



RAPPORT ANNUEL

2 0 1 7 / 2 0 1 8



AMIS DE
LA SANTÉ MENTALE

Épauler les familles,
soutenir les proches

Les Amis en quelques chiffres

1042 séances de counseling
3 conseillers



23 kiosques tenus
1355 élèves informés
10 présentations en classes

621 nouvelles demandes
317 nouveaux clients



49 rencontres de groupes de soutien
228 présences

1348 heures de bénévolat
36 bénévoles



210 interventions téléphoniques
266 appels d'information

11 formations
80 rencontres
605 présences



1099 clients membres
338 clients non-membres ayant reçu des services

Plus de **1000**
familles aidées!



Le mot de la présidente

“Changement et espoir”

Qu'ont en commun Mariah Carey, Brandon Marshall, Dwayne "Rock" Johnson, Howie Mandel, Rio Ferdinand et Chloe Kardashian? Eh bien, chacun est reconnu dans leur domaine d'activité. Mariah est une chanteuse célèbre; Brandon est un joueur de football notoire; Dwayne est un acteur populaire; Howie est un comédien fantastique; Rio est un joueur de soccer à son apogée et Chloe a la réputation d'être réputée! Mais surtout, chacune de ces personnes souffre d'une maladie mentale. Elles ont reçu le diagnostic suivant : Mariah, le trouble bipolaire; Brandon, le trouble de la personnalité limite; Dwayne, la dépression; Howie et Chloe, le trouble obsessionnel compulsif et Rio, les attaques de panique. Mais ce qui est encore plus important, c'est qu'elles l'ont déclaré publiquement, qu'elles ont médiatisé leur maladie et qu'elles combattent avec force la stigmatisation entourant la maladie mentale.

C'est le début d'un avenir prometteur pour ceux qui sont atteints d'une maladie mentale. La normalisation et la déstigmatisation des maladies mentales sont de plus en plus présentes dans les séries télévisées et les films hollywoodiens. Black Box, Le bon côté des choses (Silver Linings Playbook) et Un homme d'exception (A Beautiful Mind) en sont des exemples. Ces productions nous mettent en relation avec des personnages atteints d'une maladie mentale. Ils sont présentés sous un angle positif, vivant une normalité quotidienne qui porte à la discussion.

Plus près de nous, l'homme d'affaires Alexandre Taillefer dont le fils Thomas s'est suicidé à l'âge de 14 ans, n'hésite pas à témoigner sur cette mort tragique. En 2017, il a produit un documentaire sur les cyberdépendances et a rencontré des groupes d'adolescents et de parents afin d'améliorer la prévention du suicide. Il promeut l'importance des proches dans la vie d'une personne atteinte de maladie de mentale.

Actuellement, en santé mentale, la majorité des défenseurs de première ligne sont vieillissants mais le transfert de participation du côté de la jeunesse est commencé. Cela améliorera la compréhension culturelle, apportera un vocabulaire plus pertinent pour identifier une maladie mentale (par exemple, le trouble de la personnalité limite pourrait être nommé dérégulation émotionnelle) et conduira vers des perceptions plus convenables.

La société actuelle met l'accent sur la santé générale, le bien-être et la prévention. Des informations additionnelles seront disponibles sur la façon dont les saines habitudes de vie influencent la santé mentale et comment elles peuvent réduire ou prévenir les troubles de santé mentale. La recherche nutritionnelle en psychiatrie est une discipline émergente. Elle se concentre sur l'utilisation de la nourriture et de suppléments fournissant les nutriments essentiels dans un traitement intégratif pour contrer les troubles de santé mentale. La méditation Pleine conscience fait partie du traitement. Et il y aura davantage d'innovations dans l'avenir.

Grâce aux avancées technologiques, les soins préventifs ou réparateurs seront accessibles à un clic ou à une application près. Les services des pairs seront prodigués en ligne ou au téléphone pour offrir du soutien. Actuellement, des services d'éducation sont déjà fournis par des vidéos, des sites Internet, et des webinaires. De plus, quelques psychiatres et thérapeutes sont disponibles en ligne. Ceci deviendra la norme, fera gagner du temps et augmentera l'accès aux soins. Les applications des téléphones intelligents permettront de surveiller le rythme cardiaque, de rappeler la prise de médicaments, d'acheminer l'utilisateur vers des outils thérapeutiques pour soulager sa détresse. Tout

cela contribuant à réduire les symptômes.

Les thérapies basées sur les preuves (réalités) vont se développer en des nouvelles méthodes efficaces comme la Thérapie comportementale dialectique et la Thérapie du dialogue ouvert et transparent qui donnent des résultats incroyables. La médication fera des avancées et ciblera avec précision le traitement en lien avec des symptômes spécifiques, résultant en une prise de médicaments moins fréquente et produisant moins d'effets secondaires.

De nouvelles lois concernant la santé mentale seront conçues pour faciliter l'accès aux assurances et au financement fédéral permettant de couvrir les frais des services de santé. Ils préciseront ce qu'est la discrimination envers les maladies mentales.

Tous les faits mentionnés ci-dessus serviront à changer la perception négative de la santé mentale en une perception positive, comme toute autre maladie physique. Vous souvenez-vous qu'il fut un temps où le cancer était un secret honteux? Donc, l'avenir s'annonce radieux.

Sur une note plus triste, je vous annonce que je vais quitter mon poste de présidente aux Amis de la santé mentale. J'ai été membre du Conseil d'administration pendant huit ans dont sept à la présidence. Au cours de ces années, j'ai eu à relever de nombreux défis : la perte et l'embauche de deux directeurs; la perte de notre logement subventionné à Dorval et la recherche d'un nouveau site abordable, accessible et réalisable; les nombreux changements de personnel et de membres au Conseil d'administration. Pourtant, j'ai vraiment apprécié tous ces défis.

Je quitte les Amis de la santé mentale alors qu'elle est dans une bonne position. Notre nouvelle maison est agréable et confortable à la fois pour le personnel et la clientèle. Nous avons une excellente nouvelle Directrice et un conseil d'administration qui fonctionne bien. Nous continuerons d'offrir des services bilingues à notre clientèle anglaise et française, ainsi qu'aux divers groupes ethniques. Nous continuerons d'innover, de développer et d'accomplir notre mission qui est de soutenir les proches de personnes atteintes d'un trouble de santé mentale. Notre avenir est également radieux.

D'abord, je souhaite remercier notre personnel. Nous ne pourrions réaliser autant sans notre incroyable assistante administrative Michelle Côté. J'adresse un énorme remerciement aux conseillers, Sheryl Bruce, Andrew Thompson, Jessica Ng, Jaimie Byrne-Hoida et à l'agent des communications, Matthieu Gouton. Merci à notre nouvelle Directrice qui nous guidera vers un avenir passionnant et productif. Finalement, je tiens à remercier les membres du Conseil, en particulier Lyse Beaudet VP, qui a travaillé étroitement et tellement bien avec moi. Ces personnes donnent leur temps, leur énergie et leurs idées pour que notre organisation fonctionne harmonieusement. Je suis fier de m'être impliquée avec un groupe aussi dévoué.

Je vous invite tous à participer également. Faites du bénévolat, payez votre cotisation annuelle promptement, contribuez généreusement. Si vous avez bénéficié des Amis de la santé mentale, vous savez comme c'est précieux. Nous avons besoin de votre aide afin de poursuivre notre bon travail.

Doris Steinberg, PhD
Présidente

Le mot de la directrice

“L'entourage est en voie de prendre la place qui lui revient”



Il me fait plaisir de vous présenter le rapport d'activité des Amis de la santé mentale pour l'année 2017-2018. Plus que jamais, notre mission de soutenir les membres de l'entourage des personnes aux prises avec un trouble de santé mentale s'avère essentielle. Comme vous le savez, nous offrons des services et une approche personnalisée afin de répondre aux besoins diversifiés des familles dans leurs efforts pour conserver leur équilibre et être présentes pour leur proche. Cette année, une formation sur la pleine conscience a été conçue et offerte pour la première fois permettant ainsi à nos membres d'avoir une nouvelle stratégie de bien-être.

Il est de plus en plus évident que les services du communautaire en santé mentale viennent compléter les services offerts par nos institutions du système de santé et de services sociaux. Le Plan d'action en santé mentale 2015-2020 souligne l'importance de l'implication de l'entourage dans le plan de traitement et le rétablissement des personnes atteintes d'un trouble de santé mentale. Même si notre ministre de la santé évite le sujet du sous-financement de ce secteur, plusieurs initiatives dont le Plan d'action sur la primauté de la personne dans la prestation et l'organisation des services, l'entourage est invité à prendre la place qui lui revient dans ce changement.

Encore une fois, cette année, la bonne réputation des Amis de la santé mentale est due en grande partie au dévouement et au professionnalisme de son personnel, à l'implication des membres du conseil d'administration et à la générosité des bénévoles de l'organisme. Soulignons l'apport exceptionnel de Sheryl, Andrew, Jaimie et Michelle. Soyez sincèrement remerciés pour tout le soin que vous accordez à votre travail chaque jour qui fait toute la différence.

Suite au déménagement, l'espace de travail s'est renouvelé pour le mieux-être de tous. Un effort particulier a été fait pour rehausser nos technologies informatiques grâce à l'expertise d'Adolfo de Paz-Vela et pour revisiter et rafraîchir toutes nos communications avec Matthieu Gouton.

Malgré le déménagement, l'absence d'une direction pendant plusieurs mois, le congé de maternité d'une employée et le remplacement d'une conseillère, l'équipe de travail a maintenu des services de qualité et ce avec diligence. En effet, notre conseillère Jessica Ng nous a quitté en mai pour relever un nouveau défi et nous avons accueilli parmi nous Victoria Kuczynski qui vient s'ajouter à notre équipe d'intervention clinique. Gabrielle Gingras, notre conseillère en art thérapie, répondra aux besoins de counseling de notre clientèle de jeunes issus de la fratrie jusqu'au retour, en octobre, de Jaimie Byrne, notre art thérapeute et coordonnatrice clinique.

La rétention du personnel demeure un défi majeur. Pour améliorer les conditions de travail, le Conseil d'administration a statué sur un horaire d'été pour la réception des appels. Nous misons aussi sur la formation continue offerte à nos employés. Cela leur permet de parfaire leurs connaissances et de se maintenir à la fine pointe des découvertes en santé mentale pour offrir à nos membres les meilleures informations et les meilleures stratégies.

Un merci à toute l'équipe. Leur passion pour la cause et leur expérience méritent notre appui et notre reconnaissance. Sans eux, notre organisme ne pourrait réaliser sa mission.

Le comité de planification stratégique est actif et vous serez appelés à partager vos attentes sous peu. En conclusion, il nous apparaît que les Amis de la santé mentale est considéré par ses partenaires comme un acteur incontournable de par sa mission et les services qu'il rend à l'intérieur du réseau en santé mentale de l'Ouest-de-l'Île.

Nous souhaitons être en mesure d'offrir de meilleurs services aux clientèles des milieux multiethniques de notre territoire. Pour ce faire, nous aurons besoin de votre soutien et de votre participation à nos activités de collecte de fonds. Surveillez nos invitations, cliquez sur le bouton j'aime et partagez sur vos réseaux ; nous surveillons les résultats !

De généreux donateurs réaffirment d'année en année la confiance qu'ils portent aux Amis, et nous leur en sommes très reconnaissants. Merci à tous nos bailleurs de fonds pour leur soutien, particulièrement : Centraide, le Programme de soutien aux organismes communautaires(PSOC) du Centre intégré universitaire en santé et services sociaux (CIUSSS) et Partage-Action qui continuent d'offrir leur soutien précieux et indispensable. Nous sommes à jamais redevables à nos partenaires des médias qui font gracieusement la publicité de nos activités.

MERCI DE VOTRE CONFIANCE,

Présentation

Qui sommes-nous ?

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

Nos objectifs

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



Territoire

73 % de nos membres vivent sur le territoire du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Ouest-de-l'Île de Montréal (CIUSSS ODIM).

Nous offrons également nos services aux familles d'ailleurs qui n'y ont pas accès sur leur territoire.

Nos membres

Les membres de l'entourage de la personne atteinte de trouble de santé mentale incluent : le père, la mère, les membres de la fratrie, le conjoint ou la conjointe, l'enfant, un ami ou toute autre personne significative.

Cette année, les aidants ont été à 69 % anglophones et à 69 % des femmes.

Avantages aux membres

- Accès à toutes nos formations
- Groupes de soutien
- Counseling individuel
- Souper des Fêtes
- Répit
- Bibliothèque
- Art Thérapie
- Atelier de pleine conscience
- Conférences et webinaires

Municipalités

- Baie-D'Urfé
- Beaconsfield
- Dorval
- Dollard-Des-Ormeaux
- L'Île-Bizard
- Kirkland
- Lachine
- Pierrefonds
- Senneville
- Pointe-Claire
- Roxboro
- Sainte-Anne-de-Bellevue
- Sainte-Geneviève

Problématiques de santé

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

Membres du personnel

Directrice générale
Johanne Bourbonnais

Adjointe administrative à la direction
Michelle Coté

Responsable des communications
Matthieu Gouton

Superviseure clinique
Sheryl Bruce,
Psychologue M.A.

Coordonnatrice clinique
Jaimie Byrne-Hoida
Art Thérapeute M.A.
Psychothérapeute

Conseillers
Andrew Thompson
Psychologie clinique M.A.

Victoria Kuczynski
Physiologie, M.Sc.

Gabrielle Gingras
Art thérapeute, M.A.

Conseil d'administration

Présidente
Doris Steinberg PhD

Vice-présidente
Lyse Beaudet

Trésorière
Diane Bates

Secrétaire
Linda Fraraccio

Administrateurs
Christiane Casavant
Joyce Crowley
Fiona Gibbon-Taillefer
Michèle Paquette
Cindy Penny
Nunzio Venditti

Membre honoraire :
Françoise B. Vien

Activités de soutien

Interventions psychosociales - Counseling

Le counseling vise à soutenir la famille et les proche aidants d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale sévère. Un suivi à court et moyen terme leur est offert. Nos conseillers adaptent leur intervention en fonction des besoins spécifiques des membres d'une famille et selon les situations vécues.

Ce suivi vise à préserver l'équilibre émotionnel et psychosocial de la famille favorisant ainsi la stabilité et une plus grande autonomie de la personne atteinte. Cela permet aux familles de vivre avec la situation de la manière la plus saine possible et de dépasser la désorganisation qu'engendre un mode de vie centré sur la maladie de leur bien-aimé.

L'aide téléphonique permet aux proches de partager leurs difficultés et d'obtenir du soutien sans déplacement.



210	Interventions téléphoniques
1042	Séances de counseling
42	Requêtes pour évaluations psychiatriques
35	Autre (courriels, références)
1328	Total

Art thérapie

Les participants explorent les difficultés associées aux troubles de santé mentale, les émotions et les sentiments qu'elles suscitent et comment s'y adapter en utilisant leurs ressources intérieures. L'échange avec d'autres personnes permet de trouver de nouvelles stratégies et de sortir de l'isolement.

Les ateliers thématiques invitent les participants à expérimenter une grande variété de matériel artistique. Dans une atmosphère amicale et relaxante, les conseillers présentent des techniques de relaxation et de respiration faciles, des activités d'écriture, et une panoplie d'exercices créatifs.

Le tout vise l'apprentissage de nouvelles approches de compréhension et d'expression de soi en favorisant la discussion et le partage. Bien qu'une certaine forme d'expression créative soit utilisée, aucune expérience artistique n'est requise.

	Rencontres	Présences
Art thérapie	36	164
Shine from Within Special Project	4	32

Groupes de soutien

Nous offrons aux familles plusieurs groupes de soutien traitant de problématiques différentes mais toujours basés sur le partage. Les participants y apprennent les stratégies pour mieux gérer l'impact de la maladie en question tout en bénéficiant du soutien mutuel de leurs pairs.

Groupes de soutien	Rencontres	Présences
Groupe pour les hommes	12	33
Groupe du trouble bipolaire et psychose	10	44
Groupe du trouble de la personnalité limite	11	101
Groupe francophone	6	17
Groupe pour les grands-parents	10	33



Volet jeunesse

● Ateliers Anna

Ce camp d'été éducatif dure 4 jours en juin afin d'accommoder les parents et faciliter la présence des enfants.

Grâce à des techniques interactives et créatives, nous aidons les enfants à mieux comprendre la maladie mentale de leur proche.

Présences	24
Rencontres	4



● Rencontres individuelles

Cette année, 24 enfants entre 7 et 17 ans ont participé à 57 rencontres individuelles répondant à leurs besoins particuliers.

● Groupe de soutien « ado »

Réservé aux jeunes de 14 à 18 ans, ces groupes mettent l'accent sur l'expression de soi, le soutien social et une saine adaptation à la situation.

Vie associative et répit

Ces activités visent à créer un sentiment d'appartenance et à permettre les échanges entre pairs. Cette année, nous avons organisé un buffet après l'assemblée générale annuelle ainsi qu'un party de Noël.

Répit	Présences
Visite de musée	10
Soirée cinéma	13

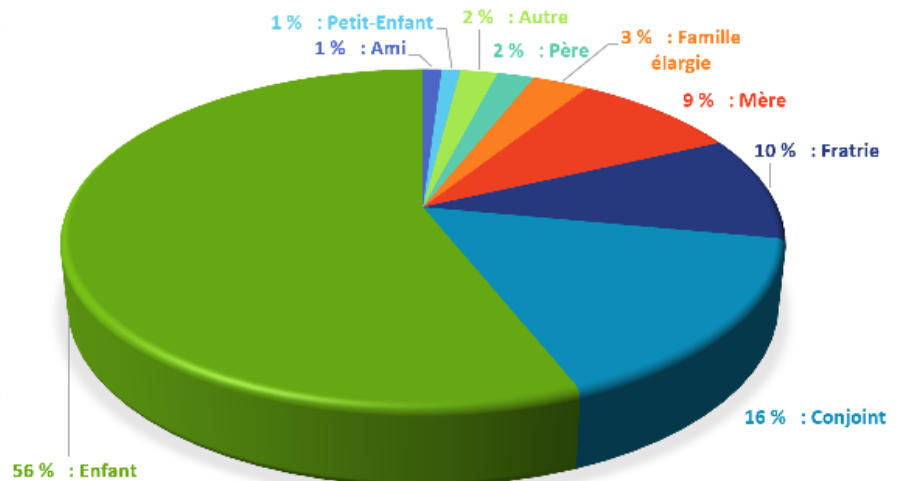


Nos statistiques

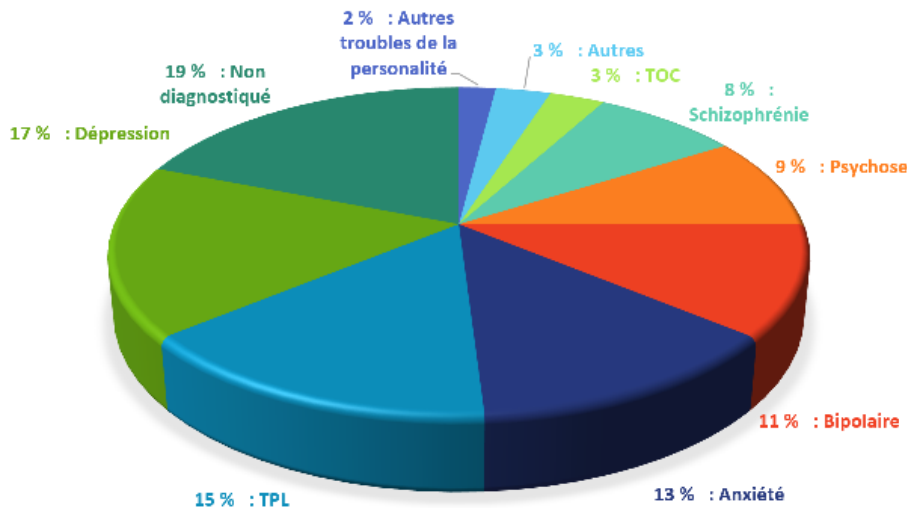
«Le soutien que j'ai reçu de la part de votre organisation m'a non seulement aidé à survivre à la maladie de l'un des membres de ma famille, mais m'a également fourni les connaissances et les outils pour devenir un membre informé et utile de l'équipe médicale qui l'a soigné.»

Témoignage

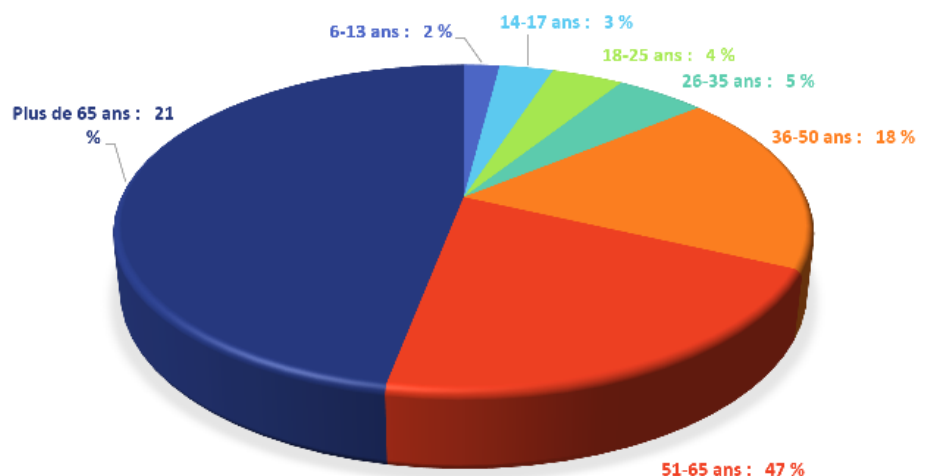
Personnes atteintes



Diagnostic

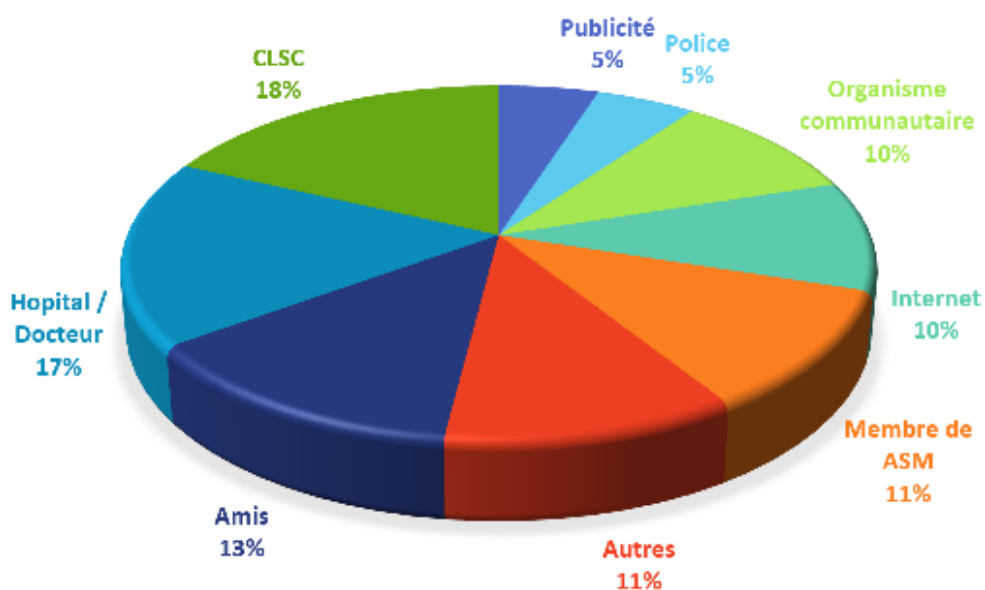


Âge de l'aidant





Références



«J'ai énormément apprécié la prestation du cours et l'engagement des deux animateurs. J'ai beaucoup appris et je vais enfin pouvoir commencer à mieux composer avec les difficultés que je rencontre avec les membres de ma famille touchés par la maladie.»

Témoignage

Formations

Formations pour les familles

Tout au long de l'année, les Amis présentent un éventail de formations adaptées aux besoins de ses membres. Ces activités éducatives permettent aux participants d'acquérir les compétences nécessaires et les stratégies d'adaptation individuelles et familiales. Avec cette grande diversité de cours et de services tant en français qu'en anglais, notre programme d'éducation est reconnu comme l'un des plus avancés au Québec.

- **Trouble de la personnalité limite**

Le programme psychoéducatif enseigné a été conçu par Hélène Busque, psychologue et auteure de « Aimer et aider quelqu'un qui souffre du trouble de la personnalité limite ! Un défi de taille, un objectif réalisable ! ». Il vise à informer les proches sur les manifestations et les enjeux de ce trouble et outille les participants pour qu'ils mettent en place des changements qui amélioreront leur qualité de vie.

- **Trouble bipolaire**

Ce programme psychoéducatif de 11 semaines conçu pour aider les familles dont un proche souffre du trouble bipolaire inclut théorie, discussion et participation.

- **Autres formations**

Notons entre autre celle en prévention du suicide, celle sur les stratégies de motivation ou celle sur comment se fixer des limites saines.



- **Schizophrénie et psychose**

Ce programme psychoéducatif de 11 semaines permet aux familles de développer leurs compétences afin qu'elles puissent faire face à la complexité de la maladie et aux crises éventuelles provoquées par les phases aiguës de la maladie.

- **Préserver votre santé mentale en tant que proche aidant**

Ce nouveau programme de 6 semaines a pour objectif d'améliorer et de développer les moyens de faire face aux défis entourant le rôle de proche aidant.

- **Atelier de pleine conscience**

Ce nouvel atelier propose des techniques de réduction du stress basées sur une approche de pleine conscience qui permet aux participants de porter attention à ce qui est vraiment présent et se reposer du ressassement de pensées.

Formations et ateliers	Saisons	Langue	Rencontres	Présences
Trouble bipolaire : Ce que c'est et comment y faire face	Printemps 2017	Anglais	11	85
Comment se fixer des limites saines	Printemps 2017	Anglais	6	70
Préserver votre santé mentale en tant que proche aidant	Été 2017	Français	6	47
Trouble de la personnalité limite	Automne 2017	Anglais	10	98
Cours sur la schizophrénie pour les familles	Automne 2017	Anglais	11	62
Atelier sur la pleine conscience	Automne 2017	Bilingue	11	27
Stratégies de motivation pour le traitement	Hiver 2018	Anglais	5	37
Comment se fixer des limites saines	Hiver 2018	Anglais	7	57
Prévention du suicide : Nourrir la partie qui veut vivre	Hiver 2018	Bilingue	2	14
Trouble de la personnalité limite	Hiver 2018	Français	10	97
Trouble de la personnalité limite	Printemps 2018	Anglais	1	11

pour un total de 605 présences

Formation continue de l'équipe

Dans le but d'apporter une aide optimale aux familles et une offre de services à la fine pointe des dernières avancées en santé mentale, le personnel des Amis de la santé mentale a participé à plusieurs colloques, conférences et formations pertinents.

- La thérapie cognitive comportementale du trouble obsessionnel compulsif
- Intervention familiale et trouble de la personnalité
- Le plan d'action et le plan de travail
- Trauma and Attachement: from science to intervention
- "Superhéros" Journée conférence sur les jeunes et la santé mentale
- Emotionally Focused Individual Therapy Seminar
- Être, dans l'entourage d'une personne anxieuse



Activités de sensibilisation

Conférences

Cette année, nous avons organisé deux conférences / webinaires qui donnaient la parole à des médecins spécialistes du comportement cognitif comme les D^{rs} Jarvis et David.

Cette formule offre la possibilité aux participants d'être présents aux

événements ou de nous rejoindre en ligne à partir de leur domicile ou de leur téléphone mobile.

De plus, ces présentations sont enregistrées et peuvent être visionnées sur notre site internet. L'année dernière, plus de **1 277** anciens webinaires ont été visionnés.

Conférences	Présences	En ligne
D ^r Pierre David	70	145
D ^r G. Eric Jarvis	42	21
Anciennes conférences		1111

pour un total de 112 présences



Communication

Un grand soin est accordé à publiciser nos activités tout au long de l'année et nous remercions les médias qui les ont publiées. Nous tenons également à remercier les municipalités, bibliothèques, églises et cabinets de médecins qui ont affiché nos événements.

Chacune de nos communications directes rejoint plus de **2 000** personnes. Chaque jour, nous développons notre présence en ligne. Grâce à des outils toujours plus pertinents, nous sensibilisons un grand nombre de nos membres à la santé mentale.

Sensibilisation de la communauté

Plusieurs présentations sur mesure pour des écoles et dans la communauté ont été organisées afin de sensibiliser le public aux troubles de santé mentale, pour diminuer la stigmatisation et la peur qui entourent cette réalité et ainsi faciliter l'accès aux services en santé mentale.

Nous avons ainsi renseigné plus de **2 016 personnes** lors de ces événements et nous travaillons chaque jour à développer davantage cet aspect afin d'élargir notre champ d'action dans la communauté et dans les établissements scolaires.

Présentations dans les écoles	Présences
St. Thomas High School	125
Westwood High School	75
Riverdale High School	90
MacDonald Health Fair	215
MacDonald High School	175
PCHS	150
Foire de la Santé à John Rennie	100
Présentations à John Rennie	225
Foire de la Santé au Collège Bourget	200
Bell Cause pour la cause	75

soit un total de 1430 présences

Sensibilisation des partenaires	Présences
Batshaw, diner et apprentissage	30
Présentation à Transport Canada	18
Saint-Veronica's Church	40

pour un total de 88 présences



Autres	Présences
Portes ouvertes pour les clients	49
Portes ouvertes pour les partenaires communautaires	25
Pointe-Claire Plaza	75
Marche pour la santé mentale	10
Kiosque au CLSC Pierrefonds	8
McGill Programme de travail social	7
Événement premier citoyen de Dorval	50
Foire de la carrière à John Abbott	45
Souper des Fêtes	65
Église Bethel Soirée de la santé mentale	70
Organisation communautaire de la Place Cartier	70
Parade de la St-Patrick	25

pour un total de 498 présences

Centre de documentation

Livres, revues, dépliants, brochures et documents audiovisuels sont à la disposition de nos membres et de la population. Nous continuons d'alimenter régulièrement notre centre pour demeurer à la fine pointe de l'information en santé mentale.



Bulletin Affaires de Famille



Le bulletin trimestriel demeure notre outil de communication privilégié pour rester en contact avec nos membres et avec nos partenaires. Nous souhaitons en faire un outil de promotion de la santé mentale.

Relations publiques

Pour faire la promotion de nos activités, nous avons transmis plusieurs milliers de communiqués à tous nos partenaires, médias, cliniques, thérapeutes, écoles, organisations communautaires et autres.

De plus, nous avons participé à des émissions de radio et avons bénéficié de temps de diffusion pour une publicité télé sur CTV pendant le mois de Bell Cause pour la cause.

Partenariats et relations

Nous sommes membre de :

- Réseau avant de craquer anciennement Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale (FFAPAMM).
- Alpabem
- Comité de vigie - Primauté de la personne de l'institut universitaire en santé mentale Douglas
- Centre d'action bénévole de Montréal (CABM)
- Imagine Canada
- Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RIOCOM)
- Comité de planification stratégique de la Table de Concertation en santé mentale de l'Ouest-de-l'île

Nous sommes également partenaire de :

- La Table de Concertation en santé mentale de l'Ouest-de-l'île de Montréal
- La Table de Concertation Enfance-Famille-Jeunesse
- CIUSSS-ODIM
- Les Centres de la jeunesse et de la famille Batshaw
- Comité consultatif sur la diversité
- Commissions scolaire Lester B. Pearson et Marguerite-Bourgeoys
- Collège John Abbott
- Groupe Citoyen de l'Ouest-de-l'île
- Service de police de la Ville de Montréal (Ouest-de-l'île)
- Réseau alternatif des organismes en santé mentale (RACOR)

De plus, nous avons renforcé nos liens avec d'autres institutions et associations telles les centres de crise, les CLSC et les centres de recherche en santé mentale.



Résultats de l'année

Grâce à nos services, l'entourage de la personne atteinte est mieux nanti pour faire face au trouble de santé mentale et son impact. Outre les témoignages qui en attestent, nous évaluons les résultats grâce à un questionnaire, soumis aux membres qui ont reçu des services.

Dans la majorité des cas, il identifie une amélioration très marquée de :

- la compréhension des troubles de santé mentale et ses symptômes pour aider d'une façon adéquate ;
- la connaissance des ressources pertinentes ;
- l'aptitude à faire face aux comportements autodestructeurs (toxicomanie, suicide et autres) ;
- la façon d'aider un proche à faire face au quotidien (éducation des enfants, planification des repas, hygiène et autres) ;
- la possibilité de recevoir les services dont ils ont besoin ;
- la communication avec la personne atteinte ;
- l'aptitude à faire face à la violence verbale ou physique ;
- la définition du rôle d'aidant ;
- la confiance en sa capacité à faire face à la maladie ;
- l'appréciation de la relation avec la personne atteinte.

Pour la personne atteinte

- Réduction des séjours à l'hôpital
- Réduction des problèmes judiciaires
- Rétablissement plus rapide
- Réduction des pertes d'habiletés sociales et économiques
- Réduction de l'itinérance

Pour l'entourage

- Réduction de la détérioration de la dynamique familiale
- Santé mentale et physique préservées
- Bien-être économique préservé
- Productivité professionnelle ou scolaire préservée

Ces résultats préservent la santé physique et mentale de l'entourage de la personne atteinte et favorisent son rétablissement.



Merci à tous nos bénévoles !

Tout au long de l'année, vous avez donné de votre temps pour siéger au Conseil d'administration, informer les familles, participer aux comités, effectuer des travaux de bureau, traduire et réviser notre documentation, participer aux activités de sensibilisation, mettre à jour notre site Internet et représenter notre association.

Nos futurs projets

Les Amis de la santé mentale visent l'excellence, la pertinence, l'innovation et l'accessibilité. Voici quelques-uns des projets envisagés pour l'année 2018-2019 :

- Planification stratégique 2018-2021 adaptée aux besoins de l'entourage
- Rejoindre l'entourage des personnes issues des communautés culturelles ;
- Proposer des séances de pratique de pleine conscience ;
- Augmenter le nombre de webinaires ;
- Créer une formation sur les TOC et l'anxiété ;
- Créer une formation sur l'usage de cannabis et l'impact sur les troubles de santé mentale.



Sommaire des revenus et dépenses



	2017-2018	2016-2017
CIUSSS	\$120,864	\$120,024
Centraide	\$98,461	\$98,461
Partage-Action	\$45,000	\$45,000
Gouvernement du Canada	\$5,411	\$3,894
Dons	\$79,885	\$98,027
Cotisation des membres	\$8,582	\$8,524
Revenus d'intérêts	\$1,102	\$1,093
Divers	\$3,962	\$2,574
	\$363,267	\$377,597
Salaires et charges	\$273,996	\$284,861
Services contractuels	\$9,150	\$18,166
Frais de déplacement	\$987	\$564
Publicité et promotion	\$1,837	\$7,361
Frais reliés aux bénévoles	\$2,495	\$1,120
Documentation	\$796	\$1,263
Cotisations, colloques et formations	\$5,027	\$4,010
Loyer	\$28,479	\$13,503
Frais de déménagement	\$2,154	\$0
Assurances	\$3,756	\$2,763
Téléphone	\$5,423	\$4,503
Frais de bureau	\$7,089	\$4,017
Timbres	\$312	\$911
Honoraires professionnels	\$3,542	\$7,268
Frais de banque	\$312	\$215
Achat d'immobilisation	\$8,921	\$15,775
Rencontres et activités	\$8,483	\$9,941
Total	\$362,759	\$376,241

Excédent \$508 \$1,356

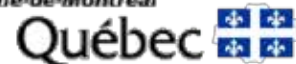
Les états financiers sont vérifiés par Vinh, Prévost, Patenaude inc. Société de comptables professionnels agréés

Merci à tous nos partenaires



La Fondation Zhubin

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'île-de-Montréal



- Arch Reinsurance Company
- Beaconsfield Oldtimers Hockey Association
 - Beaufort United Church
- Caisse de bienfaisance des employés et retraités du CN
 - Chaussure Tony Shoes Inc.
 - CIBC
 - Circuit Icar
- Club de Hockey Les anciens de Pointe-Claire
 - Domaine du Ridge
 - Fondation ECHO
 - Fidelity Investments Canada ULC
 - Fondation Gustav Levinschi
- Député de Jacques Cartier, Geoffrey Kelley
- Député de Robert-Baldwin, Carlos J. Leitão
 - Fondation Home Depo
 - iCubic Inc
- 2e tournoi annuel Marco Delgado
 - Jay Peak Resort
- La Fondation Gustav Levinschi
- La Ronde
- Lakeshore Civitan Club
 - Lave Auto Iwash
- Les anciens de Dorval
 - Lundbeck Canada
 - Mega Brands Inc.
 - Montreal Amphi Tours
- Montréal Marche pour la santé mentale
 - Pure Bites
- RBC Queen Mary Branch
 - Saint Veronica's Parish
- The Catholic Women's League of Canada
 - Tyrolienne MTL Zipline
 - Ville de Beaconsfield
 - Ville de Dorval
 - Ville de Kirkland
 - Ville de Pointe-Claire
 - Walmart Canada
- Whole life style naturatherapy
 - Zeller Family Foundation

Nos heures d'ouverture

9 h 00 - 16 h 30
du lundi au vendredi

Jusqu'à 21 h
sur rendez-vous ou
selon les activités

Retrouvez-nous



www.asmfmh.org



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

5 1 4 - 6 3 6 - 6 8 8 5