

AQPAMM.ca

☎ 514 524-7131

✉ [accueil@aqpamm.ca](mailto:accueil@aqpamm.ca)

# RAPPORT ANNUEL

2021-2022





Mission, convictions, valeurs **6**

Mot de la présidente et de la direction générale **7**

Les membres du conseil d'administration **8**

Le personnel de l'AQPAMM **10**

L'année en chiffres **11**

Réalisations **12**

Axe 1 : Programmes et services **13**

Nos projets **22**

Quelques données sur les membres de l'AQPAMM **25**

Dossiers transversaux **28**

Axe 2 : Écosystème **29**

Axe 3 : Croissance et diversification  
des sources de financement **31**

Résultats des états financiers **33**

Axe 4 : Structure organisationnelle **35**



L'association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale (AQPAMM) est un organisme communautaire sans but lucratif. Elle dispense à ses membres, les membres de l'entourage d'une personne vivant avec un problème de santé mentale, des services pour les informer, les outiller et les accompagner dans leur rôle de proche aidant. Les principaux services offerts par l'AQPAMM sont : le suivi psychosocial individuel, en couple ou en famille; des groupes de soutien; des formations psychoéducatives; la séance d'information; des conférences publiques; la thérapie par les arts; des formations en ligne.

# Mission, convictions, valeurs

**Nous avons le plaisir de vous présenter la mission, la vision et les valeurs de l'AQPAMM telles qu'elles ont été reformulées suite à la démarche de planification stratégique!**

## Mission

L'AQPAMM offre de l'information, de la formation et de l'accompagnement pour améliorer le bien-être des membres de l'entourage dans les différents milieux de vie d'une personne vivant avec un problème de santé mentale. L'AQPAMM appuie, par différentes actions, la valorisation de l'entourage et contribue à lutter contre la stigmatisation liée à la santé mentale.

## Vision

Une société où les membres de l'entourage vivent du mieux-être et trouvent un équilibre dans leur relation avec une personne vivant avec un problème de santé mentale.

## Valeurs

### L'ACCUEIL

L'AQPAMM prend le temps d'accueillir les familles et l'entourage avec empathie, compassion et bienveillance. Elle est à l'écoute des besoins et des attentes des membres.

### LE RESPECT

L'AQPAMM accueille la personne telle qu'elle est, dans l'état dans lequel elle se trouve. Elle prend en compte ses besoins, ses croyances et son rythme dans la relation d'aide pour mieux l'accompagner dans son cheminement. L'AQPAMM respecte le savoir expérientiel des familles et de l'entourage ainsi que les droits de la personne vivant avec une problématique de santé mentale.

### LE PARTENARIAT

L'AQPAMM crée des alliances avec les membres et les différents acteurs de son écosystème (le réseau de la santé et des services sociaux, les organismes communautaires et les milieux de travail) pour mieux répondre à l'ensemble des besoins de l'entourage.

### LE PROFESSIONNALISME

L'équipe de l'AQPAMM est composée de professionnels se formant de façon continue et garantissant éthique, transparence et authenticité vis-à-vis de la personne.

### LA QUALITÉ

L'AQPAMM développe des services adaptés afin de répondre aux besoins changeants de ses membres et de la communauté. Elle s'engage dans un processus d'amélioration continue et d'innovation sociale, facilitant ainsi le déploiement des meilleures pratiques et l'introduction de nouvelles approches, idées et procédures.

# Mot de la présidente et de la direction générale

En abordant l'écriture je sens que je suis en panne d'originalité et possiblement que comme plusieurs je ressens une certaine lassitude. L'année dernière je disais que nous étions tous « à boutte ». Cette année je parlerais de sentiment de découragement et de désillusion. À la lourdeur de cette pandémie qui n'en fini plus, s'accroche les images brutales de la guerre en Ukraine, l'amplification des alarmes concernant le réchauffement climatique, l'inflation grandissante, etc... Il est difficile de demeurer indifférent à ces réalités qui s'ajoutent aux défis de tous et chacun dans le quotidien.

Pourtant, malgré toute cette grisaille, nous sommes témoins comme vous de gestes de courage, de détermination et de solidarité inspirants notamment chez le peuple Ukrainien. Nous voyons des initiatives et de la créativité dans le désir de diminuer notre empreinte écologique. Et au moment d'écrire ces lignes, le directeur de santé publique nous dit que nous allons vers une amélioration de la situation face à la Covid. Personnellement j'essaie de me nourrir de ces nouvelles positives et de porter mon attention à repérer ces signes d'espoir pour mieux traverser les choses qui vont moins bien. Je crois en l'intelligence collective et j'ai confiance en notre capacité de résilience devant les épreuves.

À l'AQPAMM cette année on a senti que le climat général était aussi teinté de cette actualité difficile et qu'à certain moment l'enthousiasme se faisait plus rare mais ça n'a pas empêché l'équipe de déployer toute son énergie pour accompagner avec cœur et compétence les proches. Les demandes ont été croissantes et ça se comprend dans le contexte mais l'équipe est fidèle au rendez vous.

Les projets n'ont pas ralenti comme vous pourrez le constater à la lecture. Les services ont été très actifs et 3,076 personnes différentes en ont profité de toutes sortes de façon sans compter les 189,309 visiteurs uniques ayant visité notre site web donnant accès à une foule d'informations pour ne nommer que ce médium.

Nommons aussi :

- Ajout de pair-e-s aidant-e-s famille 5 maintenant (3 de plus) au rythme de l'augmentation de nos collaborations avec nos partenaires des CIUSSS de Montréal;
- Diversifications des médiums pour rejoindre les jeunes : formation mobile, clavardage en ligne, ateliers d'expression créatives, etc. Une perspective d'amélioration est encore possible avec l'arrivée d'une nouvelle subvention provinciale pour renforcer cette offre aux jeunes;
- Développement d'une offre de service en anglais pour rejoindre une population allophone parfois moins portée à demander de l'aide;
- Le projet de soutien dans les entreprises « Bien être au travail » qui prend son envol et reçoit beaucoup de commentaires positifs nous incitant à pousser plus loin.

Mais ce qui mérite toute notre attention ce sont les résultats des sondages de satisfaction. Des évaluations que nous bonifions d'année en année pour assurer que nos services répondent aux besoins. Des résultats (voir plus dans le rapport) qui ont de quoi nous rendre fièr.e.s et nous encouragent à poursuivre au delà de toute morosité environnante :

- 46 % à 79 %, une hausse de 33 % d'amélioration du sentiment de bien-être, malgré les difficultés vécues dans la relation avec leur proche;
- 39 % à 84 %, une hausse d'amélioration en terme de confiance quant à la façon d'être en relation avec leur proche.

Un gros merci à toute l'équipe de l'AQPAMM, ils ont toute notre admiration et merci de votre confiance renouvelée

Bonne lecture

*Sylvie Constantineau*

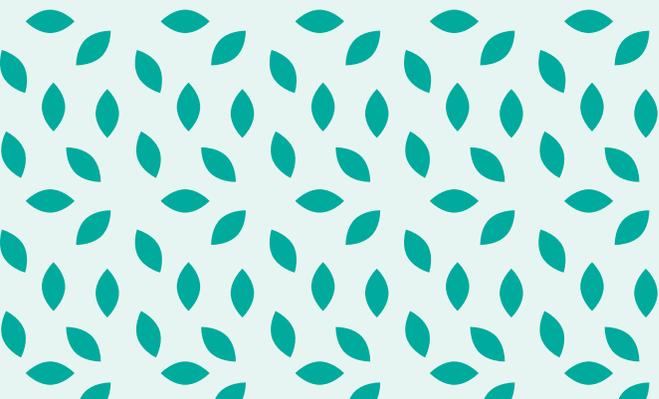
**Sylvie Constantineau**

Présidente du CA de l'AQPAMM

*David Ford-Johnson*

**David Ford-Johnson**

Directeur général de l'AQPAMM



# Les membres du conseil d'administration

## **Sylvie Constantineau** *Présidente*

Sylvie a œuvré 35 ans dans le réseau du service de la santé et des services sociaux auprès des jeunes en difficulté, d'abord à titre d'intervenante et de gestionnaire dans différents services d'intervention. Par la suite, elle devient coordonnatrice en développement de programme et de pratiques professionnelles puis directrice des services professionnels et affaires universitaires au Centre jeunesse de Montréal-Institut universitaire. Responsable de plusieurs dossiers d'envergure de développement de pratique, son expertise réside dans la qualité et le développement de la pratique professionnelle sociale.

## **Benoît Bouvier** *Vice-président*

Jusqu'en 2019, il était Directeur des finances pour le Bureau international des droits de l'enfant (IBCR). Il est présentement directeur général du Temps d'une Pause et occupe le poste de trésorier au conseil d'administration de l'organisme communautaire SARPAD. Il apporte un savoir-faire au sujet des spécificités liées aux personnes âgées et une expertise en lien au milieu communautaire.

## **Francine Corbin** *Trésorière*

Détentrice d'une maîtrise en administration publique, a œuvré 35 ans dans le réseau de la Santé et de services sociaux dans différents rôles de gestion à la direction des finances, informatique et techniques. Elle accompagne les organismes en revue de processus et comme conseillère en gestion et spécialiste en administration financières. Mère de famille, elle s'est impliquée auprès des familles et enfants à titre de bénévole dans le milieu scolaire et communautaire. Elle est très heureuse de s'impliquer auprès de l'AQPAMM comme trésorière du CA, car elle est convaincue du bien-être que celui-ci apporte aux proches des personnes vivant avec une problématique de santé mentale.

## **Martine Jacob** *Secrétaire*

Martine a travaillé dans le réseau de la santé et des services sociaux durant 35 ans, d'abord comme criminologue clinicienne à l'Institut Philippe Pinel de Montréal puis comme adjointe au directeur des services professionnels. Par la suite, elle devient coordonnatrice du soutien clinique spécialisée au Centre jeunesse de Montréal-Institut universitaire où elle assume la responsabilité de gestion du soutien aux intervenants qui accompagnent des enfants, de jeunes et des familles vivant des situations de risque suicidaire et de problèmes de santé mentale. Au CCSMTL, elle coordonnera l'ensemble des services jeunesse spécialisés en santé mentale. Bénévole durant plusieurs années à la Ligne-parents, elle croit qu'il est essentiel de soutenir les parents et amis des personnes qui vivent des problèmes de santé mentale. Récemment retraitée, elle compte apporter son expertise en santé mentale et dans la qualification des pratiques cliniques.

## **Christelle Leray** *Administratrice*

Détentrice d'une maîtrise en sociologie du travail obtenue en France en 1997 et d'un certificat en gestion des ressources humaines obtenu à HEC Montréal en 2005, Christelle Leray exerce depuis plus de 15 ans à titre de conseillère en gestion des ressources humaines dans le secteur de l'éducation, de la santé et également au sein d'organismes communautaires. Elle travaille actuellement à « Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) » ou elle accompagne, conseille et coache les gestionnaires et les employés dans les différents domaines d'expertise RH, tels que relations de travail, gestion de la performance, dotation, gestion du changement, développement des compétences et plus.

## **Annette Robyns** *Administratrice*

Impliquée pendant 25 ans dans l'enseignement fondamental en Belgique, Annette Robyns a toujours favorisé les méthodes actives et essayé de tirer tous mes petits élèves vers le haut. Dans une commune défavorisée de la Banlieue d'une grande ville, elle a participé au mieux-être des mamans en les aidant de diverses manières et a ainsi acquis un sens social assez développé.

Repérée par une femme politique, elle a abandonné l'enseignement pour devenir conseillère dans les cabinets des ministres de son parti. Annette s'est particulièrement impliquée dans les matières enseignement et santé bien qu'elle en ait survolé d'autres : préparation à la libre circulation en Europe particulièrement en matière de pauvreté, transports, agriculture...

Toujours, elle s'est vue confier la direction du service aux citoyens, et ce dans la majorité des cabinets. Retraitée depuis 6 ans, s'investir au service de l'AQPAMM et de ses membres lui apporte énormément.

### **Carol Ladouceur** *Administratrice*

D'abord impliquée pendant près de 7 ans en recherche sociale à l'Université de Montréal, Carol a réorienté sa carrière en intervention et en gestion auprès des clientèles vulnérables. Consultante clinique, directrice adjointe aux services professionnels et aux affaires universitaires puis adjointe à la direction générale adjointe au Centre jeunesse de Montréal-Institut universitaire elle investira par la suite le Centre jeunesse de Laval à titre de directrice des services professionnels et agira 5 ans à titre de directrice du programme santé mentale et dépendance au CISSS de Laval.

Maintenant nouvellement retraitée, Carol pourra mettre à profit pour l'AQPAMM toutes ses connaissances et expériences tant cliniques que de gestion ainsi que soutenir le conseil d'administration et l'organisme dans les démarches auprès des établissements du réseau.

### **Stéphane Dumont** *Administrateur*

Formé par un cumul de formations variées, de L'Université Laval (Communication Graphique, HEC Montréal (Affaires Électroniques et du MIT Sloan Affaires internationales des entreprises technologiques) et pionnier de l'environnement numérique canadien, Stéphane affiche un impressionnant parcours en affaires numériques et soutien à des projets d'envergure dans ce domaine. À sa passion pour la technologie, s'ajoute celle pour l'innovation sociale et l'économie collaborative centrée sur le respect de l'humain et de l'environnement. Ainsi, il développe des initiatives entrepreneuriales permettant de générer des impacts positifs sur la société. De plus, il a déployé divers programmes de communication responsable pour des organisations telles Équiterre, Oxfam-Québec, Cascades, Fido, la SNAP, la Fondation du CHUM, la Fondation du cancer du sein du Québec, etc. Enfin, Stéphane s'implique bénévolement auprès de Conseil d'Administration avec des organismes auxquels ils croient tel que l'Institut du Nouveau Monde (INM), Projet TRIP et l'AQPAMM.

### **Chanel Fournier** *Administratrice*

Avec plusieurs années d'expérience dans le domaine de la technologie, Chanel est maintenant chef de produit sénior depuis 2 ans chez Shopify. Gradué de l'Université McGill avec une double majeure en économie et sociologie à titre de boursière nationale Loran, Chanel s'est ensuite spécialisée comme chef de produit dans le domaine de la technologie. Elle a une profonde passion pour le développement de solutions innovantes qui combinent la technologie avec une compréhension des besoins, que ce soit pour les utilisateurs d'un produit ou d'une communauté.

Elle s'implique déjà afin de partager son expertise dans le domaine du produit (présentations et ateliers pour divers organismes travaillant avec les jeunes), pour participer à la création d'une communauté produit à Montréal (organisatrice en partenariat avec Product School), et pour redonner à sa communauté (bénévole et juge lors des sélections pour la Fondation Loran). Chanel a un réel désir de partager ses connaissances afin d'aider au développement d'affaires des services offerts par l'AQPAMM.

### **Les bénévoles de l'AQPAMM**

Nous tenons à remercier sincèrement les 13 bénévoles ayant participé au fonctionnement et au rayonnement de l'AQPAMM de façon ponctuelle ou régulière. Votre collaboration est essentielle à la réalisation de notre mission.

Il convient d'adresser un merci spécial au comité des membres, dont la mission est de permettre aux membres de l'AQPAMM de s'impliquer, de promouvoir et de favoriser la vie associative de l'AQPAMM. Votre implication bénévole fait toute la différence.



# Le personnel de l'AQPAMM

## Direction

<b>David Ford Johnson</b>	Directeur général
<b>Céline Ménard</b>	Directrice générale adjointe

## Équipe – temps plein

<b>Valérie Fortier</b>	Cheffe d'équipe clinique – jusqu'en août 2021 (départ en congé maternité)
<b>Shirley Granillo</b>	Cheffe d'équipe clinique (remplacement congé maternité)
<b>Cécile Lemire</b>	Agente d'accueil et d'information – jusqu'en août 2021
<b>Marion Bourrelrier</b>	Agente d'accueil et d'information
<b>Anne-Marie Pelletier</b>	Intervenante psychosociale – jusqu'en juillet 2021
<b>Diane Tardif</b>	Intervenante psychosociale
<b>Anaïs Brault-Cotnoir</b>	Intervenante psychosociale, et chargée de projet PAA
<b>Marielle Boudreault</b>	Intervenante psychosociale, et chargée de projet jeunesse
<b>Simon Mérienne</b>	Responsable du développement d'affaires et de partenariats stratégiques
<b>Arnaud Lamy-Brunelle</b>	Intervenant psychosocial, et intervenant PAA
<b>Dania Mouloudji</b>	Intervenante psychosociale
<b>Margaux Melloul</b>	Intervenante psychosociale
<b>Maude Mc Alister</b>	Intervenante psychosociale bilingue français-anglais
<b>Sarah Brulhart</b>	Paire-aidante famille, CIUSSS Centre-Sud (Hôpital Notre-Dame)

## Équipe – temps partiel

<b>Joanne Dufour</b>	Technicienne comptable – jusqu'en juillet 2021
<b>Mélanie Pourrat</b>	Responsable de l'administration – d'août 2021 à février 2022
<b>Volha Laiter</b>	Responsable des finances et de l'administration par intérim – de février à mars 2022
<b>Yann Godbout</b>	Responsable des communications
<b>Diane Riendeau</b>	Paire-aidante famille, Ligne 1-800 - jusqu'en janvier 2022
<b>Isabelle Gauvreau</b>	Paire-aidante famille, CIUSSS Centre-Sud (CLSC des Faubourg)
<b>Elsa Barret</b>	Paire-aidante famille, CIUSSS du Nord (CLSC Villeray Petite Patrie)
<b>Claudette Rousseau</b>	Paire-aidante famille, CIUSSS de l'Est
<b>Angie Dupuis</b>	Paire-aidante famille, CIUSSS du Nord (équipes SIV et SIM) Chargée de projet
<b>Élizabeth Gladkov</b>	Chargée de projet, Bien-être au travail
<b>Stéphanie Fontaine</b>	Chargée de projet

## L'année en chiffres

**1 604**

heures passées  
en suivi psychosocial

**3 076**

personnes ayant profité directement  
des services de l'AQPAMM

**364**

suivis réalisés  
par les paires aidantes famille

**2 280**

membres de notre  
communauté Facebook

**189 309**

utilisateurs (uniques)  
ayant visité notre site web

**204**

204 heures passées en représentation  
de l'AQPAMM aux tables locales  
et auprès des partenaires

**287**

proches aidants d'ainé·e·s  
(PAA) soutenu·e·s dans leur  
réalité spécifique

**331**

jeunes rejoints

**754**

personnes ayant profité  
de nos services corporatifs  
(offerts aux organismes communautaires  
et aux entreprises)



# RÉALISATIONS

2021-2022

4 axes de développement ont été votés par l'Assemblée générale annuelle dans le cadre de notre nouvelle planification stratégique.

## AXE 1

# Programmes et services

## Changement souhaité

### LE DÉPLOIEMENT D'UNE OFFRE DE SERVICES CONSOLIDÉE ET INCLUSIVE

Il s'agit de répondre le mieux possible à la diversité des besoins de la clientèle en déployant une offre de services touchant des communautés que nous rejoignons moins, tout en consolidant et développant notre offre de services globale. Pour ce faire, nous aspirons à nous rapprocher et à rendre plus accessibles nos services à la clientèle potentielle.

### L'AQPAMM au service des membres de l'entourage

#### BRISER L'ISOLEMENT, ÉVITER L'ÉPUISEMENT, LUTTER CONTRE LA STIGMATISATION : LES MOTEURS DE L'AQPAMM

En 1980, des parents et ami.e.s de personnes vivant avec un trouble de santé mentale ont créé l'AQPAMM, première association francophone dédiée aux proches en santé mentale au Québec. Elle visait à aider les proches dans la compréhension de la maladie et les soutenir dans leurs difficultés. Depuis, tout un réseau d'organismes régionaux s'est mis en place à travers le Québec, puisque vivre avec une personne vivant avec un problème de santé mentale suppose des défis au quotidien. L'AQPAMM se concentre donc à offrir ses services principalement sur le territoire montréalais, en complémentarité avec d'autres partenaires des réseaux communautaires et de la santé et services sociaux.

### Quatre services existent actuellement et se décomposent comme suit :



#### SERVICES GÉNÉRAUX

Ces services s'adressent à l'entourage d'une personne majeure vivant un trouble de santé mentale, qu'il y ait un diagnostic ou non. L'accompagnement proposé sous forme de soutien individuel ou à travers des activités

de groupe tend à favoriser l'expression des émotions, renforcer le pouvoir d'agir des personnes et les aider à mieux composer avec la situation qu'ils vivent avec leur proche.



#### SERVICES POUR LES PROCHES AIDANT.E.S D'AÎNÉ.E.S (PAA)

Les services pour personnes proches aidantes d'ainé.e.s (PAA) existent afin de répondre à leurs besoins spécifiques selon leur parcours. Le vieillissement et la perte d'autonomie

apportent souvent des changements dans la vie de la personne vivant avec une problématique de santé mentale ayant un impact sur le rôle des membres de l'entourage. L'accompagnement vise à soutenir les PAA dans la recherche d'équilibre dans la relation avec leur proche.



#### SERVICES JEUNESSE

Les jeunes proches aidant.es, âgé.e.s entre 13 et 25 ans, vivent des émotions négatives fortes lorsqu'un membre de leur fratrie ou un parent compose avec une problématique de santé mentale. Cela suscite notamment

de la honte, de la déprime, de l'impuissance, de la frustration, de la tristesse, de l'inquiétude, de la solitude, de la culpabilité... Aussi, les jeunes ayant des enjeux en santé mentale tendent à se confier à leurs ami.e.s, amenant des jeunes à être dans une posture d'aide. Les services jeunesse permettent de considérer les enjeux spécifiques des jeunes proches aidants.



#### SERVICES DE PAIR-AIDANCE FAMILLE (PAF)

Le.a pair.e-aidant.e famille est un membre significatif de l'entourage d'une personne vivant avec une problématique de santé mentale. Avec une posture bienveillante et

une écoute active, il.elle accueille les membres de l'entourage et les soutient en partageant leur savoir et vécu expérientiel, soulignant ainsi un message d'espoir. Il.elle encourage les familles à parfaire leurs connaissances sur la santé mentale de leur proche et les oriente vers des organismes de soutien aux familles.

## LES EFFETS DE LA PANDÉMIE SUR LES SERVICES DE L'AQPAMM ET SES MEMBRES

Cette année encore, l'AQPAMM a été en constante adaptation afin d'assurer la continuité des services tout en respectant le contexte sanitaire lié à la pandémie de la Covid-19 et nos contraintes organisationnelles. La majorité de nos activités a été offerte à distance, hormis pour les groupes d'entraide et certains suivis individuels. Les modalités de rencontre ont été mises en place en considérant le désir des personnes ainsi que les recommandations du gouvernement. La visioconférence nous a permis d'assurer le soutien offert aux proches, individuellement ou collectivement, tout en continuant de proposer des services en présentiel lorsque cela s'avérait essentiel.

Nous avons tenté d'être vigilant.e.s au stress que le contexte ajoute aux proches, qui ont vu leurs propres stratégies, pour conserver leur équilibre, fragilisées. Pour les proches aidant.e.s d'une personne aînée, c'est un stress qui s'ajoute face aux inquiétudes liées au virus et aux restrictions freinant parfois l'accès à des lieux ou activités leur permettant de se ressourcer. Quant aux jeunes, généralement plus difficiles à rejoindre, et pour lesquel.le.s les stratégies pour prendre soin de soi relèvent surtout des sorties entre ami.e.s, des activités sportives et créatives, nous avons adapté nos services afin de les rendre le plus accessibles possible, en considérant leurs moyens de communication privilégiés.

## Activités d'information

### Accueil, information, référence

Une ligne téléphonique est disponible à l'AQPAMM, du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 13h à 17h, pour accueillir toutes demandes d'informations. Ce premier contact permet de présenter nos services, d'échanger en lien avec les besoins de la personne et de s'assurer que notre organisme est adapté pour répondre à la demande. Nous offrons également du référencement vers d'autres ressources complémentaires, ou plus adaptées, en fonction de la situation. Le premier contact peut également être établi via notre adresse courriel : [accueil@aqpamm.ca](mailto:accueil@aqpamm.ca). Lors de ce premier échange téléphonique ou par courriel, les personnes intéressées par nos services sont conviées à une séance d'information. Par la suite, si les personnes décident de poursuivre la démarche avec l'AQPAMM, elles sont invitées à une rencontre d'évaluation de leurs besoins avec un.e intervenant.e psychosocial.e. L'intervenant.e proposera ensuite le service, ou la combinaison des services les mieux adaptés à la situation et aux besoins des personnes.

Nombre de personnes uniques recevant de l'écoute téléphonique	<b>656</b>
---	------------

### Séance d'information

La séance d'information est la porte d'entrée pour toutes personnes interpellées par la situation d'une personne majeure vivant avec un enjeu de santé mentale. Elle permet aux personnes d'entreprendre une démarche avec l'AQPAMM, tout en connaissant mieux nos services, notre philosophie d'intervention et les ressources complémentaires. C'est aussi l'occasion d'amorcer une compréhension des enjeux entourant le rôle des membres de l'entourage et des proches aidant.es.

Cette séance est gratuite et ne requiert aucun engagement. Elle est proposée à raison de deux fois par mois, et se déroule actuellement en visioconférence. Elle est animée par l'agent.e d'accueil et d'information, avec qui les personnes ont eu un premier contact, et un.e intervenant.e psychosocial.e.

Nombre de participant.e.s	<b>243</b>
Nombre de séances d'information réalisées	<b>23</b>

### Site web

Le site web [www.aqpamm.ca](http://www.aqpamm.ca) est une source d'informations et de référencements très visitée puisque nous recensons environ 18 500 vues (vues uniques) par mois. Diverses informations y sont répertoriées, telles que notre programmation mensuelle, des fiches présentant différents troubles, des fiches pratiques, ainsi qu'une présentation des services offerts, ou encore les ressources possibles pour les membres de l'entourage.

Nombre de vues uniques (visites uniques)	<b>224 826</b>
Moyenne mensuelle de vues uniques	<b>18 500</b>

## Activités de suivis

### Suivis d'intervention psychosociale

Le suivi psychosocial est au cœur de notre activité et est celle qui est la plus demandée par les membres. Le suivi, qu'il soit réalisé en individuel, en couple, ou encore en famille, est offert par un.e intervenant.e. Une première rencontre est proposée afin de comprendre la situation et le contexte, ainsi que d'identifier la problématique rencontrée. Cet échange permet également de préciser les attentes que la personne a vis-à-vis de l'intervention proposée et de déterminer les objectifs de celle-ci. De cette rencontre peut découler la poursuite d'un accompagnement personnalisé et/ou l'orientation vers d'autres services de groupe adaptés selon les objectifs identifiés.

Notre intervention a pour but de soutenir les personnes dans ce qu'elles vivent, les accompagner à prendre du recul et à changer leur regard sur eux-mêmes et l'avenir. Ces rencontres permettent également aux familles et à l'entourage de prendre conscience de leurs propres besoins, de leurs propres forces, des forces de leur proche et des possibilités pour mieux envisager le quotidien. Le suivi étant un service axé sur la reprise de pouvoir, les personnes sont outillées pour faire face à leur situation et retrouver leur place dans la relation avec leur proche vivant avec une problématique de santé mentale. Ce service est depuis janvier 2022 offert en anglais pour toutes personnes allophones ou anglophones.

Le suivi psychosocial est offert à tous nos membres, quel que soit le service dans lequel ils s'intègrent : services généraux, services aux proches aidant.e.s d'ainé.e.s, services jeunesse. Chaque suivi est personnalisé; lorsque les membres accompagnent un proche vieillissant, certains thèmes sont plus souvent évoqués tels que le sentiment de culpabilité, le processus de deuil et les limites. Les rencontres permettent l'expression du vécu émotionnel ainsi que la prise de conscience de ses croyances et valeurs ouvrant la possibilité d'avoir un regard différent sur sa situation et d'envisager des choix éclairés.

Lorsqu'il est question de jeunes proches aidant-es, le suivi vise surtout à leur offrir un espace d'accueil personnalisé et privé face à leurs préoccupations. L'écoute et la légitimation du ressenti sont centrales au suivi pour permettre au jeune d'aller plus loin dans l'expression de ses ressentis et pour réfléchir aux ressources à mobiliser. Les rencontres ciblent l'identification d'une posture qui rend le jeune confortable auprès de son proche.

Nombre de rencontres d'évaluation réalisées	<b>348</b>
Nombre de séances de suivi «services généraux» réalisées	<b>1 604</b>
Nombre TOTAL de participant.e.s	<b>402</b>
Nombre d'heures de suivi réalisées	<b>1 604</b>

### Suivis Paire aideance famille (PAF)

Les pair.e.s aidant.e.s famille sont intégré.e.s dans les équipes des CIUSSS partenaires, particulièrement dans des services de santé mentale de 1ère et 2ème lignes, avec lesquels l'AQPAMM collabore. La présence des PAF donne une place aux proches des usagers de ces services. L'entourage vit des états émotionnels forts; ils ont besoin d'être entendu.e.s et d'être accueilli.e.s. Dans ce cadre, des rencontres individuelles sont offertes aux proches, suite aux référencement des professionnel.le.s de ces équipes. Ces suivis permettent aux proches de se sentir reconnu.e.s dans leur rôle, de briser leur isolement, et d'être mieux outillé.e.s pour accompagner la personne vivant avec des enjeux de santé mentale. L'écoute active proposée, ponctuée du partage de vécu expérientiel du.de la PAF, vient susciter un sentiment d'espoir. La fréquence de ces suivis varie selon les besoins du proche.

Nombre de séances de suivi réalisées	<b>364</b>
Nombre TOTAL de participant.e.s (uniques)	<b>97</b>
Nombre d'heures de suivi réalisées	<b>309</b>

*«Je me suis sentie rassurée et moins seule en sachant que d'autres personnes vivent cela aussi au quotidien.»*

*«J'ai pu partager ma détresse. Un coup de téléphone et le contact s'est établi et j'ai eu le sentiment qu'enfin j'avais au bout du fil une personne avec qui je pouvais parler à bâtons rompus.»*

*«Je remercie infiniment l'ancien médecin de mon fils d'avoir reconnu ma détresse et de m'avoir référé à «la paire aidante famille» que je remercie aussi de tout cœur d'avoir été si présente pour moi au moment où j'en avais tant besoin.»*

# Activités de soutien et d'entraide

## Ligne Pairs aidants famille - 1-800

Le.a pair.e-aidant.e famille est reconnu.e comme une ressource essentielle en termes d'identification et de valeur d'espoir à travers leur écoute et le partage de leur vécu expérientiel. Cette ligne prend alors tout son sens pour soutenir les membres de l'entourage de manière ponctuelle, anonyme et gratuite. L'écoute active offerte permet à la personne appelante de se sentir entendue et reconnue dans ce qu'elle vit en exprimant ses doutes, ses malaises et ses émotions. Le.a pair.e-aidant.e famille, en retour, apporte un support émotionnel ainsi qu'une compréhension des réalités et défis rencontrés.

Cette ligne d'écoute a été créée en partenariat avec la SQS (Société québécoise de la schizophrénie) et avec le soutien de l'AQRP (Association québécoise pour la réadaptation psychosociale). Les permanences d'écoute sont assurées par des pair.e.s-aidant.e.s famille de la SQS et de l'AQPAMM, et depuis janvier 2022, sont venu.e.s les rejoindre les pair.e.s-aidant.e.s famille des organismes en proche aide de la Capitale Nationale (La Marée, Le Cercle Polaire, L'Arc-en-ciel et La Boussole). Cette collaboration favorise un rayonnement plus large de cette ligne d'écoute sur l'ensemble de la Province.

Nombre d'appels sur la ligne 1-800	<b>151</b>
Nombre d'heures d'intervention téléphonique	<b>85</b>
Durée moyenne d'appel (minutes)	<b>34</b>

## Modération du groupe de discussion Facebook «Toujours là malgré tout» - RADC

Membre du Réseau de craquer, l'AQPAMM continue de s'impliquer en tant que modérateur sur le groupe fermé de discussion et de partage « Toujours là malgré tout ! » sur le réseau social Facebook. Ce groupe, créé au printemps 2020, vise à rassembler les personnes qui doivent composer avec le trouble de santé mentale d'un proche, à briser leur isolement et à favoriser l'entraide. Notre rôle dans ce groupe est de faciliter les échanges, soutenir et légitimer le vécu des proches qui partagent leurs expériences, leurs inquiétudes, leurs bons coups... Ces personnes sont référées au besoin vers des associations de famille de leur région ou vers d'autres ressources pertinentes. Le groupe est très actif et voit le nombre de membres croître régulièrement, ce qui démontre l'importance de cet espace d'échange virtuel.

Nombre de personnes membre de ce groupe de discussion et de partage	<b>995</b>
---	------------

## 5 à 7 pour les membres

Organisé avec l'aide du comité des membres, le service des 5 à 7 de l'AQPAMM a pour but de permettre des rencontres de nature plus informelle que les autres activités cliniques de l'organisme. Les principales raisons de ces événements sont d'offrir une opportunité pour se regrouper, pour briser l'isolement souvent ressenti par les proches aidant.e.s et pour renforcer l'entraide entre les membres. Durant ces activités, les échanges s'orientent majoritairement autour de leurs intérêts et curiosités, les membres peuvent ainsi profiter de ce moment afin d'avoir et de partager des réflexions personnelles. D'autre part, la présence d'un.e intervenant.e assure un environnement sécuritaire et bienveillant pour les membres.

Nombre de séances de suivi réalisées	<b>2</b>
Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>7</b>
Nombre de participations total	<b>13</b>

**BESOIN D'ÊTRE ÉCOUTÉ ?**  
Nos pairs aidants famille sont là pour vous!

**LIGNE PAIRS AIDANTS FAMILLE**

Pour les membres de l'entourage d'une personne vivant avec un problème de santé mentale

**1 800 349-9915**

**HORAIRE**  
**Lundi** 13 h à 18 h  
**Mardi** 13 h à 18 h  
**Jeudi** 13 h à 18 h  
**Samedi** 13 h à 18 h

Logos: SQS, Le Cercle Polaire, La Boussole, AQRP

*La ligne d'écoute Pairs Aidants Famille permet aux personnes ressentant le besoin de parler d'être accueillies dans un espace chaleureux, confidentiel et sans jugement.*

# Activités de groupes

## Groupes d'entraide

Le groupe d'entraide offre aux membres un espace sécuritaire dans lequel ils peuvent partager leurs expériences et des situations vécues tout en se sentant compris instantanément. Animé par des paires aidantes familles, le vécu expérientiel est au cœur des échanges. La composition du groupe change à chaque rencontre (groupe ouvert) et compte jusqu'à 8 participants. Le groupe est accessible rapidement aux nouveaux membres de l'AQPAMM. Les rencontres ont lieu aux 3 semaines, en alternance l'après-midi et le soir afin d'offrir la possibilité à un plus grand nombre de membres d'y participer. Les rencontres permettent aux membres de se sentir moins seuls, de prendre du temps pour soi, de discuter avec d'autres proches qui vivent des situations similaires, de s'entraider et de s'échanger des outils. Le groupe d'entraide a été instauré en septembre 2021, principalement en présentiel.

Nombre de séances réalisées	<b>8</b>
Nombre de membres uniques	<b>30</b>
Nombre de participant.e.s	<b>51</b>

## Groupes de soutien fermé

Les groupes de soutien fermés sont un service visant à explorer des défis concernant la nature du lien de proche aidance. Cette activité, qui demande un engagement sur 6 séances hebdomadaires, permet au proche de se rencontrer et, de ce fait, vient renforcer le phénomène d'identification apparaissant comme essentiel pour briser l'isolement. Les personnes participantes sont invitées à échanger et partager leurs expériences et leurs vécus émotionnels selon le thème des séances; la présence d'un.e intervenant.e vient garantir la sécurité psychologique de chacun.e et facilite les échanges.

Au cours de l'année, un groupe de soutien pour les membres des services généraux a eu lieu, avec un total de six membres présentes aux six séances, toutes étaient les mères de leur proche vivant avec des difficultés de santé mentale. Les rencontres ont porté sur le type de relation entretenue avec le/la proche, les façons d'éviter l'épuisement, la culpabilité, la communication, la dépendance ainsi que la codépendance et la honte.

Les services pour les proches aidant.e.s d'ainé.e.s (PAA) ont également présenté un groupe de soutien fermé. Cette activité a été offerte à six membres étant l'enfant de leur proche vivant avec des difficultés de santé mentale. Les discussions ont gravité autour de plusieurs sujets: le rôle d'enfant dans un contexte de proche aidance, la posture par rapport à un proche vivant des pertes liées au vieillissement et à des difficultés de santé mentale, les stratégies pour prendre soin de soi, le rapport monétaire avec un parent ayant des difficultés cognitives et émotionnelles, la saine distance avec son proche et l'écoute de ses propres besoins.

Nombre de groupes de soutien fermé réalisé (*2 séries de 6 séances)	<b>12</b>
Nombre de participant.e.s uniques	<b>12</b>
Dont, nombre de PAA uniques	<b>6</b>

## Soirées thématiques

Au cours de cette année, 7 soirées thématiques ont été offertes. Ces événements, animés par des personnes externes à l'AQPAMM et expertes dans leur domaine, sont accessibles à tou.te.s.

Afin de rejoindre la diversité des réalités vécues par nos membres, nous avons offert durant l'année 2 conférences abordant le trouble de personnalité limite (TPL). L'une offerte par Lyne Desrosiers, professeure agrégée de l'UQTR et psychothérapeute, intitulée « Trouver les bons mots, mais aussi comprendre et rassurer les enfants de parents présentant un trouble de personnalité limite », et la seconde présentée par Isabelle Leblanc, elle-même vivant avec un diagnostic de trouble de personnalité limite et pair-aidante aux services d'urgence psychiatrique de l'hôpital Notre-Dame. Mme Leblanc a su partager son savoir expérientiel à travers la présentation « TPL, la maladie des émotions » en abordant le TPL et sa complexité tant pour les proches que pour la personne vivant avec ses enjeux tout en suscitant l'espoir.

*Les soirées thématiques, accessibles à tou.te.s, ont permis d'aborder diverses réalités vécues par le public et mieux les outiller pour cheminer, grâce à la participation d'experts.*

**Je l'aime c'est pour ça et si l'amour ne suffisait pas**

**Elaine Clout**  
Investisseuse sociale  
psychosociale, expérience,  
formative et conférencière

**CONFÉRENCE**  
Durant cette conférence, vous aurez l'opportunité de mieux comprendre ce qui vous motive à être proche aidant.e.

**Mercredi 30 mars**  
18h à 19h30  
via ZOOM  
en lien vous sera envoyé après l'inscription

Vous découvrirez ou il existe différents motifs, souvent inconscients, qui motivent votre implication auprès de la personne que vous aidez.

Découvrons ensemble ce motier bien personnel qui vous aide à traverser les moments difficiles et qui dirige vos actions tout au long de la relation d'aide. Mieux identifier ces motifs qui se cachent derrière la décision d'aider constitue un pouvoir d'agir.

inscriptions au: [accueil@aqpamm.ca](mailto:accueil@aqpamm.ca)  
ou 514 524-7131

AQPAMM  
équilibré L'APPLU

**Troubles psychotiques : La validation, une nouvelle perspective relationnelle**

**Philip Thérien, D.Psy.**

**CONFÉRENCE**  
Il est très difficile de savoir comment aborder une personne vivant avec des symptômes psychotiques. Les membres de l'entourage peuvent ressentir de l'impulsivité, de la culpabilité, de la honte, du désespoir face à leur proche.

Avant d'avoir développé une expertise clinique auprès de cette clientèle, la conférence nous présentera la validation. Cette nouvelle perspective relationnelle permettra de découvrir une autre façon d'aborder la relation avec son proche. De obtenir les membres de l'entourage à améliorer la dynamique relationnelle et à favoriser l'équilibre entre l'occuper et être trouvé d'entraider et l'occuper son proche, et ce, pour le mieux être de chacun.

Une conférence interactive qui présente une approche applicable dans toute relation, au sein de l'équipe ou du trouble de votre proche.

**Mercredi 9 février 2022**  
de 18h à 20h  
Hétéroconférence  
via ZOOM

**CONTACT**  
Inscriptions :  
[www.schizophrenie.qc.ca](mailto:www.schizophrenie.qc.ca)  
[info@schizophrenie.qc.ca](mailto:info@schizophrenie.qc.ca)  
1 888 888-2323

équilibré AQPAMM L'APPLU



Par ailleurs, Sarah Brulhart, B.A., Paire-aidante famille de l'AQPAMM et son conjoint, Jean Manneville Theagene M.Sc. Kinésologue et pair-aidant au Centre hospitalier universitaire de Montréal (CHUM) ont présenté la conférence « Ensemble sur le chemin du rétablissement ». Leur témoignage authentique du quotidien et de la dynamique relationnelle pouvant exister entre membres de l'entourage et personne vivant avec un trouble de santé mentale ont eu un écho inspirant chez les participant.es afin d'envisager le processus de rétablissement.

Dans le cadre du projet pour les proches aidant.es de personnes âgées, c'est un total de 4 conférences qui ont été proposées. Au printemps 2021, le Dr Sébastien Grenier, psychologue clinicien et chercheur au Centre de recherche de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (CRIUGM), est venu partager ses connaissances et son expertise à travers l'événement nommé « Accompagner une personne âgée souffrant d'anxiété ou de dépression : comment y arriver sans vous épuiser? ». Nous avons aussi reçu Sophie Éthier, docteure en gérontologie et chercheuse, notamment au Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGÉS) pour sensibiliser et discuter autour des résultats d'une recherche-action menée en collaboration avec Proche aidance Québec. Cette rencontre « La bienveillance des personnes proches aidantes : une responsabilité partagée! » a suscité échanges et réflexions auprès du public. Suite au succès l'année passée de la participation d'Élaine Clavet, psychothérapeute, superviseuse, formatrice, conférencière et travailleuse sociale en proche aidance depuis plus d'une trentaine d'années, nous l'avons de nouveau invitée pour intervenir autour du thème « Je l'aime c'est pour ça, si l'amour ne suffisait pas », une invitation à découvrir ce moteur bien personnel qui aide les membres à traverser les moments difficiles et qui dirige les actions tout au long de la trajectoire d'aide. Enfin, la conférence « Troubles psychotiques: La validation, une nouvelle perspective relationnelle », organisée en collaboration avec la Société Québécoise de Schizophrénie (SQS) a attiré un grand public et suscité l'intérêt des personnes présentes tel qu'en témoignent ces commentaires :

*«Les conférences basées sur des recherches rigoureuses et présentées par des personnes aux compétences solides sont grandement appréciées.»*

*«Je me rallie avec la rétroaction d'une des participantes qui a exprimé que cette présentation lui a apporté de l'encouragement et de la force pour vivre sa situation de proche aidante.»*

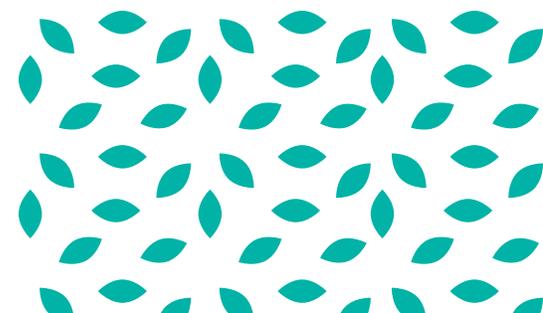
Nombre de participant.e.s uniques	<b>205</b>
Dont, nombre de PAA uniques	<b>7</b>
Dont, nombre de soirées thématiques PAA	<b>4</b>

## Musicothérapie

Les ateliers de musicothérapie ont été offerts par l'Institut national de musicothérapie et réalisés dans le cadre d'une recherche menée à l'Université de Concordia. Ces rencontres, animées par Nadia Delisle, musicothérapeute, ont favorisé un espace de ressourcement à travers la musique : partage, écoute, chanson et composition musicale dirigée. Ces ateliers ont donné naissance à une chanson « Saisir le beau » dont voici un [extrait des paroles](#) :

*Retourne en toi-même  
Retrouver cette flamme  
C'est le temps de se réconcilier  
D'accepter qui tu es  
N'aie pas peur, tu goûteras  
À la vie et ses saveurs  
Tu apprivoiseras tes deuils  
Et tu trouveras la force  
à l'intérieur...*

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>5</b>
Nombre de participations	<b>14</b>
Nombre de séances réalisées	<b>4</b>



## Activités de formation

### Ateliers sur le Trouble de Personnalité Limite (TPL)

Les ateliers psychoéducatifs sur le trouble de la personnalité limite requièrent un engagement sur une durée de 10 semaines et visent à soutenir les proches d'une personne souffrant de ce trouble ou vivant une dynamique relationnelle complexe. Les objectifs sont d'accéder à une meilleure connaissance des manifestations psychologiques de ce trouble, d'engager une réflexion quant aux rôles du proche aidant et des enjeux relationnels, ainsi que de permettre la mise en pratique d'attitudes et d'habiletés bénéfiques à la relation. En ayant une meilleure compréhension de la réalité des personnes vivant avec un trouble de personnalité limite, les participants peuvent prendre conscience de leur responsabilité et de leur pouvoir d'agir.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>45</b>
Nombre de séances réalisées (*3 séries de 10 ateliers)	<b>30</b>

### Ateliers de maintien des acquis sur le Trouble de Personnalité Limite (TPL)

Afin de réactiver les informations transmises lors de cette série d'ateliers, de renforcer les réflexions engagées et de permettre un partage d'expérience entre les participants, un atelier de maintien des acquis est proposé à plusieurs reprises au cours de l'année aux participants.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>12</b>
Nombre de séances réalisées	<b>2</b>

*«Les ateliers m'ont aidé à briser la solitude de ce que je vis, valider que mon vécu était 'normal', mieux comprendre les limites de mon rôle, mieux comprendre les limites de mon proche.»*

*«Depuis les ateliers, j'ai une écoute sincère et une meilleure compréhension de ce que vit mon proche. Je sais maintenant que le travail doit se faire des deux côtés. Je vis moins d'angoisse et au lieu d'anticiper les problèmes lorsque je suis avec mon proche, je profite du moment.»*

### Comprendre les enjeux de la relation

Cette série de 3 ateliers aborde la notion de proche aidance et est accessible à n'importe quel moment dans son parcours à l'AQPAMM; chacun va y trouver un intérêt en fonction de son expérience et de son cheminement. Elle permet de développer et de renforcer des connaissances sur le rôle et l'impact identifiés chez les proches aidant.e.s. L'objectif est de contribuer à une prise de conscience afin d'explorer des pistes pour favoriser un mieux-être et des pistes de changements constructifs dans la relation à leur proche.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>35</b>
Nombre de séances réalisées (4 séries de 3 ateliers)	<b>12</b>

### Comprendre pour mieux réagir

Afin de répondre aux besoins des membres quant au fait d'acquérir des connaissances spécifiques à certains troubles, les ateliers Comprendre pour mieux réagir ont été développés. Ainsi, chaque mois, une thématique différente est proposée : les troubles de la personnalité, les troubles anxieux, les troubles bipolaires ainsi que le spectre de la schizophrénie et autres troubles psychotiques. Ces rencontres permettent aux proches de repartir avec des connaissances liées à une catégorie de trouble, d'identifier les signes précurseurs, de repérer l'impact sur l'entourage et développer des stratégies relationnelles adaptées à ce trouble.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>73</b>
Nombre de participations	<b>91</b>
Nombre de séances réalisées	<b>10</b>

## Ateliers destinés aux Proches aidant.es d'aîné.e.s (PAA)

### Ateliers Aider en équilibre

L'objectif de ce programme de 9 semaines est de favoriser une meilleure compréhension du rôle de proche aidant.e à l'égard de son proche aîné.e vivant avec un trouble de santé mentale et d'amorcer une dynamique de changement au sein de la relation. Ces rencontres de groupe permettent aux PAA de mieux connaître la santé mentale, son impact sur le vieillissement et d'explorer des stratégies afin de prendre soin de son énergie et rechercher un meilleur équilibre dans la posture et l'aide adaptée. L'engagement sur plusieurs semaines vient renforcer la relation de confiance entre les participant.e.s et facilite le partage d'expérience, permettant ainsi de briser l'isolement.

*«Le soutien fourni par les intervenantes de l'AQPAMM est vraiment remarquable et précieux. Merci de tout coeur d'avoir été là, quand nous avons le plus besoin de vous.»*

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>10</b>
Nombre de séances réalisées (2 séries de 9 ateliers)	<b>18</b>

### Atelier de maintien des acquis Aider en équilibre

Cet atelier s'adresse aux participant.es ayant assisté aux ateliers Aider en équilibre. Il vise à favoriser le sentiment d'appartenance et l'entraide entre les membres ainsi que de faire un bilan de leur évolution en lien avec leurs apprentissages et leur cheminement en tant que PAA.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>10</b>
Nombre de séances réalisées	<b>2</b>

### Ateliers thématiques

Les ateliers complètent le soutien individualisé via l'exploration d'une thématique en particulier. La présentation de contenu de réflexion ainsi que les échanges entre participant.es permettent d'intégrer de la nouvelle information tout en faisant le lien avec leur propre situation. Dans la dernière année, nous avons développé 2 nouveaux ateliers abordant des thèmes centraux en proche aide, soit la spirale de la culpabilité et la gestion des limites. Constatant la pertinence des thématiques de ces ateliers ponctuels (connaissance de soi, communication, deuils, émotions) nous avons ouvert la formule à l'ensemble des membres, en plus des proches aidant.es d'aînés.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>25</b>
Nombre de participations	<b>45</b>
Dont, nombre de PAA	<b>16</b>
Nombre de séances réalisées	<b>9</b>

### Ateliers par les arts

Les ateliers par les arts se veulent des espaces d'expression de soi offrant l'opportunité aux PAA de prendre conscience de leur vécu émotionnel dans la relation avec leur proche. La première série de 4 rencontres ont été guidées par Sarah Varichon, proche aidante de sa mère et facilitatrice du Life/Art Process®, un processus thérapeutique et créatif qui a pour base le mouvement et les arts expressifs. La seconde, de 3 rencontres, intitulée «L'écriture: un baume au cœur de notre histoire» a été animée par Diane Noël, auteur, conférencière et formatrice. Un.e intervenant.e psychosocial.e spécialisé en proche aide aînée est présent.e pour accompagner le groupe et assurer les interventions au besoin.

*«Ce fut un bel exercice de prise de conscience de mes défis et de mes capacités à composer au quotidien avec cette situation. Ça m'a aidé à me remettre au centre des préoccupations de ma vie tout en étant connecté à la personne dont je suis l'aidante. On s'oublie tellement. D'où la frustration et la baisse d'énergie.»*

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>11</b>
Nombre de séances réalisées	<b>8</b>

## Ateliers destinés aux jeunes proches aidants - T'as ta place

### Ateliers d'expression créative

Les ateliers d'expression créative, anciennement connus sous le terme de dramathérapie, ont eu lieu dans deux classes à cheminement particulier de l'école secondaire Jeanne Mance à Montréal. Animés par une intervenante en thérapie par les arts et co-animés par une intervenante psychosociale de l'AQPAMM et une intervenante du YMCA du Parc, ces groupes s'adressent aux jeunes susceptibles d'être dans des dynamiques d'aidance. Ces ateliers ont été proposés aux jeunes dans le but de briser l'isolement, de les informer sur la santé mentale, d'augmenter un sentiment d'appartenance à leur groupe, de soutenir l'expression et la régulation des émotions, d'identifier des moyens pour prendre soin de soi, d'augmenter son pouvoir créateur et de développer des relations saines avec ses pair-es. C'est à travers l'utilisation des jeux de rôles, des histoires, de l'improvisation, des arts visuels et de l'écriture que nous avons pu nous plonger dans l'exploration de soi.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>25</b>
Nombre de participations	<b>203</b>
Nombre de séances réalisées	<b>22</b>



### Ateliers de sensibilisation

Des ateliers sont offerts aux jeunes de différents milieux pour les sensibiliser aux enjeux en santé mentale, mais aussi à la proche aidance. Les objectifs de ces ateliers sont, dans un premier temps, de définir la santé mentale et le trouble de santé mentale, de distinguer les différents types de troubles de santé mentale, d'identifier les mythes et réalités sur la santé mentale. Dans un deuxième temps, le contenu permet aux jeunes d'identifier les attitudes à adopter lorsqu'on se retrouve dans une dynamique d'aidance et de sélectionner les bonnes ressources d'aide.

Nombre de participant.e.s (uniques)	<b>89</b>
Nombre de séances réalisées	<b>9</b>



## Nos projets

**Parallèlement à l'offre de services destinée aux membres de l'entourage de personnes composant avec une problématique de santé mentale, l'AQPAMM travaille chaque année sur des projets dédiés à des populations ou à des thématiques spécifiques. Voici une présentation de ces projets.**



### Proches aidant.es d'âiné.e - Aider en équilibre

Depuis 2013, l'AQPAMM offre une diversité de services afin de répondre aux besoins de soutien, d'information et de formation des proches aidant.es d'âinés (PAA) vivant avec une problématique de santé mentale. Financé par l'APPUI pour les proches aidants, le projet « Aider en équilibre » rejoint davantage de PAA d'année en année, en complémentarité avec d'autres organisations du territoire montréalais. En plus de développer et adapter les services de soutien psychosocial décrits précédemment (suivi individualisé, groupe de soutien fermé, ateliers thématiques, série d'ateliers de formation et de maintien Aider en équilibre, ateliers par les arts et conférences), nous avons élargi nos collaborations et contribué au rayonnement des services spécifiques aux PAA durant la dernière année.

L'événement grand public « Vers une proche aidance harmonieuse : parcours en santé mentale et vieillissement » s'est tenu dans le cadre de la semaine nationale des personnes proches aidantes 2021. Rassemblant des acteurs/trices-clés du milieu, tant communautaire qu'institutionnel, il s'est décliné en trois parties abordant chacune des enjeux précis se situant au croisement de ces deux réalités (vieillesse et santé mentale) pouvant parfois complexifier le rôle des PAA. La complémentarité des intervenant.es et le témoignage partagé généreusement par une proche aidante invitée ont su rejoindre les personnes présentes et alimenter la période de questions.

*« Tout le processus effectué sur la recherche et de mettre tout cela en ligne pour que les gens puissent partager leurs craintes et leurs questions. Merci GRANDEMENT! Bravo! »*

De plus, deux présentations visant à sensibiliser, améliorer la connaissance des services de l'AQPAMM et le référencement par les professionnels travaillant auprès de PAA ou de leur proche furent offertes via visioconférence. La réponse positive de la part de ces partenaires représente la curiosité envers la réalité vécue par nos membres et la pertinence du travail accompli vers leur bien-être.

Nombre de participant.e.s (uniques) à l'activité grand public	<b>65</b>
Dont PAA	<b>15</b>
Nombre total de PAA ayant reçu des services dans le cadre du projet « Aider en équilibre »	<b>287</b>



### Projet jeunesse - T'as ta place

En collaboration avec la Fondation du Grand Montréal, Bell Cause pour la cause et la Ville de Montréal, arrondissement du Plateau-Mont-Royal, l'AQPAMM offre des services aux jeunes membres de l'entourage entre 13 et 25 ans. Le but est de les soutenir, les informer et les accompagner face à la détresse et l'incompréhension qu'ils peuvent vivre en lien avec la problématique de santé mentale de leur proche (parent, fratrie, ami.e, partenaire amoureux.se...). Cette année, nous avons offert aux jeunes les services ci-dessous:

- Des ateliers d'expression créative « T'as ta place »
- Des ateliers de sensibilisation sur la santé mentale
- Du soutien psychosocial par visioconférence, téléphone et en personne
- Du clavardage en ligne via Instagram
- Une formation mobile

### CLAVARDAGE EN LIGNE

Nous avons développé le clavardage en ligne comme projet pilote en début de 2021, dans le but d'offrir aux jeunes un espace d'expression en ligne. Chaque mardi, de 16h à 19h, un.e intervenant.e publie sur le compte Instagram T'as ta place, afin de créer des échanges et d'alimenter des discussions. Le service permet aux jeunes proches aidant.es de ventiler et de créer un lien dans un contexte moins confrontant qu'un suivi psychosocial. Les jeunes n'ayant pas un membre de l'entourage vivant avec un trouble de santé mentale sont accueilli.e.s dans leurs difficultés et sont référé.e.s vers une ressource spécialisée.

«C'est stressant dans ma vie ces temps-ci.»

«Quand je rentre dans la spirale de la crise, tout me semble insurmontable»

«J'aurais besoin de parler»

Nombre de jeunes ayant bénéficié du service de clavardage	<b>10</b>
---	-----------

### Formation mobile

Depuis 1 an, la formation mobile Équipe-toi: accompagne un.e proche en santé mentale est en ligne sur notre site web. La formation comprend deux volets (jeunesse et intervenant-es); le premier aide les jeunes à se sentir moins démunis et le deuxième permet de mieux comprendre le rôle à adopter et vers quelles ressources se diriger lorsqu'un.e jeune est en difficulté. Le premier module vise à développer ses connaissances de base en santé mentale, le deuxième module rassemble les attitudes à adopter face à un.e jeune-proche en difficulté et le troisième module explique comment soutenir un.e jeune-proche en contexte de pandémie. À travers la formation, le-la participant-e sera amené-e à suivre 3 jeunes personnages qui vivent avec des problématiques de santé mentale et sera même confronté.e aux attitudes de leur entourage.

Nombre de jeunes ayant réalisé la formation mobile	<b>123</b>
--	------------

Nombre de professionnels accompagnant des jeunes ayant réalisé la formation mobile	<b>79</b>
--	-----------

Nombre total de jeunes proches aidants rejoints dans le cadre du projet	<b>331</b>
---	------------

### Projet pair aideance famille (PAF)

Le service de pair aideance famille a pris de l'ampleur cette année avec l'arrivée de 3 personnes supplémentaires au sein de cette équipe. La loi 56, soutenue par Marguerite Blais, Ministre responsable des Aînés et de Proches aidants, et le nouveau plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026 (PAISM) soulignent l'implication des proches dans la prise en charge des personnes vivant avec des enjeux de santé mentale. Ces directives permettent de tisser des liens plus solides avec les équipes professionnelles travaillant dans divers établissements des CIUSSS et de rejoindre davantage de membres de l'entourage d'une personne vivant avec un problème de santé mentale. Au-delà d'un soutien plus précoce, il s'agit aussi d'offrir un service de proximité, là où sont suivis leurs proches usagers des services.

Lorsqu'un.e proche rencontre un.e PAF, le soutien est basé sur l'expression du vécu expérientiel, ce qui favorise un phénomène d'identification permettant de briser l'isolement et donner de l'espoir. Une collaboration avec les équipes de soins est également essentielle pour permettre les références faites aux PAF. Tout en respectant les règles de confidentialité, les PAF et les équipes des CIUSSS viennent favoriser le rétablissement des usagers des services et le soutien aux proches. Cela permet aussi un travail de concertation entre le plan d'intervention pour la personne en rétablissement et les besoins de la famille. De ce fait, les proches constatent ce qui est mis en place pour la personne en rétablissement et bien souvent cela rassure les proches et favorise un lâcher-prise.

### CIUSSS Centre-Sud de l'île de Montréal (CIUSSS-CSMTL)

Deux PAFs interviennent sur ce territoire. La première travaille à l'Hôpital Notre Dame, au sein de la clinique externe et des unités d'hospitalisation. Cette collaboration a commencé en 2019. La deuxième a rejoint, en juin 2021, les équipes du CLSC des Faubourgs : les équipes du guichet d'accès en santé mentale adulte (GASMA), du suivi santé mentale adulte ainsi que les équipes de soutien d'intensité variable (SIV) et de suivi intensif dans le milieu (SIM).

Nombre de personnes uniques	<b>94</b>
-----------------------------	-----------

Nombre de rencontres réalisées	<b>349</b>
--------------------------------	------------

Au printemps 2021, un projet a été mené en partenariat avec le CIUSSS Centre-Sud ayant pour objectif de déterminer les facilitateurs à l'implication des proches dans le processus de soins et de rétablissement des personnes vivant avec une problématique de santé mentale, avec une attention particulièrement portée sur l'intégration des PAFs dans le réseau public. Ce projet a rassemblé un certain nombre d'acteurs tels que de proches aidants, des pairs-aidants famille, des pairs-aidants, des gestionnaires du réseau public, des organismes communautaires. Au terme de cette collaboration, des conditions gagnantes ont pu être identifiées concernant :

- Les pratiques de la paire aideance famille
- Les outils pour optimiser l'impact des PAFs
- Les facilitateurs à l'intégration et au suivi des PAFs déployé.e.s dans le réseau public.
- Celles-ci ont été des outils précieux pour permettre l'intégration des différentes PAFs de l'AQPAMM dans des services des CIUSSS.

## CIUSSS du Nord de l'île de Montréal (CIUSSS-NMTL)

Cette collaboration avec le CIUSSS du Nord entend faciliter l'accès aux services de soutien aux membres de l'entourage des habitants de ce territoire. Initialement, le projet était d'offrir du suivi psychosocial au sein des services par la présence d'un.e intervenant.e psychosocial.e. Les besoins des proches n'étant pas répondus par l'engagement que demande un suivi psychosocial tel que pensé à l'AQPAMM, cette organisation a dû être repensée. Le besoin d'être écoutés, soutenus, de pouvoir s'identifier, et de retrouver de l'espoir, relèvent du rôle des PAFs. Ainsi, depuis février 2022 deux PAFs ont intégré les équipes de différents services. L'une travaille en partenariat avec le guichet d'accès santé mentale adulte (GASMA), le service de suivi santé mentale adulte et la clinique externe de Villeray-Petite Patrie. L'autre intervient dans les équipes de soutien d'intensité variable (SIV) et de suivi intensif dans le milieu (SIM) de Villeray-Petite Patrie et de Ahuntsic Montréal-Nord. Cette collaboration prend forme progressivement.

Nombre de personnes uniques	<b>4</b>
Nombre de rencontres réalisées	<b>5</b>

## CIUSSS de l'Est de l'île de Montréal (CIUSSS-EMTL)

Les ententes avec le CIUSSS de l'Est sont réalisées en étroite collaboration avec la SQS (Société québécoise de la schizophrénie) et prennent différentes formes. Tout d'abord, le CIUSSS de l'Est soutient la ligne d'écoute PAF, en permettant d'assurer des permanences sur la ligne de manière continue depuis 2 années. Par ailleurs, un partenariat s'est opéré avec l'organisme Les Impatients, qui visent à venir en aide aux personnes ayant des problèmes de santé mentale par le biais de l'expression artistique. Ainsi, depuis septembre 2021, des ateliers d'arts visuels accueillent des personnes vivant avec des enjeux de santé mentale et leurs proches, à raison de deux fois par semaine. Une artiste professionnelle anime ces ateliers, soutenue par un pair aidant de la SQS et un.e professionnel.le de l'AQPAMM (pair.e aidant.e famille ou intervenant.e psychosocial.e). Une paire aidante famille, qui nous a rejoints en janvier 2022, intervient sur ces deux projets.

Nombre de participations aux ateliers d'art thérapie	<b>78</b>
Nombre de séances réalisées	<b>57</b>

*Grâce au partenariat du CIUSSS de l'Est de l'île de Montréal et de la SQS (Société québécoise de la schizophrénie), l'AQPAMM collabore avec Les Impatients et propose d'explorer la créativité en participant à des ateliers d'arts visuels dirigés par une artiste professionnelle, par le biais du dessin, de la peinture et du collage.*

Dans le but de favoriser une meilleure implication des personnes proches aidantes dans l'intervention réalisée auprès des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale, un projet structurant et ambitieux a été mené. Celui-ci s'est inscrit dans la suite des travaux entamés dans le cadre du comité transversal intensif (CTI) – Implication des proches, en cours depuis 2019, qui visait à élaborer une vision commune pour l'implication des proches aidant.e.s au sein de la Direction santé mentale, Dépendance et Itinérance du CIUSSS-EMTL. Il s'inscrit également dans les démarches découlant de l'adoption de la Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes, incluant le plan d'action interministériel. Ce projet a permis de mettre en place un système de référencement systématique via notre site Web ainsi qu'une capsule vidéo, qui sera diffusée l'année prochaine dans le cadre de la semaine de la santé mentale, présentant les services de paire aidance famille, et particulièrement les services offerts par la ligne d'écoute PAF.

## Service en anglais

En février 2022, un financement octroyé par CHSSN (Réseau communautaire de santé et de services sociaux) pour déployer nos services en anglais afin de permettre l'accès à nos services aux personnes proches aidantes allophones. Nous avons recruté une personne bilingue pour assurer ces services. Le projet voit le jour progressivement via la traduction de notre site Internet et à travers la promotion de ces services auprès de nos partenaires. Les services offerts en anglais vont concerner dans un premier temps le suivi psychosocial et des groupes de soutien. Lorsque nous aurons développé du contenu de nos formations, nous pourrons offrir des ateliers en anglais.

**ATELIERS LES IMPATIENS**

L'organisme Les Impatients offre des ateliers hebdomadaires d'arts visuels, dirigés par une artiste professionnelle, pour les personnes vivant avec une problématique de santé mentale accompagnées d'un proche.

- Les personnes vivant avec une problématique de santé mentale non accompagnées.
- Les proches de personnes vivant avec une problématique de santé mentale non accompagnées.

Centre communautaire Petite-Côte  
5675 Rue Lafond, Montréal, QC

2 HEURES PAR SEMAINE  
LES JEUDIS  
10h à 12h / 13h à 15h

[schizophrénie.qc.ca](http://schizophrénie.qc.ca)

— EN PARTENARIAT AVEC —

Association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale (AQPAMM), Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Île-de-Montréal (CIUSSS EMTL), Société québécoise de la schizophrénie (SQS)

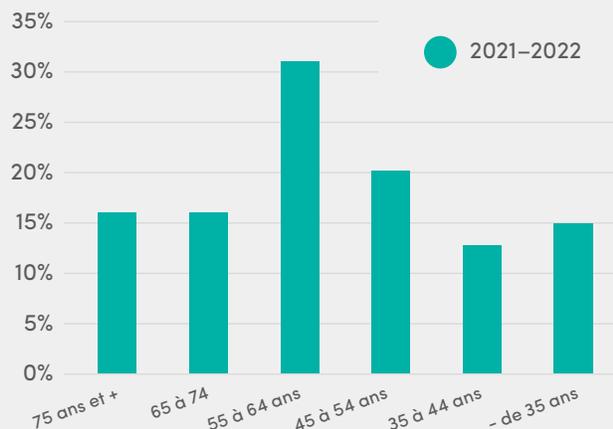
Images (partielles) de haut, en bas et à gauche de Suzanne Béland / Atelier du centre offre de Montréal / Liane Pigeon / Olivier Desrosiers / Site: schizophrénie.qc.ca



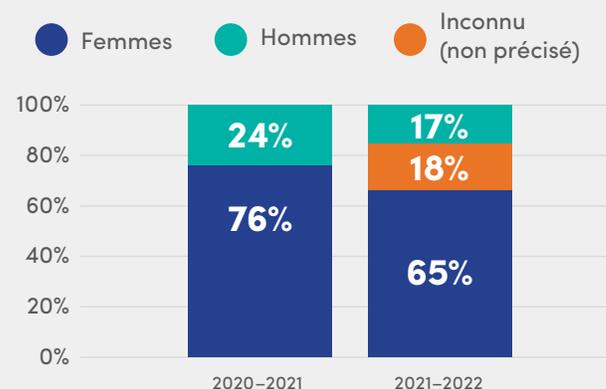
# Quelques données sur les membres de l'AQPAMM

## Qui sont nos membres ?

### ÂGE



### GENRE



## Pour qui viennent-ils ?

	2020-2021	2021-2022
Sœur, frère	15%	9%
Conjoint-e, ex-conjoint-e	16%	20%
Mère, Père	16%	13%
Fille, Fils	48%	53%
Ami-e-s	3%	4%
Autre	1%	1%

## Comment les nouveaux membres et les non-membres ayant reçu des services ont-ils connu l'AQPAMM ?

	2020-2021	2021-2022
Internet	26%	26%
Ami-e-s, connaissances, parents	23%	23%
Autres organismes	17%	14%
CLSC, ou professionnel du RSSS	29%	37%
Publicité	0%	0%

## Quels problèmes de santé mentale ont leur proche ?

L'AQPAMM accueille l'entourage des personnes vivant avec un problème de santé mentale même si celles-ci n'ont pas reçu de diagnostic. Par contre, notre équipe d'intervention cumule une expertise concernant ces différents problèmes de santé mentale afin d'être en mesure d'informer et soutenir les membres :

### Bipolarité

### Trouble de la personnalité limite (TPL)

### Dépression

### Paranoïa

### Phobies

### Schizophrénie

### Troubles alimentaires

### Troubles anxieux

### Troubles obsessionnels compulsifs (TOC)

### Dépendances (substances, alcool, jeux, sexualité, etc.)

## Quels sont les effets des services de l'AQPAMM dans la vie des membres de l'entourage

L'évaluation annuelle des effets de nos services psychosociaux auprès de nos membres est une démarche importante pour l'AQPAMM, puisqu'elle est synonyme pour nous de qualité, qui est l'une des valeurs fondamentales de notre organisme. Ainsi, nous nous engageons dans un processus d'amélioration continue, dans le but d'offrir des services adaptés à la réalité changeante des membres de l'entourage.

L'élaboration du processus d'évaluation s'est faite sur la base de la collaboration avec le Centre de Formation Populaire (CFP) en 2019-2020, qui a pu être reconduite, cette année, au moment de l'analyse de résultats. Une analyse comparative a été mise en place, afin de mesurer des effets de changement (huit au total) auprès de nos membres, suite à leur participation à l'un ou plusieurs de nos services. De la compilation et l'analyse de ces résultats découlent des recommandations pour améliorer nos pratiques et orienter le travail de l'équipe d'intervention de l'AQPAMM. L'objectif est de contribuer de manière efficace à l'amélioration de notre action psychosociale auprès des membres de l'entourage.

Pour les fins de ce rapport annuel, nous rappellerons d'abord la méthodologie employée, pour ensuite présenter les principaux résultats et recommandations formulées avec l'ensemble de l'équipe.

## Évaluation globale de nos services

### MÉTHODOLOGIE

L'AQPAMM a évalué les effets de ses services sur la base de 11 critères liés au bien-être de l'entourage, en utilisant une évaluation comparative. L'ensemble des répondant.es, en Temps 1 et en Temps 2, ont rempli le même questionnaire, ce qui nous donne un comparatif « avant (Temps 1) - après (Temps 2) » :

- L'évaluation du Temps 1 a été réalisée auprès des nouveaux membres, venant de participer à la séance d'information de l'AQPAMM, et n'ayant participé à aucun de nos services.
- L'évaluation du Temps 2 a été réalisée auprès des membres ayant bénéficié d'un ou plusieurs de nos services, au cours de l'année 2021. Les membres n'ont pas tous participé aux mêmes services ni à la même quantité des services.

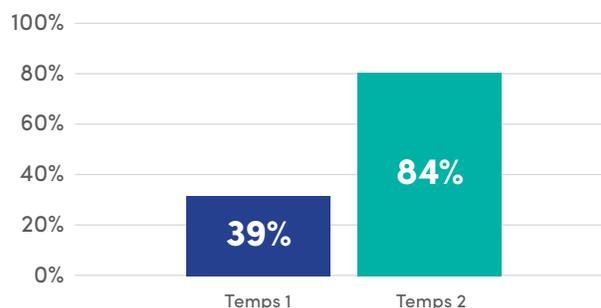
### RÉSULTATS

L'échantillon comprend un total de 85 participant.e-s, dont 41 pour l'évaluation « collecte en Temps 1 » et 44 pour l'évaluation « collecte en Temps 2 ».

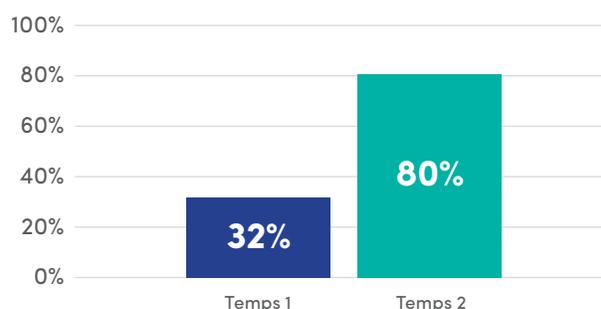
Nous n'allons pas présenter les résultats pour l'ensemble des onze critères. Nous avons identifié ceux, qui selon nous, reflètent bien les effets de nos services dans la vie des membres de l'entourage.

## Changements constatés entre les deux temps d'évaluation :

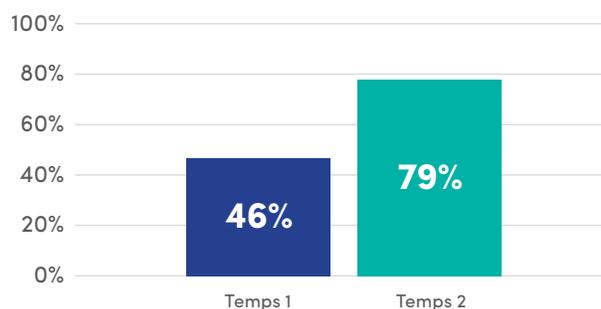
Amélioration en termes de confiance quant à la façon d'être en relation avec leur proche



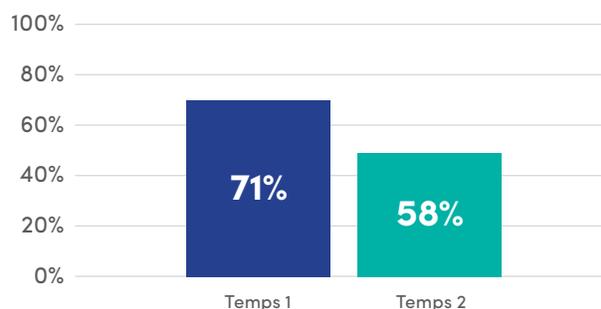
Amélioration en termes de capacité à identifier et communiquer plus facilement leurs besoins, leurs attentes et leurs limites à leur proche



Amélioration du sentiment de bien-être, malgré les difficultés vécues dans la relation avec leur proche



Diminution du sentiment d'épuisement



## PRINCIPAUX CONSTATS CONCERNANT LES RÉSULTATS

Sur la base de l'ensemble des résultats (qui sont beaucoup plus nombreux que ce qui est présenté ci-dessous), en équipe, nous avons fait un certain nombre de constats. Ceux-ci ont joué un rôle clef dans la formulation des recommandations.

### Constats concernant l'offre de services

Après avoir obtenu du soutien, les membres :

- apprennent à mieux vivre avec leur situation, notamment en favorisant leur bien-être et en renforçant la confiance qu'ils ont quant à leur façon d'être en relation avec leur proche.
- sont plus à l'aise pour adapter leurs attitudes et comportements notamment en termes de communication avec l'autre, ou encore pour identifier leurs limites, les nommer et les maintenir.

Une faible réduction est observée concernant les sentiments négatifs (tels que l'impuissance, la culpabilité, l'épuisement...) entravant la relation à soi et à l'autre après avoir bénéficié de nos services.

Ces deux premiers constats nous amènent à souligner que nous ne contrôlons pas tous les paramètres du soutien psychosocial, que nous devons rester humbles quant à l'impact de notre intervention et aller au rythme des membres. Certains effets peuvent être attribués à l'action de l'AQPAMM et d'autres sont attribués aux éléments de la vie personnelle de nos membres. Comme le souligne le témoignage de ce.tte répondant.e : « J'ai noté dans le questionnaire l'envahissement et l'épuisement face à mon proche, car je suis encore sensible, mais la démarche de soutien m'a donné de précieux outils que j'ai commencé à appliquer. Ils me sont utiles maintenant et pour l'avenir. [...] Je vais mieux et j'ai confiance en l'avenir. »

Un des enjeux soulevés lors de l'évaluation réalisée en 2019-2020 portait sur le renforcement des connaissances sur divers troubles. En 2021, nous avons développé de nouveaux ateliers répondants à ce besoin, ce qui est validé par les résultats de cette nouvelle évaluation.

La notion d'espoir est présente chez les membres aussi bien au début de la démarche de soutien qu'après avoir bénéficié de nos services.

### Constats concernant le processus d'évaluation

Les résultats des quatre premières questions n'ont pas pu être exploités en raison d'un biais méthodologique, qui concerne la formulation des questions. Celle-ci aura besoin d'être revue pour les futures évaluations de nos services. Il sera également important de modifier les temps de collecte en réalisant la première évaluation avant même la séance d'information, afin d'obtenir des résultats avant toute prise en charge dans nos services.

Il est à considérer, dans l'interprétation des résultats et les effets constatés, que les effets de nos activités de soutien sont impactés par la quantité de services reçus et la fréquence. Prenons l'exemple du nombre d'activité, 45% des répondant.es en Temps 2, ont

participé à une seule activité, tandis que 55% des répondant.es ont participé à 2 activités et plus. Par ailleurs, des études montrent que le temps à un effet sur un processus de changement, ce qui entre également en jeu dans l'analyse des résultats.

Il serait également intéressant de proposer une évaluation qui distingue les répondant.es, selon les activités auxquelles ils ont participé (série d'ateliers, suivi psychosocial...) ou encore en fonction du service (membres proches aidant.es d'ainées, membres des services généraux, membres jeunes). L'objectif serait ici d'identifier si les effets de nos services sont nuancés ou similaires en fonction du portrait de nos membres.

## RECOMMANDATIONS

Cette évaluation permet de formuler des recommandations qui découlent d'un travail de réflexion en équipe. Nous travaillons actuellement à la mise en pratique de ces recommandations dans les services offerts aux membres.

- Maintenir notre travail sur les dynamiques de changement, sur l'apport de connaissances et sur les capacités à mettre des limites.
- Poursuivre notre réflexion sur les normes et standards cliniques afin de clarifier nos axes de travail et d'harmoniser nos pratiques au sein de l'équipe d'intervenant.e.s.
- Identifier des outils pour que les membres puissent réaliser des auto-évaluations de leurs états émotionnels, lorsque cela semble pertinent. Ces outils permettraient d'identifier des pistes d'intervention davantage axés sur les sentiments négatifs (culpabilité, épuisement, impuissance...).
- Revoir la méthode d'évaluation des services soit en ciblant un service en particulier (une série d'ateliers, le suivi psychosocial...) soit tendre vers une évaluation qualitative des résultats.

Nous tenons à poursuivre ce travail d'évaluation afin de nous poser les bonnes questions quant à l'orientation de notre travail dans le but d'adapter nos activités et nos interventions aux besoins des membres.

# Dossiers transversaux

## Travaux sur les normes et standards en voie de finalisation

Un travail de fond sur les normes et standards cliniques de l'intervention psychosociale a été réalisé à l'AQPAMM. Partant de différents constats venant de nos membres et de l'équipe, il apparaissait essentiel de bien définir notre cadre de travail, ainsi que d'établir les balises donnant des points de références justes et valides pour réaliser les interventions psychosociales. Ainsi, la trajectoire de service à partir du premier contact à l'AQPAMM a pu être clarifiée. Partant de celle-ci, un cadre et des procédures ont pu être identifiés pour chacun des services offerts, aussi bien pour les activités de groupe que pour les suivis individuels, et pour faire face à de multiples situations rencontrées. À titre d'exemple, les grilles d'entretien ont été retravaillées afin d'harmoniser les rencontres et la tenue des dossiers. Par ailleurs, un besoin d'outils structurant les rencontres et l'accompagnement des membres vers un engagement dans la relation d'aide et dans une dynamique de changement a été repéré; une formation sur l'outil qu'est l'entretien motivationnel est programmée au printemps 2022 afin de répondre à ce besoin. La cohésion d'équipe et une harmonisation des pratiques se sont vues renforcées par les réflexions communes et partagées. Le guide détaillé, à l'attention de l'équipe d'intervenant.e.s psychosocial.e.s, qui découle de ces réflexions va prochainement voir le jour.

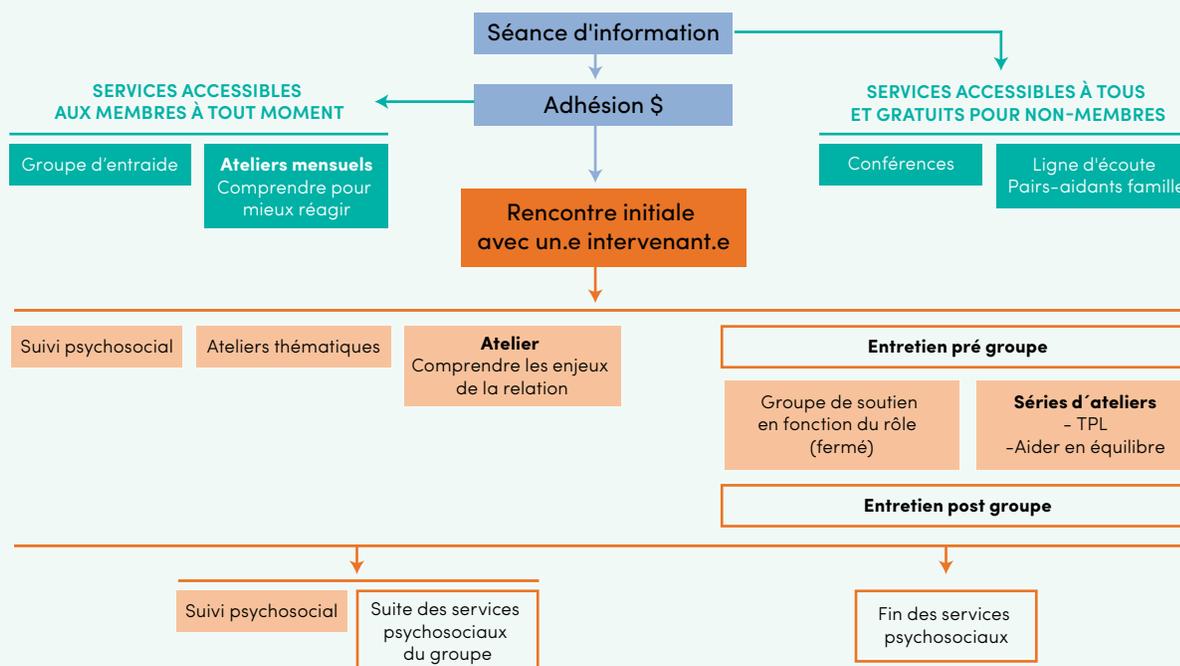
Le travail va se poursuivre par la suite avec l'équipe de paires aidantes famille, dans le but de baliser l'accompagnement qui est proposé et de faire la distinction des pratiques selon si le.a pair.e aidant.e famille travaille au sein de l'organisme ou déployé.e.s dans des services de santé et sociaux.

## Trajectoire de services

Notre trajectoire de services découle des travaux sur les normes et standards cliniques. Notre volonté est d'offrir des services de qualité qui vont faire la différence auprès des personnes que nous soutenons. Ainsi, nous avons fait en sorte que, quelle que soit l'étape où se trouve une personne membre au sein de sa trajectoire à l'AQPAMM, des services soient accessibles.

Suite au premier contact avec l'AQPAMM, une séance d'information est proposée. Après celle-ci, plusieurs options sont présentes :

- des services sont accessibles en tout temps aux membres
- des services sont accessibles aux non-membres
- des services sont accessibles après avoir rencontré un.e intervenant.e afin d'identifier les besoins de la personne et d'y répondre de la manière la plus appropriée.



## AXE 2

# Écosystème

## CHANGEMENT SOUHAITÉ

### L'accroissement de la notoriété et du rayonnement de l'AQPAMM tant auprès des acteurs du milieu que de la clientèle

Il s'agit d'accroître la visibilité de l'AQPAMM afin de faire connaître ses réalisations et mieux informer au sujet des clientèles auxquelles elle s'adresse. Une notoriété ainsi qu'un rayonnement accru pourraient avoir des impacts positifs sur la capacité de l'AQPAMM à rejoindre la clientèle ciblée, améliorer son financement et favoriser le développement de partenariats stratégiques.

#### Renforcement des collaborations

L'équipe de l'AQPAMM rencontre régulièrement ses partenaires, qu'ils soient issus du réseau de la santé et des services sociaux, du milieu communautaire, de l'économie sociale ou encore du milieu privé. C'est ainsi que l'AQPAMM participe activement aux tables, comités et/ou regroupements suivants :

- Les Réseaux locaux de services (RLS) : Notamment de Coeur de l'île (CIUSSS du Nord) et de Jeanne-Mance (CIUSSS Centre-Sud) où Céline Ménard, DGA, siège sur le comité exécutif;
- Le regroupement alternatif et communautaire des organismes (RACOR) en santé mentale de l'île de Montréal (membre);
  - Dont David F. Johnson a été trésorier jusqu'en mars 2022. C'est bien Céline Ménard, DGA, qui a été coopté pour reprendre le siège au CA de cet organisme clef du milieu communautaire en santé mentale de Montréal;
- Le réseau d'action pour les aidants de Jeanne-Mance (RAAJ);
- La CDC Centre-Sud (membre ACA);
- La CDC Solidarités-Villieray (membre ACA);
- Le Réseau avant de craquer (membre);
  - Dont David F. Johnson a fait partie du comité de travail portant sur le « Devenir des services » de ses organismes membres. M F Johnson a par la suite été coopté au niveau du conseil d'administration du Réseau avant de craquer à partir du début de l'année 2022 et a dû laisser son siège au niveau du comité de travail;
- Comité national pair-aidance famille (PAF), mené par l'Association québécoise pour la réhabilitation psychosociale (AQRP);
- La Table de concertation régionale des personnes proches aidantes de Montréal (TCRPAM), dont l'AQPAMM est membre fondateur;
- Observatoire québécois de la proche aidance (OQPA), dont Sylvie Constantineau, présidente du CA de l'AQPAMM, siège sur le comité de gouvernance;
- Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RIOCM), membre;
- Association canadienne pour la santé mentale, filiale de Montréal (ACSM), membre;
- Proche Aidance Québec (PAQ), membre.

Enfin, dans le cadre du déploiement des plans gouvernementaux tant pour les personnes proches aidantes que pour la santé mentale en général (Plan d'action interministériel en santé mentale), l'AQPAMM continue de travailler fort avec ses partenaires institutionnels dans le but de solidifier nos partenariats et de mieux répondre aux besoins des membres de l'entourage d'une personne vivant avec un problème de santé mentale.

#### Accréditation et certifications

Dans le cadre du développement et la mise à l'échelle de nos services de formation et d'accompagnement en organisations, l'AQPAMM a obtenu différentes accréditations et certifications.

Premièrement, nous sommes reconnus comme fournisseurs de services par le Groupe entreprise en santé. Cette OBNL a pour mission de soutenir les organisations à développer des pratiques favorisant le bien-être physique et psychologique de leurs employés en délivrant des certifications. Notre accréditation « fournisseur de services » nous permet d'aider ces organisations à atteindre cette certification.

Deuxièmement, notre formation standard « Comment soutenir un employé en difficulté psychologique » est accréditée comme formation continue par l'Ordre des conseillers en ressources humaines agréé (CRHA). Chaque conseiller CRHA doit faire un certain nombre d'heures de formation continue annuelle afin de garder son titre. Obtenue durant l'été 2021, cette certification fut un tournant majeur dans nos activités.

Enfin, l'AQPAMM est désormais reconnu comme un organisme de formation agréé par la Commission des partenaires du marché du travail. Cela permet à nos clients de présenter nos services comme de la formation continue auprès du gouvernement et ainsi obtenir un soulagement financier pour investir dans le développement de ses travailleurs.

#### Promotion et mobilisation

L'année fût fertile pour la mise en place d'outils de rayonnement des activités de l'organisme. Les médias sociaux se sont avérés être un moyen de mobilisation efficace, tant pour rejoindre notre communauté existante que pour atteindre des usagers susceptibles de

s'intéresser à nos services, sans fréquenter directement les milieux traditionnels où sont présentés les services de l'AQPAMM.

La publicité sur les plateformes sociales telles que Facebook, Instagram et LinkedIn a été utilisée de manière soutenue. L'optimisation constante des contenus promotionnels et des auditoires cibles a porté ses fruits: il fût possible de remarquer un impact direct sur le nombre de participantes et participants aux événements en ligne. L'impact sur la mobilisation est indéniable. À titre d'exemple: après avoir vu le contenu publié régulièrement sur le compte Instagram T'as ta place (dédié au jeunes), un enseignant a demandé s'il avait la permission de parler du clavardage en ligne et de la formation jeunesse à ses élèves du secondaire. Également, la stratégie mise en place sur LinkedIn a su rejoindre une communauté de professionnels soucieux de l'impact des troubles mentaux dans leur milieu de travail, auprès de leurs équipes et de leurs collègues. Il s'agit d'une approche de démarchage efficace pour mettre de l'avant les services aux entreprises.

Il est possible de constater une forte croissance sur le nombre d'abonnés aux différentes communautés en ligne. Un vaste auditoire d'utilisateurs a été atteint et nombreux sont ceux et celles qui ont opté pour nous suivre au-delà des initiatives publicitaires. En créant du contenu pertinent, l'AQPAMM se taille une place enviable dans l'univers numérique.

## NOMBRE D'ABONNÉ.E.S

Réseaux sociaux	31 mars 2021	31 mars 2022	%
Facebook	<b>1 784</b>	<b>2 280</b>	<b>+27,80</b>
LinkedIn	<b>158</b>	<b>263</b>	<b>+66,46</b>
Instagram	<b>97</b>	<b>312</b>	<b>+221,65</b>

## PUBLICATIONS SUR LES DIFFÉRENTES PLATEFORMES

Publications sur Facebook	<b>137</b>
Publications sur LinkedIn	<b>67</b>
Publications sur Instagram	<b>275</b>

## Traduction du site web et de nos outils promotionnels

En vue du déploiement des services anglophones, un grand chantier a été mis en place pour la traduction du site web et des outils promotionnels de l'AQPAMM. Le mandat de traduction fût confié au fournisseur Versacom, reconnu comme étant un chef de file en la matière. L'infrastructure du site Internet n'ayant pas été conçue en ce sens, plusieurs modifications de fond ont été apportées au site [www.aqpamm.ca](http://www.aqpamm.ca). S'échelonnant de janvier à avril 2022, ce projet place les bases d'une offre de services plus accessible que jamais. Un travail méticuleux a été fait pour s'assurer que

l'expertise de l'AQPAMM soit communiquée de manière aussi précise et bienveillante autant en français qu'en anglais. En pensant aux fiches troubles, aux fiches pratiques, aux nombreux articles accumulés au fil du temps qui sont maintenant disponibles dans la langue de Shakespeare, un vaste éventail de contenu pourra être utilisé dans des contextes nouveaux. Au total, 69 pages du site Internet ont été traduites du français à l'anglais. Il s'agit d'un pas vers l'avant notable, permettant de se rapprocher des gens susceptibles d'avoir besoin des services offerts tout en améliorant le référencement en ligne.

## Contribution à la structuration de la fonction de pair-aidant famille (PAF)

L'AQRP (Association québécoise pour la réadaptation psychosociale) a été mandatée pour consolider la formation nationale des pair.e.s aidant.e.s famille, avec le soutien financier du MSSS. En raison de notre expertise de terrain en matière de pair aidance famille, nous avons, avec la SQS, été impliqués dans la certification des PAF engagé.e.s dans la formation donnée par l'AQRP. À l'été 2021, une première cohorte de PAF tou.te.s embauché.e.s par les organismes communautaires en proche aide de la Capitale Nationale, a débuté. Dans ce cadre, nous avons assuré le mentorat de ces PAF en proposant un accompagnement individuel par les PAF formé.e.s de l'AQPAMM et de la SQS, ainsi qu'un mentorat de groupe. Aussi, des rencontres avec les directions de ces organismes ont eu lieu, animées par la directrice générale de la SQS et la directrice générale adjointe de l'AQPAMM, afin d'échanger sur les enjeux liés à l'intégration des services PAF dans leurs organisations. Cette collaboration se poursuit; une nouvelle cohorte a commencé en mars 2022.

## Processus de rebranding et choix du nouveau nom pour l'organisation

Dans le cadre de notre plan stratégique, l'un des dossiers prioritaires sur lesquels nous avons travaillé cette année concerne le processus de rebranding et le choix du nouveau nom pour l'organisation.

Dans ce processus de rebranding, nous avons été accompagnés par une experte en marketing, ventes et communications pour identifier les attributs et traits de la personnalité de la marque «AQPAMM», le positionnement de la personnalité (à savoir la marque est..., la marque fait..., la marque sert...), les messages clés, ainsi que d'autres éléments. L'ensemble de ces éléments a été identifié dans le but de :

- Doter l'organisation d'un nom « dans l'ère des temps » et dénué de préjugés
- Développer une nouvelle image de marque, incluant logo et site web, qui permettent de mieux atteindre les diverses clientèles – tant sociales que corporatives – de l'organisation

Qui plus est, nous avons souhaité faire tout ça tout en étant ancrés dans la réalité de notre organisation et des membres que nous desservons depuis plus de 40 ans. Les travaux ont bien avancé et il est prévu que nous dévoilons un nouveau nom pour notre chère organisation à l'automne 2022. Restez à l'affût pour la suite !

### AXE 3

## Accroissement et diversification des sources de financement

### CHANGEMENT SOUHAITÉ

### Un financement optimal permettant de concrétiser les aspirations de consolidation et de développement

Il s'agit de garantir la pérennité de l'organisation, de permettre de concrétiser les aspirations de l'AQPAMM en termes d'offre de services et de rendre l'organisme moins vulnérable aux fluctuations de financement ou d'orientation de ses bailleurs de fonds principaux.

#### Services aux organisations

2021-2022 fut l'année où nous avons finalisé de poser les assises de notre offre de services afin de se donner les moyens de la mise à l'échelle prévue pour 2022/2023.

Durant l'année qui se termine, nous avons animé un total de **62 activités de groupe**. Cela pouvait autant être des formations thématiques spécialisées que des activités de sensibilisation et d'information sur la proche aide et la santé mentale en milieu de travail. Toutes activités confondues, nous avons pu **former et sensibiliser 754 professionnels** au travers de ces activités!

Les retours que nous avons reçus de la part des participants nous permettent d'être optimistes et enthousiastes quant à la pertinence, l'utilité et le potentiel de ces activités pour les professionnels, qu'ils soient issus du milieu communautaire ou privé. En effet, suite à nos interventions, nous constatons que:

- 89% des participants considèrent mieux comprendre la complexité des enjeux de santé mentale.
- 77% des participants se considèrent être fortement mieux outillé à composer avec la santé mentale au travail
- 100% des participants souhaiteraient suivre d'autres activités/ formations sur la santé mentale au travail

Une gestionnaire de ressources humaines nous a livré le témoignage suivant: « Excellente approche, très concrète et accessible. Ce devrait être une formation de base pour tout gestionnaire ». Voici un retour sur expérience qui nous motive à continuer de travailler à développer cette nouvelle offre de service de l'AQPAMM, qui est aujourd'hui sans aucun doute plus pertinente que jamais au vu des enjeux de santé mentale auxquels font face les travailleurs.

La quantité d'activités organisées et animées nous a permis de peaufiner notre approche et notre contenu tout en développant nos objectifs pédagogiques afin qu'ils soient alignés avec les préoccupations, les enjeux, le contexte et la réalité des participants. Les nombreuses occasions que nous avons eu de tester nos services ont permis d'avoir aujourd'hui des activités matures, répondant précisément aux spécificités des clientèles visées: les travailleurs

communautaires, les gestionnaires et les professionnels en ressources humaines.

Dans le but de solidifier notre démarche et la valeur perçue de nos services par nos interlocuteurs, nous avons obtenu trois accréditations de renom soit celles de :

- Formation continue auprès de l'ordre des conseillers en ressources humaines agréés
- Formateur agréé auprès de la commission des partenaires du marché du travail
- Fournisseur de services auprès du Groupe entreprise en santé

Ces efforts furent récompensés par le développement d'un important projet en partenariat avec le SAJE Montréal et le Ministère du travail, de l'emploi et de la solidarité sociale: soit la formation et l'accompagnement personnalisé de **60 dirigeants d'organisations de la région de Montréal** au travers d'un cursus approfondi d'une durée de 3 mois qui se tiendra durant l'année 2022/2023.

Afin d'assurer notre capacité à livrer nos activités à nos clients, l'AQPAMM s'est entouré d'une équipe d'animateurs et animatrices, mobilisables selon les besoins et les livraisons en cours. Cette flexibilité nous permet de gérer adéquatement les coûts reliés aux déploiements de ces activités et assurer la stabilité financière du projet en fonction du volume de livraison.

2021-2022 fut une année de consolidation, de testage et de validation. Nos nombreuses avancées et apprentissages nous permettent aujourd'hui de pouvoir réellement viser une mise à l'échelle pour 2022-2023. En effet, les piliers fondateurs de ce projet d'économie sociale sont maintenant bien implantés, vérifiés et pertinents. Il nous est désormais possible de se concentrer sur le développement, en termes de volume. Ainsi, le projet pourra atteindre l'objectif de sa création: doter l'AQPAMM d'une source de financement autonome afin de sécuriser son avenir, son autonomie et le développement de ses services aux membres.

## Sommaire du financement reçu pendant l'année

L'AQPAMM est soutenu financièrement par un certain nombre d'organisations, ainsi que par de généreux individus ayant à cœur notre mission sociale. Voici un bref sommaire de nos bailleurs de fonds, que nous tenons à remercier pour leur soutien continu :

- Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC);
- Centraide du Grand Montréal;
- L'Appui pour les proches aidants;
- Ville de Montréal, arrondissement Plateau Mont-Royal;
- Ville de Montréal;
- Gouvernement du Canada (programme Emploi d'été Canada);
- Bell Cause pour la Cause;
- CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal;
- CIUSSS du Nord-de-l'île-de-Montréal;
- CIUSSS de l'Est-de-l'île-de-Montréal;
- PME MTL, Centre-Ville;
- Ministère du travail, de l'emploi et de la solidarité sociale (MTESS);
- Fonds INNOGEC - Relance.

L'équipe de l'AQPAMM a déployé des efforts dans le but de consolider et diversifier nos sources de financement. Et nous comptons continuer de le faire dans les années à venir !

# Résultats des états financiers 2021-2022

<b>PRODUITS</b>	<b>2022</b>	<b>2021</b>
<b>SUBVENTIONS ET CONTRIBUTIONS</b>		
Centre intégré de santé et des services sociaux du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal		
Mission globale - PSOC	244,775	236,089
Projet Pair-Aidant Famille	103,333	78,889
COVID-19	-	50,783
Centre intégré de santé et des services sociaux du Nord-de-l'île-de-Montréal	55,000	5,000
Centre intégré de santé et des services sociaux du Est-de-l'île-de-Montréal	80,000	-
Bell cause pour la cause	20,000	-
Santé Canada - Contribution pour les langues officielles en santé	10,000	-
PME MTL Centre-Ville - Fonds de développement de l'économie sociale	20,000	-
Innogec - Relance	9,600	-
Emploi Québec - Concertation pour l'emploi	15,373	-
Ministère de la Santé et des Services Sociaux - COVID-19	32,977	12,500
Gouvernement du Canada - Subvention salariale d'urgence du Canada	-	9,836
Emploi Été Canada - Subvention salariale	8,310	8,422
Emploi Québec - Subvention salariale	-	34,335
Chantier de l'économie sociale - PPI	9,105	88,896
Ville de Montréal - Fonds Diversité et Inclusion Sociale	5,940	-
Ville de Montréal - Aide au loyer	1,929	1,787
Appui - Montréal	142,000	142,000
Centraide du Grand Montréal		
Mission globale	70,785	72,620
COVID-19	3,000	16,980
Fondation du Grand Montréal	-	40,000
	<b>832,127</b>	<b>798,137</b>
<b>AUTRES APPORTS</b>		
Ventes de services		
Dons	27,945	8,785
Cotisations	19,151	8,201
Formation	4,955	5,507
Location	295	1,125
Revenus d'intérêts	1,650	600
Art thérapie	1,394	986
Autres revenus	3,800	-
	415	100
	<b>59,605</b>	<b>25,304</b>
<b>TOTAL DES PRODUITS</b>	<b>891,732</b>	<b>823,441</b>

<b>CHARGES</b>	<b>2022</b>	<b>2021</b>
<b>Ressources humaines</b>		
Salaires et charges sociales	633,866	521,986
Formation	7,417	6,057
	<b>641,283</b>	<b>528,043</b>
<b>Organisation</b>		
Frais d'activités	24,848	7,794
Publicité	15,756	21,591
Frais de représentation et de déplacement	274	477
Fournitures de bureau et papeterie	8,369	6,994
Location d'équipement	2,054	3,726
	<b>51,301</b>	<b>40,582</b>
<b>Fonctionnement</b>		
Honoraires professionnels et consultants	83,924	104,944
Loyer	54,467	49,689
Télécommunications	12,310	17,725
Impôts fonciers	1,908	8,120
Assurances	3,150	4,195
Entretien et réparations	1,788	1,564
Cotisations, abonnements et documentation	1,462	1,299
Dépenses du conseil d'administration	1,693	1,632
Frais bancaires	2,014	1,934
Amortissement des immobilisations corporelles	6,557	2,674
Amortissements des apports reportés afférents aux immobilisations corporelles	(3,090)	(777)
	<b>166,183</b>	<b>192,999</b>
<b>Total des charges</b>	<b>858,767</b>	<b>761,624</b>
Exédent des produits sur les charges	32,965	61,817



## AXE 4

# Structure organisationnelle

## CHANGEMENT SOUHAITÉ

### Un fonctionnement interne et des pratiques qui permettent la mise en oeuvre de l'offre de services.

Il s'agit de s'assurer que les professionnels de l'organisation reçoivent le soutien et la formation nécessaire à la dispensation des services, qu'ils sont en nombre suffisant pour répondre aux besoins et que l'organisation dispose d'une infrastructure physique répondant à ses besoins.

#### Vie démocratique

L'AQPAMM est un organisme dont le fonctionnement dépend de la participation des membres, des employé-e-s et des bénévoles s'impliquant sur le conseil d'administration ainsi que dans la réalisation des services. Cette année les membres du conseil d'administration se sont rencontrés sept (7) fois de manière virtuelle.

Au 31 mars 2022, l'AQPAMM a 381 membres en règle et a pu compter sur l'implication bénévole de 13 personnes. Plusieurs bénévoles se sont impliqués dans l'offre de services à l'AQPAMM, notamment dans les ateliers pour les PAA et dans les ateliers sur l'intimidation. Il convient aussi de souligner que les membres du conseil d'administration le sont aussi à titre bénévole. Finalement, 44 personnes étaient présentes lors de notre assemblée générale annuelle, dont 26 membres en règle.

#### Adhésion et accès aux services

Au vu des changements apportés à notre offre de services, et notamment le déploiement des pairs-aidants famille (PAF) dans différents établissements du réseau public et au sein de l'AQPAMM (avec les groupes d'entraide par et pour), nous poursuivons notre réflexion quant à l'adhésion et l'accès aux services. Nous constatons que notre offre de services évolue, ce qui change à son tour l'accès à nos services (à titre d'exemple, un proche n'a pas besoin de faire une adhésion à l'AQPAMM pour accéder aux services PAF), mais que notre façon de gérer l'adhésion à l'organisation n'a pas, quant à lui, évolué. Nous avons ouvert à la fin de l'année une réflexion sur l'adhésion, qui continuera pendant l'année 2022-2023.

#### Comité des membres

Le Comité des membres VIP-P (Valorisation, Implication, Partage-Partenariat) a tenté de poursuivre son mandat de promouvoir et de favoriser la vie associative entre les membres de l'AQPAMM, cependant les conditions pénibles de la pandémie de la dernière année n'ont pas été favorables à l'organisation d'activités en présentiel.

Dans le présent exercice 2021-2022, le comité des membres a tenu 2 ou 3 réunions (Zoom). Depuis le départ de la précédente présidente du Comité, Gisèle Tétrault, Annette Robyns a pris la relève, en tant que présidente du Comité et Diane Daigle-Landry assure maintenant la fonction de secrétaire. Annette Robyns assure parallèlement la fonction de représentante du Comité des membres auprès du CA de l'AQPAMM.

À l'invitation de notre DG, David Ford-Johnson, nous avons poursuivi nos activités virtuelles (Zoom) dans quelques rencontres dans les CIUSSS de Montréal pour représenter les membres de l'entourage, parents et amis de personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale. Notre comité croit fermement qu'il est primordial de continuer à assurer notre présence dans ces rencontres qui ont pour but de favoriser la participation des membres dans le processus de rétablissement de la personne atteinte, tel que préconisé dans le Plan d'Action en Santé Mentale (PASM) de notre gouvernement. Ainsi, dans la dernière année, se sont impliqués trois ou deux membres du comité : Annette Robyns et Monique Letellier pour le CIUSSS Centre-Sud et Diane Daigle-Landry pour le CIUSSS Est-de-l'Ile-de-Montréal et le CIUSSS Nord-de-l'Ile-de-Montréal. Cette expérience nous a permis de constater que les différents professionnels de la santé mentale sont intéressés à collaborer avec les membres de l'entourage, souvent la famille, dans la mise en place du plan de soins. Notre Comité a déjà proposé que l'implication des membres de l'entourage dans ce plan d'action puisse faire l'objet d'ateliers ou de conférences dans la programmation de l'AQPAMM.

En collaboration avec Céline Ménard, directrice générale adjointe, nous avons organisé des rencontres amicales avec les membres de l'AQPAMM, une en personne, et l'autre en présentiel, au début de l'année 2022, avec la présence de l'intervenant psychosocial de l'AQPAMM, Arnaud Lamy-Brunelle. But de l'événement était de se

rassembler, se reconnaître, briser l'isolement et donner de la visibilité au comité des membres. Cette activité a permis de concrétiser un de nos mandats qui consiste à créer une communauté participative des membres de l'AQPAMM pour leur permettre d'exprimer leurs préoccupations. Près d'une dizaine de personnes ont participé à ces rencontres.

Dans le but de poursuivre notre représentation dans les organismes publics, un autre de nos mandats, Annette Robyns et Diane Daigle-Landry ont été invitées à participer à deux rencontres de consultation organisées par le Curateur Public.

Le Comité des membres souhaite continuer de recruter des membres actifs pour réaliser les mandats qui lui ont été dévolus. On a besoin de votre participation pour nous rassembler plus fortement et nous enrichir afin de communiquer vos besoins aux divers Comités et Instances publiques auxquels nous nous sommes engagées pour vous tous au nom de l'AQPAMM.

Votre comité des membres VIP-P  
Diane Daigle-Landry, Annette Robyns, et Monique Letellier.  
Bonnes pratiques de gouvernance, conseil d'administration

## Fonctionnement interne de l'organisation

Pendant l'année écoulée, nous avons procédé à la mise en place de plusieurs procédures – tant administratives qu'opérationnelles – afin de baliser et structurer le fonctionnement de notre organisation. À titre d'exemple, nous avons élaboré une procédure portant sur le service d'accueil. Nous avons connu une certaine croissance à l'AQPAMM depuis quelques années, et il devient de plus en plus important de nous structurer sur le plan administratif afin de soutenir ce développement organisationnel.

## Être un employeur attractif et garder son personnel

Le comité RH-Finances a travaillé fort cette année pour bonifier notre politique de gestion des ressources humaines, travaux qui ont commencé au début de l'année 2021 et qui ont abouti cette année à l'amélioration des conditions salariales pour les salarié.e.s de l'AQPAMM. En effet, le conseil d'administration s'est mobilisé dans ce dossier important à la fois pour faire un geste envers les employé.e.s de l'organisation pour reconnaître le magnifique travail que l'équipe réalise, mais également dans un but de retenir notre personnel qualifié au moment où la pénurie de main-d'œuvre frappe de plein fouet le milieu communautaire.

Un grand merci à tous les membres du CA, avec un merci spécial pour le comité RH-Fin et aux personnes s'étant impliquées dans ce processus décisionnel!

## Comité rénovation

Avec la possibilité de revenir au bureau, suite au relâchement des restrictions gouvernementales liées à la pandémie de la COVID-19, l'équipe a proposé de mettre sur pied un comité rénovation qui avait pour mandat principal de réaliser de travaux mineurs de rénovation dans les locaux de l'AQPAMM, et ce, dans le but de réinvestir les locaux. Nous avons par conséquent acheté de nouveaux matériels et meubles de bureau et avons réorganisé l'espace de travail. C'est ainsi que nous finissons l'année 21-22, avec l'objectif de réinvestir davantage les locaux. Merci à l'équipe de s'être investie dans ce beau projet!

## Actualisation des ressources matérielles et technologiques

Comme indiqué dans notre plan stratégique, nous avons à adapter notre infrastructure physique et technologique pour offrir de meilleures conditions de travail à notre équipe. Nous avons par conséquent décidé de changer notre système téléphonique pour un système IP qui offre plein d'avantages et de fonctionnalités intéressantes pour notre équipe. Ce sont des petits changements à l'échelle de la vie d'une organisation, mais qui font une différence pour notre équipe et ultimement pour les services que nous offrons à la population!



# AQPAMM.ca

☎ 514 524-7131  
✉ [accueil@aqpamm.ca](mailto:accueil@aqpamm.ca)

Nos services sont rendus possibles grâce au soutien de :

