

# Rapport annuel d'activités

**DÉPOSÉ À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE**

**TENUE LE 24 SEPTEMBRE 2021**

10780, rue Laverdure, bureau 203, Montréal (Québec) H7N 3L9

Tél. : 514-385-6786

Fax : 514-385-9513

Courriel : [administration@laparentrie.org](mailto:administration@laparentrie.org)



## 2020-2021

« 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 2020-2021

*Président : Alain Baril*

*Vice-présidente : Sophie Briand*

*Trésorier : Yves Pichette*

*Secrétaire : Claire Lefebvre-Yelle*

*Administratrice : Nicole Brossoit*

*Administratrice : Micheline Charbonneau*

*Administratrice : Louise Jokisch*

*Administratrice : Hayat Sbiti*

*Représentante de la Parentrie : Jocelyne Arseneault*

# Mot du Président



Chers membres,

Bonjour à vous,

Cette année a été garnie d'agilité, d'ingéniosité et de rebondissements. La pandémie a permis de remarquer la valeur inestimable de nos employés, une équipe créative et dévouée.

Une année charnière pour la résolution de dossiers importants et stratégiques qui a propulsé La Parentrie vers de nouveaux horizons. Notre relation renouvelée avec le CIUSSS ainsi qu'avec nos fidèles donateurs ne cesse de prendre de l'ampleur.

En 2021, nous avons accueilli de nouveaux employés permettant d'accroître notre offre de services auprès de la clientèle et de réaménager nos locaux.

L'année qui s'amorce est remplie de défis stimulants qui positionnera La Parentrie à un rang enviable des organismes communautaires.

En terminant, La Parentrie tient à remercier, Madame Caroline Chaussé, pour sa contribution à la mission de l'organisme depuis 2011. Durant toutes ces années, elle a offert un grand soutien et réconfort aux participants des groupes de répit ainsi qu'à leur famille et aux membres de leur entourage. Nous lui souhaitons la meilleure des chances pour ses projets.

Bonne AGA,

Alain Baril, Président  
Conseil d'Administration de La Parentrie

## Mot de la Directrice

Bonjour à vous tous, chers membres de La Parentrie.

C'est avec grand plaisir que je prends ce temps d'arrêt pour vous écrire ce soir et dresser un bilan positif de la dernière année. L'année 2020 ainsi que le début de l'année 2021, que l'on pourrait tout simplement qualifier comme étant particulières, mais combien enrichissantes, puisqu'elles nous ont bousculés et forcés à être des plus ingénieux afin de maintenir la continuité de nos services malgré la pandémie et le confinement.



Avec Zoom et Internet, des solutions ont été apportées pour être présentes auprès de vous.

Malgré les temps difficiles de pandémie, la Parentrie offre toujours ses activités et répond aux besoins de ses membres, en maintenant les activités du répit dès que la température est favorable, en demeurant présents par téléphone, en innovant par vidéo consultation et en offrant tous les mois des vidéoconférences, sans compter l'infolettre distribuée gratuitement à environ 189 personnes. Nous ne cessons d'améliorer notre équipe et de développer nos services afin de mieux répondre à des besoins en croissance, plus particulièrement depuis la pandémie, et ce, malgré les restrictions du confinement.

Actuellement, avec les montants majorés en raison de la pandémie, nous sommes 5 employés et je peux compter sur une équipe formée d'une adjointe administrative, d'une intervenante principale aux activités, à laquelle s'ajoutent deux intervenants psychosociaux dont la rémunération provient de subventions diverses sur des projets spécifiques annuels. L'équipe est toujours en télétravail, mais je peux vous assurer que dès que possible, de nouveaux projets tels que des répits pour les familles et les membres de l'entourage seront mis de l'avant pour répondre aux besoins. Mes remerciements à Maude Desjardins pour le travail qu'elle a effectué à la Parentrie, son implication au journal Le Filon et sa collaboration puisqu'elle nous a quitté en mai.

Je tiens à remercier chaleureusement, le Conseil d'Administration de La Parentrie, pour son dévouement, sa loyauté et sa sensibilité à notre grande mission. Également, j'aimerais souligner l'excellence de son ouverture au changement et son sens des responsabilités, notamment en relation avec la situation actuelle de notre société, depuis le début de la COVID-19. La Parentrie se veut un organisme vivant, en mouvement et actif pour le mieux-être de ses membres.

En terminant, je vous dirai que : « Nous sommes là pour vous ! » Je vous prie d'agréer mes plus cordiales et sincères salutations en nous souhaitant un printemps tout en couleur et en douceur.

*Jocelyne Arseneault*

Directrice générale

La Parentrie du nord de Montréal

## MISE EN CONTEXTE

L'année 2020 restera ancrée dans la mémoire de tous et de chacun durant de nombreuses années. Face à une situation sanitaire mondiale, l'année 2020 fut chamboulée par la pandémie. En mars dernier, le Québec tout entier a été mis en pause. Durant les 12 mois de l'année financière, nos activités ont été maintenues au strict minimum, tout en respectant les normes sanitaires et la distanciation physique. Étant un organisme localisé en zone rouge, nous nous sommes réorganisées pour donner tous nos services en jumelant le travail et nos vies familiales. Même si nous devons être physiquement à distance, nous demeurons empathiques envers les personnes qui font appel à la Parentrie. La vaccination contre la COVID-19, en 2021, nous offre une lueur d'espoir. Nous avons hâte de vous revoir en présence !

La COVID-19 a eu un impact fracassant au niveau du développement des projets et de l'adaptation des deux employées en poste. Nous avons dû annuler plusieurs activités et focaliser sur l'intervention auprès de nos membres, c'est-à-dire, par la visioconférence. Nous ne devons pas oublier que c'est un moment absolu d'entraide et de soutien. La Parentrie a fait preuve d'une grande résilience en temps de crise et est fière d'avoir pu offrir des services d'intervention, de support et d'entraide malgré la contrainte sanitaire. Les difficultés engendrées par la crise ont permis à notre équipe de persévérer et de mettre en place plusieurs projets qui n'auraient pas pu voir le jour sans la discontinuité et ralentissement des activités quotidiennes.

Au cours de la dernière année, les regroupements en santé mentale ont imploré le gouvernement de bonifier les subventions pour offrir davantage de services aux personnes en détresse émotionnelle. À l'écoute de ces demandes, les organismes en santé mentale tel la Parentrie, ont reçu des ajouts à leur subvention PSOC habituelle. D'autres sommes provenant de la Fondation ÉCHO, ont permis de réaliser des projets dont nous vous décrirons la progression un peu plus loin.

Aussi, dans le but d'offrir un maximum de services et de suivis psychosociaux, nous avons délesté la coordonnatrice administrative de certaines tâches et embauché une adjointe administrative, par une subvention salariale de 30 semaines d'Emploi-Québec. À ceci s'ajoute l'embauche d'une intervenante en santé mentale pour le soutien aux proches, grâce à un montant octroyé par le CIUSSS du Nord de l'Île de Montréal. Nous avons procédé à son embauche pour un an avec la possibilité d'une reconduction de contrat pour une deuxième année.

Nous avons également le plaisir de vous annoncer la bonne nouvelle qu'une deuxième personne s'ajoute à titre d'intervenant pour notre projet jeunesse planifié pour l'année 2021. Il va sans dire que l'équipe de La Parentrie n'a pas chômé durant la pandémie. Nous avons su passer d'une équipe de deux personnes à cinq employés(es). Qui dit agrandissement de l'équipe dit aussi redistribution de tâches et réaménagement de l'espace.

**Voici quelques-unes des actions réalisées au cours de l'année. Elles se sont concrétisées grâce aux montants additionnels reçus en cours d'année.**

La *Parentrie* a fait peau neuve tant dans ses locaux, par l'achat d'un nouveau mobilier que par la mise à jour et l'amélioration de sa plateforme web et des médias sociaux.

***Nous avons mis en place un comité visant à redéfinir l'image que nous souhaitons véhiculer.  
Nous avons embauché une firme pour la refonte du site web et du logo.  
Nous avons reçu une formation sur l'utilisation des médias web et sociaux.  
Nous avons conçu de nouveaux dépliants présentant nos services.***

Toutes ces actions ont pour objectif de rendre attrayant nos locaux pour le personnel et la clientèle. Nous souhaitons aussi maintenir et optimiser la visibilité de la *Parentrie* tant par sa qualité que par son efficacité. En d'autres mots, 2020-2021 a pris une tournure inattendue, mais de belles choses se dessinent pour le futur. Brièvement, et toujours dans l'idée d'offrir un éventail plus large de services aux membres de l'entourage, la planification stratégique élaborée pour les prochaines années prévoit :

- 1. Augmenter les services d'entraide (suivi psychosocial, conférences, ateliers de discussions, café-causerie, formation Pro-Famille, etc.) ;**
- 2. Rejoindre les jeunes dans leur milieu de vie (école, loisirs, etc.) pour mettre sur pied des activités soutenant les enfants et les adolescents de parents aux prises avec un trouble grave de santé mentale ;**
- 3. Mettre en place un réseau de bénévoles du type « Pairs Aidants Famille » ;**
- 4. Effectuer des activités structurées pour les membres du volet « Répît » et ajouter ce service aux membres de l'entourage ;**
- 5. Accueillir des stagiaires et des étudiants en intervention pour contribuer à développer des groupes éducatifs/informatifs ;**
- 6. Ajouter du personnel administratif pour la recherche de financement, le soutien aux tâches administratives et aux communications et pour offrir les services répondant à notre mission ;**
- 7. Développer des liens avec la communauté et les organismes qui desservent la population pour faciliter la mise en œuvre d'actions concertées ;**
- 8. Implanter un groupe de formateurs pour éduquer les familles à intervenir dans les situations de crises avec leurs proches ;**
- 9. Adapter ou déménager les locaux de *La Parentrie* dans un espace plus invitant qui corresponde aux services offerts.**

### **JOURNAL « LE FILON »**

Cette année, deux parutions du journal Le Filon sont parvenues aux portes de nos fidèles lecteurs.

Grâce à l'embauche du personnel de soutien, Maude Desjardins, se retrouve épaulée pour nourrir le contenu du Filon.

C'est un beau travail d'équipe qui a permis la dernière sortie sur les alternatives en médecine douce et le rétablissement des proches.

Les éditions sortent à l'automne et à l'hiver.

### **INFOLETTRE**

Avec la situation actuelle et les activités à distance, nous avons instauré une infolettre mensuelle. Celle-ci atteint plus de 189 personnes mensuellement.

Vous pouvez y retrouver les liens pour les rencontres d'entraide, les sujets des webconférences, des informations générales sur l'organisme ainsi que des recommandations d'articles en lien avec la santé mentale.

### **PRO-FAMILLE**

L'an dernier, nous souhaitions qu'à l'automne 2020, nous puissions démarrer de nouvelles formations en nous appuyant sur l'expertise de ces intervenants(es) compétents(es) par le CLSC ou par notre équipe en interne. Malheureusement, nous n'avons pas pu tenir ce groupe cette année puisque les activités en présentiel n'ont pu être maintenues.

Comme la matière de la formation est chargée en émotions et très dense, nous avons préféré mettre sur pause ce programme plutôt que de le donner en visioconférence.

## SOMMAIRE DES CONFÉRENCES DE MAI 2020 À MARS 2021

Afin de poursuivre les services de conférences auprès de nos membres, nous avons pris la décision d'offrir des webconférences sur notre site web. Celles-ci sont disponibles en libre-service à tous ceux qui le désirent.

**Mercredi, le 27 mai 2020**, nous recevions madame Catherine Lemaître, Coach PNL pour une première webconférence sous le thème « Préserver son équilibre mental ».

**Mercredi, le 25 septembre 2020**, nous recevions madame Catherine Lachance, actrice et conférencière en harmonisation organisationnelle pour une webconférence sous le thème « La gestion du stress », pour approfondir le sujet de la connaissance de son soi intérieur et des outils qui peuvent être utiles pour s'apaiser.

**Mercredi 28 octobre 2020** : nous recevions mesdames Crystal Samson (doctorante) accompagnée d'Annie Perreault (psychologue), pour une webconférence portant sur : « Démystifier et comprendre la schizophrénie ».

**Mercredi, le 25 novembre 2020**, nous recevions madame Marilou Lévesque, travailleuse sociale. Le thème cette webconférence portait sur la bipolarité et l'espoir.

**Mercredi, le 22 janvier 2020**, nous devions accueillir à nouveau mesdames Crystal Samson (doctorante) accompagnées d'Annie Perreault (psychologue) pour la webconférence mensuelle. Malheureusement, la conférence a dû être annulée pour des raisons hors de notre contrôle.

**Samedi 22 février 2020**, nous recevions monsieur Gabriel Julien, conférencier et ancien participant à une télé-réalité pour un témoignage poignant sur son combat avec sa condition mentale et ses dépendances, ses hospitalisations pour des crises psychotiques, l'accueil du diagnostic de bipolarité, la mobilisation de son entourage, ainsi que son rétablissement.

**Mercredi, le 25 mars 2020**, nous recevions madame Karen Fortin, du CIUSSS de Montréal au secteur des dépendances pour discuter de : « La difficulté des troubles concomitants en dépendances et santé mentale ».



## GROUPES D'ENTRAIDE ET D'ÉCHANGE

Depuis son arrivée en mars 2019, c'est à madame Jocelyne Arseneault, thérapeute en relation d'aide MD et intervenante sociale, que revient la tâche d'animer ces groupes les 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> mercredis de chaque mois, de 19 h à 21 h 30. *Nous avons implanté, en mars 2020, des thématiques choisies à l'avance afin de maximiser les échanges et ajouter un côté plus informatif et psychoéducateur.*

Voici les sujets abordés dans la dernière année :

- **16 septembre 2020** : *Le deuil blanc – Quand la maladie mentale prend le dessus*
- **7 octobre 2020** : *Nos pensées – prenez conscience de vos pensées pour mieux les apprivoiser.*
- **21 octobre 2020** : *Le manque de sommeil – quelles sont les conséquences ?*
- **4 novembre 2020** : *Les différents troubles de la personnalité – quels sont-ils ?*
- **18 novembre 2020** : *Les symptômes de la dépression – comment les reconnaître ?*
- **2 décembre 2020** : *La communication – parler en « JE », ça s'apprend !*
- **16 décembre 2020** : *L'anxiété – comment la gérer ?*
- **6 janvier 2021** : *COVID-19 - Lassitude, épuisement, solitude. Comment éviter les blessures psychiques ?*
- **20 janvier 2021** : *Les relations toxiques – comment reconnaître les signes d'une relation toxique ?*
- **3 février 2021** : *Échange du moment*
- **17 février 2021** : *Je suis psychorigide – Je m'inquiète tout le temps, d'où vient cette angoisse existentielle ?*
- **3 mars 2021** : *Personnalité pessimiste – connaître les 6 réflexes pour gérer les personnalités à tendance pessimiste.*
- **17 mars 2021** : *Une bonne santé mentale – quelques astuces pour renforcer son mental et sa santé.*



**Le vendredi 12 décembre 2020**, nous avons planifié une soirée musicale en live pour tous nos membres, entraide et répit confondus, dans le confort de leurs foyers. Nous avons comptabilisé près de 70 personnes visionnant le lien, ce qui porte le taux de participation à plus d'une centaine de personnes. Véritable vedette des médias sociaux, François Lachance a conquis ses premiers fans par YouTube, où plus de 1,3 million de personnes ont écouté sa composition sur le seuil. Il s'est présenté au grand public lors de ses participations à Star Académie (2012) et à The Voice, en France (2013). Son deuxième opus, Histoires vraies, a vu le jour à l'automne 2016 grâce à une campagne d'autofinancement à 100% assumée par ses admirateurs qui désiraient entendre ses nouvelles compositions. Il a su nous plaire en réalisant nos demandes spéciales variant de Charles Aznavour à Kain, en passant par Chris Stapleton.

## **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.

Madame 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. En novembre 2019, madame Jocelyne Arseneault s'est vu octroyer le poste de directrice générale.

Au niveau de l'intervention, *La Parentrie* tente de se spécialiser dans son domaine. Nous avons donc fait l'acquisition de plusieurs outils de travail en provenance des différents organismes communautaires qui offrent des services similaires aux nôtres, afin de créer une approche plus pointue et dirigée pour nos membres et son entourage.

Une fois de plus, nous avons dépassé le seuil espéré des demandes. Les services qui leur ont été offerts 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.

Nous profitons de cette soirée pour inviter nos membres à se joindre au groupe d'entraide. Ce groupe a fait ses preuves, c'est un lieu de parole, de partage et de solidarité. Il permet aussi de développer un réseau d'appartenance.



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 2020 À MARS 2021**

---

Chaque sortie mensuelle et 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 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 2020 À MARS 2021**

***Avec l'interdiction de rassemblements et la fermeture des différents commerces et restaurants, le répit a fait relâche. Plusieurs belles activités étaient prévues au programme, mais ce n'est que partie remise pour l'an prochain !***

**Samedi le 25 septembre 2020**, une marche depuis le Pavillon d'accueil du parcours Gouin et pique-nique dans un parc a eu lieu. Une quinzaine de membres ont pu ainsi se rencontrer et reprendre contact.

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

CABANE À SUCRE / FAMILLE D'AMOURS

**Vendredi, le 3 avril 2020**, 49 personnes devaient participer à cette activité. Malheureusement, celle-ci a dû être annulée lorsque le Québec est tombé en état d'alerte.

### **SORTIE AUX POMMES / LABONTÉ DE LA POMME**

**Vendredi, le 2 octobre 2020**, 52 personnes devaient participer à cette belle activité qui permet de célébrer le début de l'automne. Malheureusement, celle-ci a dû être annulée lors du resserrement des mesures sanitaires causées par la deuxième vague.

## 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 fait 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. Vous en lirez davantage sur ce sujet un peu plus loin.

Cette année plus particulièrement, en raison de la situation actuelle, le groupe Facebook de discussion et de partage public « Toujours là malgré tout ! » a été créé dans le but de rassembler les personnes qui doivent composer avec la maladie mentale d'un proche, de briser l'isolement, à s'entraider. Notre équipe a participé au projet à titre de modératrice de la page.

Également, ceux-ci ont créé **un ensemble de balados**, qui met la lumière sur la réalité des jeunes adultes (18-25 ans), membres de l'entourage d'une personne atteinte de maladie mentale ainsi que sur les différentes ressources existantes aux Québec. Ils sont présentés une semaine sur trois sur le site web.



## RECERTIFICATION

En 2013, la Parentrie avait effectué des travaux importants pour sa certification auprès du Réseau Avant de Craquer. Ce processus vise l'amélioration continue des services qui se déploient dans les associations de membres de l'entourage.

En 2019, les associations membres du RADC ont commencé à présenter leur dossier en vue d'une nouvelle certification. Pour la Parentrie, c'est à l'automne 2020 début 2021 que cette démarche s'est déroulée.

Il s'agissait de dresser un bilan des cinq dernières années et de demander une nouvelle reconnaissance de qualité pour les services que nous offrons soit :

- **Pour les services d'Entraide** : L'accueil, le soutien psychosocial individuel des familles et membres de l'entourage âgés de 18 ans et plus, les groupes d'entraide, l'orientation et (ou) la référence, l'accompagnement dans des démarches légales, les formations psychoéducatives pour les familles, et membres de l'entourage dont le proche souffre des problématiques reconnues par notre offre de service, ainsi que les activités de sensibilisation.
  
- **Pour le service de Répit**, ce sont les activités récréatives pour les proches des membres de l'entourage que nous desservons. Nous devons aussi effectuer la mise à jour de tous les documents administratifs et cliniques fournis en 2013. Ce qui a conduit entre autres, à la production d'un nouveau dépliant qui nomme les services pour lesquels la Parentrie offre des services.

Pour réaliser cette imposante tâche, nous avons mandaté madame Christiane Germain, ancienne directrice générale. C'était la meilleure personne à notre avis, qui pouvait effectuer ces travaux puisqu'en poste en 2013 jusqu'en 2018.

Une fois notre dossier déposé au RADC, leur reste à en faire l'analyse et à nous contacter pour une rencontre virtuelle avec les responsables du comité de re certification. Nous la remercions d'avoir accepté de nous épauler dans cette démarche.

## 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*. Malheureusement, l'an dernier, la CSDM a annoncé une éventuelle reprise du centre communautaire pour répondre aux besoins des citoyens.

Solidarité Ahuntsic cherche à mettre la main sur de nouveaux locaux puisque chacun des locataires du Centre Communautaire subira une hausse de loyer substantielle. Présentement, le coût de location des locaux est de 1 057,50 \$ mensuellement.

Un autre dossier important est le projet du site Louvain, appartenant à la Ville de Montréal sur lequel est prévu la construction de plusieurs installations publiques et para publiques, dont un nouveau centre communautaire. *La Parentrie* pourrait éventuellement s'y installer. Néanmoins, Il reste encore beaucoup de travail de concrétiser ce projet.

L'an dernier, nous avons été consultés par les porteurs du dossier, afin d'exprimer nos besoins en matière de logistique et en lien avec notre plan de développement stratégique. Cette conversation nous a permis d'élaborer sur les projets de partenariat et d'actions concertées pour une communauté diversifiée et sous un mode de gouvernance partagée.



## 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	Le Service de réadaptation l'Intégrale
Association de familles <i>La Parentrie</i>	UPS Justice
Association de familles APSM	Prise II
Bordeaux/Cartierville/Saint-Laurent	CÉGEP Saint-Laurent
Association IRIS	Collège Bois-de-Boulogne
Centre Dollard Cormier	Ressource Jeunesse Saint-Laurent
Relax-Action	Service de police de la Ville de Montréal
La Clé des Champs	D'autres invités se joignent à nous selon les besoins
La Maison L'Éclaircie de Montréal	

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

## 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 une rencontre le 15 avril 2020, les rencontres ont été limitées à cause de la Covid. En résumé, les organismes ont parlé des impacts de la COVID-19 sur leurs clientèles respectives. Presque en totalité des organismes n'ont pas ressenti d'augmentation de leur clientèle. Certains pensent que ce n'est que temporaire... à suivre ! Nous avons discuté également de nos organisations respectives en temps de pandémie et des mesures mises en place pour le bon fonctionnement des services.

## Assemblée générale annuelle du Réseau *avant de craquer*

Cette année, l'Assemblée générale annuelle s'est déroulée comme à l'habitude en juin, cependant, considérant les restrictions et le confinement, l'assemblée a eu lieu le 17 juin 2020 animée en Visio conférence.

En ce qui a trait aux élections au Conseil d'administration du Réseau avant de craquer, notre président, monsieur Alain Baril termine en 2021 son deuxième et dernier mandat comme administrateur du chapitre 6, Montréal. Son implication lui a permis d'atteindre le poste de trésorier. Il a participé activement aux réunions du Conseil d'administration et aux Tables des présidents au cours de ces quatre dernières années. Nous le remercions pour son engagement.

Le congrès qui suit habituellement l'AGA se tient maintenant aux deux (2) ans, donc il n'y en a pas eu en 2020. Espérons qu'il pourra se tenir en 2022.



## Participations en vrac //

### **Avril 2020**

- Rencontre le 15 avril 2020 des Directeurs et Directrices du Réseau avant de craquer. En résumé, les organismes ont parlé des impacts de la COVID-19 sur leurs clientèles respectives.

### **Juin 2020**

- L'Assemblée générale annuelle du Réseau s'est déroulée le 17 juin 2020 animée en Visio conférence.

### **Août 2020**

- Webinaire du 27 août 2020 : Formation Pair-Aidant AQRP : Historique, rôles et responsabilités et services offerts par le programme Pairs Aidants Réseau.

### **Septembre 2020**

- Webinaire du 9 septembre 2020 : Présentation de la formation de formateurs à venir « Apaiser et prévenir des situations de crise », par Suzanne Letarte et Marc-André Bédard.
- Webinaire du 16 septembre : L'électroconvulsivothérapie (ECT) : une thérapie moderne
- Webinaire du 23 septembre : Présentation du projet de loi 18 : pour mieux protéger ceux qui en ont besoin présenté par 2 curateurs publics

### **Octobre 2020**

- Webinaire du 14 octobre 2020 : Présentation du projet de loi 18 : pour mieux protéger ceux qui en ont besoin, présentés par SQS et AQPAMM

### **Novembre 2020**

- Webinaire du 4 novembre 2020 : Le soutien des proches dans le rétablissement en santé mentale, présenté par François Lauzier-Jobin, doctorant et chargé de cours à l'UQAM
- Webinaire du 12 novembre 2020 : Vos bénévoles, comment les recruter, les reconnaître et les fidéliser présenté par RADC

## Janvier 2021

- Webinaire du 13 janvier 2021 : Les recommandations du Réseau avant de craquer pour le prochain PAISM

## Février 2021

- Webinaire du 17 février 2021  
L'Apogée de l'Outaouais pour le Réseau avant de craquer  
*Le Guide : un manuel destiné aux membres de l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale et le programme Démarrage*
- Formation du 18 février 2021 : *Assurance-invalidité et arrêt de travail pour raisons de santé mentale* par l'organisme Action Autonomie
- Webinaire du 24 février 2021 : *Des interventions numériques pour la prise en charge des problèmes de santé mentale chez les personnes atteintes de troubles chroniques* par Le RACOR

## Mars 2021

- 11 mars 2021 : Webinaire « *Démystifier la vaccination contre la COVID-19* » par la Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
- 13 au 20 mars 2021 : Semaine de la schizophrénie  
RADC – SQS – Positive Minder  
« *Modèle CAP* »  
« *Fratricide et schizophrénie* »  
« *Trouble psy et cannabis* »
- 16 mars 2021 : Présentation de la P-38 par l'organisme Action Autonomie
- 22 mars 2021 : Rencontre de consultation intersectorielle en vue d'élaborer le prochain Plan d'action interministériel en santé mentale par la Direction des programmes de santé mentale et dépendance du CIUSSS Nord de l'île de Montréal
- 24 mars 2021 : Webinaire « *Le répit en santé mentale* »  
APAMM Rive-Sud pour le Réseau avant de craquer
- Webinaire du 31 mars 2021 : Webinaire « *Un groupe d'entraide pour hommes* »  
Le Portail Rouyn-Noranda pour le Réseau avant de craquer

## DONNÉES ADMINISTRATIVES

---

### Conseil d'administration

Afin d'assurer la locomotion 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 fort durant la restructuration majeure produite à l'automne 2020 et avec les dédales de la pandémie en 2020-2021.

Les membres du conseil d'administration de l'année qui se terminait au 31 mars 2021 sont :

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

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 5 réunions virtuelles régulières de notre conseil d'administration, 3 comités spéciaux pour probation et embauche, 4 échanges électroniques pour certains dossiers spécifiques ;
- Il y avait douze (12) membres présents à l'Assemblée générale annuelle du 24 août 2020 ;
- Le nombre de membres comptabilisés au 31 mars 2021 était de 312 et le nombre de demandes de services, d'interventions téléphoniques ou de références dépasse les mille (1000) appels en 1 an ;
- Les bénévoles au cours de l'année étaient au nombre de 8.

## PRIORITÉS 2020/2021

**« Nous avons en 2020-2021, des priorités que nous n'avons pu réaliser qu'en partie, ces priorités sont encore dans la direction qu'entreprend la Parentrie, aussi nous vous présentons les priorités revues que nous adapterons dans les semaines à venir » :**

---

### **1. Description de tâches du personnel et réorganisation en télétravail**

La principale priorité a été de maintenir les services en réorganisant le travail à la maison et en offrant une diversité de services accessibles à notre clientèle. Un nouvel organigramme a été mis en place afin de répartir adéquatement les tâches et responsabilité de chaque membre de l'équipe. Survivre à la pandémie comme organisme communautaire, innover et se réinventer afin de donner le meilleur service à nos membres, par vidéo consultation, vidéo conférences, consultations et suivis téléphoniques.

Actions liées à cette priorité :

- a. Embauche d'une adjointe administrative, madame Chantal Héroux ;
- b. Redistribuer les tâches d'administration et d'entrées de données ;
- c. Redéfinir les tâches de la coordonnatrice administrative afin de libérer du temps pour le développement des services de *La Parentrie*.

### **2. Maintenir et développer les services d'entraide et de répit**

Afin d'aller de l'avant dans le développement des services d'entraide et de répit, nous avons profité de la température pour organiser différentes sorties puisque le confinement nous a privé des activités prévues dans notre programme.

Nous espérons que le déconfinement nous permettra de réaliser des répits diversifiés qui répondent aux besoins tant aux personnes ayant un problème de santé mentale qu'aux membres de l'entourage.

Actions liées à cette priorité :

- a. Faire connaître La Parentrie dans les différents secteurs d'activités, tels que la chambre de commerce, les organismes communautaires ;
- b. Utiliser les forces de l'équipe en place pour réaliser des conférences ateliers, en alternance avec celles déjà planifiées avec les conférenciers à l'externe ;

- c. Moderniser l'espace de travail et agrémenter les locaux afin qu'ils soient plus fonctionnels et harmonieux
- d. Prévoir une subvention salariale d'emploi Québec pour l'embauche d'un chargé de projet pour les levées de fonds, activités d'autofinancement.
- e. Maintenir les activités régulières dans nos locaux dès que possible après le déconfinement

### **3. 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. Nous désirons satisfaire les deux (2) types de demandeurs.

#### Actions liées à cette priorité :

- a. Favoriser le renouvellement du membership par téléphone et par courriel ;
- b. Comptabiliser les demandes de services
- c. Comptabiliser les demandes des membres réguliers.

### **4. 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 :

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

## 5. La planification du 35<sup>e</sup> anniversaire de *La Parentrie*

L'équipe de *La Parentrie du Nord de Montréal* a dû remettre la célébration du 30<sup>ième</sup> anniversaire de l'organisme et compte bien en souligner les 35 ans.

Action liée à cette priorité :

- a. Fixer une date pour le 35e





## **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 à Maude Desjardins***. Elle était coordonnatrice administrative depuis novembre 2019. Elle a quitté la Parentrie en mai 2021 pour de nouveaux défis.

***Merci à Chantal Héroux***, adjointe administrative et embauchée sur une subvention salariale depuis octobre 2020 jusqu'à ce jour. Elle continuera d'accompagner les participants au répit. Nous chercherons également des solutions, comme l'obtention d'autres subventions salariales, afin de poursuivre notre lien d'emploi avec elle.

***Merci aux accompagnateurs du Répit***. Cette année les participants du Répit ont été accompagnés par Christiane Germain et Chantal Héroux. À compter de mai, s'ajoutera Justin Melfi, nouvellement embauché comme intervenant pour le projet jeunesse. 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*** 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 pour une énième fois merci à Christiane Germain*** pour sa disponibilité, sa grande collaboration et le lien qu'elle garde et affectionne envers la Parentrie.

***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.

