

ENSEMBLE
pour la **santé mentale!**



LA **HALTE**
des proches

ASSOCIATION LAURENTIENNE DES PROCHES DE
LA PERSONNE ATTEINTE DE MALADIE MENTALE

Rapport annuel
de nos activités

2021 | 2022

*Vous les accompagnez
ou vous soutient !*

lahalte.ca



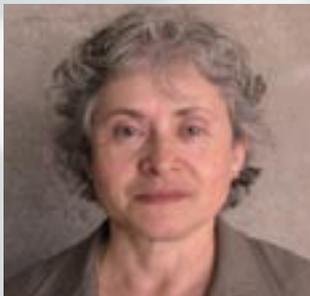
Table des matières

Mot de la présidente	3
La Halte des Proches	4
L'année en un coup d'œil	6
Clientèle : Portrait des proches	7
Nos services	9
La parole aux proches	13
Concertation et collaborations	14
Financement	16
Bilan financier	18
Réalisations	19
Objectifs 2022-23	23
L'équipe de La Halte des proches	24
Mot de la directrice	25





Mot de la présidente



L'année 2021-2022 a été celle d'une réorganisation administrative majeure à La Halte des proches. En effet, mesdames Mireille de Palma, directrice générale (novembre 2021), et Marie-Ève Issa, adjointe administrative (juin 2021), ont joint notre équipe.

En raison de cette situation de changement crucial, notre conseil d'administration s'est réuni à 12 reprises, et ce, virtuellement. Le comité des ressources humaines du conseil a été impliqué considérablement, notamment pour une étude externe, le choix de la directrice générale et, enfin, la révision de la politique salariale afin qu'elle soit plus compétitive face au phénomène de pénurie de personnel généralisé.

Malgré la situation pandémique qui s'est poursuivie toute l'année, notre équipe d'intervenants a donné les services aux membres avec professionnalisme. Le Rapport d'activités 2021-2022 en témoigne, illustrant notamment les groupes de soutien virtuels, les interventions personnelles et familiales, les programmes psychoéducatifs, les activités de répit, les conférences et les publications en français ainsi qu'en anglais.

Au 31 mars 2022, l'association regroupait 242 membres en règle et diffusait notre infolettre à plus de 1080 abonnés. Comme membre du Réseau Avant de Craquer, nous sommes actuellement en processus de certification selon les normes de qualité du Cadre normatif des associations de proches dans le milieu communautaire en santé mentale.

Depuis janvier 2022, les difficultés que nous avons vécues se sont estompées, mais la rareté de personnel qualifié demeure plus que jamais une ombre au tableau. La consolidation de l'équipe de professionnels sera une des priorités de gestion.

C'est avec gratitude et bienveillance que je remercie tout notre personnel d'avoir maintenu avec diligence les services aux proches d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale. Tous ont franchi de nombreuses tempêtes avec créativité et avec le souci de trouver les meilleures solutions afin que la vie des proches soit plus positive.

Bonne lecture.

Diane Mercier





La Halte des proches

La Halte des Proches a vu le jour en 1986, sous le nom de l'Association Laurentienne des Parents et Amis du Malade Mental, et ce, grâce au dévouement de sept parents.

Ceux-ci, épuisés de se heurter constamment à des portes fermées, décidèrent de s'unir afin de mettre sur pied un organisme d'aide et de support aux familles des gens souffrant de maladie mentale. En 1997, l'organisme changea de nom et devint **L'Association Laurentienne des Proches de la Personne Atteinte de Maladie Mentale (ALPPAMM)**. C'est pour répondre aux besoins de support, d'aide, d'écoute et de partage qu'au fil des années, l'organisme développera un éventail de services et d'activités. C'est finalement en 2007 que L'ALPPAMM fêta le 20^e anniversaire de sa fondation et dévoila son nouveau logo! En 2016, l'ALPPAMM eut 30 ans d'existence et se trouva à la croisée des chemins. Une grande réflexion fut entreprise par l'équipe de travail et le conseil d'administration : on se questionna sur qui on était, ce qu'on voulait être et un plan d'action fut mis en place afin de bonifier les services, rayonner sur tout le territoire des Laurentides, être connu et reconnu. En 2017, afin de refléter l'identité et les valeurs qui se dissimulent derrière l'organisme, un nouveau nom fut choisi : **La Halte des proches**. À ce nouveau nom se greffa une nouvelle image qui lui permit de mieux se faire connaître sur tout le territoire des Laurentides et de poursuivre sa lancée afin de supporter, éduquer et accompagner les proches et membres de l'entourage d'une personne souffrant d'une maladie mentale.

En 2022, nous fêterons notre 36^e anniversaire



MISSION

La Halte des proches est un organisme communautaire sans but lucratif. Elle a pour mission de venir en aide aux proches d'une personne souffrant d'un problème de santé mentale afin que ceux-ci se sentent moins isolés et afin de les informer sur la maladie, les diverses méthodes de traitement ainsi que les ressources qui sont disponibles dans la communauté. Le fait que les membres du conseil d'administration ainsi que les membres actifs soient eux-mêmes des proches les rend encore plus ancrés dans la mission de l'association.

VISION

La Halte des Proches est la **référence** pour tout ce qui a trait aux proches d'une personne atteintes de maladie mentale sur le territoire des Laurentides.

VALEURS

Les valeurs fondamentales de l'organisme sont le respect, la transparence, l'ouverture, l'entraide ainsi que la solidarité. Nos valeurs servent à orienter notre conduite et nos actions en vue de concrétiser notre mission et notre vision.

TERRITOIRE

La Halte des proches dessert une population de près de **600 000 personnes** réparties sur sept (7) des huit (8) MRC de la grande région des Laurentides, soit les MRC de Deux-Montagnes, Thérèse-de-Blainville, Mirabel, Rivière-du-Nord, Pays-d'en-Haut, Argenteuil et Laurentides.



CLIENTÈLE

Nos services sont offerts aux proches d'une personne souffrant d'un trouble de santé mentale, et ce, peu importe l'âge de la personne atteinte. Pour bénéficier de nos services, les proches doivent être membres de l'organisme. Ils doivent également être âgés de 14 ans et plus ou avoir une autorisation parentale (pour les moins de 14 ans). Un proche-aidant en santé mentale est un individu ayant un lien significatif avec une personne ayant un trouble de santé mentale. Le proche peut obtenir des services même si la personne atteinte n'a pas de diagnostic officiel, du moment que les symptômes sont assez significatifs pour supposer la présence d'un trouble de santé mentale.

Nous offrons aussi des services à des intervenants d'organisations œuvrant auprès d'une clientèle en santé mentale.

SERVICES

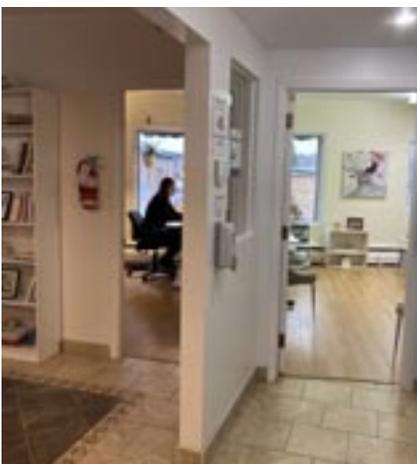
Les intervenants de **la Halte** apportent aide et soutien aux proches d'une personne souffrant d'un trouble de santé mentale. Cette aide a pour objectif de les supporter et de les accompagner et elle se manifeste à travers des interventions psychosociales, des groupes de soutien, des programmes psychoéducatifs, des conférences, des activités de répit, des ateliers thématiques et d'autres services professionnels adaptés.

APPROCHE et PHILOSOPHIE

Notre philosophie d'intervention prend ses assises sur la mission, la vision et les valeurs de l'organisme. Elle met de l'avant une posture collaborative avec les proches où le vécu expérientiel rejoint l'expertise professionnelle. La philosophie est bien inscrite dans la charte de l'organisme : fournir de l'aide et du support aux proches et éduquer la collectivité sur les divers problèmes engendrés par les troubles de santé mentale.



Nos locaux, chaleureux et accueillants!



L'année en un coup d'oeil

1 485 Services rendus

40 Livres prêtés

751 Clients différents

279 Nouveaux membres

Services jeunesse

20 Parents d'un jeune mineur et

22 Enfants (moins de 18 ans)

3 différents groupes de soutien

298 Participants

25 Rencontres

7 bénévoles ont offert

1 852,5 Heures

Site Web

4 640 Visites uniques

15 542 Pages visitées



Facebook

563 Abonnés

198 Publications

1 126 Pages vues



24 Participations à des
Tables de concertation
en santé mentale

6 Rencontres en lien avec les
comités du Plan d'action
Primauté de la personne

3 Rencontres sur le PAISM
Plan d'action inter ministériel
en santé mentale 2022 | 2026

5 Rencontres de la Coalition des organismes
communautaires des Laurentides



Clientèle: Portrait des proches

Tel que mentionné précédemment, on entend par proche en santé mentale toute personne ayant une relation significative avec une personne vivant une problématique de santé mentale. Cela peut être un membre de la famille (parent, fratrie, conjoint, enfant, grands-parents) ou plus largement un ami ou un collègue de travail.

HOMMES 27%



FEMMES 72%



Pour ceux qui nous ont contactés, la proportion d'hommes a légèrement augmentée et celle des femmes légèrement diminuée. Dans bien des cas, les proches qui nous consultent sont des parents **(32 %)**.

Lien avec la personne atteinte

- **35,8%** Parent
- **32%** Inconnu
- **11,6%** Conjoint | Ex-conjoint
- **8,4%** Fratrie
- **4,5%** Grands-parents
- **3,5%** Famille élargie
- **2,9%** Enfants
- **1,3%** Connaissances



Clientèle: Portrait des proches (suite)

Principaux enjeux de santé mentale

- **33,6%** Troubles de la personnalité limite
- **19%** Troubles bipolaire
- **18%** Troubles dépressifs
- **16%** Troubles anxieux
- **11,3%** Troubles psychotiques (incluant schizophrénie)
- **1,3%** Syndrome Gilles de la Tourette
- **0,8%** Trouble de thésaurisation

Provenance

- **35%** Rivière-du-Nord
- **24%** Thérèse-de Blainville
- **11%** Deux-Montagnes
- **11%** MRC de la grande région des Laurentides
- **0,6%** Pays-d'en-Haut
- **0,6%** Autres régions
- **0,5%** Argenteuil
- **0,1%** Mirabel
- **0,1%** Antoine-Labelle

Référés par

- **42%** Inconnu
- **27,8%** Réseau de la santé et des services sociaux
- **8,9%** Parents et amis
- **5,7%** Policiers et ambulanciers
- **5,1%** Professionnels
- **5,1%** Internet
- **0,8%** 8-1-1
- **4,3%** Organismes communautaires
- **0,3%** Hopitaux





Nos services

Les intervenants de la Halte des proches apportent aide et soutien aux proches d'une personne souffrant d'un trouble de santé mentale, et ce, afin de les supporter et de les accompagner dans leurs différents défis du quotidien. Les membres de la Halte des proches ont accès à :

- Des interventions psychosociales
- Des interventions téléphoniques
- Des suivis psychosociaux en fonction des besoins du proche
- De l'accompagnement pour la rédaction d'une requête d'évaluation psychiatrique
- Des groupes de soutien
- Des programmes psychoéducatifs
- Des conférences sur différents sujets
- Des activités de répit et de mieux-être
- Des ateliers thématiques
- Une bibliothèque de livres destinés à la santé mentale
- Formations, sensibilisation et promotion
- Des services jeunesse
- Des services pour les parents d'un jeune de moins de 18 ans **(Parent Autrement)**



Intervention psychosociale

Des interventions téléphoniques

Nos intervenants sont présents pour des rencontres téléphoniques. L'objectif de ces rencontres est d'accueillir la personne, de la guider à travers nos différents services, de la référer aux autres ressources le cas échéant et d'intervenir sur des situations et problématiques ponctuelles. Il ne s'agit pas d'écoute téléphonique, mais bien d'intervention téléphonique.



Des suivis psychosociaux en fonction des besoins du proche

Nos intervenants offrent des suivis de 4 à 6 rencontres par situation problématique. Les rencontres peuvent être individuelles, en couple ou familiales, et elles peuvent se faire en personne, au téléphone ou en visioconférence. Les problématiques les plus courantes sont (communication, dynamique relationnelle, sentiment d'impuissance, limites, etc.). Il ne s'agit toutefois pas d'un service de psychothérapie.



Accompagnements

Pour requête et DPJ : 37

Intervention en couple | parentale : 34

Intervention en famille : 20

Intervention individuelle : 282

Intervention téléphonique : 643

TOTAL: 1 016

De l'accompagnement pour une requête d'évaluation psychiatrique

Nos intervenants guident les proches en procédant à l'évaluation des facteurs de dangerosité. Ils accompagnent ces derniers dans la rédaction de la requête. Finalement ils donnent aux proches des informations relatives à la requête; loi sur la protection des personnes dont l'état mental présente un danger pour elles-mêmes ou autrui, passage au tribunal, rôle des policiers et du personnel du centre hospitalier, types de garde en établissement, consentement etc.



Nos services (suite)

Groupes de soutien



Un intervenant est sur place afin de favoriser les échanges et les apprentissages. Les groupes offrent aux proches un espace de partage et d'entraide. Il s'agit d'un lieu sécuritaire et confidentiel qui permet aux proches de rompre l'isolement et d'exprimer leurs émotions, de les reconnaître et de les normaliser. Le vécu expérientiel des autres participants et l'expertise professionnelle de l'intervenant font la richesse des groupes. Cette année, malgré la pandémie, nous avons pu offrir 3 groupes de soutien à nos membres en visioconférence, dans le confort de leur maison :

- **Groupe de soutien général** qui était ouvert à tous et qui avait lieu une fois aux 3 semaines, le mercredi, en visioconférence (septembre à décembre 2021).
- **Nouveau groupe de soutien** pour les proches d'une personne ayant un **trouble psychotique** qui a eu lieu une fois par mois, les 2^e mardis du mois en visioconférence (mai à décembre 2021).
- **Nouveau groupe de soutien « Parents Autrement »***

PARTICIPANTS:

Groupe de soutien général: 54

Groupe de soutien psychotique: 14

Groupe de soutien « Parent-Autrement »: 30 | TOTAL: 98

Programmes psychoéducatifs



Les programmes psychoéducatifs visent un apprentissage par l'information et l'éducation. Plus concrètement, ils visent à démystifier et à comprendre de fond en comble le trouble de santé mentale, à partager, à explorer et à normaliser le vécu des proches et leur rôle auprès de la personne atteinte, à développer des stratégies adaptées pour favoriser leur bien-être et une saine relation avec la personne atteinte ainsi qu'à identifier et à utiliser les ressources disponibles pour leur venir en aide.

- **Le programme sur les troubles bipolaires** a quant à lui eu lieu à l'hiver 2021.

- Nous avons des **programmes en fonction des différentes problématiques** (troubles psychotiques, trouble de la personnalité limite, troubles bipolaires et autres).

PARTICIPANTS:

Troubles psychotiques: 8

Trouble de la personnalité: 12

Bipolaire: 7

Total = 27



10

Nos services (suite)

Soirées d'information et conférences

Cette année, nos membres ont pu bénéficier de plusieurs soirées d'information et de conférences.

- **Conférence : Témoignage Mère et pairs aidants famille** (13 avril 2021) **Diane Riendeau: 6 participants.**

- **Formation Agissez contre la culpabilité!** (5 et 12 mai 2021) **Madeleine Fortier, Accent Carrière** Cet atelier a offert à nos membres un temps de réflexion et des outils pour mieux comprendre le sentiment de culpabilité, le voir autrement et l'éliminer ou du moins, le réduire. Cet atelier virtuel était animé par **Madeleine Fortier (conférencière/formatrice et écrivaine): 8 membres y ont participé.**

- **Conférence Pour maintenir l'équilibre - connaître et répondre à mes besoins** (17 novembre 2021): **12 participants** **Mouvement Santé Mentale Québec - Chaudière-Appalaches**



BONNE NOUVELLE À VENIR : Lors de la prochaine semaine de la santé mentale (mai 2022), le *Mouvement Santé Mentale Québec* offrira plusieurs conférences publiques et les membres de **la Halte** auront accès gratuitement à ces conférences. **Des heures de belles rencontres!**

VIE ASSOCIATIVE :

- **Activités de répit, de mieux-être et art-thérapie:**

Il s'agit d'activités ludiques et de bien-être offrant un moment de détente, de plaisir et de partage aux proches. Elles permettent de s'évader de leurs préoccupations et d'apprendre à prendre soin de soi. **75 participants**

- **Activité ludique :** *Verger La Magie de la pomme* le 1er octobre 2021. Les membres étaient conviés à se joindre à nos intervenants pour cette activité extérieure. Dîner pique-nique et cueillette de pommes étaient à l'honneur. **13 participants**

- **Activité de détente :** *Parent Autrement* : **31 participants**

PARTICIPANTS:

Activités de répit: 44

Activité de mieux-être: 26

Activité ludique: 13

Activité de détente: 31

Total = 114

Centre de documentation

Nous avons fait un bon ménage dans notre bibliothèque, actualisé et bonifié les livres que nous proposons à nos membres.

Nos ouvrages sont directement reliés aux proches aidants et à la santé mentale.

- Nombre de livres : **200**

- Nombre de prêts de livres : **40**



Nos services (suite)

VOIR UNE PERSONNE QUE L'ON AIME SOUFFRIR D'UN TROUBLE MENTAL N'EST PAS FACILE. ESSAYER DE L'AIDER AU QUOTIDIEN L'EST ENCORE MOINS.

La Halte des Proches, c'est l'Association québécoise des proches de la personne atteinte de maladie mentale. Un endroit accessible où vous pouvez vous chercher du soutien, des ressources et de l'aide. C'est aussi un endroit qui est toujours ouvert pour ceux et celles qui ont besoin de parler de leur expérience, à offrir un regard de la maladie au quotidien.

Depuis plus de 30 ans, nous sommes au service des proches aidants. Au fil du temps, nous avons acquis une expertise dans un accompagnement personnalisé et authentique de votre expérience. Nous offrons un éventail de services et d'activités adaptés aux besoins et aux intérêts de vos proches aidants.

NOS SERVICES SONT OFFERTS À TOUS LES PROCHES EN SANTÉ MENTALE SUR PRESQUE TOUT LE TERRITOIRE DES LAURÉNTIDES.

La HALTE des proches
ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PROCHES DE LA PERSONNE ATTEINTE D'UNE MALADIE MENTALE

LaHALTE.ca
Consultez notre site Web pour plus d'informations

900 A. nonioulle / 50 rue Ouellet / 5000 St-Jérôme / Québec, QC J5R 1G5 / 450-428-4281 / 1-800-553-0550 / info@lalahalte.ca

VOUS LES ACCOMPAGNEZ, ON VOUS SOUTIEN

PARCE QUE CHAQUE GESTE COMPTE

QUE CE SOIT EN TEMPS JOUABLE UN DON POUR CEUX ET CELLES QUI ONT TOUJOURS VOULU FAIRE UNE DIFFÉRENCE IMPLIQUEZ-VOUS.

SAVIEZ-VOUS QUE ?
VOUS ET VOS PROCHES: QUELQUES CHIFFRES SUR LES PROCHES EN SANTÉ MENTALE

61% SE SONT DÉPRESSÉS / **66.8% PROCHES DE DIFFICILE**

AIDEZ LA HALTE DES PROCHES À ACCOMPLIR SA MISSION! DEVENEZ BÉNÉVOLE FAITES UN DON

DES SERVICES QUI COÏNCIDENT AVEC VOS BESOINS:

- Groupes de soutien
- Programmes psychoéducatifs
- Ateliers thématiques
- Conférences, ateliers d'information
- Activités de loisir
- Interventions psycho-éducatives
- Accompagnement pour requêtes en évaluation psychiatrique

CONSULTEZ NOTRE SITE WEB POUR NOUS CONTACTER OU OBTENIR PLUS D'INFORMATION
LaHALTE.ca

Formation, sensibilisation et promotion

Notre mission est aussi d'informer la population sur la maladie mentale et sur ses impacts sur les proches. **La Halte des proches** se déplace pour offrir de la formation, sensibiliser la population aux maladies mentales et le vécu des proches aidants. Cette année nous avons offert différents événements :

Le 9 avril 2021

• Conférences à l'UQO

Les sujets abordés étaient: les services de **la Halte des proches**, la réalité des proches aidants et la symptomatologie des 5 troubles mentaux majeurs (dépression, anxiété, bipolarité, trouble TPL et troubles psychotiques).

Les 15 avril et 29 avril 2021

• Formation au centre de pédiatrie sociale de Lachute

« *Intervenir auprès des parents ayant une maladie mentale* ». **73 participants**

Les 2, 3 et 10 décembre 2021

• Conférence à l'UQTR

les sujets abordés étaient: les services de **la Halte des proches**, la réalité des proches aidants et la symptomatologie des 5 troubles mentaux majeurs (dépression, anxiété, bipolarité, trouble TPL et troubles psychotiques).

70 étudiants en soins infirmiers

Le 2 décembre 2021

• Présentation sur la proche-aidance au *Cégep de Saint-Jérôme* **10 participants**



Facebook

• Page *Facebook* en effervescence plus que jamais ! La portée de la Page *Facebook* de **la Halte** : **12 131**

Le nombre de personnes ayant vu du contenu sur notre Page ou à propos de notre Page, y compris des publications des stories, des publicités, des renseignements sociaux sur les personnes qui interagissent avec notre Page et plus encore.

- **1442** : Le nombre de fois que notre Page *Facebook* a été consultée.
- **267** : Le nombre de nouvelles mentions « *J'aime* »



lalahalte.ca





La parole aux proches

La disponibilité et le court délai d'accès à votre service contraste tellement avec la difficulté d'obtenir un RV dans le système de santé. Je considère ce que vous faites comme essentiel.

Savoir que nous pouvons appeler n'importe quand et à n'importe quel moment de la journée pour parler à quelqu'un, cela est un grand plus. Il y a toujours quelqu'un pour nous. Ça nous aide à passer au travers des inquiétudes ou simplement de répondre à nos questions. Nous nous sentons importants.

Merci à vous tous et toutes!

*Un merci spécial à M. Nelson qui nous a aidé grandement dernièrement, à mes petits enfants Arielle et Rémi et à moi Estelle.
Merci!!!*



J'ai vraiment une grande reconnaissance pour les services jeunesse, le volet des enfants. Mes enfants ont reçu de bons trucs pour comprendre un papa vivant des enjeux de santé mentale.

Je n'ai pas de mot pour exprimer ma gratitude, car en tant que maman, on se sent dépourvue de tout cela. Je trouve que ce volet est vraiment essentiel pour nos tout-petits.

Je félicite La Halte des Proches pour l'aide que vous offrez à nous les proches qui avons un grand besoin d'aide! J'ai un conjoint qui souffre de dépression majeure, paranoïa et une personnalité dépendante et une fille souffrant de dépression et TPL. OUF!!! Votre accueil, écoute, rencontres de groupe ainsi que les rencontres individuelles sont très appréciées!
Merci à toute l'équipe de votre excellent travail !!!!



Je tiens à remercier du fond du cœur ♥ et de l'âme, l'aide que j'ai reçu grâce à votre organisme, étant en période dépressive, en maladie de travail, en pandémie bien sûr, et ayant aussi passé une période d'isolement grâce à la Covid, oui oui grâce, ce qui m'a permis de faire un grand travail sur moi, me situer enfin par rapport à ma vie avec un conjoint borderline, à ne plus savoir où me situer dans cette vie en montagnes russes, j'ai eu de l'écoute, de l'empathie, des outils, et je tiens à souligner le travail exceptionnel de mon intervenante Laurence que j'ai beaucoup aimé, pour son écoute formidable, son professionnalisme, sa grande qualité de bien nous conforter. Elle a réussi à me sortir du gouffre où j'étais plongée... je me sens d'attaque maintenant et je vais continuer d'appliquer ses outils et renforcer mon indulgence envers moi-même!!! Des organismes comme les vôtres sont super indispensables car dans le réseau actuel d'aide, c'est très difficile d'en recevoir et j'ai été immédiatement prise en charge!

Milles merci à tous pour ce travail titanesque!





Concertation et collaborations

Concertation

Pour favoriser un changement social, la meilleure façon consiste à travailler ensemble.



- **Tables de concertation** : Nous avons été présents sur 11 tables de concertation en santé mentale et nous avons participé à la majorité des rencontres.
- **Comités** : Nous avons également participé aux rencontres de différents comités en lien avec le Plan Primauté de la personne.
- **Conseil Jeunesse Pays-d'en-haut** : 4 rencontres
- **Co-développement** : Nous avons eu des rencontres de co-développement avec d'autres organismes ayant la même mission que nous, soit de soutenir les proches en santé mentale.
- **La Semaine de la santé mentale** du 3 mai au 7 mai 2021. À l'occasion de la **Semaine nationale de la santé mentale**, plusieurs tables de concertation en santé mentale ont organisé différentes activités.
 - **Thérèse-de-Blainville** a présenté « *Maux Z'Arts, l'exposition qui fait du bien* ». Sous le thème local « Parce que ça me fait du bien... », le comité a invité les artistes qui souhaitent exposer dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale à soumettre une œuvre visuelle (toile, photo, sculpture, vitrail, etc.) pour l'exposition « *Maux Z'Arts* ».
 - À la **MRC Rivière-du-Nord**, des représentants de la Table étaient présents à des endroits stratégiques du territoire du 3 au 6 mai, afin d'offrir des informations sur les ressources communautaires de la région et quelques activités d'animations.
 - Une activité de bienveillance collective sous le thème « **Comment va ton PDH aujourd'hui ?** » a été organisée. Des petites cartes de bienveillance et des petites douceurs ont été distribuées à la population.



Concertation et collaborations (suite)

Collaborations

- **WEIJI RÉFÉRENCE** de la Régie intermunicipale de police Thérèse-de-Blainville
- Formulaire référence systématique?
- Radio?
- Pairs aidants?
- **Centraide**. La campagne 2021 de Centraide Laurentides mettait en vedette **La Halte des proches**. Une vidéo a été réalisée pour l'occasion et elle a été partagée par le biais de nos réseaux sociaux.



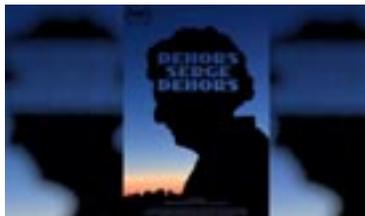
« De donner à un organisme comme la Halte des Proches, qui est un organisme pour les proches de personnes avec des problèmes en santé mentale, n'est pas le premier réflexe des gens. Pourtant, c'est tellement une belle mission qui touche tellement de gens. Donc, de donner à Centraide c'est de faire en sorte que la Halte des Proches continue d'exister et de donner des services. »

Laurence C. Vincent, intervenante psychosociale, La Halte des Proches

Laurence, intervenante, Fanie et Daphné, du CA vous présentent **la Halte des proches** qui offre du soutien aux proches accompagnant une personne atteinte de maladie mentale. *Cet organisme que nous soutenons offre des conseils, de la formation et du soutien, en plus d'informer la population sur les réalités reliées à la maladie mentale dans son ensemble.*

- **Dehors Serge dehors** : Projection spéciale en présence des réalisateurs Martin Fournier et Pier-Luc Latulipe. On nous a contacté afin de nous offrir de faire une apparition au lancement du film *Dehors Serge Dehors*, un film qui met en valeur spécifiquement les proches aidants. Ce fut une belle visibilité pour la Halte. Nos intervenants ont été présents à deux des représentations.

- o Cinéma Saint-Eustache
- o Cinéma Sainte-Adèle



- **Un pas dans ta brume** : Conférence de presse à Lachute. Nous étions présents au lancement du projet et de la première chanson de cette initiative citoyenne bénévole qui utilise la musique ainsi que l'art afin de sensibiliser la population aux enjeux de santé mentale. Il s'agit d'un projet artistique et sociocommunautaire qui découle d'une initiative citoyenne et qui comprend une campagne de sensibilisation en partenariat avec des organisations psychosociales.

Infolettre

Nous avons publié 8 infolettres qui présentaient la programmation, des rappels d'activités et différents communiqués.

Vie Associative

Au 31 mars 2022, **La Halte des proches** comptait 904 membres, dont 279 nouveaux membres. L'assemblée générale annuelle ouverte aux membres est un moment important de notre vie associative. Cette année elle a eu lieu le 15 juin 2021 en visioconférence.

• • • • • • • •

L'organisme est administré par un conseil d'administration composé de 6 membres actifs, bénévoles, qui se sont réunis à 12 reprises.

Membres du conseil d'administration 2021 | 2022

Diane Mercier, présidente
Daphné Fontaine-Deniger, secrétaire
Fanie Queneville, trésorière sortante
Michel Beaumier, trésorier intérim
Nathalie Leblanc, administratrice
Annie Lavoie, administratrice.
Maude Chamberland, administratrice



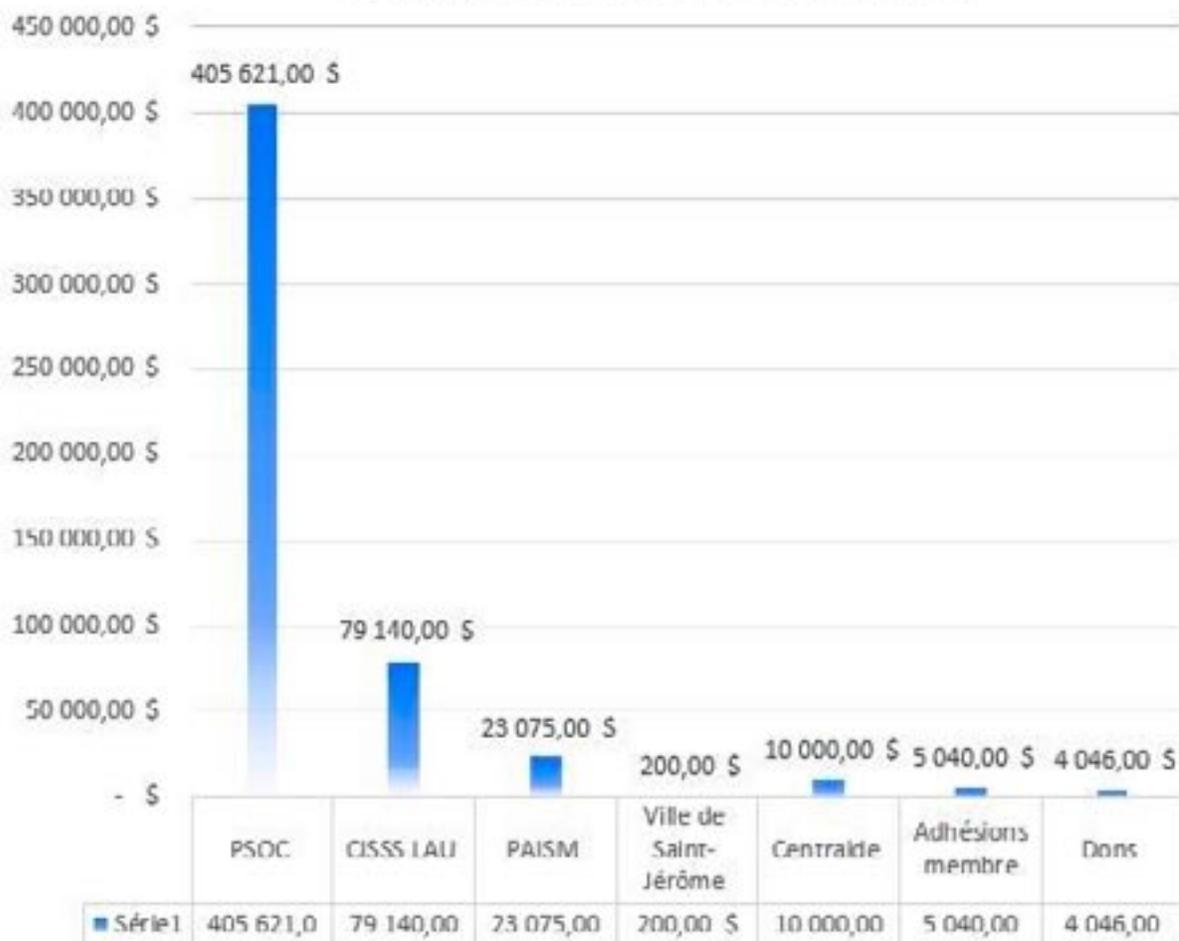


Financement

La diversification des sources de financement demeure un enjeu important pour les organismes communautaires et on doit faire preuve de créativité pour trouver les fonds nécessaires à la réalisation de notre mission. Il est d'autant plus important de souligner l'apport et la participation des partenaires financiers.

Le plus important de nos bailleurs de fonds reste encore le **Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)**. Cette année nous avons reçu un montant de **405 621 \$**. Cette année encore nous avons eu du soutien de la communauté. Voici le résultat :

FINANCEMENT 2021-2022



Financement (suite)

À tous nos donateurs, commanditaires et partenaires qui d'une façon ou d'une autre nous ont soutenus et ont contribué à la réalisation de notre mission si importante auprès des proches.

Merci!





Bilan financier

Association Laurentienne des Proches de la Personne Atteinte de Maladie Mentale inc. Résultats

pour l'exercice terminé le 31 mars 2022

	Prévisions (non auditées) \$	2022 Réel \$	2021 Réel \$
Produits			
Apports			
Subventions – Centre intégré de santé et des services sociaux des Laurentides			
Programme de soutien aux organismes communautaires	334 991	429 296	328 423
Parlons de santé mentale PAGIEPS	12 840	5 954	
Projets « Être parents autrement » et « Pair aidant famille »	107 338	58 526	36 534
Projet FRASLA		6 000	
Subventions autres		1 751	
Contributions – usagers	4 000	4 531	4 940
Contributions – communauté	44 000	14 046	37 800
Contributions – Centraide – Fonds d'urgence COVID-19			9 000
Autres	500	1 992	3 446
	<u>503 669</u>	<u>522 096</u>	<u>420 143</u>
Charges			
Salaires et charges sociales (annexe A)	406 060	273 702	294 872
Frais d'administration (annexe B)	18 306	43 165	39 123
Frais d'activités (annexe C)	15 868	11 502	6 676
Frais d'activités d'autofinancement	2 300	3 724	1 866
Frais d'assemblées et vie associative	5 000	1 595	2 619
Frais de local (annexe D)	29 936	32 083	29 134
Autres projets (annexe E)	18 840	110 829	5 536
Autres (annexe F)	6 000	877	5 097
	<u>502 310</u>	<u>477 477</u>	<u>384 923</u>
Excédent des produits par rapport aux charges	<u>1 359</u>	<u>44 619</u>	<u>35 220</u>





Réalisations

Services jeunesse

Les services jeunesse de la Halte

ENFANTS | ADOLESCENTS

Depuis 2018, nous avons un volet jeunesse. Le consentement des parents/tuteurs est nécessaire. Nous favorisons le travail de concertation avec les autres intervenants du jeune (scolaire, DPJ, etc.). Nous travaillons en collaboration avec les parents en appui au plan d'action du jeune. Nous avons du matériel d'intervention jeunesse, des jeux, des livres et du matériel d'art. **Services:** interventions psychosociales, suivis, service d'art-thérapie, programme *Anna et la mer* (à venir), bibliothèque.



Nous devons avoir le consentement des parents/tuteurs pour les jeunes de moins de 14 ans. En haut de 14 ans, les jeunes peuvent obtenir des services en toute confidentialité. Nous favorisons le travail de concertation avec ses autres intervenants (scolaire, DPJ, etc.) **Services:** interventions téléphoniques, suivis, service d'art-thérapie, sorties, bibliothèque.

71 interventions

Dans la littérature on dénote que plus d'un million de jeunes Canadiens, âgés entre 9 et 19 ans, sont atteints d'un trouble de santé mentale. On sait également que 75 % des problèmes de santé mentale touchant les personnes au cours de leur vie se développent avant qu'elles atteignent l'âge de 25 ans.



De plus, on dénombre que 50 % de ces troubles débuteraient avant l'âge de 14 ans. Au cours des dernières années, l'Institut canadien d'information sur la santé a relevé un accroissement important du nombre d'hospitalisations chez les jeunes de 10 à 17 ans pour une blessure auto-infligée, ce qui englobe l'intoxication, le suicide et les tentatives de suicide. Devant ce fait, on ne peut que reconnaître la pertinence d'investir dans ce projet afin de soutenir ces familles dans les défis qu'elles vivent au quotidien.

Au Canada, seulement 1 jeune sur 5 ayant besoin de services en santé mentale les reçoit. En effet, selon les données de l'Enquête sur la santé dans les collectivités canadiennes – Santé mentale (ESCC-SM) de 2002, une étude relève que 20 % seulement des jeunes Canadiens ayant un trouble mental utilisent des services. Ces constats nous amènent à nous interroger sur les facteurs pouvant expliquer que tant de personnes ayant besoin de soutien semblent s'en priver.





Réalisations (suite)

Parmi les barrières à la recherche de services en santé mentale chez les jeunes, on compte ; la stigmatisation liée aux troubles mentaux, la volonté de régler le problème soi-même, les attitudes négatives à l'endroit de la recherche d'aide qui sont plus élevées dans les milieux défavorisés et sur le plan socioéconomique, le trouble de consommation de substances et le trouble de la personnalité antisociale.

On note une plus grande proportion de jeunes qui ont tendance à utiliser leur réseau de soutien informel (membre de leur entourage tels que des amis, etc.) plutôt que de recourir à des personnes issues du milieu scolaire ou professionnel. Une difficulté à reconnaître les symptômes (chez les jeunes, comme les parents) reste présente dans la communauté.



Or, on comprend que les acteurs impliqués face à la problématique sont multiples : les instances gouvernementales, les institutions scolaires, le milieu familial et les organismes communautaires. On considère que le rôle des organismes communautaires tel que le nôtre est essentiel afin de réduire la portée de ce problème social. C'est d'ailleurs ce que notre organisme tend à faire par le biais de notre gamme de services du projet **Être parent autrement** * :

- Promotion des saines habitudes de vie ;
- Sensibilisation et éducation populaire sur les troubles de santé mentale ;
- Proposer des services aux parents et les soutenir pour qu'ils puissent offrir un environnement favorable aux saines habitudes de vie qui pourraient avoir des conséquences positives sur la santé mentale des jeunes ;
- Offrir un accompagnement et de l'éducation aux parents : habiletés et pratiques parentales ;
- Offrir des programmes et des groupes d'échange pour les parents ayant des enfants qui présentent des troubles de santé mentale ;
- Favoriser la collaboration et le réseautage entre les diverses organisations communautaires.





Réalisations (suite)

Des services pour les parents d'un jeune de moins de 18 ans (*Parent Autrement*)



Depuis 2019, nous travaillons à développer et à implanter des services spécifiquement adaptés aux parents, familles, tuteurs et professionnels responsables d'enfants et de jeunes mineurs aux prises avec une problématique de santé mentale. Ce nouveau service a pour objectifs : d'informer sur les troubles mentaux ; d'offrir des outils concrets en vue de résoudre (ou de dénouer) une problématique spécifique (ex. : communication, discipline, etc.) et d'acquérir des stratégies facilitant les interactions et les échanges avec le jeune.

• L'intervention psychosociale :

Il s'agit de rencontres individuelles, de couples dont l'objectif est d'aider, d'informer et de soutenir les parents dans leurs défis en lien avec l'impact de la maladie mentale de leur(s) enfant(s). Ces rencontres visent principalement à démystifier les troubles de santé mentale, dénouer une problématique ciblée, outiller les parents en leur donnant des stratégies adaptées, développer leurs habiletés et pratiques parentales et favoriser un sentiment de compétence parentale. **37 interventions**

• Groupes de soutien :

Il s'agit de groupes de soutien bimensuels offrant un espace sécuritaire et confidentiel qui permet aux parents de rompre l'isolement. C'est un lieu d'appartenance, d'échange et d'aide mutuelle où il est possible de bénéficier du vécu expérientiel des autres parents, ainsi que de l'expertise professionnelle de l'intervenant. Le groupe contribue à briser l'isolement, à développer le réseau de soutien du parent et à préserver son équilibre mental. **11 groupes | 42 présences**



Un groupe de «Parent autrement» bien heureux !

• Ateliers thématiques :

Il s'agit d'ateliers à thèmes variés, notamment, l'introduction à la parentalité et aux défis d'un parent ayant un enfant aux prises avec des problématiques de santé mentale, le lâcher-prise, l'estime de soi, le sentiment de compétence parentale, la communication, la gestion de crise, la stigmatisation, etc. Les ateliers permettent aux parents de développer leurs connaissances sur les troubles de santé mentale, sur les défis relatifs à l'adolescence conjugués aux problématiques de leurs jeunes, sur les compétences qu'ils possèdent et sur les nouvelles compétences à en acquérir, sur l'amélioration de l'estime de soi et sur la capacité d'adaptation, sur comment accroître l'entraide et le soutien mutuel chez les parents, etc. **5 ateliers | 14 participants**



Pour l'année 2022, nous estimons que la promotion de ce service, ainsi que les nombreux partenariats que nous avons actuellement permettront sans aucun doute de rejoindre un plus grand nombre de parents!

Réalisations (suite)



Formation continue de l'équipe

Afin d'offrir un soutien optimal et une offre de services adapté aux besoins des proches en santé mentale, les membres du personnel ont suivi les formations suivantes :

- Présentation des **modalités d'application de la mesure d'assistance en vue de l'entrée en vigueur** en juin 2022 de la Loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité. Présentation donnée aux employés par *Mme Beaulieu*, agente de liaison au Curateur public des Laurentides (10 novembre).
- **Garde en établissement** : le juste équilibre entre la protection de la personne et le respect de ses droits, *Mathieu Morel-Bouchard* et *Dany Leclerc-Martel*.
- **SOFEDUC**: intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques.



NOUVEAUTÉ!

- La **Halte des proches** annonce la nomination de madame Mireille de Palma comme directrice générale de l'association et de Marie-Ève Issa au poste d'adjointe administrative.

Vous avez peut-être déjà remarqué, mais quand vous appelez à **la Halte**, c'est maintenant une personne dédiée à cet effet qui effectue le premier contact avec la clientèle par téléphone. Elle accueille donc les membres, évalue leurs besoins et les réfère au bon intervenant ou à la ressource appropriée. Elle fixe les rendez-vous des intervenants, ce qui permet à ceux-ci de se consacrer à l'intervention. Les rencontres se font donc avec et non sans rendez-vous. Les intervenants ne prennent donc plus les appels.

- Un guide d'**intervention psychosociale** a été élaboré cette année afin de bien accueillir et former les nouveaux employés qui se joindront à **la Halte** au cours des prochaines années.

- Notre guide **Trouble de la personnalité limite** est maintenant disponible en français et en anglais.

TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE BORDERLINE PERSONALITY DISORDER

Ce guide s'adresse d'abord aux proches d'une personne souffrant du trouble de la personnalité limite (TPL). Il donne une idée générale des symptômes. S'informer est une première étape. En complément à cette brochure, une nouvelle formation aux proches sera disponible sous peu.





Objectifs 2022-23

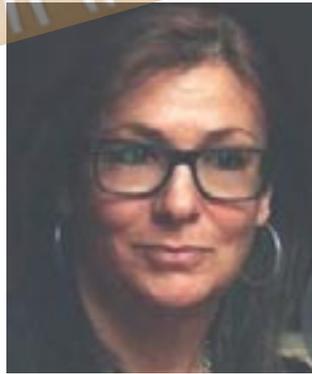
- Compléter l'équipe des intervenants et de l'administration.
- Conclure notre Plan stratégique 2020 | 2023.
- Déployer notre plan de communication.
- Poursuivre et consolider le volet parent du service « **FAMILLE | Être Parent autrement** » pour les parents d'un enfant mineur vivant avec des enjeux de santé mentale.
- Compléter la certification d'**Avant de Craquer**.
- Reprendre les interventions ainsi que les groupes de soutien en présentiel.
- Concevoir la planification stratégique 2023-2026.
- Relocaliser nos bureaux.



*Mettez-vous toujours à la place de l'autre.
Renoncez un temps à vos opinions, à vos jugements
afin de comprendre.
Bien des conflits peuvent ainsi être évités.*

Dalaï Lama

La formidable équipe de la Halte des proches



*Merci à tous pour
une autre année
de dévouement et
de bienveillance
auprès de nos proches.*

***Vous faites
la différence!***



Absentes des photos:
*Sabrina Arseneault
Janick Baril
Andréanne Fortier*



De gauche à droite :
*Mireille de Palma, directrice générale
Marie-Ève Issa, adjointe administrative
Geneviève Saulnier, adjointe aux activités cliniques
Vanessa Bélanger, intervenante
Camille Mayrand, intervenante (congé de maternité)
Jessica Kimpton, intervenante
Laurence Vincent, intervenante (a quitté en février)
Martine Thouin, intervenante
Nelson Derganc, intervenant*

Mot de la directrice



Je me suis jointe à la formidable équipe de **la Halte des proches** le 30 novembre dernier et quel bonheur depuis, d'oeuvrer pour une cause aussi noble qu'essentielle, avec une équipe expérimentée et dédiée!

La mission de la **Halte des proches** m'a totalement séduite! Offrir de l'aide, de l'écoute, des groupes de soutien, des formations, des activités de répit...

Tout cela gratuitement, aux proches vivant avec une personne présentant des problématiques de santé mentale, c'est absolument extraordinaire et d'une pertinence incontournable.

Le différence que nous faisons dans la vie de ces proches est majeure et permanente. L'apport et la collaboration des partenaires sont également essentiels pour mener à bien notre mission qui est de soutenir, écouter, accompagner, aider, orienter et soulager!

Malgré la pandémie les intervenants sont demeurés mobilisés, présents et disponibles. Empathiques plus que jamais ! Cette crise n'a certes pas aidé la santé mentale et les intervenants.es ont redoublé d'efforts et de créativité pour soutenir le mieux possible nos proches, à travers cette période difficile.

Notre constante bienveillance a fait son chemin et elle continue...

Tous au front pour la santé mentale.

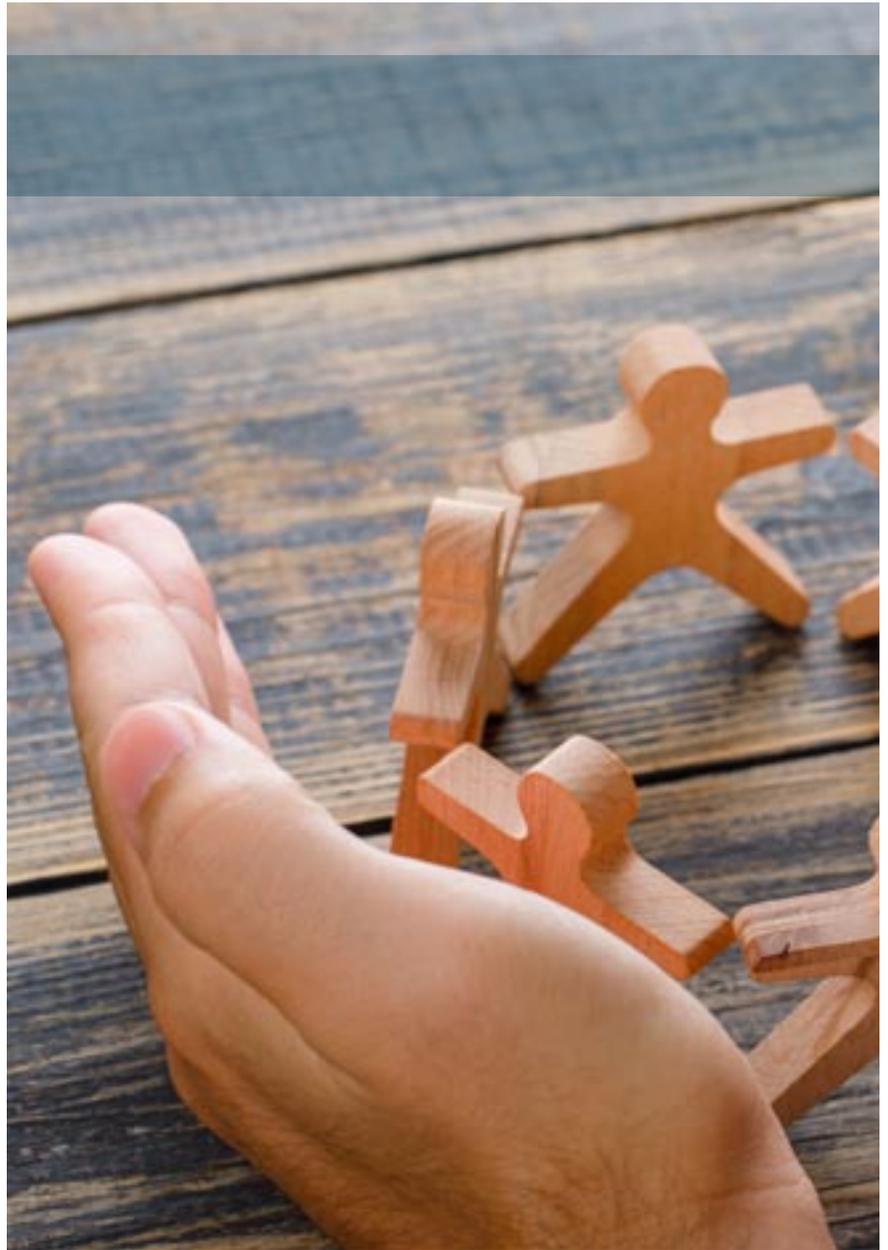
Du développement social en passant par la promotion et la défense des droits des personnes handicapées, puis à l'accompagnement des personnes du grand âge seules, vulnérables et isolées... Je fais maintenant partie de cette belle équipe de la **Halte des proches!**

Mon expérience professionnelle ainsi que mon parcours de vie contribueront au succès de la Halte. Je remercie le CA de me faire confiance et de me permettre de vivre cette belle et riche aventure avec des personnes de grand talent et de coeur.

ENSEMBLE pour la santé mentale!

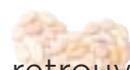
Mireille de Palma





LA HALTE
des proches

ASSOCIATION LAURENTIENNE DES PROCHES DE
LA PERSONNE ATTEINTE DE MALADIE MENTALE



retrouvez-nous sur Facebook 
LaHalte.ca