APAME DE L'EST DE LA CÔTE-NORD
Notre mission est d'offrir une gamme de services de soutien aux membres de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques, reliées à une maladie mentale ou à un trouble de santé mentale, un trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité ou avec le syndrome Gilles de la Tourette.

RAPPORT ANNUEL 2016-2017

Table des matières

Services offerts 7
Gouvernance 8
Priorités et plan d'action 2015-2016 9

Dossiers en cours 10

Statistiques aide et soutien 11
Statistiques suite 12
Statistiques suite 13

Programme «Mieux vivre avec le TDAH à la maison» 14, 15

Formation « Apprendre à se rapprocher sans agressivité » 16

Statistique *Facebook* 17

Développement des compétences 18

Vie associative 19

Réalisations 20

Activités 21, 22, 23

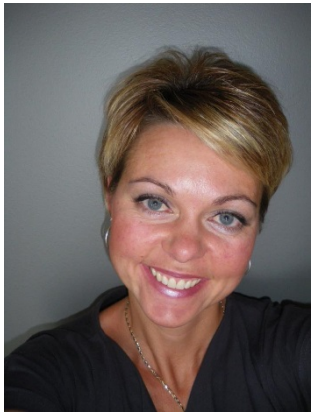
Remerciements 24

18-4-29

Le mot du président et de la direction

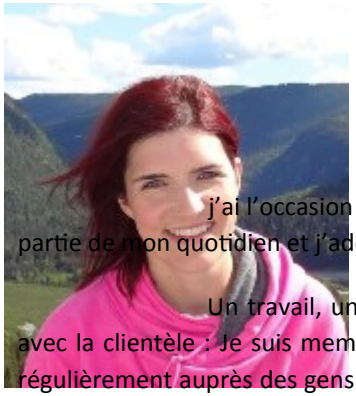
Bonjour,
Au nom du conseil d'administration, je vous souhaite la bienvenue à votre assemblée générale annuelle.
Les efforts des trois dernières années ont porté fruit. Les réalisations, qui vous seront décrites dans ce rapport par notre directrice générale et notre intervenante, vous démontreront que l'APAME de l'Est de la Côte-Nord a su se démarquer comme organisme communautaire à Sept-Îles et sur la Côte-Nord.
Un grand merci à Carole, Stéphanie et aux membres du conseil d'administration.
Notre principal défi pour l'année 2017-2018 consistera à maintenir ces efforts afin de continuer l'amélioration des services rendus à nos membres, et ce, malgré les turbulences et les lenteurs administratives de notre système de santé publique.
Félicitations à l'équipe pour le travail accompli, et bonne continuité pour l'année à venir.

Denis Blouin
Président du conseil d'administration



Je vous dirais que cette année en fut une de consolidation des acquis. Dans ce sens où l'APAME est maintenant de plus en plus connu et reconnu à travers les différents canaux, que ce soit au niveau des partenaires, de la population et des entreprises de la région. Nous sommes devenus une source de référence et d'information pour nos médias locaux grâce au travail des 3 dernières années…
Hausse de l'achalandage, développement du service de formation et amélioration continue de nos pratiques!
L'IMPORTANT; CES personnes, CES membres de l'entourage qui jour après jour vivent tellement d'émotions et de situations qu'il en perdent tout espoir de rétablissement.
Je leur souhaite….qu'ils croisent notre intervenante qui, à elle seule est capable de faire de bien grandes choses.
Et je l'en remercie infiniment….

Bonne continuité….



Le mot de l'intervenante

Dans le cadre de mon travail, à travers les suivis individuels, familiaux et de couple que j'effectue, j'ai l'occasion de rencontrer des gens extraordinaires. Leur apporter du soutien, de l'écoute et les informer font, entre autres, partie de mon quotidien et j'adore ce que je fais.

Un travail, une cause …! Je suis heureuse de partager mon savoir théorique en psychologie ainsi que mon savoir expérientiel avec la clientèle : Je suis membre de l'entourage d'une personne atteinte (en rétablissement). J'apprécie tous les apprentissages que je fais régulièrement auprès des gens avec qui j'échange car ils ont tous leur histoire incomparable … Chaque personne, chaque famille rencontrée a pour moi sa couleur. Je me fais un devoir de respecter l'unicité et le rythme de chacun à travers une approche « sur mesure ». Il m'importe de toujours m'assurer que les gens n'oublient pas de protéger leur équilibre (santé psychologique, physique et spirituelle, quelle qu'elle soit). À chaque fois que cela m'est possible, je privilégie une approche se voulant la plus systémique possible car tous, nous nous inter influençons. Et que dire de l'approche orientée sur les forces de la personne : La personne de l'entourage, et aussi la personne atteinte… Car la condition de santé mentale de cette dernière ne sera jamais ce qui la définit. Nous travaillons à rediriger l'attention sur les forces et à appliquer nos limites… Car le fait d'être entourage d'une personne atteinte ne doit pas en venir à nous définir comme personne. Avant tout, nous sommes maman, papa, fille, garçon, ami, tante, oncle, grand-maman, grand-papa, collègue et j'en passe.

En tant qu'entourage d'une personne atteinte, j'ai moi aussi connu des émotions et des problématiques semblables à celles de la clientèle – et je demeure tout comme elle, exposée à les vivre à nouveau. Inquiétude, impuissance, besoin de se confier et de partager son expérience font entre autres partie du lot. Même si les problématiques de santé mentale ne sont pas toujours les mêmes chez les proches de l'entourage, le vécu émotif de ce dernier est semblable en plusieurs points. La différence est souvent dans le fait d'être parent d'un enfant atteint ou d'être enfant d'un parent atteint : D'une part, les parents sont souvent amenés à expérimenter de la culpabilité. D'autre part, les enfants vont davantage être plus à risque d'expérimenter ce que l'on nomme la parentification (à différents égards, devenir « le parent du parent »).

À partir de ces différences, lors de notre groupe de soutien bimensuel, il est riche de partager entre nous à partir de nos différentes perspectives. Le groupe de soutien est également un espace pour parler des difficultés rencontrées qui parfois pourrait « user » notre entourage familial, professionnel, etc. Ce groupe de soutien, c'est un rendez-vous, un sentiment d'appartenance, où il n'y a pas de jugements et où se mêlent autant des rires que des moments plus fragiles.

Dans le cadre de mon travail, je continue et j'apprécie toujours autant de donner des ateliers thématiques sur différents sujets touchant la santé mentale. Je poursuis également la coanimation du groupe psychoéducatif pour parents d'enfants avec un TDA/H avec ma collègue-partenaire du CISSS, Marie-France Jones.

En terminant, je suis heureuse et fière de vous annoncer que la formation « Apprendre à se rapprocher sans agressivité » en sera à sa troisième cohorte au cours de l'année 2017-2018. Une formation dispensée par des membres et pour des membres de l'entourage. Mme Claire Vachon, membre de notre organisme, a accepté de relever ce beau défi avec moi. J'en profite pour souligner sa générosité de temps et de cœur !

L'historique de l'APAME

C'est en septembre 1989 , qu'un regroupement d'une quinzaine de parents se réunissent afin d'échanger sur les difficultés qu'amène la maladie mentale à l'intérieur de la vie quotidienne d'une famille. Les rencontres permettent d'aborder les sujets tels que : l'hospitalisation, le traitement, la planification et l'organisation familiale afin de préparer la sortie de l'hôpital, et ce, sans oublier le suivi de la personne dans son milieu. Nous avons, entre autres, rendu possible l'échange avec d'autres parents ayant déjà vécu des situations semblables : le diagnostic, la médication contrôlée, l'identification et les démarches en situation de crise, l'obtention de l'aide et le rejet social par rapport à la maladie mentale.

L'Association des parents et amis du malade mental de Sept-Îles est incorporée le 6 juin 1991. Depuis ce temps, nous essayons de rendre toujours plus visible notre association. Avec le support du Centre de santé et des services sociaux de Sept-Îles ainsi que du Centre Hospitalier Régional des Sept-Îles, nous apportons du support aux familles qui côtoient quotidiennement la maladie mentale.

Au printemps 1992, l'association devient membre de la Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale (FFAPAMM) qui regroupe plusieurs associations de parents. Par la présentation d'activités, les parents découvrent leur capacités de soutien. Il est essentiel de maintenir cette motivation tout en démystifiant la maladie mentale puisque personne n'est à l'abri de celle-ci.

En 1998, à la suite de plusieurs discussions et représentations publiques, l'Association des parents et amis du malade mental change de dénomination sociale pour Association des Parents et Amis du Malade Émotionnel (APAME).

Notre champ d'activités touche la famille et les amis de la personne atteinte d'un trouble de la santé mentale ou émotionnelle. Depuis 2003, nous soutenons les familles ayant un enfant atteint du trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H).

Finalement, en 2006, nous commençons à intervenir auprès des parents qui ont un enfant atteint du syndrome de Gilles de la Tourette.

L'Est de la Côte-nord couvre de Pointe-Aux-anglais jusqu'à Lourdes de Blanc-Sablon, en passant par les villes nordiques, Fermont et l'Île d'Anticosti.
Toutefois, par faute de budget nécessaire à couvrir le territoire, nous desservons la ville de Sept-Îles et ses environs. Les demandes venant de l'extérieur sont traitées par voie téléphonique selon la disponibilité des ressources.

Territoire et philosophie

Notre philosophie d'intervention trouve sa spécificité dans une approche communautaire basée sur l'accessibilité et l'humanisme. C'est pourquoi, nous veillons à assurer un accueil empreint d'empathie basé sur des valeurs humaines et sur la confidentialité. Notre approche globale et systémique, jumelée à l'emplacement de la ressource, permet le développement d'un sentiment d'appartenance à un groupe d'individus qui vivent des problèmes similaires.

- **Les points d'ancrage des interventions tiennent compte des 4 prémisses suivantes:**
- ***Le respect du membre de l'entourage et de son rythme ;***
- ***L'actualisation du potentiel de la personne ;***
- ***Le développement de ses compétences ;***
- ***L'appropriation de son pouvoir***

L'ensemble des actions et des interventions sont basées sur les besoins évolutifs de la clientèle tout en respectant le rythme d'apprentissage. L'association accompagne les membres de l'entourage dans le développement de leur résilience, ce qui permet de développer des mécanismes d'adaptation favorisant un mieux-être quotidien. Ainsi, la gamme de mesures de soutien offerte est axée sur le développement d'une attitude positive face à l'ensemble de la situation familiale, y compris l'élaboration de stratégies adaptées lors de situations difficiles. Par ailleurs, l'ensemble de ces mesures doivent permettre de restructurer les fonctions de soutien comme des occasions de croissance personnelle et d'orienter la perspective d'accompagnement comme étant un défi.

Les principes directeurs qui sous-tendent l'ensemble des actions et des interventions visent à permettre aux membres de l'entourage de :

- ***Jouer pleinement leur rôle d'accompagnateur ;***
- ***Développer leur capacité à réussir leur vie et mieux vivre leur quotidien ;***
- ***Se développer positivement, en dépit du stress que comportent les situations auxquelles ils sont confrontés ;***
- ***S'impliquer activement à titre de partenaires dans l'organisation des services.***

… Tout ayant pour finalité la recherche d'une amélioration continue de leur qualité de vie et la préservation d'une relation saine, empreinte de respect mutuel avec leur proche atteint de maladie mentale.

1- <u>Aide et Soutien</u>: Intervention téléphonique et consultation individuelle, de couple et familiale, où l'aide est reliée au soutien, à la communication, à la résolution de problèmes ou à la référence.
Accompagnement pour la présentation à la Cour d'une requête pour une ordonnance d'évaluation psychiatrique en vertu de la loi sur la protection des personnes dont l'état mental présente un danger pour elles-mêmes ou pour autrui.
2- <u>Information</u>: Conférences et ressource d'information permettant la transmission de renseignements sur tous les aspects reliés aux différentes problématiques.
3- <u>Formation</u>: Activités d'éducation permettant aux participants d'acquérir certaines connaissances, habiletés ou attitudes en lien avec les stratégies d'adaptation individuelles et familiales.
4- <u>Sensibilisation</u>: Éducation de la population sur la situation des membres de l'entourage par le biais d'activités ou de rencontres. Prévention de l'épuisement des accompagnateurs et sensibilisation sur les problèmes de santé mentale.
5- <u>Soutien:</u> Activités consistant en des moments d'entraide entre pairs, accompagnées d'une animation de soutien.

Gouvernance

Monsieur Denis Blouin, président
Monsieur Denis Simard, vice-président et trésorier
Monsieur Alexandre Range, administrateur
Madame Jeanne D'Arc Monger, administratrice
Madame Sara-Jane D'Amours, administratrice

<u>Les membres du conseil d'administration se sont réunis à 9 reprises durant l'année 2016-2017.</u>

Priorités et plan d'action

PLAN D'ACTION 2016-2017

APAME DE L'EST DE LA CÔTE-NORD

OBJECTIFS	ACTIVITÉS	RESPONSABLE	COLLABORATEUR	ÉCHÉANCIER
Maintenir des services de qualité, aux heures normales d'ouverture et selon des besoins ponctuels de la clientèle. (région Sept-Îles) *Les ressources demeurent disponibles pour faire de l'écoute téléphonique lorsque les demandes viennent hors de la ville de Sept-Îles (mais qui font partie du territoire de l'Est de la Côte-Nord).	- Groupe de soutien mixte - Aide à la gestion de crise - Relation d'aide - Accompagnement lors de procédures P-38 - Références - Kiosques de sensibilisation et d'information - Participation aux divers comités et tables de concertation - Activité annuelle (à déterminer) - Journal (4 fois/an) - Programme psycho-éducatif TDA/H	Direction Intervenante Intervenante / Intervenant cisss	CISSS Tout autre organisme ayant un lien avec notre organisme	Mars 2017
Signer l'entente de service avec le CISSS, secteur Sept-Îles et application.	- Rencontre avec la direction santé mentale - Rencontre avec les différents acteurs, intervenants du réseau - Voir entente	Direction Intervenante	CISSS	Mars 2017
Stabiliser ou Accroître le membership ou le nbre demande d'aide.	- Travailler sur le référencement - Chercher la clientèle dans des milieux ciblés	Direction et Intervenante	CISSS Milieu policier Milieu scolaire Toutes autres organisations de Sept -îles	Mars 2017
Maintenir des communications externes efficaces (publiciser et communiquer toutes informations relatives aux activités)	- Entretenir quotidiennement les médias sociaux- site internet-page *facebook*-*Linkedin* - Faire des représentations dans différents secteurs. – Commission scolaire, entreprises - Prendre part à tout événement public ayant un lien avec notre organisation	Direction Intervenante		Mars 2017

Dossiers en cours

- Protocole d'entente visant la reconnaissance, le soutien et l'implication des membres de l'entourage d'une personne atteinte d'une problématique de santé mentale en lien avec le plan d'action en santé mentale avec le CISSS de la Côte-Nord.
- Partenariat avec la communauté autochtone pour la diffusion de capsules radio d'une durée de 1 heure sur 52 semaines et mise en place d'une programmation d'activités lors de semaine thématique entourant la santé mentale et les différents troubles. Coaching pour programme psycho éducatif TDA/H
- Déploiement d'un programme d'activités-répit pour des jeunes atteint de TDA/H, de SGT, d'anxiété, etc. et leurs parents. Objectif: briser l'isolement, développer un réseau social.
- Déploiement de la formation «Apprendre à se rapprocher sans agressivité» sur l'ensemble de la Côte-Nord.

Statistiques aide et soutien

Statistiques : suite

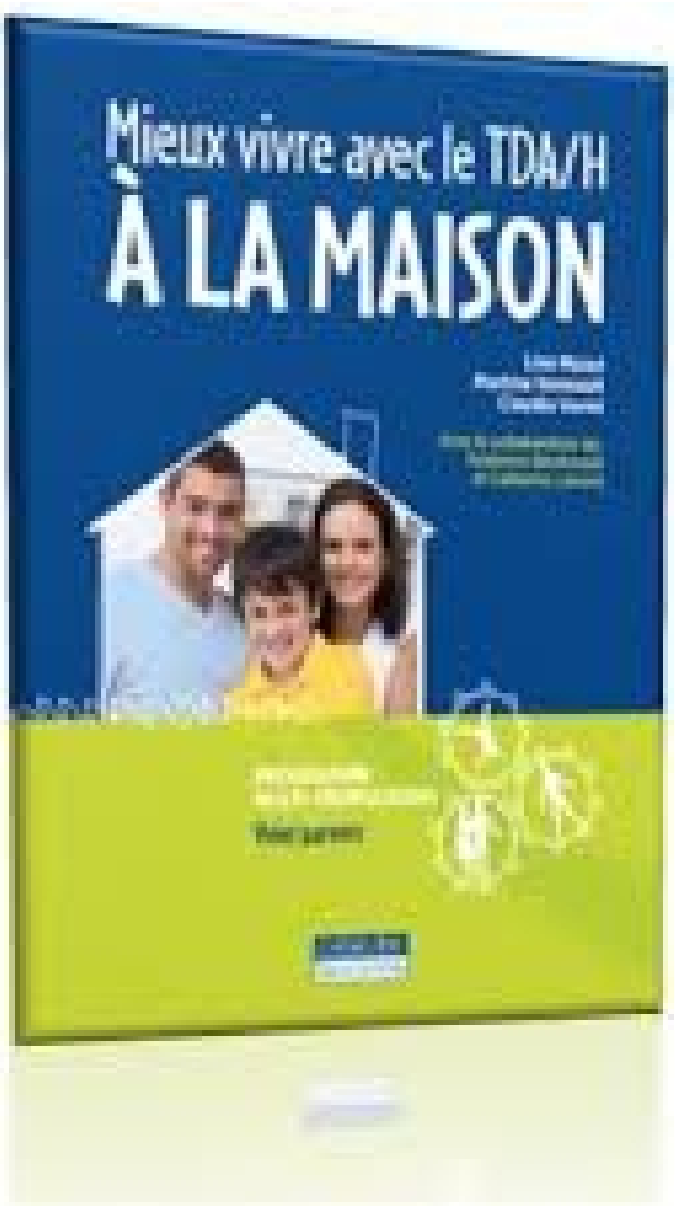
INFORMATION / REPRÉSENTATIONS	FORMATION	SENSIBILISATION	SOUTIEN
• **2 conférences Mingan (43)** • **Club Richelieu (24)** • **Club Lions (32)** • **Présence Méchoui Centraide** • **Présence souper moules et frites Centraide** • **Présence souper de crabe du comptoir alimentaire** • **Présence souper Club Rotary** • **Présence souper scotch club Richelieu** • **Présence 5 à 7 du MOCSI** • **Présence souper Greffe toi à nous** • **Présence 5 à 7 des Lions** • **Présence souper Tam di De Lam** • **Présence ouverture Friperie** • **Représentation milieu autochtone** • **4 envois de journaux (35)** • **Congrès FFAPAMM**	➢ **Formation sur la stigmatisation offerte par l'AQRP (25)** ➢ **Formation à la chambre de commerce et Réseau RH (22)** ➢ **Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité aux intervenants de la Table de concertation jeunesse (23)** ➢ **Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité dans le cadre d'un cours au Cégep (20)** ➢ **Apprendre à se rapprocher sans agressivité (5)** ➢ **Formation sur le syndrome Gilles de la Tourette (48)** ➢ **2 formations aux agents de la sécurité publique (22)** ➢ **Dépression / déprime au Centre femmes aux quatre vents (13)** ➢ **Formation TDA/H milieu autochtone (8)**	• **Événement bénéfice** • **Conférence publique sur le syndrome Gilles de la Tourette** • **Kiosque au Cégep** • **Kiosque école du Boisé** • **Kiosque déjeuner du Printemps** • **26 capsules radio (à venir)** • **Entrevues journal (3)** • **Entrevue Cogeco pour La Vitrine** • **Publications *Linkedin*** ➢ **Publications *Facebook***	**17 rencontres**
total activités : 20	10	35	17
Auditoire: 134	186	Impossible de chiffrer	9

En résumé c'est :

Personnes internes	**103**
Personne externes	**320**
Total	**423**

"Mieux vivre avec le TDA/H à la maison"

- **Durant l'année financière 2016-2017, 2 cohortes de parents qui ont un enfant avec un diagnostic de TDA/H ont participé au groupe psychoéducatif offert en co animation par l'intervenante de l'APAME de l'Est de la Côte-Nord et une intervenante du secteur famille jeunesse du CISSS Côte-Nord, Marie-France Jones. La première cohorte comptait 11 parents tandis que la deuxième cohorte en comptait 5; pour un total de 16 parents (16 enfants atteints par le fait même). <u>Note</u> : Une cohorte a chevauché deux années financières : 2 rencontres dans l'année précédente et 8 rencontres dans l'année en cours. La seconde cohorte a reçu les services entre septembre et décembre 2016.**



APPRENDRE À SE RAPPROCHER SANS AGRESSIVITÉ

- Formation pour outiller les membres de l'entourage d'une personne atteinte d'un problématique de santé mentale à mieux faire face aux comportements agressifs de leur proche.
- Offerte par la FFAPAMM grâce à un don de Bell cause pour la Cause.
- 2 membres de l'entourage sont accréditées et sont formatrices suite à une formation de 28 heures.

- Pour nous c'est :
- 2 cohortes de formation ;
- 11 membres de l'entourage ;
- 62 heures en préparation ;
- 24 heures en animation.

Nos 2 membres de l'entourage formatrices
Claire Vachon et Stéphanie Savard

STATISTIQUES FACEBOOK
AVRIL 2016-MARS 2017

Développement des compétences

- Danie Beaulieu, **Relations interpersonnelles « Pour mieux vivre avec nos différends et nos différences »**, 21 heures ;
- CISSS Côte-Nord, Dale Walker et Stéphanie Poitras, **Intervention en dépendance dans un contexte de concomitance – Dépendance et santé mentale**, 7 heures ;
- CPS Côte-Nord, invitée Geneviève Forest, **Le sommeil et la détresse psychologique**, 7 heures ;
- CSST, **Secourisme en milieu de travail**, 14 heures ;
- *Clinique Motivaction* et *Centre de bien-être psychologique*, invitée Natasha Tremblay, **Maîtrise des processus psychologique par la pleine conscience**, 6 heures ;
- Centre de recherche – Institut universitaire en santé mentale de Montréal, Julie B. Leclerc, **Syndrome de Gilles de la Tourette : Enrichissement clinique et formation à l'intervenant adaptée**, 7 heures ;
- Deschênes secrétariat enr., Annie Deschênes, **Excel**, 12 heures ;
- CPS Côte-Nord, invitée Monique Bessette, **Trouble de la personnalité – Intervention de crise et gestion du risque suicidaire**, 7 heures ;
- AQRP, Laurence Caron, **La lutte contre la stigmatisation et la discrimination associée aux problèmes de santé mentale au Québec**, 14 heures ;
- CISSS Côte-Nord, **Rencontre information sur l'évaluation du risque homicidaire**, 1h30 ;
- Hélène Racine diagnostic qualité, Lisette Arel, Suzanne Letarte, Pierre Lefrançois, **Formation pour devenir formateur « Apprendre à se rapprocher sans agressivité »**, 28 heures.
- **Développement de projet**, 4 heures ;

- Pour un total de **128.5 heures de formation**

Vie associative et Autres implications

- ROCASM (4)
- Action Pauvreté Sept-Îles (2)
- CA FFAPAMM (4)
- Table de Concertation en Santé Mentale (4)
- Table de Concertation jeunesse (3)
- Comité stratégique (3)
- Comité lutte à la stigmatisation (1)
- ***Total de plus de 180 heures***

-

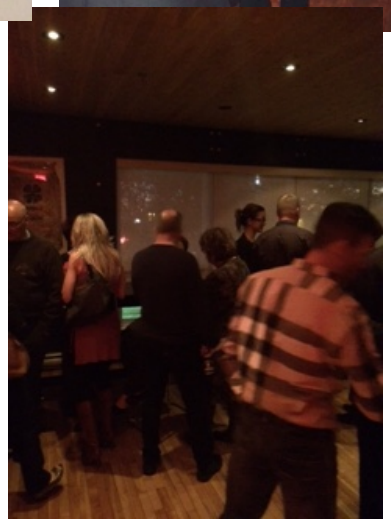
AUTRES IMPLICATIONS

- Bénévolat Centraide
- Bénévolat MOCSI

Réalisations

- Partenariat avec OMH
- Événement bénéfice, bénéfice net de 8000$
- La venue de madame Julie B. Leclerc, sommité au niveau du syndrome Gilles de la Tourette. Madame Leclerc a offert une conférence grand public en plus d'une formation spécialisée aux intervenants de tous les secteurs d'activité.
- Formation sur la stigmatisation offerte par l'AQRP (Québec)
- Développement de la formation *«Apprendre à se rapprocher sans agressivité»*
- Développement du volet formation aux entreprises

Événement bénéfice du 30 septembre



FERRONNERIE SEPT-ÎLES INC.

LA PRODUCTION

blanc BISTRO

Les Jean de Services inc.

Chalets & Spa Lac Saint-Jean

Les Croisières du Capitaine

Villégiature détente paix nature

RL PÉTROLES

HÔTEL CHICOUTIMI

Formation sur la stigmatisation Mai 2016

Conférence et formation sur le syndrome Gilles de la Tourette novembre 2016

Formation sur le TDA/H
intervenants Table jeunesse juin 2016

Activité de financement juin2016
Barmaid d'un soir

Réception du don du club Richelieu
mars 2017

Réception du don du Club Lions
mars 2017

Merci aux partenaires et donateurs

- Centraide Duplessis ;
- Club Richelieu ;
- Lorraine Richard, Député Duplessis ;
- Club Lions ;
- Aluminerie Alouette ;
- Caisse économie des Mines et Métaux ;
- Caisse populaire de Sept-Îles ;
- Ville de Sept-Îles ;
- Domaine Santé nature ;
- La Production et le Blanc Bistro ;
- Chalet et Spa Lac St-Jean ;
- Les pétroles RL et Hôtel Chicoutimi ;
- Les croisières du Capitaine ;

MERCI

Assurance protection

L'APAME est détentrice d'uneassurance responsabilité qui couvre l'ensemble de ses activités bénévoles, professionnelles, ou civiles.

Nous détenons des polices d'assurance en vigueur concernant :

Les actes des administrateurs et dirigeants.

Les erreurs et les omissions concernant les actes professionnels.

La partie commerciale : bâtiment et responsabilité civile.

MERCI

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Côte-Nord
Québec