentés par l'une des quatre animatrices formées par l'ACSM-Montréal.

Résultats

En 2015-2016, l'Association a offert le programme à **huit groupes**, soit auprès d'une **centaine de participants**. À la fin de chaque session, ceux-ci étaient invités à répondre à un sondage afin de connaître leur satisfaction, mais aussi pour mesurer certains impacts de la démarche sur leur perception et leur comportement face à la solitude et leur réseau social. Les résultats de cette consultation confirment encore une fois que ce programme répond à un réel besoin et que sa formule et son contenu permettent aux participants de faire un cheminement constructif.

Développement

Le programme *Apprivoiser sa solitude et développer son réseau* poursuit son développement grâce à une **seconde subvention** que l'Association a obtenue de la part de QADA. À partir de l'année 2016-2017, l'ACSM-Montréal pourra donc déployer un **second projet pilote qui s'étalera sur trois ans et qui visera cette fois-ci à rejoindre les aînés isolés ou à risque d'isolement**. En effet, il s'avère que le programme, dans sa formule actuelle, rejoint principalement des personnes qui fréquentent déjà les organismes hôtes ou qui habitent en périphérie de ceux-ci. Il faudra donc développer de nouvelles stratégies pour rejoindre les personnes isolées socialement,

2 Source : https://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2011/as-sa/fogs-spg/Index-fra.cfm

3 Source : http://www.conseildesaines.gc.ca/fra/recherche_publications/isolement_social/page00.shtml

en impliquant entre autres des travailleurs de milieu ainsi que d'autres collaborateurs dans la collectivité, qui ont des contacts avec ces personnes dans différents contextes. De plus, le contenu du programme devra être légèrement adapté afin de le rendre plus accessible aux gens qui ont déjà subi les effets néfastes de l'isolement social, afin de leur permettre d'entreprendre une démarche adaptée à leur réalité. Durant cette période de développement, l'Association continuera toutefois à offrir le programme à des groupes d'aînés, sous sa formule originale, à raison d'environ huit groupes par année.

100 % des participants se sont dits satisfaits du programme

100 % d'entre eux le recommanderaient à quelqu'un qu'ils connaissent

QUELQUES COMMENTAIRES DES PARTICIPANTS

Qu'est-ce que vous retenez du programme *Apprivoiser sa solitude et développer son réseau*?

Que la solitude est aussi quelque chose de positif. Qu'il existe une foule de moyens pour vivre la solitude positivement.

Surtout d'éviter les pièges de l'isolement, me garder une ouverture d'esprit.

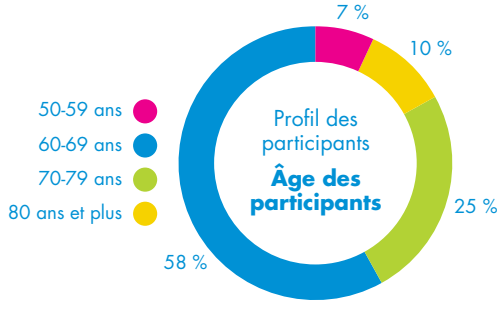
Le nombre de ressources du réseau est plus grand que je croyais.

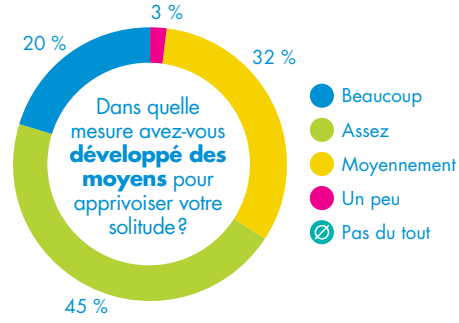
Avez-vous déjà mis en application les stratégies apprises dans les ateliers?

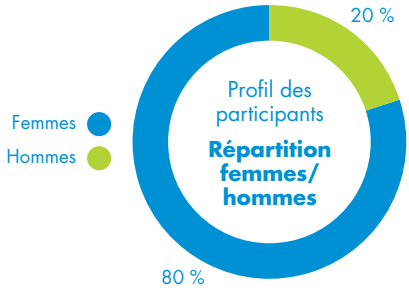
Je suis plus capable de demander de l'aide maintenant.

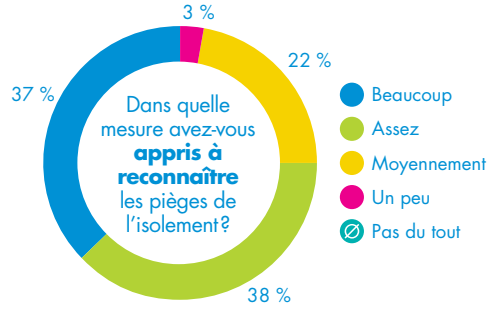
Je suis maintenant bénévole dans un centre de loisirs pour retraités.

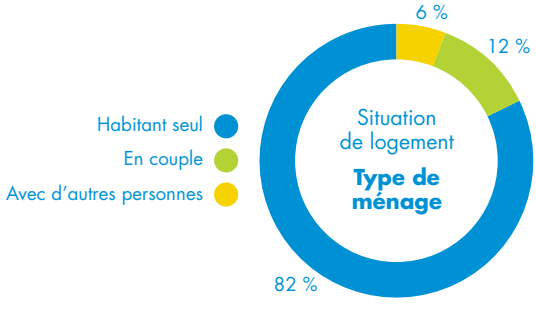
Quand la solitude devient trop pesante, au lieu de fuir, rester en contact avec l'émotion et ce qu'elle m'apprend de moi.

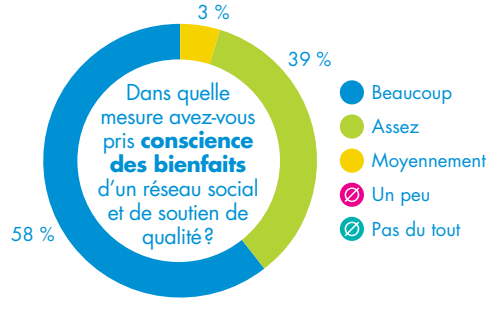












CARREFOUR **INTERVENANTS USAGERS PROCHES** (CIUP)

L'implication des personnes utilisatrices de services (usagers) et des proches dans la gestion et l'organisation des services en santé mentale est dorénavant un enjeu incontournable, mais pose cependant de nombreux défis. En effet, malgré une volonté politique inscrite aux Plans d'action en santé mentale 2005-2010 et 2015-2020 du ministère de la Santé et des Services sociaux, les partenaires ont encore peu d'espaces pour discuter des véritables enjeux et construire ensemble une vision commune des services. À ce titre, ils disposent de peu de moyens pour véritablement impliquer les usagers et les proches dans la planification et l'organisation des services.

7 RENCONTRES DE **17** PERSONNES

50 % USAGERS ET PROCHES

50 % INTERVENANTS DES RÉSEAUX COMMUNAUTAIRE ET INSTITUTIONNEL

NOUVEL OUTIL DE PRÉSENTATION DU MODÈLE (BROCHURE)

Dans ce contexte, le CIUP réunit donc des usagers, des proches et des intervenants qui s'impliquent de diverses façons et à différents niveaux, **dans le but d'explorer et de documenter les modèles d'organisation des services, les initiatives prometteuses ainsi que les avantages et obstacles à l'implication des usagers dans l'organisation des services de santé mentale**. Depuis 2009, le CIUP réussit à atteindre une composition de 50 % d'usagers et de proches, tout en assurant une représentativité variée des milieux d'intervention et des territoires montréalais.

Résultats

Invités à discuter de différents thèmes, les participants ont déterminé ensemble les sujets sur lesquels allaient porter les rencontres :

- Expériences multiples en hébergement et logement selon la perspective des proches, des intervenants et des usagers;
- Définitions et rôles des pairs aidants et réflexion sur les enjeux de la professionnalisation de ce rôle;
- Présentation d'un projet de Café-coop *par* et *pour* les usagers;
- Discussion autour des enjeux de la confidentialité et du travail avec les familles et les proches;
- Présentation du modèle de *Recovery College* initié en Angleterre pour favoriser le rétablissement.

Ces échanges leur ont permis de créer un climat de confiance dans le groupe, favorisant le partage de savoirs, de points de vue et d'expériences selon diverses perspectives. Ce faisant, ils ont pu développer une meilleure connaissance de l'autre, mieux

connaître les services et identifier les changements qu'ils désirent, comme en témoignent les commentaires recueillis lors du processus d'évaluation annuel :

> ***J'apprécie le climat de respect, la pertinence des interactions. Les travaux présentés avaient été vraiment bien préparés et documentés.***

> ***C'est un lieu privilégié d'échanges où l'équité au niveau de la représentativité des participants et des milieux contribue à des échanges enrichissants.***

> ***La capacité du groupe à accueillir des points de vue parfois critiques de ce qui se fait par d'autres. Bref, les gens ne sont pas là pour se féliciter et parlent de ce qui ne fonctionne pas quand c'est le cas.***

Ce rapport égalitaire qui caractérise les rencontres permet aux participants d'acquérir des connaissances plus approfondies sur la complexité du réseau de la santé mentale et de développer des arguments pour promouvoir l'implication des usagers et des proches dans les services. Ils deviennent ainsi des **agents multiplicateurs** dans leurs propres milieux pour influencer de réels changements :

> ***Plus consciente des obstacles à tous les niveaux mais plus consciente de l'effort pour améliorer la situation.***

> ***Je retiens principalement qu'en communiquant, on trouve ensemble des solutions.***

> ***De toujours enrichir ma compréhension de la réalité des autres m'amène, je l'espère, à mieux prendre en compte les besoins des gens lorsque vient le temps de mettre en place de nouveaux services ou d'ajuster l'offre de services dans mon milieu.***

Rayonnement

Avec la collaboration des membres du comité de promotion du CIUP, un **nouvel outil de communication (brochure)** a été développé cette année, permettant de faire connaître la démarche et ses retombées dans les réseaux de la santé mentale. De cette façon, l'ACSM-Montréal sera en mesure de promouvoir ce modèle de rapprochement dans un contexte de transformation du réseau et d'accompagner les milieux intéressés à implanter le CIUP sur leur territoire. Cette année, elle a notamment présenté le modèle CIUP à la Table de concertation en santé mentale de l'Est de l'île de Montréal.

La brochure ayant été traduite en anglais, l'Association a eu l'opportunité de **présenter le modèle du CIUP en Angleterre à des intervenants de quatre *Recovery Colleges***, ainsi qu'à deux éminents chercheurs de l'Université de Cambridge, spécialistes du champ du rétablissement, madame Jane McGregor et monsieur Geoff Shepherd. Le rayonnement hors Québec du CIUP se poursuivra en outre en 2016, puisque ce modèle novateur de collaboration a été retenu pour une **présentation lors du congrès annuel du bureau national de l'Association canadienne pour la santé mentale**, qui se tiendra en septembre prochain à Toronto. Les efforts de promotion se poursuivront aussi dans le réseau québécois afin de faire valoir le CIUP comme un modèle prometteur, en concordance avec les orientations du Plan d'action en santé mentale 2015-2020 – qui mise sur les valeurs de primauté de la personne, de partenariat avec les membres de l'entourage ainsi que sur le partage des responsabilités dans une approche orientée vers le rétablissement.

HÉBERGEMENT, LOGEMENT ET SANTÉ MENTALE

L'accès à un logement décent et abordable est un déterminant majeur de la santé reconnu par l'Organisation mondiale de la santé. Son incidence sur le bien-être des populations a par ailleurs été maintes fois documentée alors qu'inversement, l'instabilité en logement constitue un facteur de risque pour la santé de tous, et plus particulièrement pour les personnes vivant avec un problème de santé mentale. Considérant qu'un nombre croissant de ces dernières aspirent à être plus autonomes et à intégrer la communauté en habitant un logement, le comité *Hébergement, logement et santé mentale* a décidé d'approfondir sa réflexion à l'égard de l'alternative que peut représenter le logement privé pour leur rétablissement.

La mise en place de solutions durables pour favoriser l'accès et la stabilité résidentielle en logement autonome exige une concertation entre les acteurs concernés par le logement et la santé mentale : propriétaires et gestionnaires des secteurs de l'habitation publique et privée, gestionnaires et intervenants en santé mentale, locataires, chercheurs, etc. C'est en ce sens que le comité a mis sur pied, en 2013, la Table de concertation montréalaise sur le logement autonome et la santé mentale. En 2015, le comité a choisi de renommer son groupe de travail **Réseau montréalais pour le logement autonome destiné aux personnes ayant un problème de santé mentale**, afin de mieux refléter ses orientations. L'objectif demeure toutefois le même, soit celui de **favoriser l'échange et la mobilisation des partenaires de ces différents secteurs autour des enjeux concernant l'accès et la stabilité résidentielle en logement autonome.**

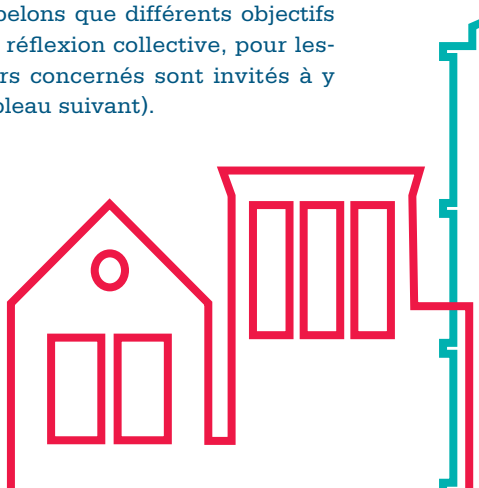
En 2015-2016, les membres du Réseau se sont réunis à six reprises afin de :

- Préciser les enjeux d'accès et de stabilité résidentielle en logement autonome privé pour les personnes ayant un problème de santé mentale à Montréal;
- Documenter certaines initiatives novatrices développées par les organismes du milieu en lien avec le marché locatif privé et la santé mentale;
- Dégager des pistes de solution et d'action concertées.

Lors de ces rencontres, le comité a par ailleurs invité les responsables du nouveau service Info-Social (8-1-1) afin d'explorer le rôle que peut exercer ce service en matière d'information et de soutien aux propriétaires de logements privés qui ne savent où faire appel en cas de difficultés de nature psychosociale avec un locataire.

L'ACSM-Montréal a également assisté cet automne au Rendez-vous de l'habitation de la Société d'Habitation du Québec. À cette occasion, elle y a rencontré les responsables des différents regroupements régionaux à travers le Québec s'intéressant au logement autonome en santé mentale, dans un souci de partage de connaissances et d'échange concernant les différentes réalités territoriales.

Les données recueillies lors de ces rencontres, jumelées à celles tirées des consultations des dernières années, ont alimenté les échanges du Réseau et ont mené à la production d'un rapport. Ce dernier a été révisé par l'ensemble des membres du Réseau et a été soumis à différents partenaires pour validation. Rappelons que différents objectifs ont découlé de cette réflexion collective, pour lesquels tous les acteurs concernés sont invités à y contribuer (voir le tableau suivant).



Réseau montréalais pour le logement autonome destiné aux personnes ayant un problème de santé mentale

PLAN D'ACTION	VOLET CONSULTATIF	VOLET ACTIONS COMMUNES
Objectif général	Favoriser les échanges entre partenaires du logement autonome et de la santé mentale.	Favoriser des partenariats actifs et une mobilisation de tous les acteurs concernés afin de mieux arrimer les différents programmes et améliorer l'offre de services à Montréal.
Objectifs spécifiques	• Échanger des informations sur les services offerts par les partenaires. • Discuter des enjeux actuels concernant l'accès et la stabilité résidentielle en logement autonome pour les personnes ayant un problème de santé mentale sur le territoire montréalais.	• Améliorer l'accessibilité financière au logement autonome. • Assurer la qualité et le caractère durable des services de soutien en santé mentale. • Améliorer la collaboration entre services de soutien, locataires et locateurs (propriétaires immobiliers et concierges). • Lutter contre la stigmatisation des personnes ayant un problème de santé mentale et souhaitant vivre en logement autonome.

Enfin, les résultats de cette réflexion collective entre propriétaires, locataires et intervenants de divers réseaux font l'objet d'un **rapport synthèse qui sera lancé à l'automne 2016.** Cet événement sera l'occasion d'ouvrir la discussion sur les possibilités et les défis que représentent l'accès et la stabilité résidentielle en logement autonome privé pour les personnes ayant un problème de santé mentale, dans le respect des choix et des droits des locataires.

PROGRAMME **JEUNESSE**

Ma vie, c'est cool d'en parler
My life: it's cool to talk about it

Parler de santé mentale avec les jeunes les aide à faire des liens entre leurs choix quotidiens et leur état de bien-être général. Leur apprendre à reconnaître les composantes d'une bonne santé mentale soutient le développement de saines habitudes de vie et leur permet d'être mieux outillés face aux défis qui se présenteront tout au long de leur vie.

Mis sur pied en 1998, le programme *Ma vie, c'est cool d'en parler* vise à outiller les jeunes de **12 à 18 ans** afin qu'ils puissent **prendre soin de leur santé mentale et maintenir un bon équilibre personnel**. Il a aussi pour objectif d'inciter les jeunes qui vivent un problème de santé mentale **à aller chercher l'aide appropriée**. Pour ce faire, un **guide d'activités pédagogiques** comprenant six ateliers thématiques a été conçu. Ces ateliers permettent aux jeunes de **développer leurs habiletés personnelles et sociales**, telles que la gestion du stress, l'adaptation aux changements, la reconnaissance des émotions et la résolution de problèmes. Destiné principalement aux enseignants et intervenants psychosociaux des milieux de l'éducation et des services sociaux, ce guide peut aussi être utilisé par les intervenants œuvrant au sein d'autres milieux jeunesse.

DIFFUSION GRATUITE DU GUIDE D'ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES À MONTRÉAL :
107 ÉCOLES
12 CIUSSS ET CLSC

PRÈS DE **45 EXEMPLAIRES** DU GUIDE (VERSIONS IMPRIMÉE ET NUMÉRIQUE) **VENDUS À DES INTERVENANTS JEUNESSE**

Un outil diffusé à Montréal et au-delà

En 2015-2016, le guide *Ma vie, c'est cool d'en parler* et sa version anglaise *My life: it's cool to talk about it* ont été distribués gratuitement par la poste dans les **26 écoles privées francophones** de l'île de Montréal, ainsi que dans ses **55 écoles anglophones, publiques et privées**. De plus, l'ACSM-Montréal a rencontré les regroupements de psychoéducateurs des commissions scolaires Marguerite-Bourgeoys et Pointe-de-l'Île, qui représentaient au total **26 écoles**, afin de leur présenter le programme et leur remettre un exemplaire du guide. Des contacts ont aussi été effectués auprès des centres intégrés universitaires de santé et services sociaux (CIUSSS) afin de cibler les professionnels les plus susceptibles de se servir de cet outil. Ainsi, plus de **20 guides** ont été envoyés de manière personnalisée à des intervenants jeunesse issus du réseau de la santé et des services sociaux.

Grâce à cette nouvelle méthode de distribution, l'Association bénéficie maintenant d'une liste de contacts, ce qui lui permettra d'effectuer un suivi afin de connaître l'appréciation des professionnels qui ont utilisé le guide dans leur milieu. Par ailleurs, dans le but d'ajuster sa méthode de distribution aux nouvelles structures du système scolaire, l'ACSM-Montréal a rencontré la présidente de la Commission scolaire de Montréal (CSDM), Mme Catherine Harel-Bourdon, pour obtenir son soutien et planifier l'implantation du programme dans les écoles de la CSDM pour les prochaines années.

En plus des exemplaires offerts gratuitement aux écoles et aux CIUSSS, plusieurs intervenants provenant de différents milieux (hôpitaux, carrefours jeunesse-emploi, maisons des jeunes, etc.) et régions du Québec se sont procuré des exemplaires du guide — en version imprimé ou numérique. Aussi, des intervenants jeunesse de l'Ontario, de la France et de la Belgique se sont également procuré le guide afin de présenter le programme à leur clientèle. Au total, l'ACSM-Montréal **a vendu près de 45 exemplaires** (versions imprimée et numérique) durant l'année 2015-2016. Ces manifestations d'intérêt de la part d'organisations situées à l'extérieur du Québec témoignent de la pertinence et de l'accessibilité du programme jeunesse de l'Association.

Un programme validé, appuyé et reconnu

Le programme *Ma vie, c'est cool d'en parler* est solidement ancré à l'ACSM-Montréal. En 2004, il a fait l'objet d'une première évaluation concernant son implantation. Puis, en 2005-2006, une deuxième démarche d'évaluation a été effectuée, cette fois-ci relativement à l'appréciation du programme par les élèves et à ses effets à court et moyen termes sur leurs habiletés personnelles et sociales. Dans la dernière année, **un partenariat a été développé avec une équipe du Centre de recherche et d'intervention sur le suicide et l'euthanasie (CRISE)**, affilié à l'Université du Québec à Montréal. À l'instar de l'Association, ce dernier a aussi mis sur pied des programmes de promotion et de prévention en santé mentale pour les jeunes, mais ceux-ci s'adressent aux élèves du primaire. Le partenariat ainsi établi permettra aux deux organismes de promouvoir mutuellement leurs programmes dans leurs réseaux respectifs.

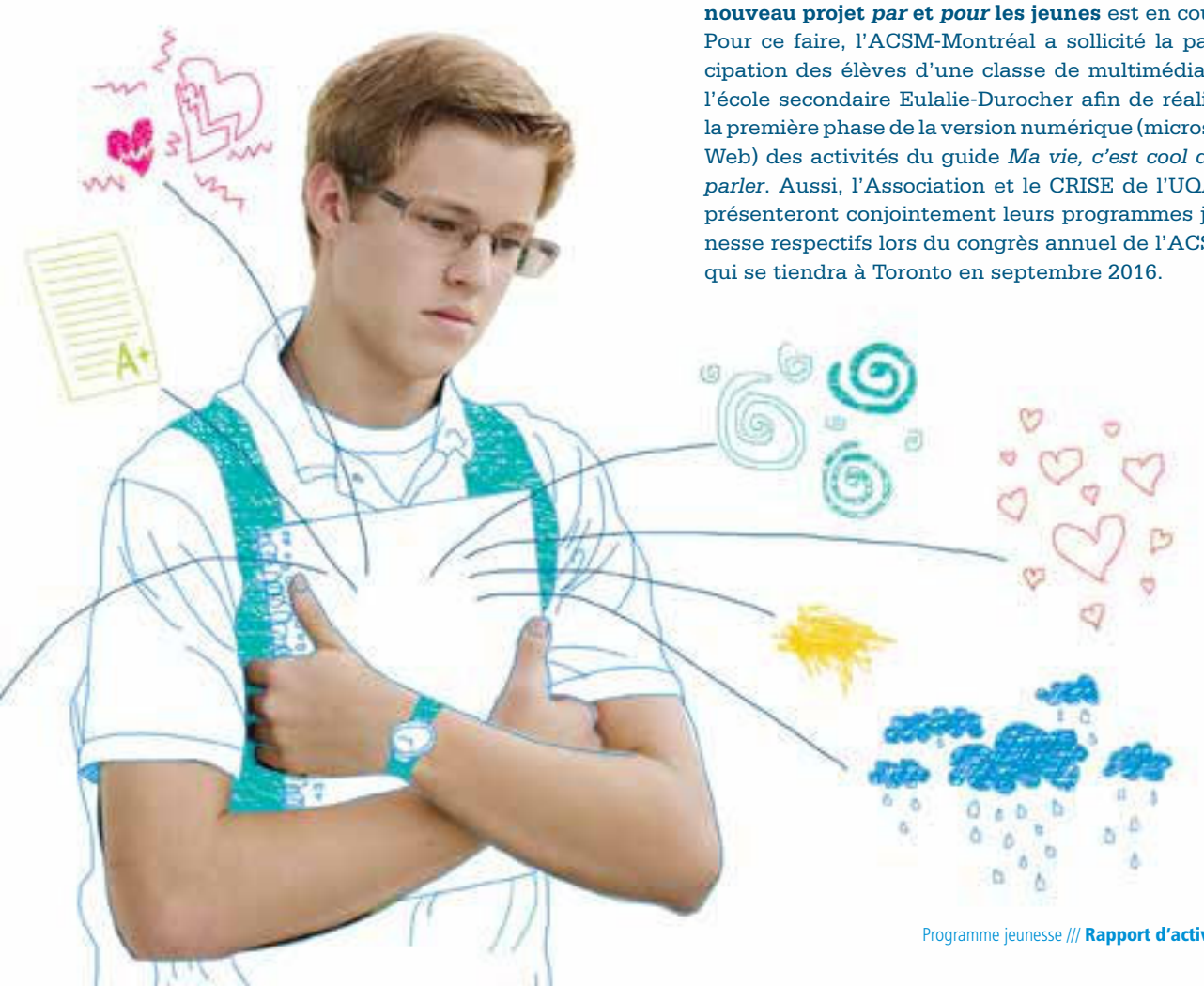
Comme à chaque année, l'ACSM-Montréal a aussi obtenu **l'appui de plusieurs partenaires des réseaux de la santé et de l'éducation** : Direction de la santé publique de Montréal, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île, *English Montreal School Board*, *Lester B. Pearson School Board*. Le soutien de ces précieux collaborateurs facilite les démarches d'information et d'envoi du guide d'activités pédagogiques dans les écoles et les centres intégrés universitaires de santé et services sociaux (CIUSSS). Ainsi, un plus grand nombre d'enseignants et d'intervenants peuvent bénéficier de cet outil de promotion et de prévention en santé mentale dans leur pratique.

Un programme qui rayonne de plus en plus

En 2014, le bureau national de l'ACSM a désigné *Ma vie, c'est cool d'en parler* comme l'un des **programmes phares du réseau**, à la suite d'un processus de sélection auquel toutes les filiales et divisions du Canada étaient conviées à participer. Soulignons à cet effet qu'un plan de déploiement pancanadien du programme sera développé au cours des prochaines années.

En 2015-2016, l'ACSM-Montréal **a multiplié les occasions de présenter son programme jeunesse lors de différents événements**. À titre d'exemple, mentionnons la participation de l'Association, en mai 2015, au Sommet jeunesse présenté par la Commission de la santé mentale du Canada et organisé par l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale. Elle y a présenté un atelier tiré du guide d'activités pédagogiques aux élèves de l'école Cavelier-de LaSalle. En septembre 2015, l'Association a aussi présenté le guide lors de l'ouverture d'une journée de conférences sur la santé mentale des jeunes organisée par les Conférences Connexion. L'auditoire comptait plus de 300 personnes et était composé principalement de policiers communautaires, d'enseignants et d'intervenants jeunesse issus de plusieurs régions du Québec. L'ACSM-Montréal a également tenu un kiosque lors du colloque du centre de recherche Sherpa, intitulé *Jeunes et immigration*, qui s'est déroulé à l'Hôpital général juif de Montréal les 26 et 27 novembre 2015.

Ce programme a le vent dans les voiles et il aura bientôt **sa version numérique !** En effet, grâce à une subvention de la Fondation Casse-Tête, **un nouveau projet *par* et *pour* les jeunes** est en cours. Pour ce faire, l'ACSM-Montréal a sollicité la participation des élèves d'une classe de multimédia de l'école secondaire Eulalie-Durocher afin de réaliser la première phase de la version numérique (microsite Web) des activités du guide *Ma vie, c'est cool d'en parler*. Aussi, l'Association et le CRISE de l'UQAM présenteront conjointement leurs programmes jeunesse respectifs lors du congrès annuel de l'ACSM, qui se tiendra à Toronto en septembre 2016.



RELATIONS INTERCULTURELLES

Au cours des dernières décennies, de nombreuses vagues migratoires ont transformé le tissu social québécois. Face à ces changements, les intervenants sociaux doivent non seulement s'adapter à cette transformation, mais aussi comprendre les besoins des nouveaux arrivants afin de faciliter leur processus d'intégration. Cette réalité pluriethnique fait en sorte que les demandes d'aide se multiplient, se diversifient et requièrent des interventions à travers lesquelles nos repères habituels nécessitent d'être constamment ajustés, afin de favoriser le mieux-être de chacun. Ce programme a pour objectif de sensibiliser les intervenants à la réalité pluriethnique et aux conditions familiales et sociales propices à l'équilibre des communautés ethnoculturelles, afin de promouvoir leur qualité de vie et de favoriser l'accessibilité des services de santé mentale et l'adaptation des pratiques.

FORMATION OFFERTE À :
191 INTERVENANTS

FORMATION RECONNUE
PAR L'ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC ET L'ORDRE DES TRAVAILLEURS SOCIAUX ET DES THÉRAPEUTES CONJUGAUX ET FAMILIAUX DU QUÉBEC (CRÉDITS DE FORMATION CONTINUE)

CONFÉRENCES PRÉSENTÉES À :
233 PARTICIPANTS ISSUS DE **135** ORGANISMES

GUIDE D'INTERVENTION
PLUS DE **1 900** EXEMPLAIRES VENDUS OU DISTRIBUÉS DEPUIS 2010

Formation sur les Relations interculturelles en santé mentale

Selon un rapport publié en 2015 par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), « la formation interculturelle constitue l'un des moyens privilégiés de rehausser les compétences interculturelles, […] afin de mieux répondre aux besoins des personnes issues des communautés interculturelles lors de prestation de services[4] », et ce, tant auprès du réseau de la santé et des services sociaux que des milieux scolaire et communautaire.

Pour accompagner et approfondir le contenu du ***Guide des relations interculturelles en santé mentale*** (publié en 2010), l'ACSM-Montréal a développé en 2010 une **formation de deux jours**. Cette dernière vise à sensibiliser les intervenants à l'influence de la culture dans l'intervention interculturelle et à les outiller pour développer des approches d'intervention leur permettant d'adapter leurs pratiques pour répondre aux besoins des diverses personnes qu'ils accompagnent. La formation a été offerte dans les locaux de l'ACSM-Montréal à **quatre reprises en 2015-2016** à des groupes mixtes, ainsi qu'auprès de **sept organisations externes**, à leur demande (cinq à Montréal, une à Laval et une à Joliette). Cette formule a été fort appréciée des **191 participants** qui l'ont suivie et les évaluations démontrent qu'ils ont **acquis des connaissances**, que celles-ci **correspondent à leurs préoccupations professionnelles** et qu'elles ont eu **un impact positif dans leur pratique**. Ces évaluations ont été réalisées en deux temps : l'une à la fin de la formation (questionnaire écrit) et l'autre après une période de trois à neuf mois suivant la formation (questionnaire en ligne « postformation »).

4 Sophie POULIOT, Susie GAGNON et Yolande PELCHAT, *La formation interculturelle dans le réseau québécois de la santé et des services sociaux. Constats et pistes d'action*, Montréal, INSPQ, 2015, p. 1.

EN PREMIER LIEU : ACQUISITION DE CONNAISSANCES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE (Évaluation à la fin de la formation – Taux de réponse = 93 %)	% de réponses « Beaucoup » et « Assez »
Je suis plus sensible au rôle que joue ma propre culture dans mes relations avec les autres.	81 %
Je suis plus sensible au rôle qu'exerce la culture d'une personne sur sa vie, sa santé et sa maladie.	82 %
Je comprends mieux de quelles façons les processus d'immigration ont un impact sur la santé mentale des immigrants.	81 %
Je suis plus en mesure d'identifier les facteurs de risque et de protection liés à l'immigration et leurs impacts sur la santé mentale.	72 %
J'ai pu identifier des façons d'adapter mes pratiques pour mieux répondre aux besoins des personnes issues de l'immigration.	70 %

EN DEUXIÈME LIEU : MISE EN PRATIQUE DES ACQUIS APRÈS 3 À 9 MOIS (Questionnaire en ligne – Taux de réponse = 25 %)	% de réponses « Beaucoup » et « Assez »
J'ai cherché à connaître la trajectoire migratoire des personnes.	95 %
J'ai pu identifier les facteurs de protection et de risque liés aux conditions d'immigration des personnes.	95 %
J'ai cherché à comprendre le cadre culturel des personnes.	95 %
J'ai pu adapter mes pratiques en fonction des personnes.	81 %
Je me sens plus outillé dans mes interventions en contexte interculturel.	67 %
De façon générale, cette formation a eu un impact positif dans mon travail.	77 %

Rappelons que **cette formation bénéficie de la reconnaissance de l'Ordre des psychologues du Québec et de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec** à titre de formation continue (14 heures de crédits). Elle a ainsi pu être diffusée dans les calendriers d'activités recommandées à leurs membres, contribuant à une plus grande visibilité de l'expertise de l'ACSM-Montréal. Selon les données recueillies lors de l'évaluation postformation, 63 % des répondants ont affirmé s'être prévalus des crédits ainsi reconnus par leur ordre professionnel.

Programmation de conférences

En complément à la formation, la programmation 2015-2016 proposait **six conférences** de trois heures permettant aux participants de réfléchir à des enjeux plus spécifiques rencontrés dans leurs milieux, dans une perspective de prévention, et d'échanger avec des experts et d'autres professionnels œuvrant dans divers champs d'intervention. Cette année, **233 personnes** issues d'environ **135 organismes** ont pris part à ces activités. Elles ont été présentées par des conférenciers chevronnés, recrutés à travers l'important réseau des membres du comité des Relations interculturelles.

Ces conférences obtiennent des taux de satisfaction élevés (de 72 à 100 %) quant à l'appréciation des conférenciers et la place accordée aux échanges. En outre, la grande majorité des participants affirme que ces activités leur ont permis d'**acquérir des connaissances**, estime que les contenus abordés **correspondent à leurs préoccupations professionnelles** et que ceux-ci auront un **impact sur leur travail** (de 57 à 100 %).

THÈMES ABORDÉS EN 2015-2016	Nombre de participants
Les deuils pré, péri et post-migratoires : comprendre pour mieux accompagner	44
Les vulnérabilités des femmes immigrantes et racisées : comprendre les différents contextes de fragilisation pour intervenir de manière concertée	40
« Corps historisé » porteur des conceptions de la santé et de la maladie mentale selon les cultures	54
Traumas historiques, discontinuité culturelle et santé mentale dans la communauté autochtone montréalaise	29
Soutenir les familles immigrantes en détresse : quel rôle pour le milieu scolaire ?	24
L'approche créative et l'art-thérapie en contexte d'intervention interculturelle : des modèles de collaboration accessibles	42

VIEILLIR EN **EN *BONNE*** SANTÉ MENTALE

Dans une société comme la nôtre, où le vieillissement de la population est notable, la promotion du bien-être et de la santé mentale des aînés devient essentielle. Si la plupart des aînés vieillissent bien et sont actifs dans leur communauté, le vieillissement demeure cependant trop souvent illustré, dans le discours populaire, par des concepts de diminution, de pertes ou de coûts sociaux élevés qui affectent l'estime de soi des aînés et des adultes vieillissants. En conséquence, ceux qui vivent plus difficilement cette étape de leur vie se heurtent à un ensemble de préjugés et de mythes qui sont présents autant dans leur entourage que chez les professionnels de la santé, rendant parfois plus difficile le dépistage et le traitement des problèmes de santé mentale.

FORMATION OFFERTE À :
56 INTERVENANTS

FORMATION RECONNUE
PAR L'ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC ET L'ORDRE DES TRAVAILLEURS SOCIAUX ET DES THÉRAPEUTES CONJUGAUX ET FAMILIAUX DU QUÉBEC (CRÉDITS DE FORMATION CONTINUE)

GUIDE D'INTERVENTION
UTILISÉ À L'UQAM ET À L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL

CONFÉRENCES PRÉSENTÉES À :
144 PARTICIPANTS ISSUS DE **100** ORGANISMES

Publié en 2012 et traduit en anglais en 2014, le **guide d'intervention *Vieillir en* bonne *santé mentale*** a connu un grand rayonnement grâce à l'appui de nombreux collaborateurs reconnus dans le réseau de l'intervention auprès des aînés : l'Association québécoise de gérontologie (AQG), le Centre de recherche en gérontologie sociale (CREGÉS) et le réseau Qualaxia. Le guide a par ailleurs été utilisé à titre de lecture obligatoire dans deux cours de certificat en gérontologie : PSY1580 – Santé et maladies mentales à l'UQAM et GER2021 – Santé mentale et vieillissement à l'Université de Montréal. **Plus de 500 exemplaires** ayant été distribués ou vendus depuis 2012, le guide devra faire l'objet d'une réimpression à l'été 2016.

Pour accompagner et approfondir le contenu de ce guide, l'ACSM-Montréal a développé une **formation de deux jours**. Cette dernière a pour objectifs de permettre aux intervenants de mieux comprendre les particularités du vieillissement normal, de reconnaitre la détresse psychologique et les principaux problèmes de santé mentale chez les aînés, de développer des stratégies d'intervention auprès de ceux-ci et de leur entourage, en plus de leur fournir des outils pour appliquer des éléments de promotion et de prévention en santé mentale dans leur accompagnement. Elle a été **offerte à trois reprises en 2015-2016**. Soulignons également qu'à la demande de la filiale de Québec de l'ACSM, la formation a aussi été présentée auprès d'un groupe d'intervenants de Québec.

Cette formation a été fort appréciée des **56 participants** qui l'ont suivie et les évaluations démontrent qu'ils ont **acquis des connaissances**, que celles-ci **correspondent à leurs préoccupations professionnelles** et qu'elles ont eu un **impact positif dans leur pratique**. Ces évaluations ont été réalisées en deux temps : l'une à la fin de la formation (questionnaire écrit) et l'autre après une période de trois à neuf mois suivant la formation (questionnaire en ligne « postformation »).

EN PREMIER LIEU : ACQUISITION DE CONNAISSANCES EN LIEN AVEC LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE (Évaluation à la fin de la formation – Taux de réponse = 93 %)	% de réponses « Beaucoup » et « Assez »
Je suis plus en mesure d'identifier les facteurs pouvant favoriser ou nuire à la santé mentale des aînés.	87 %
Je connais mieux les différents aspects d'un vieillissement normal.	78 %
Je peux reconnaître les principaux facteurs de stress associés à cette période de la vie.	88 %
Je suis plus en mesure de reconnaître les particularités de la dépression chez la personne âgée et les interventions à préconiser.	85 %
Je comprends mieux les rôles et les éléments de stress associés au statut de proche aidant.	93 %
J'ai une vision plus globale du vieillissement qui me permet d'intervenir dans une approche de prévention et de promotion.	83 %
EN DEUXIÈME LIEU : MISE EN PRATIQUE DES ACQUIS APRÈS 3 À 9 MOIS (Questionnaire en ligne – Taux de réponse = 60 %)	% de réponses « Beaucoup » et « Assez »
J'ai cherché à identifier les facteurs de protection, de risque et les situations de stress des personnes que j'accompagne et j'en tiens compte dans mon intervention.	83 %
J'ai été capable de distinguer les manifestations de détresse psychologique et de dépression de celles associées aux principaux troubles cognitifs.	69 %
J'ai tenu compte des rôles et des éléments de stress des proches aidants dans mes interventions.	81 %
J'ai porté une attention aux indices de maltraitance chez les personnes que j'accompagne.	83 %
Je me sens plus outillé dans mes interventions auprès des clientèles âgées.	74 %
De façon générale, cette formation a eu un impact positif dans ma pratique.	77 %

Cette formation bénéficie de la **reconnaissance de l'Ordre des psychologues du Québec et de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec**, à titre de formation continue (14 heures de crédits). Elle a ainsi pu être diffusée dans les calendriers d'activités recommandées à leurs membres, contribuant à une plus grande visibilité de l'expertise de l'ACSM-Montréal. Selon les données recueillies lors de l'évaluation postformation, 21 % des répondants affirment s'être prévalus des crédits ainsi reconnus par leur ordre professionnel.

Programmation de conférences

En complément à la formation, la programmation 2015-2016 proposait **quatre conférences** de trois heures. Celles-ci ont permis aux participants de réfléchir à des enjeux plus spécifiques rencontrés dans leurs milieux et d'échanger avec des experts et d'autres professionnels œuvrant dans divers champs d'intervention auprès des aînés, le tout dans une perspective de prévention. Cette année, **144 personnes** issues d'environ **100 organismes** ont pris part à ces activités, qui ont été présentées par des conférenciers chevronnés, recrutés à travers l'important réseau des membres du comité *Vieillir en* bonne *santé mentale*.

Ces conférences obtiennent des taux de satisfaction généralement élevés (entre 90 et 100 %) quant au traitement du sujet et à l'appréciation des conférenciers. En outre, la majorité des participants affirme que ces activités leur ont **permis d'acquérir des connaissances**, estime que les contenus abordés **correspondent à leurs préoccupations professionnelles** et que ceux-ci **auront un impact sur leur travail** (entre 60 et 96 %).

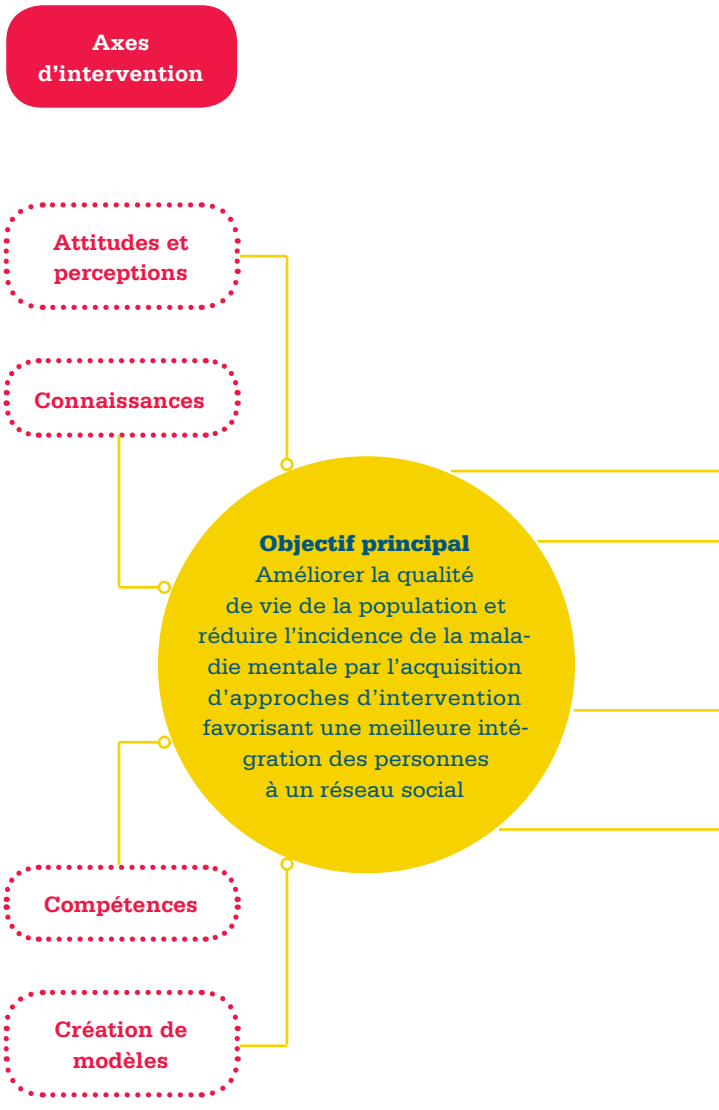
THÈMES ABORDÉS EN 2015-2016	Nombre de participants
Travailler auprès des aînés en contexte interculturel	11
Comprendre les composantes psychiques du vieillissement : des stratégies pour favoriser le plein épanouissement des aînés	36
Les deuils et le vieillissement : pour mieux accompagner les aînés endeuillés	56
Des interventions ciblées pour accompagner et soutenir les proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie	41

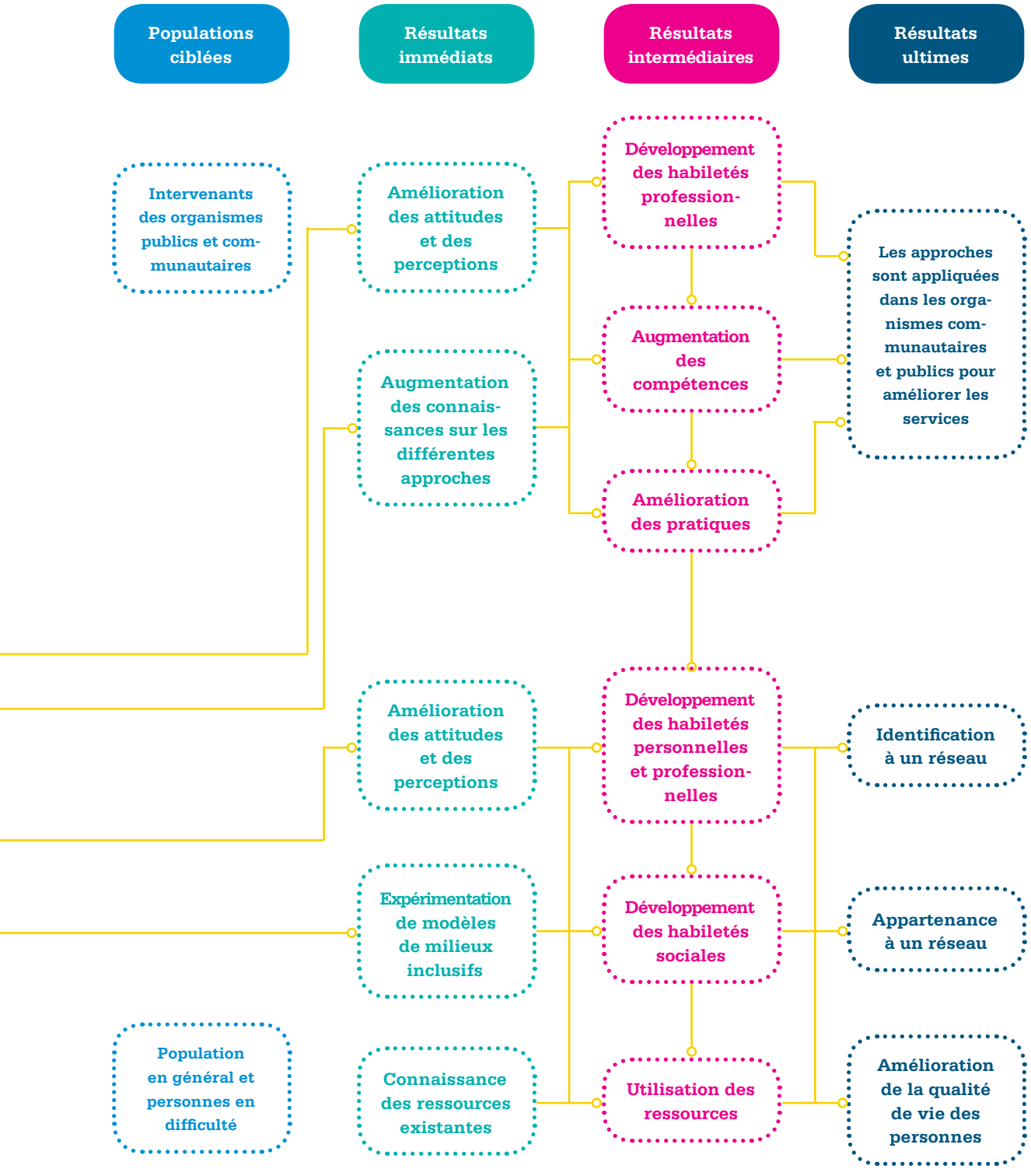
ÉVALUATION DES PROGRAMMES ET DES ACTIVITÉS

Dans un souci de rigueur et de professionnalisme, l'ACSM-Montréal fait de l'évaluation de ses programmes une activité continue. Pour ce faire, elle fait appel à des experts en évaluation de programmes et en recherche, en plus d'utiliser divers moyens tels que des groupes de discussion, des sondages, des projets pilotes et des comités de travail. Soulignons également que l'Association mesure systématiquement le taux de satisfaction des participants et la pertinence des activités pour leur pratique, au moyen d'un formulaire d'évaluation. De plus, ses formations font l'objet d'une évaluation d'impact environ six mois après qu'elles aient été offertes, par l'entremise d'un questionnaire en ligne. Enfin, tous les comités de l'ACSM-Montréal sont interpellés pour que les résultats anticipés et l'évaluation fassent partie de leur plan d'action.

Dans la perspective d'améliorer ses pratiques d'évaluation et d'être mieux outillée pour faire valoir les résultats de ses actions, l'Association a développé un modèle logique, à la suite d'une démarche effectuée avec le Centre de formation populaire, un organisme qui coordonne le *Projet de soutien à l'évaluation des résultats* offert aux organismes appuyés par Centraide. Cette démarche a permis de **modéliser la problématique de l'ACSM-Montréal** et de développer ainsi une **vision commune de sa mission et de ses axes d'intervention.** Le schéma ci-contre illustre les leviers que l'Association utilise pour mener ses actions de promotion et de prévention en santé mentale, dans une perspective à court, moyen et long terme.

Modèle logique de l'ACSM-Montréal




Populations ciblées
Résultats immédiats
Résultats intermédiaires
Résultats ultimes
Intervenants des organismes publics et communautaires
Amélioration des attitudes et des perceptions
Développement des habiletés professionnelles
Augmentation des compétences
Amélioration des pratiques
Les approches sont appliquées dans les organismes communautaires et publics pour améliorer les services
Augmentation des connaissances sur les différentes approches
Amélioration des attitudes et des perceptions
Développement des habiletés personnelles et professionnelles
Identification à un réseau
Expérimentation de modèles de milieux inclusifs
Développement des habiletés sociales
Appartenance à un réseau
Population en général et personnes en difficulté
Connaissance des ressources existantes
Utilisation des ressources
Amélioration de la qualité de vie des personnes

PERSPECTIVES

Le rapport d'activités témoigne du dynamisme et du leadership de l'ACSM-Montréal dans le champ de la promotion et de la prévention en santé mentale. Afin de poursuivre dans cette voie et consolider ses programmes, tout en répondant adéquatement aux enjeux de l'heure, l'Association se doit d'innover et d'élargir son champ d'action.

En l'occurrence, l'obtention d'une subvention du programme *Québec ami des aînés* (ministère de la Famille du Québec), pour une période de trois ans, permettra à la filiale de Montréal de développer un projet pilote s'adressant aux aînés isolés socialement ou à risque d'isolement, en continuité avec le programme *Apprivoiser sa solitude et développer son réseau.* Au cours de la prochaine année, le projet de création d'une version numérique (microsite Web) du guide d'activités pédagogiques *Ma vie, c'est cool d'en parler* — rendu possible grâce à l'octroi d'une subvention de la Fondation Casse-Tête — accroîtra pour sa part la portée du programme jeunesse. Ajoutons qu'une mise à jour du guide des *Relations interculturelles en santé mentale* (publié en 2010) sera aussi effectuée en 2016-2017.

Maintenir la pertinence de son action et faire preuve d'innovation pour les prochaines années requiert un exercice de planification stratégique. Pour ce faire, l'ACSM-Montréal a fait appel à un consultant spécialisé sur cette question et a mis sur pied un comité ad hoc. Afin de nourrir ce processus de réflexion, un sondage a été envoyé à tous les membres de l'Association (taux de réponse : 25 %).

Dans la même optique, l'organisation d'un groupe de discussion portant sur la promotion en santé mentale a permis de recueillir les points de vue de personnes issues de divers milieux : santé publique, environnement, universitaire (étudiant et représentant d'une association étudiante), communautaire (francophone et anglophone, hors du réseau de la santé mentale), culturel, syndical, société d'assurances et coopérative de santé. Le comité procédera bientôt à l'analyse de toutes ces données pour être ensuite en mesure de cibler les orientations et les axes d'intervention qui composeront sa planification stratégique 2017-2022.

Par ailleurs, soulignons que les besoins sont grandissants et que l'atteinte des objectifs sous-jacents à cette prochaine planification stratégique exigera une diversification des sources de financement. À ce titre, l'Association a choisi de faire de son colloque une activité annuelle, ce qui viendra compléter les autres sources d'autofinancement que sont les cotisations des membres, les formations, les conférences et la vente de publications. De plus, la filiale de Montréal a tenu en juin 2016 sa toute première collecte de fonds en 37 ans d'existence ! Organisée dans le cadre du Tour de l'Île de Montréal — grâce au volet « Rouler pour une cause » de Vélo Québec —, l'événement *Je roule, tu roules, nous roulons !* a généré près d'une centaine d'inscriptions visant à soutenir les activités de promotion et de prévention en santé mentale de l'ACSM-Montréal. Un bilan de cette première édition sera présenté lors de l'Assemblée générale annuelle 2017, tout juste après la tenue de la deuxième édition.

Dans la perspective de trouver de nouveaux partenaires pour soutenir ses activités, l'Association travaille à développer un plan de soutien financier et de visibilité, en conformité avec les normes et exigences de ses principaux bailleurs de fonds.

Dans la foulée de la création du Mouvement santé mentale Québec, le 31 mars 2016, par la Division du Québec et sept filiales québécoises de l'ACSM, la filiale de Montréal s'est positionnée afin de maintenir son affiliation avec le réseau de l'ACSM. Elle réaffirme ainsi avec force son identité et entend poursuivre son partenariat avec le réseau de l'ACSM avec fierté et enthousiasme.

L'année 2016-2017 s'annonce déjà riche de défis stimulants. C'est avec confiance et détermination que l'équipe, les membres du conseil d'administration et les bénévoles sauront les relever !

REMERCIEMENTS

Je suis extrêmement fière des réalisations de l'ACSM-Montréal. Pouvoir compter sur une équipe de travail engagée et passionnée, qui excelle dans le développement, la création et la consolidation d'activités de promotion et de prévention en santé mentale, constitue pour moi une grande source de motivation.

Je remercie chaleureusement les membres du conseil d'administration pour leur dévouement et leur collaboration exceptionnelle. J'aimerais souligner l'importance de leur implication, notamment en ce qui a trait à leur engagement dans les comités de travail ainsi que dans les réunions du conseil. Aussi, j'adresse un merci bien spécial à la présidente Karen Hetherington pour sa grande disponibilité et ses conseils judicieux.

Afin d'atteindre ses objectifs et réaliser sa mission, l'Association ne saurait se passer de l'apport précieux de ses nombreux bénévoles experts. Au nom des membres de l'équipe et du conseil d'administration, je les remercie pour leur générosité et leur assiduité tout au long de l'année. Un grand merci aussi aux bénévoles qui nous ont offert leur soutien lors de la journée du colloque.

Pour leur appui tangible à la cause de la promotion et de la prévention en santé mentale, nous exprimons notre gratitude aux membres et aux principaux bailleurs de fonds de l'ACSM-Montréal, c'est-à-dire le Centre intégré universitaire de santé et services sociaux (CIUSSS) du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal (*Programme de soutien aux organismes communautaires*) et Centraide du Grand Montréal.

Cette année, nous adressons un merci bien spécial à Vélo Québec, qui a permis à l'Association d'organiser sa première collecte de fonds lors du Tour de l'Île 2016, dans le cadre de leur volet « Rouler pour une cause ».

En terminant, nous désirons remercier le ministère de la Famille du Québec pour le soutien financier accordé via son programme *Québec ami des aînés*. Cette subvention de trois ans (à compter de 2016-2017) nous permettra de développer un projet pilote qui visera à rejoindre les aînés isolés ou à risque d'isolement. Finalement, merci à la Fondation Casse-Tête pour l'attribution d'une subvention dédiée à la réalisation de la version numérique (microsite Web) des activités de notre guide pédagogique *Ma vie, c'est cool d'en parler.*

Merci à vous tous !

Diane Vinet, *Directrice générale*
Juin 2016

ÉTATS **FINANCIERS** 2015-2016

EXTRAIT

Auditeur indépendant

Boily, Handfield CPA INC., 485, rue McGill, Montréal (Québec) H2Y 2H4.

Financement et reddition de comptes

Organisme à but non lucratif, l'ACSM-Montréal est principalement financé par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec, dans le cadre de son *Programme de soutien aux organismes communautaires* (CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal), et Centraide du Grand Montréal. Ce financement de base est complété par des activités d'autofinancement.

Le présent rapport annuel est réalisé conformément aux normes du document « **La reddition de comptes dans le cadre du soutien à la mission globale** » du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Gestion et administration de l'ACSM-Montréal

Chaque année, la gestion financière de l'Association est bonifiée par les conseils et les avis appréciés de ses administrateurs, particulièrement ceux de son secrétaire-trésorier, M. Pierre Forest, et de la firme comptable Boily, Handfield CPA INC. L'ACSM-Montréal a tenu, cette année, six réunions du conseil d'administration, une réunion du comité exécutif et une assemblée générale à laquelle 31 personnes ont assisté.

Au plan de l'administration des programmes, les grandes orientations sont données par le conseil d'administration, qui délègue à des comités de travail le mandat de réaliser les objectifs de l'Association par des activités concordantes. Ces comités établissent leurs plans d'action quinquennaux qui reçoivent l'aval du conseil avant d'être mis en opération.

Enfin, les membres de l'équipe participent aux comités de travail et assurent le suivi des décisions prises. Des rapports de l'ensemble des activités sont dressés régulièrement à l'intention du C.A. et des autres instances envers qui notre association est imputable. En outre, l'évaluation des programmes fait partie intégrante des activités de l'ACSM-Montréal.

Association canadienne pour la santé mentale
Filiale de Montréal

Résultats (extrait des états financiers vérifiés)
Exercice clos le 31 mars 2016

	2016	2015
Produits		
Subventions :		
Centraide	154 900 $	154 900 $
Ministère de la Santé et des Services sociaux (PSOC)	232 274	230 172
Ministère de la Famille (QADA)	-	79 540
Ville de Montréal	1 912	1 852
Activités d'autofinancement	81 225	61 558
Cotisation des membres	12 085	14 735
Dons et commandites	16 463	20 762
Intérêts	349	612
	499 408 $	**564 131 $**
Charges		
Frais d'administration	421 791	375 896
Frais directs de programmes	77 534	86 546
Projet QADA	-	84 773
Nouvelles technologies	9 787	9 411
Amortissement des immobilisations	6 362	7 420
	515 474 $	**564 046 $**
Excédent (insuffisance) des produits sur les charges	**(16 066) $**	**85 $**

Association canadienne pour la santé mentale
Montréal

Découvrez-nous

www.acsm**montreal**.qc.ca

Devenez membre

En devenant membre, vous profiterez de nombreux avantages et contribuerez à la mission de l'ACSM-Montréal.

Suivez-nous

/ACSM.**Montreal**

@acsm**mtl**

Association canadienne pour la santé mentale - **Filiale de Montréal**

Contactez-nous

514 521-4993

acsm**mtl**@cooptel.qc.ca