

RAPPORT ANNUEL D'ACTIVITÉS

Déposé en Assemblée Générale le 3 juin 2022
10780, rue Laverdure, bureau 203, Montréal (Québec) H7N 3L9
Tél. : 514-385-6786
Fax : 514-385-9513
Courriel : entraide@laparentrie.org



2021-2022

« Parce qu'un des vôtres souffre, ne restez pas seul et brisez le silence ! À la Parentrie, cherchons ensemble des pistes de solution pour un mieux-être personnel et familial. »

Mission globale

La Parentrie se veut un lieu de parole, de partage et de ressourcement pour les familles et membres de l'entourage de personnes souffrant d'un trouble de santé mentale sévère et persistant. Pour ce faire, nous soutenons les familles et membres de l'entourage pour qu'ils puissent s'adapter aux difficultés engendrées par les troubles de santé mentale d'un des leurs. Nous les accueillons et les accompagnons dans leurs cheminements avec leur proche et répondons aussi à leurs besoins lors de situations d'urgence ou de crise. Nous visons l'amélioration de leur qualité de vie et celle de leur proche.



Conseil d'administration 2021-2022

Président : Alain Baril

Vice-présidente : Sophie Briand

Trésorier : Yves Pichette

Secrétaire : Claire Lefebvre-Yelle

Administratrice : Nicole Brossoit

Administratrice : Micheline Charbonneau

Administratrice : Louise Jokisch

Représentante de la Parentrie : Jocelyne Arseneault

Mot du Président



Chers membres,

C'est avec un grand sens du devoir que j'accompli mon mandat de Président au sein du Conseil d'Administration de La Parentrie du Nord de Montréal et je suis fier de vous informer des accomplissements de notre personnel qui a su traverser avec ingéniosité et perspicacité, les limites des restrictions provoquées par la COVID-19 et du confinement imposé par la santé publique.

Tout au long de l'année, la direction et le personnel de La Parentrie ont gardé le cap sur la mission, établi le contact avec les différents organismes de soutien et développé des stratégies pour rejoindre ses membres, et en particulier, instaurer des relations privilégiées avec les responsables du CIUSSS de notre secteur.

Ces rencontres par webinaires, ont permis de mieux faire connaître les services que nous offrons aux personnes qui font appel à La Parentrie et ainsi recevoir les subventions et des bonifications.

Ces sommes ont permis l'engagement d'une intervenante jeunesse, qui s'est concentrée sur le développement des contacts auprès des CLSC et différents organismes situés sur notre territoire. L'envoi de publicité est assurément une ouverture et un accroissement des demandes, surtout pour les jeunes proches-aidants.

Également, nous pouvons maintenant compter sur une intervenante communautaire pour les répits de ressourcement aux proches aidants et membres de l'entourage ainsi que pour les différentes activités proposées par La Parentrie, elle travaille en collaboration avec madame Christiane Germain, responsable du répit.

Comme nous l'avions prévu, l'année 2021-2022 a donné lieu à de nouvelles perspectives quant à la résolution de dossiers stratégiques et propulsé La Parentrie vers de nouveaux horizons. Souhaitons que ces bonnes nouvelles soient accueillies avec gratitude envers nos fidèles donateurs.

En terminant, je tiens à remercier les membres du Conseil d'Administration, la direction et le personnel de La Parentrie pour l'excellence de leur travail.
Je vous souhaite une excellente soirée, bonne A.G.A.

Alain Baril, Président

Conseil d'Administration de La Parentrie

Mot de la Directrice



Bonjour à vous tous, membres de la Parentrie,

Une autre année vient de s'écouler, c'est toujours un réel plaisir de vous écrire, ce qui me permet de tisser un lien avec vous. Cette rencontre me permet de vous tenir au courant de toutes les actions posées pendant l'année et je suis heureuse de vous faire part des développements que nous avons connu en 2021-2022.

Depuis l'arrivée du COVID-19, la Parentrie a vécu de grands bouleversements, comme la majorité des organismes et des entreprises cependant, l'équipe de La Parentrie s'est également donné le privilège de s'adapter et d'accueillir de beaux changements. Malgré la situation pandémique, nous avons pris les mesures nécessaires pour assurer le développement de nos activités, d'instaurer de nouveaux services et poursuivre notre projet « Déménagement ».

Nous avons eu le plaisir d'accueillir madame Marie-Pascale Tremblay, Intervenante jeunesse et responsable aux développements des services de la Parentrie. Elle s'est concentrée dans l'information des services offerts par La Parentrie, au sein du CIUSS, du CLSC, des cégeps, polyvalentes, écoles et certaines entreprises situées sur notre territoire, pour mieux rejoindre les jeunes dans leur milieu de vie.

Je peux affirmer que sa mission est accomplie, l'envoi de publicité a porté ses fruits. Son mandat se terminera sous peu mais, nous espérons son retour ultérieurement. Par ailleurs, nous avons également accueilli à la permanence de La Parentrie et au sein de notre équipe, Mme Eva Collard, Intervenante communautaire, responsable aux répits et aux activités.

Je suis particulièrement fière du développement de nos services et vous annonce la bonne nouvelle quant au positionnement de La Parentrie du Nord de Montréal et la majoration des sommes en provenance de notre bailleur de fonds, la PSOC ainsi que du CIUSS de notre région.

Ces augmentations budgétaires vont nous permettre de procéder à l'embauche de personnel supplémentaire pour mieux répondre aux besoins de notre clientèle.

Dorénavant, l'équipe de la Parentrie sera formée de 5 employés à votre service, pour mieux vous soutenir dans votre démarche.

Le thème du journal pour cet automne est : L'autosoins

Quand je pense à l'autosoins, plusieurs images surgissent dans mon esprit, le massage, les méthodes de relaxation, échanger devant un bon repas, une marche en plein air, un moment de détente dans un bel endroit et bien plus encore !

Ce qui est important pour moi, c'est que chacun de vous ait l'opportunité de trouver un moment de répit, de ressourcement, de réconfort, de douceur, d'apaisement, un phare dans la nuit.

Pour ma part, j'aimerais vous partager ce qui me fait un grand bien et c'est sans aucun doute, la musique. Voici une brève définition des bienfaits de la musique sur son bien-être.

« Pour des effets thérapeutiques : La **musique** douce ou classique apaise, ralentit le rythme cardiaque, abaisse la tension artérielle et diminue même les niveaux d'hormones du stress. Aussi, si vous écoutez la **musique** que vous aimez, elle remplira votre cerveau de dopamine, l'hormone du bonheur. »

Prenez soin de vous, c'est le secret de la santé !
Recevez l'assurance de ma considération et mes cordiales salutations.

Au plaisir de vous revoir,

Jocelyne Arseneault

Directrice générale
La Parentrie du nord de Montréal

MISE EN CONTEXTE

L'année 2021-2022 a été pour La Parentrie du Nord de Montréal et toute son équipe, une opportunité d'élargir sa capacité d'adaptation à la COVID-19 et à toutes les mesures qu'elle nous a imposé l'an dernier et nous impose encore cette année. Avec le retour des restrictions de la santé publique et les périodes de confinement imposées par le gouvernement, nous avons dû nous adapter rapidement à la situation.

En effet, nous avons développé les ressources nécessaires qui nous ont permis de poursuivre les activités du personnel en télétravail et d'offrir à nos membres, différents moyens pour garder le contact, entre autres, en continuant notre service d'intervention par téléphone et visioconférence.

Les rencontres de partage par Zoom ont été offertes aux membres à la quinzaine de chaque mois et nous avons eu la possibilité d'organiser quelques conférences, l'une en présentiel, les autres virtuelles.

Les différentes activités se sont déroulées en suivant le rythme des mesures décrétées par le gouvernement. L'Assemblée Générale Annuelle qui devait se tenir en présentiel, a eu lieu via la plateforme ZOOM. Madame Christiane Germain a animé la rencontre. Également, le souper de Noël prévu au Rendez-vous du Thé a été annulé à la dernière minute.

Cette période de confinement a été l'occasion parfaite de mettre en place des relations professionnelles et d'établir un partenariat avec les responsables du CIUSSS de Nord de l'Île de Montréal et les responsables des CLSC situés sur notre territoire, le tout, dans le but de faire connaître et d'offrir les services de La Parentrie.

Nous sommes fiers des actions entreprises pour créer des relations professionnelles basées sur le respect et la confiance, pour mieux établir les ressources que La Parentrie peut offrir à ses membres et aux personnes situées sur son territoire, qui font appel à ses services.

Nous avons développé notre volet pour les jeunes proches aidants, il a connu un véritable essor grâce au travail d'équipe du personnel de la Parentrie, de notre Intervenante jeunesse, Marie-Pascale Tremblay qui a communiqué avec des entreprises et axé sa recherche sur le développement des contacts auprès des CEGEP, collèges, polyvalentes, écoles spécialisées, primaires et plusieurs garderies tous situés sur notre territoire pour les informer des services offerts par la Parentrie.

Un envoi postal contenant une lettre explicative, dépliants et cartes d'affaires a été la clé du succès de cette initiative qui nous permet d'affirmer, que nous avons utilisé toutes nos ressources, pour le développement de notre volet jeunesse et que nous pouvons ainsi contribuer à leur bien-être.

Le personnel de La Parentrie a fait preuve d'une grande volonté de rejoindre en temps de crise, les personnes les plus vulnérables, celles qui sollicitent notre aide et notre soutien dans la confiance et le respect. L'adaptation du personnel à la situation de crise, sa persévérance et l'assiduité ont permis de mettre en place plusieurs projets.

Grâce aux montants des subventions de la PSOC et du CIUSSS, nous avons été en mesure de renouveler pour une deuxième année, le contrat de notre Intervenante aux proches aidant.e.s, madame Johanne Després, engager une intervenante jeunesse et procéder à l'embauche d'une intervenante communautaire.

Les sommes reçues de la Fondation Écho, un montant de 15 000,00 \$ ont été attribuées aux sorties du Répit et au camp de jour annuel, que de beaux moments qui permettent d'agréables souvenirs ...

ACTIVITÉS DU VOLET « ENTRAIDE » D'AVRIL 2021 À MARS 2022

JOURNAL « LE FILON »

Normalement, il y a deux parutions du journal Le Filon par année. Toutefois, cette année une seule parution est parvenue aux domiciles des lecteurs.

Les éditions sortent à l'automne et à l'hiver, la rédaction du journal a été complétée pour la parution d'hiver. Nous sommes présentement dans la préparation du journal d'automne.

INFOLETTRE

Avec la situation générée par la pandémie, le confinement et les activités à distance, nous avons instauré une infolettre mensuelle. L'envoi rejoint les gens dans le confort de leur foyer et atteint plus de 237 personnes et plusieurs organismes mensuellement.

Dans l'infolettre, nous prenons soin d'informer les membres des diverses activités qu'elles soient en présentiel ou virtuelles. Vous y retrouvez les liens pour les Zoom, rencontres d'entraide, les sujets des webconférences, ainsi que les informations générales sur l'organisme.

L'infolettre est envoyée à nos membres via leur adresse courriel ou par courrier s'ils le préfèrent.

WEBINAIRES

Les rencontres d'entraide et de partage ont eu lieu en virtuel cette année, considérant toutes les restrictions de la santé publiques.

ACTIVITÉS

Les activités en présentiel ont été suspendues pour suivre les normes de la santé publique et respecter les consignes de sécurité.

CONFÉRENCES DE AVRIL 2021 À MARS 2022

Considérant le contexte pandémique et l'impossibilité de faire des activités en présentiel, la plupart des conférences ont été présentées en virtuel, soit par zoom en direct ou envoyées aux membres en reprise via l'infolettre ou Facebook.

AVRIL 2021

Les difficultés des troubles concomitants toxicomanie et santé mentale en virtuel en reprise par Karen Fortin.

MAI 2021

Les personnes souffrant de troubles anxieux en virtuel en reprise par Johanne Talbot, directrice de La Clé des champs.

JUIN 2021

Il n'y a pas eu de conférence pour ce mois.

JUILLET 2021

Le trouble d'anxiété généralisé en virtuel en reprise par Brigitte Dupras, La Clé des Champs

AOÛT 2021

Il n'y a pas eu de conférence pour ce mois.

SEPTEMBRE 2021

L'art de bien communiquer en présentiel le 29 septembre par Jacynthe Chaussée.

OCTOBRE 2021

Direction Santé Globale en virtuel par Lise Dalpé le 27 octobre.

NOVEMBRE 2021

Le stress post-traumatique en virtuel par Isabelle Tousignant le 24 novembre.

DÉCEMBRE 2021

Il n'y a pas eu de conférence pour ce mois.

JANVIER 2022

Vivre au présent en virtuel le 26 janvier par Jacinthe Chaussée.

FÉVRIER 2022

Zoothérapie et santé mentale en virtuel le 23 février par Isabelle Tousignant.

MARS 2022

Il n'y a pas eu de conférence pour ce mois.

GROUPES D'ENTRAIDE ET D'ÉCHANGE

Depuis son arrivée en mars 2019, c'est à notre directrice, Jocelyne Arseneault, thérapeute en relation d'aide MD et intervenante sociale, que revient le plaisir d'animer ces groupes les 1^{er} et 3^e mercredis de chaque mois.



Ces rencontres ont eu lieu par vidéoconférences. *Cette année, nous avons décidé de ne pas choisir de thématiques et de laisser le sujet aux choix des participants.*

La pandémie et le confinement nous obligent à nous adapter à la situation et garder un contact avec les membres, qu'il soit virtuel ou téléphonique, l'important est de répondre aux demandes et assurer une présence chaleureuse et réconfortante.

INTERVENTIONS

La Parentrie a ajouté les services de Johanne Després en janvier 2021 au poste d'intervenante au sein de l'équipe. Les interventions individuelles ou familiales se sont poursuivies de façon continue dans la dernière année, que ce soit au téléphone, par visioconférence ou par courrier électronique. L'augmentation des services psychosociaux de proximité a obtenu un succès notable et nous recevons de plus en plus de demandes de services. Nos interventions sont les fondations du soutien aux membres de l'entourage. À noter que ces interventions sont comptabilisées aux fins de statistiques.

DU 1^{er} avril 2021 AU 31 MARS 2022

- 84 personnes ont été rejointes
(79 femmes + 5 hommes)**
- 30 nouvelles inscriptions**
- 240 heures (plus ou moins) d'accompagnement, de soutien et de références
(133 appels téléphoniques et 107 rencontres par visioconférences).**

À ce jour, **35 personnes ont demandé un suivi de 2 rencontres et plus.**

La raison principale de la demande est **l'épuisement, la charge mentale et l'impuissance** avec le fait que pour plusieurs, leur proche refuse systématiquement à peu près toutes formes d'aide.

- Ce qui totalise 191 rencontres de suivi***
- ✓ 84 appels téléphoniques**
 - ✓ 107 rencontres par visioconférence**

Madame Johanne Després assiste aussi les familles et les membres de l'entourage dans la rédaction du formulaire pour les demandes d'ordonnance de la cour à des fins d'évaluation clinique psychiatrique, pour un proche dont l'état de santé mentale compromet sa santé et (ou) sa sécurité ou celle des autres. Étant donné qu'elle est la seule intervenante accompagnant les familles, elle ne soutient que les familles membres de *La Parentrie*. Si tel n'est le cas, elle les réfère aux CLSC ou à l'association de familles du territoire de la personne qui demande cette aide.

Les services qui ont été offerts aux membres sont les suivants :

- Des interventions téléphoniques ;
- Des interventions par courrier électronique ou par Facebook ;
- Des rencontres ponctuelles individuelles ou familiales ;
- De l'écoute ;
- Des demandes d'information sur nos services ;
- De l'envoi de documentation ;
- De l'orientation et de la référence.

Toutes les interventions téléphoniques, individuelles/familiales ont pour but :

- D'aider la personne à dénouer l'impasse dans laquelle elle se trouve ;
- De mieux faire connaître *La Parentrie* et d'établir des objectifs précis d'intervention pour permettre la résolution d'un problème pouvant être circonscrit rapidement. Si impossible, la personne sera orientée ou référée vers un service pertinent à sa situation.

Voici un bref résumé de la dernière année :

Documentaires – Capsules – Webinaires – Conférences – Balados

Action Autonomie

- *Présentation du plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026 (24 février 2022)*

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-914-14W.pdf>

Présentation critique du point de vue d'un organisme communautaire en défense de droits des personnes aux prises avec des troubles liés à la santé mentale. Il nous a été présenté les bons et moins bons coups de ce plan d'action. Il a été largement question de l'importance des droits et libertés des personnes atteintes, notamment lorsqu'il est question de la loi P-38, devenue la LPP-Loi Protection de la Personne.

- *Âgisme en psychiatrie, témoignages et propositions (8 avril 2021)*

Lancement de la vidéo (37 minutes)

Cette vidéo a été rendue possible à partir d'une recherche-action sur le terrain avec toutes les personnes concernées par le vieillissement (usagé.e.s; intervenant.e.s; enseignant.e.s en géronto; membres de regroupements..).

À travers un visuel invitant et des témoignages touchants, la vidéo illustre clairement la double stigmatisation : être âgé.e et avoir un dossier en santé mentale.

L'approche alternative en santé mentale d'Action Autonomie vise essentiellement l'empouvoirement (leur traduction de l'empowerment).

ALPABEM

- *La garde en établissement, vers le juste équilibre (15 février 2022)*

La loi P-38 est devenue la Loi de la Protection de la Personne – LPP.

Ce changement a été fait pour souligner à gros traits l'importance de ne pas perdre de vue que cette loi d'exception ne doit être utilisée qu'en cas de danger grave et imminent.

RADC

- *Demande d'aide chez les hommes (31 mars 2021)*

Présentation d'un groupe d'entraide pour hommes qui ont un.e proche qui vit avec des troubles reliés à la santé mentale. À partir du modèle masculin traditionnel, il nous a été présenté les principales difficultés à rejoindre les hommes et les raisons de leur faible représentativité dans les demandes de services.

- *L'anxiété généralisée (3 mai 2021)*

Présentation des principales formes de troubles anxieux et différents outils pour mieux aider sans nuire.

- *Garder le CAP (4 octobre 2021)*

Un documentaire de 30 minutes qui présente 3 touchants témoignages et qui donne la parole aux membres de l'entourage d'un.e proche atteint.e de troubles reliés à la santé mentale.

- *Réflexion sur le devenir de notre Regroupement - 3^e volet :*

Les services et les approches d'intervention (26 janvier 2022)

Présentation des résultats et échanges sur le sondage effectué auprès des associations membres concernant les services offerts à la clientèle (services de base, approches cliniques et nouveaux services).

Un p'tit mot pour vous très chère.s membres de l'entourage..

Comme intervenante auprès des proches aidant.e.s, je tiens à vous exprimer ma joie et ma gratitude d'être parmi vous. Malgré la particularité au niveau relationnel que l'on vit toutes et tous depuis plusieurs mois, je peux vous assurer que ce contexte n'a en rien affecté mon profond souci à vous offrir un espace sécuritaire dans le respect de votre rythme.

Vous accompagner à vous donner l'importance à laquelle vous avez droit, et vous aider à prendre conscience de vos besoins de soutien, de sensibilité, de bienveillance, de validation, de compréhension, d'apaisement... est pour moi un précieux privilège.

Un immense Merci à chacune et chacun d'entre vous!

Johanne ♥

**Johanne Després,
Intervenante aux proches aidant.e.s.**



Durant l'été, *La Parentrie* poursuit son travail d'intervention et de répit aux familles et membres de l'entourage. Les conférences et les groupes d'entraide font toutefois relâche. Nous en profitons pour recharger nos batteries et refaire le plein d'énergie. Ce sont des semaines particulièrement actives au niveau de la planification de l'année à venir.

ACTIVITÉS DU VOLET « RÉPIT » D'AVRIL 2021 À MARS 2022

Chaque sortie mensuelle ainsi que le camp de vacances demandent une planification et une organisation spécifique : recherche de lieux intéressants, calcul des coûts, achats de matériel selon la nature de l'activité, demande d'informations et réservations et bien sûr, la transmission des informations aux participants et les rappels quelques jours avant.

- Chaque activité est suivie si possible, d'un souper au restaurant ;
- Il y a toujours deux à trois accompagnateurs avec les participants pour les sorties d'un jour ;
- Lors des camps de vacances, le ratio est un accompagnateur pour six participants et les camps de vacances sont toujours précédés d'une rencontre préparatoire ;
- Toutes les activités du Répit aux familles sont **gratuites** mises à part quelques activités (sorties parents/proches) pour lesquelles on demande une contribution aux familles.

SORTIES D'AVRIL 2021 À MARS 2022

Avec l'interdiction de rassemblements et la fermeture des différents commerces et restaurants, le répit n'a pas eu lieu à chaque mois cette année. Également, en considération de la fermeture des restaurants, il n'a pas toujours été possible d'organiser un souper au restaurant faisant suite à l'activité du répit. Nous espérons fortement ne pas avoir à remettre le répit sur pause l'an prochain !

SORTIES FAMILIALES POUR LES MEMBRES DE L'ENTOURAGE ET LEURS PROCHES

ECOMUSEUM

Samedi, le 24 avril 2021, nous nous sommes rendus à Sainte-Anne-de-Bellevue pour faire la visite du Zoo Ecomuseum.

JARDIN BOTANIQUE

Samedi, le 22 mai 2021, les participants ont pu découvrir les beautés du Jardin Botanique à son plus beau, la floraison du printemps ! Une boîte à lunch à été distribuée à chaque participant sur place.

BATEAU-MOUCHE

Samedi, le 26 juin 2021, les participants ont pu faire une croisière de 90 minutes à bord du bateau-mouche sur le fleuve St-Laurent. Le souper a été offert dans le bateau.

EXPOSITION RIOPELLE

Samedi, le 31 juillet 2021, nous avons visité l'exposition « Riopelle : à la rencontre des territoires nordiques et des cultures autochtones » au Musée des Beaux-Arts de Montréal.

CAMP DE L'AVENIR

Du lundi 16 août au jeudi 19 août 2021 a eu lieu notre camp d'été à Ste-Anne-des-Lacs. Les participants ont pu profiter de la baignade, de repas tout au long du camp, de randonnées ainsi que de plusieurs activités préparées par les accompagnatrices.

LA MAGIE DE LA POMME

Samedi, le 11 septembre 2021, les participants ont pu faire la cueillette de pommes au verger La magie de la pomme à St-Eustache. Nous avons fait un pique-nique sur les lieux et ces derniers ont pu repartir avec un sac de 5 livres de pommes.

JARDINS DE LUMIÈRE

Samedi, le 20 octobre 2021, nous nous sommes rendus au jardin botanique afin de voir le paysage féérique des lanternes chinoises dans cet oasis de verdure.

BIODÔME

Samedi, le 27 novembre 2021, les participants ont pu faire la visite du biodôme de Montréal. Un souper a suivi l'activité au restaurant *Casa de la pizza*.

DÉCEMBRE 2021

Samedi, le 16 décembre 2021, un souper avec les membres proches aidants devait avoir lieu au Rendez-vous du thé, malheureusement, nous avons été dans l'obligation d'annuler dernière minute, en tenant compte des normes de la santé publique en lien avec la Covid-19.

JANVIER 2022

et

FÉVRIER 2022

Aucune activité n'était prévue car toutes les activités en présentiel ont été suspendues.

CÉRAMIQUE CAFÉ

Samedi, le 26 mars 2022, les membres ont été invités à peindre une pièce en céramique au *Céramique Café*, sur St-Denis. Un souper a été organisé sur place. Les pièces ont été ramassées par la suite par notre intervenante communautaire et remises aux participants à leur grande joie.

CONCERTATION COMITÉS ET REPRÉSENTATIONS

Afin d'arrimer les services à la population et de défendre les intérêts des familles de *La Parentrie*, nous avons poursuivi notre travail de concertation et de représentation avec différents regroupements, nos partenaires communautaires et institutionnels en santé mentale de même qu'avec la communauté. Pour parvenir à ces objectifs, nous avons participé tout au long de l'année à des comités, des forums, des journées de réflexion et d'action. Nous vous présentons brièvement les instances de concertation avec lesquelles nous travaillons. Ce sont des regroupements sur lesquels nous siégeons depuis plusieurs années et qui sont reconnus pour leur résistance et leur implication dans le réseau communautaire. Le travail qui s'y fait est transparent et fait foi des convictions et de l'éthique avec laquelle nous recevons les demandes d'aide des parents et membres de l'entourage.

LE RACOR

Le **Réseau Alternatif et Communautaire des Organismes** en santé mentale de l'île de Montréal analyse et établit des stratégies pour défendre les intérêts des organismes communautaires de Montréal en santé mentale et ceux de ses membres. Il intervient auprès du Centre Intégré de Santé et des Services Sociaux, du ministère de la Santé et des Services sociaux et de tout autre interlocuteur en lien avec les dossiers à l'étude. *La Parentrie* est membre régulier de ce regroupement. Le RACORD, Journal des voisins ainsi que Solidarité Ahuntsic publient gracieusement les communiqués de nos activités lorsque nous leur en faisons la demande.

Tout au long de l'année et régulièrement, les organismes membres reçoivent des info-lettres. On y trouve de l'information traitant des dossiers importants concernant nos organismes et la population que nous desservons. Le RACOR publie aussi les activités offertes par les organismes communautaires en santé mentale de Montréal. Si l'an dernier le RACOR a suivi de près la convention du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC), cette année c'est grâce à eux que nous avons su rester informés des différents programmes de subventions reliés à la pandémie, des allègements gouvernementaux en lien avec la tenue des AGA et des redditions de compte.

Cette année encore, le RACOR, en collaboration avec d'autres tables sectorielles et intersectorielles, a effectué un travail immense pour démontrer les besoins financiers des organismes communautaires en santé mentale et du manque à gagner pour pouvoir offrir les services à la population.

LE RÉSEAU AVANT DE CRAQUER (FFAPAMM)

Chaque année, la directrice et certains membres du conseil d'administration participent à l'assemblée générale annuelle et au congrès du *Réseau avant de craquer* qui se déroule à Québec.

Le RRASMQ

Le RRASMQ (Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec) comprend 90 membres réguliers et 25 membres affiliés sur l'ensemble des territoires du Québec. *La Parentrie* en est membre depuis 2014. Le Regroupement est la voix des personnes utilisatrices des services en santé mentale et s'assure que les droits de chacun soient respectés.

SOLIDARITÉ AHUNTSIC

Cette année, il y a eu plusieurs assemblées générales virtuelles auxquelles *La Parentrie* a participé.

Depuis 5 ans, une des priorités de Solidarité Ahuntsic vise à poursuivre les démarches avec la Commission scolaire de Montréal pour statuer sur l'avenir du Centre communautaire dans lequel est situé *La Parentrie*. La CSDM a toutefois annoncé une éventuelle reprise du centre communautaire pour répondre aux besoins des citoyens.

Solidarité Ahuntsic est en train de travailler sur le projet du site Louvain, appartenant à la Ville de Montréal sur lequel est prévu la construction de plusieurs installations publiques et parapubliques, dont un nouveau centre communautaire. *La Parentrie* pourrait éventuellement s'y installer, étant inscrit à la liste des ressources démontrant un intérêt à y être déplacé. Toutefois, nous sommes en réflexion et prendrons notre décision au courant de l'année à venir.

COMITÉS, REPRÉSENTATIONS ET SUIVIS DE DOSSIERS

Carrefour d'échanges cliniques

La participation de *La Parentrie* au Carrefour d'échanges cliniques a pour but de :

- Améliorer notre connaissance des services offerts par les autres organismes participants ;
- Améliorer le cheminement de nos références vers les autres organismes ;
- Créer des liens de collaboration entre les participants afin d'établir une communication efficace et efficiente ;
- Éviter des situations dans lesquelles des personnes fragiles se retrouvent sans service
- Partager des pratiques cliniques ou des modalités d'interventions avec les autres organismes.

Cette année, les rencontres ont dû être suspendues.

La Table du Réseau local de services

La table du RLS est tenue quant à elle trois ou quatre fois par année. Les points traités pour ces échanges concernent les enjeux liés à la coordination des réseaux locaux de services en santé mentale dont : l'adaptation, l'amélioration, la facilitation, l'accessibilité, la complémentarité des services, le soutien des utilisateurs et de leurs proches, la liaison... sont autant de sujets de discussion auxquels les organismes présents, dont *La Parentrie*, sont amenés à échanger.

Ces rencontres font le lien entre les différents comités qui émergent.

Voici quelques organismes qui participent aux rencontres :

CISSS du Nord de l'île de Montréal
Association de familles *La Parentrie*
Association de familles APSM
Bordeaux/Cartierville/Saint-Laurent
Association IRIS
Centre Dollard Cormier
Relax-Action
La Clé des Champs
La Maison L'Éclaircie de Montréal

Le Service de réadaptation l'Intégrale
UPS Justice
Prise II
CÉGEP Saint-Laurent
Collège Bois-de-Boulogne
Ressource Jeunesse Saint-Laurent
Service de police de la Ville de Montréal
D'autres invités se joignent à nous selon les besoins

La Parentrie a assuré un suivi, mais considérant la pandémie, les rencontres ont été limitées.

Chambre de commerce de Montréal

Une conférence auprès des directeurs et coordinateurs a eu lieu le 25 novembre 2021. Celle-ci est présentée par Robert Dumas, président chef de la direction provinciale de Sun Life Québec et s'intitule « La santé mentale en milieu de travail ».

Monsieur Dumas parle d'augmentation significative d'une problématique en santé mentale, soit, environ 500 000 personnes par année, s'absentent du travail. Cette absence est causée par des situations de crises psychologique ou psychosociale, et 55% de ces personnes ont un problème en santé mentale en ce moment. On comptabilise 35% de cas d'invalidité en santé mentale, ce qui signifie 65 000 mille cas d'absence au travail en raison de la santé mentale au Canada. Depuis quelques années, et toujours à la hausse, une personne sur 10 quitte son travail, par manque de soutien en santé mentale, dans son milieu de travail.

Travailler en prévention en santé mentale diminue la maladie mentale.

On calcule 10 fois plus de démarches et de demandes d'aide depuis le début de la pandémie mondiale. Avec le nouveau Projet de Loi 59, on rapporte le bénéfice d'une meilleure prise en charge en santé mentale, mais surtout mis de l'avant, pour créer un contexte qui facilite la demande d'aide en entreprises. Les entreprises doivent avoir un bon leadership, une bonne communication et le plaisir au travail doit être mis de l'avant.

Nous sommes en pénurie d'employés en ce moment et d'ici 1 an, 100 000 seront à la retraite.

Table des présidents du Réseau avant de craquer

Cette année, la table a eu lieu le 5 octobre 2021. La pénurie de main d'œuvre est abordée et rapidement, cela ouvre la question de la mobilisation et des enjeux salariaux ainsi que le défi de bien définir les classes salariales. Il est question d'assurance collective. Une référence est aussi nommée : l'assureur du régime de l'AACOCQ, soit la Croix Bleue.

On soulève également l'enjeu de la sécurité informatique avec la croissance du télétravail et des contenus en ligne. La préoccupation quant à la vaccination obligatoire est aussi soulevée.

On dit avoir eu des consignes du CISSS. On s'interroge sur les obligations que nous avons en cette matière, notamment pour les organismes qui ont une entente en vertu de l'article 108 de la LSSSS.

Trois éléments semblent plus clairs. D'abord, si nous offrons des services d'hébergement, le personnel doit être vacciné. Ensuite, si nous offrons nos services dans les installations des CISSS ou CIUSSS, le personnel doit aussi être vacciné. De plus, chaque CA peut, s'il le souhaite, adopter légitimement une règle concernant la vaccination de son personnel.

Plan d'action gouvernemental pour personnes proches aidantes :

On nous informe que le Plan devrait être déposé d'ici la fin d'octobre 2021 et viendra possiblement avec l'annonce d'un budget pour les proches aidants en santé mentale.

Plan d'action en santé mentale :

Les consultations sont terminées. Le Réseau Avant de Craquer ainsi que plusieurs autres groupes ont été sollicités pour exposer leur point de vue. Le Plan devrait être déposé en novembre, il pourrait inclure des mesures intéressantes, notamment pour la jeunesse.

Rendez-vous des directeurs(trices) du Réseau *avant de craquer* (FFAPAMM)

Quatre fois par année, les directeurs(trices) et présidents(es) des associations de familles du Québec se rencontrent pour des rendez-vous de réseautage. Le directeur du *Réseau avant de craquer* participe à ces rencontres. Le but de ces activités est de travailler en synergie sur des dossiers d'importance et ayant des enjeux considérables sur nos organisations. Outre les rencontres des directions, il y a des rencontres pour les présidents(es) et les intervenants.

Cette année, il y a eu des rencontres les 29 et 30 novembre 2021, les rencontres ont été limitées à cause de la Covid. En résumé, le Réseau avant de craquer explique qu'il monte un projet et que des fonds seront débloqués par le gouvernement pour l'organisme L'APPUI, un programme pour les proches aînés, les proches aidants, les personnes ayant des troubles de santé mentale ainsi que les personnes souffrant d'handicaps. Les fonds permettront d'engager des intervenants pour les jeunes de 12 à 29 ans afin de rejoindre ceux-ci sur leur terrain, soit dans les écoles ou bien les maisons pour jeunes.

CIUSS Ahuntsic et Montréal-Nord

Notre directrice, Jocelyne Arsenault ainsi que l'intervenante Marie-Pascale Tremblay ont eu une rencontre virtuelle avec Mélissa Audet et Sylvie Ladouceur, professionnels des CIUSS D'Ahuntsic et Montréal-Nord le 6 décembre 2021. Afin de faire connaître les services de La Parentrie et que les professionnels de ces CIUSS dirige la clientèle vers nos services, ces dernières proposent de recevoir notre infolettre à chaque mois. À la suite de cette rencontre, notre directrice est invitée aux réunions de groupe afin de faire connaître la mission de notre organisme.



Participations en vrac //

Avril 2021

- Action Autonomie : Lancement de la vidéo *Âgisme et psychiatrie* le 8 avril 2021. Cette vidéo a été rendue possible à partir d'une recherche-action sur le terrain avec toutes les personnes concernées par le vieillissement (usagé.e.s; intervenant.e.s; enseignant.e.s en gérontologie ; membres de regroupements..). À travers un visuel invitant et des témoignages touchants, la vidéo illustre clairement la double stigmatisation : être âgé.e et avoir un dossier en santé mentale.

Mai 2021

- Réseau avant de craquer : L'anxiété généralisée le 3 mai 2021. Présentations des principales formes de troubles anxieux et différents outils pour mieux aider sans nuire.

Juin 2021

Août 2021

Septembre 2021

Octobre 2021

- Réseau avant de craquer : présentation du documentaire *Garder le CAP* le 4 octobre 2021.
 - Un documentaire de 30 minutes qui présente trois touchants témoignages et qui donne la parole aux membres de l'entourage d'un.e proche atteint.e de troubles liés à la santé mentale.

Novembre 2021

Janvier 2022

- Réseau avant de craquer : Réflexion sur le devenir de notre regroupement – 3^e volet : Les services et les approches d'intervention, le 26 janvier 2022. Présentation des résultats et échanges sur le sondage effectué auprès des associations membres concernant les services offerts à la clientèle (services de base, approches cliniques et nouveaux services).

Février 2022

- Action Autonomie : Présentation du plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026 le 24 février 2022. Présentation critique du point de vue d'un organisme communautaire en défense de droits des personnes aux prises avec des troubles liés à la santé mentale. Il nous a été présenté les bons et moins bons coups de ce plan d'action. Il a été largement question de l'importance des droits et libertés des personnes atteintes, notamment lorsqu'il est question de la loi P-38, devenue la LPP-Loi Protection de la Personne.
- ALPABEM : La garde en établissement, vers le juste équilibre le 15 février 2022
 - La loi P-38 est devenue la Loi de la Protection de la Personne – LPP.
 - Ce changement a été fait pour souligner à gros traits l'importance de ne pas perdre de vue que cette loi d'exception ne doit être utilisée qu'en cas de danger grave et imminent.

Mars 2022

- Réseau avant de craquer : Zoom sur les changements dans la Loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité, présenté par le Curateur Public du Québec, le 30 mars 2022.
 - Abolition du régime de curatelle
 - Nouvelle mesure d'assistance pour les personnes qui vivent une difficulté
 - Nouveau régime de protection pour les personnes ayant besoin d'une représentation temporaire

DONNÉES ADMINISTRATIVES

Conseil d'administration

Afin d'assurer la pérennité de *La Parentrie*, le conseil d'administration a pris des décisions en collaboration avec la direction. Les administrateurs ont amené des idées constructives et contribué activement au bon fonctionnement de l'organisme tout au long de l'année. Des membres du conseil d'administration ont donné de leur temps sans compter, ce qui a permis à *La Parentrie* de tenir le cap durant la restructuration majeure, avec les dédales de la pandémie en 2020-2021 qui se sont poursuivies en 2021-2022.

Les membres du conseil d'administration de l'année qui se terminait au 31 mars 2022 sont :

- Président : Alain Baril
- Vice-présidente : Sophie Briand
- Trésorier : Yves Pichette
- Secrétaire : Claire Lefebvre Yelle
- Administratrice : Nicole Brossoit
- Administratrice : Micheline Charbonneau
- Administratrice : Louise Jokisch

Tous sont des membres en règle de *La Parentrie*.

Leurs proches sont des utilisateurs de services en santé mentale.

- Au cours de la dernière année, nous avons tenu les réunions virtuelles régulières de notre conseil d'administration pour tenir à jour les activités de *La Parentrie* et réaliser certains dossiers spécifiques ;
- L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 24 septembre 2021, elle a eu lieu en virtuel considérant les restrictions de la santé publique ;
- Le nombre de membres comptabilisés au 31 mars 2021 était supérieur à 300 et nous pouvons chiffrer le nombre de demandes de services, d'interventions téléphoniques ou de références qui dépasse mille (1000) appels en 1 an, voir les statistiques d'interventions du 1^{er} avril 2021 au 31 mars 2022 (*page 10*)

PRIORITÉS 2021/2022

« Avec les hausses budgétaires, La Parentrie du Nord de Montréal sera en mesure de déployer encore plus de services et ainsi poursuivre sa mission » :

1. Faire mieux connaître les services offerts par La Parentrie du Nord de Montréal;

Actions liées à cette priorité :

- Développer une collaboration avec les CLSC de notre secteur, pour favoriser une prise en charge plus rapide de gens qui font appel aux services soient: les proches aidants et membres de l'entourage qui vivent avec des personnes ayant des problèmes de santé mentale;
- Rejoindre les jeunes dans leur milieu de vie et les informer des services disponibles pour eux;

2. Développer et promouvoir les groupes d'entraide et de partage pour les proches-aidants et les membres de l'entourage vivant avec des personnes ayant des problèmes de santé mentale pour les outiller et les aider à trouver des solutions;

Actions liées à cette priorité :

- Intégrer des services personnalisés pour soutenir les proches-aidants (conjoints-conjointes / parents / fratrie / grands-parents) ou les membres de l'entourage (belle-sœur, beau-frère, ami ou voisin)
- Favoriser des activités jumelées avec les proches-aidants, membres de l'entourage et les personnes ayant des problèmes de santé mentale;
- Poursuivre et développer des activités hebdomadaires diversifiées pour les proches aidants et les membres de l'entourage en donnant accès au programme à un plus grand nombre de participants

3. L'année 2022 sera déterminante pour l'implantation de nouveaux services de répit de ressourcement pour les proches aidants et les membres de l'entourage

Actions liées à cette priorité :

- La Parentrie du Nord de Montréal aurait besoin de personnel supplémentaire, selon les subventions, nous verrons à combler les postes nécessaires;
- Embaucher du personnel qualifié pour assurer le suivi des personnes qui font appel aux services de La Parentrie qui est présentement en plein essor;
- Embaucher du personnel pour la recherche de financement, pour le soutien aux tâches administratives et aux communications <

4. Relocalisation des bureaux de La Parentrie du Nord de Montréal :

Actions liées à cette priorité :

- Achat d'immeuble dans le secteur ou
- Location de locaux commerciaux dans le secteur

5. Renouvellement du « membership »

La Parentrie reçoit deux catégories de demandeurs : Les personnes qui font appel à nos services par téléphone pour leur proche ou un membre de l'entourage en besoin d'aide et celles qui ont besoin d'être orientées vers des services selon le besoin.

Dans le contexte de la pandémie, les demandes d'aide ont été nombreuses mais l'implication des membres actifs a nettement à la baisse, en raison du confinement et des restrictions de la santé publique. Chaque membre de La Parentrie est invité à renouveler son adhésion à chaque année par courrier, courriel ou via le site Internet et devenir un membre actif.

Actions liées à cette priorité :

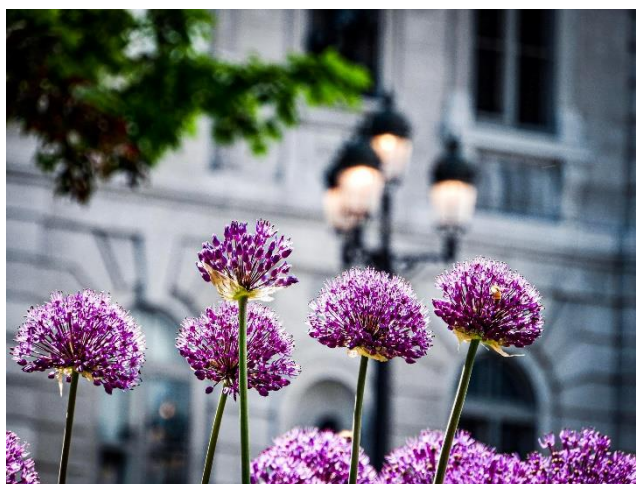
- Favoriser le renouvellement du membership par téléphone et par courriel ;
- Comptabiliser les demandes de services et celles des membres réguliers ;

6. Financement

En tant qu'organisme communautaire, nous souhaitons offrir les meilleurs services, et pour ce faire, nous sollicitons les subventions, les fondations et les donateurs.

Actions liées à cette priorité :

- Faire les démarches pour l'obtention des subventions disponibles ;
- Organiser des rencontres de ressourcement et offrir les outils nécessaires à nos membres pour les aider dans leur cheminement en lien avec leur proche ;
- Faire connaître la Parentrie à travers des levées de fonds pour maintenir les activités et en intégrer de nouvelles ;



REMERCIEMENTS

Merci aux membres du conseil d'administration qui soutiennent et veillent au bon fonctionnement de *La Parentrie*. Malgré la charge de travail qui nous attend année après année, nous pouvons toujours compter sur leur investissement et leur participation.

Merci à l'équipe des « services comptables Bergeron » pour l'excellence de leur travail et leur dévouement.

Merci à monsieur Ron Amstutz, notre vérificateur, qui année après année se montre disponible, compréhensif et effectue son travail d'une main de maître.

Merci au personnel de La Parentrie qui œuvre pour promouvoir l'organisme, répond aux demandes des membres et s'assure du bon fonctionnement des services ;

Merci aux accompagnateurs du Répit. Cette année les participants du Répit ont été accompagnés par Christiane Germain et des intervenants communautaires. Ces personnes accomplissent un travail professionnel et bienveillant auprès des participants. Ils ont cette capacité d'accueil qui crée le lien de confiance et le renforce au fil du temps. Ils sont respectueux, responsables et enthousiastes.

Merci également à toutes les personnes qui ont supporté financièrement La Parentrie dans la poursuite de sa mission. Je parle ici des membres, des fondations, des entrepreneurs et des communautés religieuses.

Nos remerciements au ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec et au Centre intégré de santé et des services sociaux de Montréal qui subventionnent *La Parentrie* par le biais du PSOC. ; ***merci à tous nos partenaires communautaires et à ceux du réseau public, aux fondations et donateurs privés*** pour leur collaboration et leur confiance en *La Parentrie*. Nous souhaitons dans le futur développer d'autres collaborations à la hauteur de ce qui existe déjà depuis notre implantation dans la communauté.

Et nos remerciements à madame Christiane Germain, Responsable des répits pour sa disponibilité, l'organisation des sorties et du camp de jour, sa grande collaboration envers la Parentrie, qui transparaît dans l'animation de l'assemblée générale annuelle ;

Merci au conseil d'administration de Solidarité Ahuntsic et à son directeur, monsieur Rémi Robitaille qui gère le Centre communautaire et dans lequel *La Parentrie* bénéficie de locaux à un coût encore à la portée de son budget. Le personnel de soutien dont la secrétaire du centre et les concierges font du très bon boulot. Ils nous sont précieux dans la logistique de l'organisation des activités.

Merci à madame Jocelyne Arseneault, Directrice Générale, pour la représentation de *La Parentrie* auprès des organismes, pour sa disponibilité, sa présence dans les comités et sa bienveillance auprès de toutes les personnes ayant une relation avec l'organisme.

