

RAPPORT ANNUEL 2018-2019

SANTÉ
MENTALE
QUÉBEC



Chaudière-Appalaches

Promouvoir. Soutenir. Outiller.

TOUS ENSEMBLE
POUR UNE BONNE
SANTÉ MENTALE!

5935, rue Saint-Georges, bureau 110, Lévis Qc G6V 4K8
418 835-5920 | info@santementaleca.com
santementaleca.com

Numéro de charité : 89312 5955 RR 0001

TABLE DES MATIÈRES

MOT DE LA PRÉSIDENTE.....	4
MOT DE LA DIRECTRICE.....	4
FAITS SAILLANTS 2018-2019.....	5
UNE ÉQUIPE DE PASSIONNÉS.....	5
CONSEIL D'ADMINISTRATION.....	6
ÉQUIPE.....	6
BÉNÉVOLES.....	6
À PROPOS.....	7
MISSION.....	7
OBJECTIFS.....	8
PRINCIPES ET VALEURS.....	8
CLIENTÈLE DESSERVIE ET TERRITOIRE COUVERT.....	9
OFFRE DE SERVICE.....	9
NOS MEMBRES.....	9
RÉPARTITION DES MEMBRES PAR MRC.....	9
RAPPORT D'ACTIVITÉS.....	10
CAMPAGNE DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE 2018-2019.....	10
PARTENARIAT / CONCERTATION / COLLABORATION.....	14
ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION.....	18
LANCEMENT DE LA CAMPAGNE 2019-2020.....	18
MÉDIAS.....	19
ACTIVITÉS DE FORMATION.....	18
RAPPORT FINANCIER.....	19
ÉTATS FINANCIERS 2018-2019.....	20
DONS.....	21
RECHERCHE DE FINANCEMENT.....	22
REMERCIEMENTS.....	22

MOT DE LA PRÉSIDENTE

CHANTAL TREMBLAY

Une autre année et une autre campagne

C'est avec beaucoup de gratitude à vous communiquer que je m'exprime aujourd'hui. Cette année 2018-2019 a été une fois de plus une année de grands changements. D'abord, on ne peut passer sous silence le départ à la retraite de notre directrice passionnée, qu'était madame **Guylaine Gourgues**. C'est une femme extraordinaire qui a su porter sur ses épaules un travail de développement colossal. Le conseil d'administration ne peut faire autrement que de lui exprimer toute sa gratitude.

Puis la relève est apparue en la personne de madame **Marie-Josée Delisle**, une ambassadrice hors pair, qui collaborait déjà avec la directrice en place depuis quelques années. Sa connaissance de nos valeurs, de notre mission et sa facilité à en porter le discours en faisaient une personne de choix.

Ensuite, un rehaussement de nos subventions nous a permis d'ajouter à notre équipe une nouvelle personne au poste d'agente de communication et de promotion. C'est donc avec joie que nous avons accueilli **Marie-Philip Dufresne**, une personne de plus comme ambassadrice de l'importance d'une bonne santé mentale. Il s'agit d'une avancée énorme pour la mission de notre organisme.

Enfin, je me dois également de souligner l'apport exceptionnel de notre personne-ressource à la comptabilité, monsieur **Jacques Fournier** ainsi que l'implication avec cœur de tous les **membres du conseil d'administration** qui, par leur temps et leur disponibilité, ont su porter le message et être des ambassadeurs à leur façon d'une saine santé mentale.

Une bonne santé mentale devrait toujours faire partie de nos actions et de nos préoccupations. La campagne de cette année « **Agir pour donner**



Chantal Tremblay



Marie-Josée Delisle

du sens » nous a poussés à exprimer notre gratitude autour de nous. Alors dans cette continuité, je veux souligner l'apport important de nos partenaires et de nos précieux donateurs et je veux encore une fois vous exprimer toute notre gratitude.

Merci.

MOT DE LA DIRECTRICE

MARIE-JOSÉE DELISLE

Qu'ajouter au mot de notre présidente sinon que c'est avec un petit sentiment d'imposture que je signe ce mot de la directrice puisque c'est notre ancienne directrice récemment retraitée, madame **Guylaine Gourgues**, qui est en grande partie la maître d'œuvre des réalisations qui composent ce document.

Une équipe gagnante est composée de plusieurs mains, mais d'un seul esprit et Guylaine aura su marquer le nôtre par sa passion, son dévouement, son professionnalisme et sa curiosité.

Elle a été et elle restera sans l'ombre d'un doute une ambassadrice extraordinaire de la promotion d'une santé mentale positive!

La reconnaissance est au cœur des valeurs et de l'ADN de SMQ-CA et la gratitude est un thème marquant de notre campagne **AGIR pour donner du sens** ; vous ne m'en voudrez pas alors de lui exprimer toute notre gratitude pour le travail phénoménal accompli et de lui dédier ce rapport annuel.

Bonne lecture!



FINANCEMENT

Rehaussement du financement PSOC à la mission globale



RESSOURCES HUMAINES

Départ à la retraite de madame Guylaine Gourgues, directrice
Promotion de madame Marie-Josée Delisle au poste de directrice
Embauche de madame Marie-Philip Dufresne au poste d'agente de communication et promotion



GOVERNANCE

Réalisation d'un exercice
de planification stratégique



DES VOIX POUR NOTRE CAMPAGNE

23 ambassadeurs (campagne)
4 partenaires de diffusion (semaine)

FAITS SAILLANTS 2018-2019



CONCERTATION

Implication sur de nouvelles tables
de partenaires et comités
de travail



MÉDIAS ÉLECTRONIQUES

Refonte du site internet
Augmentation du nombre d'abonnés
Facebook de près de 40 %



BÉNÉVOLAT

15 bénévoles
Plus de 210 heures d'implication



DONS

14 625 \$ recueillis en dons

UNE ÉQUIPE DE PASSIONNÉS

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Chantal TREMBLAY, présidente

Line CÔTÉ, administratrice
Depuis avril 2019

Laurence FONTAINE, secrétaire-trésorière
Jusqu'en mars 2019

Gaétan FORTIN-PLANTE, administrateur

Nancy GAGNON, administratrice
Jusqu'en décembre 2018

Julie MARTINEAU, administratrice
Depuis janvier 2019

Isabelle PARÉ, administratrice
Depuis février 2019

Lise SIMARD, administratrice
Jusqu'en novembre 2018

ÉQUIPE

Guyline GOURGUES, directrice
Jusqu'en mars 2019

Marie-Josée DELISLE, directrice
Depuis mars 2019

Marie-Philip DUFRESNE, agente de communication et promotion

Jacques FOURNIER, technicien comptable

BÉNÉVOLES

En plus de l'implication de ses précieux administrateurs, nous sommes reconnaissants de pouvoir compter sur des bénévoles enthousiastes et dévoués qui mettent l'épaule à la roue à divers moments dans l'année.

Ce sont plus de **210 heures** qui ont été investies par notre **quinzaine** de bénévoles!

SÉANCES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Au cours de l'exercice financier 2018-2019, le conseil d'administration a tenu 10 séances régulières. Les administrateurs ont également participé à un exercice de planification stratégique et quelques-uns d'entre eux ont également été impliqués dans un comité d'embauche pour le remplacement de la directrice et le recrutement d'un agent de communication et promotion. Tous nos administrateurs sont issus de la communauté et interviennent sur une base personnelle.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE 2018

La dernière AGA s'est tenue le jeudi 21 juin 2018. La population et les membres étaient conviés à la salle no 1 du Centre Raymond-Blais, salle gracieusement prêtée par la Ville de Lévis. 11 personnes ont répondu à l'invitation : 2 employées, 5 administrateurs et 4 membres.

À PROPOS

SMQ - *Chaudière-Appalaches* est reconnu par le Ministère de la Santé et des Services sociaux qui en assure un financement récurrent depuis 1993. Ce financement de base est complété par des dons et des activités d'autofinancement. La gestion est adaptée aux ressources financières disponibles réparties annuellement entre les ressources humaines, les activités et le développement. Les priorités sont établies par le conseil d'administration et l'équipe en assure le suivi.

MISSION

CRÉER • RENFORCER • DÉVELOPPER LA SANTÉ MENTALE

- Promouvoir la santé mentale.
- Démystifier la maladie mentale.
- Sensibiliser l'opinion publique au moyen d'ateliers, de conférences ou autres formes de communications.
- Favoriser l'aide à toute personne dont la santé mentale est menacée ou qui vit ou a vécu des problèmes de santé mentale.
- Favoriser la prise en charge personnelle et l'autonomie des personnes vivant des problèmes de santé mentale
- Informer ces personnes de leurs droits et recours.
- Favoriser l'aide et l'accompagnement des personnes vivant des problèmes de santé mentale dans leurs démarches et la poursuite de leurs droits.
- Assurer la défense des droits individuels des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale.
- Créer et administrer des programmes de ressourcement à l'intention des intervenants au niveau de la santé mentale.
- Promouvoir et gérer des programmes de formation pour les bénévoles et aidants naturels au niveau de la santé mentale.
- Favoriser et participer au développement de ressources alternatives communautaires qui encouragent l'intégration psychosociale des personnes ayant vécu des problèmes de santé mentale.
- Collaborer avec les institutions existantes intervenant dans le champ de la santé mentale.
- Se procurer aux fins mentionnées ci-dessus des fonds ou autres biens, par voie de souscriptions publiques, le tout ne pouvant constituer un établissement au sens de la loi sur les services de la santé et des services sociaux.

OBJECTIFS

SMQ - Chaudière-Appalaches conçoit son rôle dans la communauté comme étant un rôle de *leadership* et d'influence en santé mentale des communautés. Ses objectifs sont :

PROMOUVOIR la santé mentale auprès de la population ainsi que les moyens de l'entretenir et de la renforcer.

SENSIBILISER la population au fait que la santé mentale est quelque chose de positif, que nous en avons tous une pour laquelle nous agissons et qu'il est possible de la développer, de la bonifier en créant des contextes favorables.

AMENER la population à considérer la santé mentale et le pouvoir d'agir individuel et collectif comme des composantes indissociables de la santé.

PRÉVENIR l'apparition des problèmes susceptibles de menacer l'équilibre psychologique en s'attaquant aux facteurs de risques et aux conditions pathogènes.

RÉALISER DES ACTIVITÉS d'éducation, de motivation et de soutien par des approches adaptées.

DOCUMENTER et **OUTILLER** les individus et les intervenants des approches appropriées pour faciliter l'adaptation aux différents événements de la vie et ainsi construire leur santé mentale.

INFORMER les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale, leurs familles, leurs proches et les intervenants qui travaillent auprès de ces personnes, notamment sur les ressources communautaires, publiques et d'entraide, etc.

ASSURER une présence active en travaillant de concert avec tous les milieux : les réseaux de l'enseignement, de la santé et du communautaire, les milieux de travail, les municipalités et toute autre organisation qui veut contribuer à l'amélioration de la santé mentale.

PRINCIPES ET VALEURS

VISION GLOBALE DE LA SANTÉ

Nous croyons qu'améliorer la santé globale de la population c'est agir à des niveaux individuel, social, structurel et politique et sur les déterminants sociaux de la santé et les facteurs de protection et de développement en santé mentale.

CRÉATIVITÉ ET INNOVATION

Nous croyons que la créativité et l'innovation offrent de nouvelles perspectives pour le partage des savoirs.

RESPECT

Nous croyons au respect des différences, à l'écoute de l'humain et aux communications de qualité.

CONCERTATION - PARTENARIAT

Nous croyons que favoriser des alliances et travailler en collaboration contribuent à maintenir et améliorer la santé mentale.

PROFESSIONNALISME

Nous croyons à l'importance de la rigueur et de l'éthique au travail.

RECONNAISSANCE

Nous croyons que reconnaître et utiliser les forces de chacune contribuent au développement des individus et des communautés.

ACCESSIBILITÉ

Nous croyons que des outils d'information accessibles favorisent la circulation de différents savoirs : universitaire, communautaire, institutionnel.

IMPLICATION SOCIALE

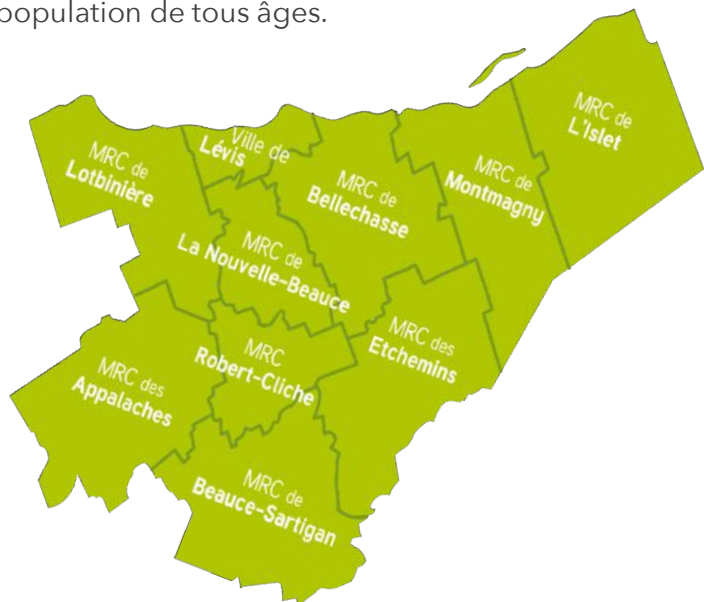
Nous croyons en l'implication sociale et la valorisons.

ESPOIR

Nous croyons au potentiel des individus et des collectivités, au pouvoir d'agir et aux capacités personnelles et collectives qui permettent d'être des agents de changements en vue de créer un monde meilleur.

CLIENTÈLE DESSERVIE ET TERRITOIRE COUVERT

SMQ-CA couvre le grand territoire de Chaudière-Appalaches et ses services s'adressent à la population de tous âges.



OFFRE DE SERVICE

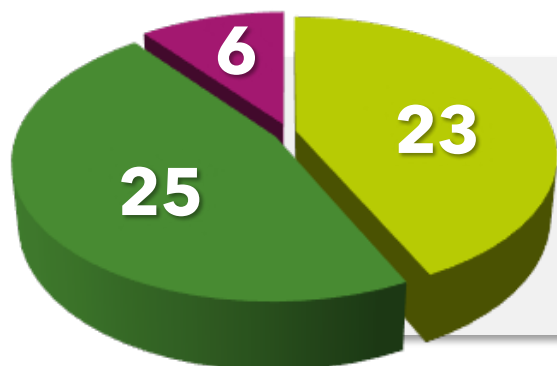
SMQ-CA est le porteur de la Campagne nationale de promotion de la santé mentale en Chaudière-Appalaches.

En plus d'œuvrer activement sur plus d'une quinzaine de tables de concertation et de comités de travail et de s'assurer que la promotion d'une bonne santé mentale y soit tenue en compte, de collaborer à la conception et à la réalisation de projets visant la promotion de la santé mentale partout sur son territoire, SMQ-CA travaille également à outiller la population pour créer, renforcer et développer la santé mentale notamment par des :

- causeries et conférences
- formations en milieux de travail
- kiosques de sensibilisation
- projets de création
- webinaires

NOS MEMBRES

Santé mentale Québec - Chaudière-Appalaches tire sa vigueur et son dynamisme de l'adhésion et de la participation de ses membres. Elle regroupe des individus et des organisations qui oeuvrent dans le domaine de la santé mentale et/ou qui croient en son importance.



54 MEMBRES EN 2018-2019

- Membres partenaires
- Membres individuels
- Membres honorifiques

RÉPARTITION DES MEMBRES PAR MRC

Hors MRC (Lévis)	25	L'Islet	4	Lotbinière	1	Robert-Cliche	2
Beauce-Sartigan	3	Les Appalaches	5	Montmagny	2	Autre	5
Bellechasse	5	Les Etchemins	1	Nouvelle-Beauce	1		

RAPPORT D'ACTIVITÉS

CAMPAGNE DE PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE

SMQ-CA est le porteur de la campagne nationale de promotion de la santé mentale en Chaudière-Appalaches. Cette campagne émane de l'action collective d'un comité de campagne composé de représentants du Mouvement Santé mentale Québec et de ses membres régionaux. Ce comité travaille de concert avec un comité consultatif composé d'experts de la thématique retenue. Ceux-ci offrent leurs conseils sur les orientations scientifiques, donnent leur avis sur les sujets amenés par le comité de campagne et ensemble, les deux comités élaborent les stratégies qui permettront de rejoindre et d'interpeller la population.

OBJECTIFS DE LA CAMPAGNE

- Sensibiliser la population à l'importance de prendre soin de sa santé mentale autant que de sa santé physique.
- Dissiper la confusion existant entre santé mentale et maladie mentale.
- Sensibiliser les personnes au fait qu'elles ont un rôle important à jouer dans l'amélioration et le maintien de leur propre santé mentale et de celle des gens qui les entourent.
- Proposer à la population des moyens pour maintenir et améliorer sa santé mentale.

LE THÈME 2018-2019

La campagne 2018-2019 avait pour thème : **AGIR pour donner du sens.**

Agir est la première des 7 astuces de nos campagnes 2016 à 2018 à être développée de façon plus exhaustive. Une nouvelle astuce sera ainsi traitée chaque année d'ici 2025.



La campagne AGIR portait notamment sur l'importance que revêt le fait d'agir pour notre bien-être et celui de notre entourage.

Elle démontrait comment agir donne du sens à nos vies et quel pouvoir d'action cette astuce révèle.

On y traitait enfin des bienfaits et des pouvoirs de la gratitude.

MOMENTS FORTS DE LA CAMPAGNE 2018-2019

SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE



Au cours de la semaine nationale de la santé mentale qui se tenait du 7 au 13 mai 2018, SMQ-CA a lancé la campagne **AGIR pour donner du sens**.

★ QUELQUES RETOMBÉES

- Une initiative locale d'une gestionnaire de Desjardins assurances générales qui avait partagé notre matériel de campagne avec son équipe a été reprise au niveau national et des initiatives de promotion de la santé mentale ont été déployées auprès de tous les employés à divers moments dans l'année.
- 7 municipalités, regroupant 7 045 citoyens, ont proclamé la semaine nationale de la santé mentale lors d'une assemblée régulière du conseil municipal.
- Le CISSS-CA, la CDC de Bellechasse, la CDC de Lévis et IGA Saint-Anselme ont accepté d'agir comme partenaires de diffusion pour la Semaine.
- 15 bibliothèques de Chaudière-Appalaches ont accepté de créer des « Espaces mieux-être » lors de la semaine. On y présentait, en plus de notre matériel de campagne, des ouvrages divers traitant de santé mentale positive et de mieux-être.

WEBINAIRES



En collaboration avec le Mouvement Santé mentale Québec, SMQ-CA a présenté 3 webinaires en lien avec la thématique de la campagne :

- Donner du sens (5 avril 2018)
- Les pouvoirs de la gratitude (15 octobre 2018)
- Le pouvoir d'agir (24 janvier 2019)

★ QUELQUES RETOMBÉES

- La présentation des webinaires a eu un impact extrêmement positif sur le discours de nos partenaires. On parle beaucoup plus de santé mentale positive et on se réfère de plus en plus à un discours commun pour le faire.

MOUVEMENT DE GRATITUDE



Les bienfaits de la gratitude sur la santé globale étant scientifiquement démontrés, tout l'automne, nous invitons la population, nos partenaires, les milieux de travail à pratiquer la gratitude en créant dans leur milieu un mur de gratitude ou en échangeant des « cartes merci » avec leur entourage.

★ QUELQUES RETOMBÉES

- Le Centre d'action bénévole Bellechasse-Lévis-Lotbinière a propagé le mouvement de gratitude via sa page Facebook.
- Le IGA de Saint-Anselme a distribué des cartes merci et des outils de notre campagne à ses employés et à sa clientèle.
- TelÉcoute du Littoral a organisé une activité de gratitude avec ses écoutants.
- Un article sur la gratitude a été partagé aux membres des diverses Tables de concertation des aînés de la région.

FÊTE DES VOISINS AU TRAVAIL



À travers la Fête des voisins au travail, en novembre chaque année, nous invitons les milieux de travail à participer de manière amusante et détendue à la promotion de la santé mentale dans leur milieu en favorisant la création d'un réseau de soutien par les pairs, un facteur de protection reconnu pour la santé mentale.

★ QUELQUES RETOMBÉES

4 équipes se sont inscrites de façon officielle en Chaudière-Appalaches :

- Le comité d'appui aux travailleurs et travailleuses accidentés de la région des Appalaches
- Le département de Techniques de travail social, Cégep de Lévis-Lauzon
- L'Association bénévole Beauce-Sartigan
- La Direction de la gestion des forêts de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches du Ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs **qui a d'ailleurs remporté l'un des prix.**

JOURNÉE DE LA SANTÉ MENTALE DANS LES CÉGEPS



En partenariat avec le Mouvement santé mentale Québec, la Fédération des cégeps encourage ses membres à tenir annuellement en novembre dans leurs établissements respectifs une journée de la santé mentale.

★ QUELQUES RETOMBÉES

- Le Cégep de Lévis-Lauzon a tenu une journée pour ses étudiants.

DÉFI SANTÉ



Le Défi Santé, ce sont 3 objectifs quotidiens : manger mieux, bouger plus et prendre soin de soi ! Nous sommes partenaires du volet équilibre du Défi qui traite cette année des bienfaits de la gratitude et invite les participants à tenir un journal de gratitude.

★ QUELQUES RETOMBÉES

- 70 municipalités de Chaudière-Appalaches se sont inscrites au Défi.

DISTRIBUTION DE TROUSSES DE MATÉRIEL ÉDUCATIF

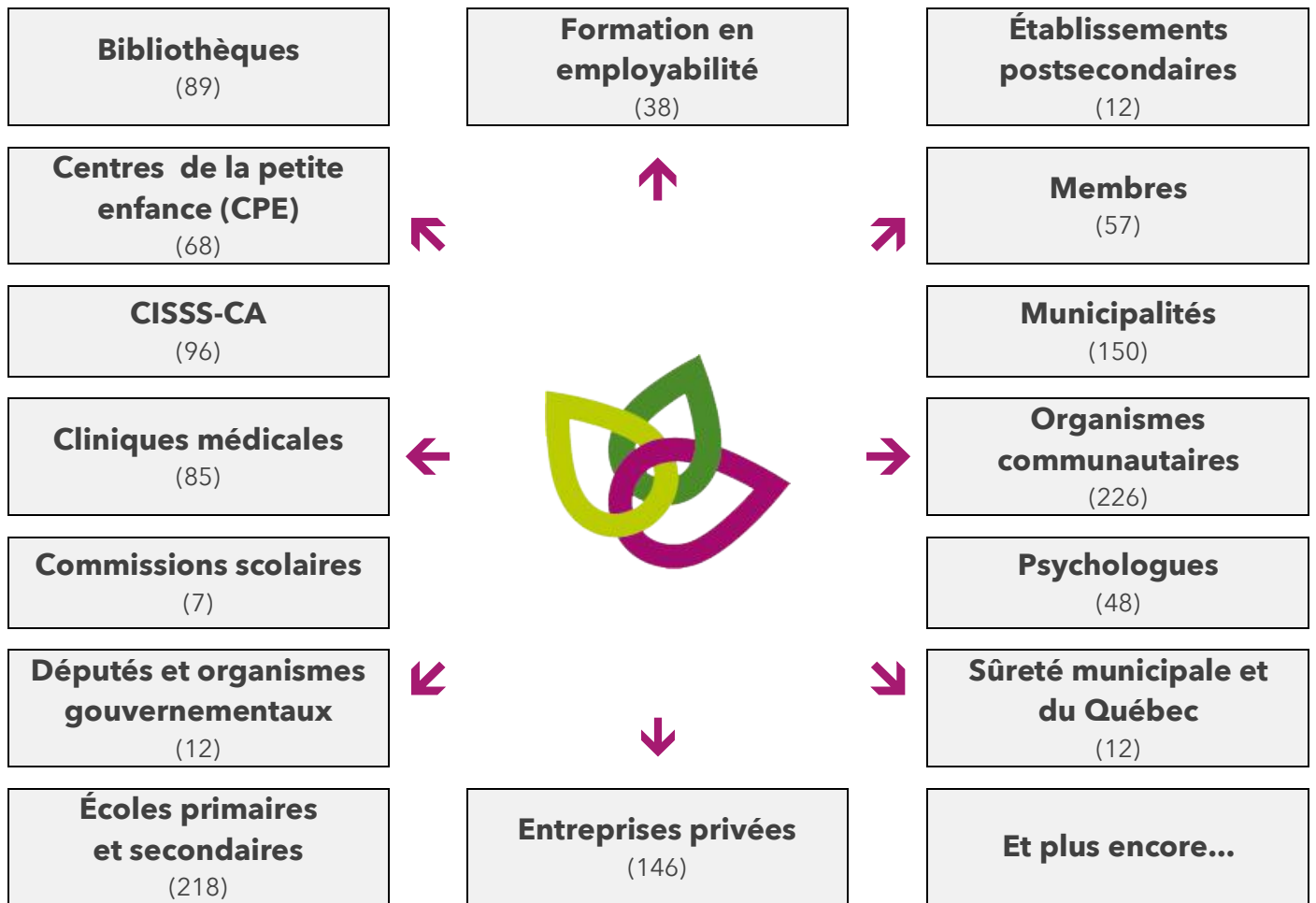
Chaque année, dans le cadre de notre Campagne de promotion de la santé mentale, nous distribuons **gratuitement** à plusieurs individus et organisations des trousse de matériel éducatif (affiches, outils d'éducation, etc.) afin d'offrir aux personnes et aux collectivités les capacités et les ressources nécessaires pour maintenir et améliorer leur santé mentale.

Ces outils ont pour buts d'**interpeller**, d'**interroger**, de **sensibiliser**. Ils donnent de l'information et des connaissances qui sont essentielles pour passer à l'action et permettre d'ouvrir le discours social favorisant ainsi la santé mentale et la qualité de vie.

PUBLIC CIBLE

Chaudière-Appalaches étant un immense territoire à couvrir, et par une seule ressource de surcroît jusqu'à la fin 2018, nous tentons le plus possible de cibler des destinataires qui peuvent agir comme des agents multiplicateurs en utilisant le matériel dans leurs milieux ou encore en le diffusant à leur tour dans leur réseau, et ce afin d'accroître la portée de notre message partout dans la région.

À cet effet, en 2018-2019, nous avons notamment rejoint :



Note : Les nombres indiqués représentent le nombre de destinataires dans chacune des catégories et non le nombre d'établissements.

ENVOIS 2018-2019

- **414** envois de trousse par courriel
- **916** envois de trousse papier



1 330 envois !

Nous avons également traité **43** commandes de matériel.

OUTILS DISTRIBUÉS (ENVOIS, COMMANDES, ACTIVITÉS)

Affiches	1 155	Outils 60-128 ans	1 076
Cartes Merci	7 496	Dépliants 7 astuces	4 951
Outils Milieux de travail	4 575	Autocollant 7 astuces	440
Outils Jeunesse	2 264	Stylos	245
Outils Adultes	2 204		

Près de 24 500 outils d'éducation et de sensibilisation en circulation!

PARTENARIAT / CONCERTATION / COLLABORATION

TABLES DE CONCERTATION ET COMITÉS

Pour réaliser notre mission, nous travaillons en synergie avec plusieurs partenaires et collaborateurs.

Sur chacune des tables et comités où nous intervenons, notre rôle principal est de veiller à ce que le développement et le maintien de la santé mentale soient toujours mis en lumière et pris en considération.

Ces tables et comités constituent de belles tribunes pour faire connaître les déterminants de la santé, leur influence et pour privilégier les actions qui en tiennent compte pour créer des environnements favorables à la santé mentale.

* Note : L'implication sur les tables de partenaires va bien au-delà de notre simple présence aux rencontres dénombrées ci-dessous. Elle demande, lectures, recherches, consultations, prises de position, implication dans des comités de travail, etc. La concertation occupe donc **une place significative dans notre calendrier de travail.**

1. ACTION MIEUX-ÊTRE BELLECHASSE (AME)

La mission de cette table est de contribuer au maintien et au développement d'une santé mentale positive des citoyen.ne.s de Bellechasse.

4 rencontres

2. ALLIANCE DES PARTENAIRES EN DÉVELOPPEMENT SOCIAL DE LA CH.-APPALACHES

L'Alliance des partenaires en développement social de Chaudière-Appalaches est un regroupement de plus d'une trentaine de **partenaires-experts** de différentes thématiques touchant le quotidien des citoyen.ne.s de Chaudière-Appalaches. La combinaison de nos actions permet concrètement l'amélioration de la qualité et des conditions de vie de tous, pour une région proactive, inclusive et accueillante, autant socialement qu'économiquement.

6 rencontres

3. COMITÉ DES PARTENAIRES EN SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE DE BEUCE-ÉTCHEMINS

Ce comité a pour mandat d'améliorer l'offre de service en santé mentale, de favoriser la continuité et l'accessibilité aux services, de faciliter la collaboration des acteurs du réseau local de services (RLS) pour identifier les besoins non répondus et les alternatives possibles. Au besoin, le comité émet des recommandations à l'intention des instances responsables de l'organisation des services.

2 rencontres



ENSEMBLE, FACILITONS LA DEMANDE D'AIDE DES JEUNES

1 rencontre

Le 29 octobre 2018, nous avons participé à cette journée de réflexion et d'échanges mise de l'avant par la table.

4. COMITÉ INTERNE EN PROMOTION ET PRÉVENTION SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE

Ce comité a pour mandat de voir à l'orientation et à la mise en œuvre d'actions de promotion de la santé mentale visant à favoriser le bien-être personnel et collectif et, ainsi, contribuer à prévenir les troubles d'adaptation sociale, le suicide et la dépendance auprès de toute la population de Chaudière-Appalaches

1 rencontre

5. COMITÉ RÉGIONAL EN PRÉVENTION DU SUICIDE

Ce comité du CISSS-CA a pour objectif de faciliter l'arrimage entre les intervenants de la prévention du suicide et de la promotion en santé mentale et les équipes locales réunissant les ressources des équipes de prévention, de promotion et d'organisation communautaire. Santé mentale Québec - Chaudière-Appalaches est le seul organisme communautaire à avoir été invité à se joindre au comité en raison de son expertise en promotion de la santé mentale.

2 rencontres

6. COMITÉ SANTÉ MENTALE DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

Le mandat de ce comité est de favoriser la continuité des services, s'assurer que les interventions sont adéquates et améliorer l'accessibilité des services. Le comité regroupe les dispensateurs de services qui oeuvrent auprès des personnes aux prises avec des problèmes en santé mentale et auprès des membres de leur entourage.

2 rencontres

7. PARTENAIRES EN SANTÉ MENTALE DE LÉVIS (PSML)

Cette table regroupe des partenaires de divers horizons de Lévis qui se concertent autour de trois axes d'action en santé mentale : la promotion, la prévention, l'intervention.

3 rencontres

COMITÉ SANTÉ ET BIEN-ÊTRE DES JEUNES



1 rencontre

En collaboration avec des membres des tables PSML Lévis et PPFJL, nous avons participé à l'organisation de la journée de réflexion et d'échanges « Une communauté en action pour la santé et le bien-être de ses jeunes » qui s'est tenue à Lévis le 18 avril 2018.

8. RÉSEAU JEUNESSE BELLECHASSE > NOUVEAU

Réseau jeunesse Bellechasse est une instance de concertation jeunesse développée pour soutenir la mobilisation et le travail concerté de l'ensemble des partenaires impliqués auprès des jeunes et des familles.

1 rencontre

9. TABLE DES PARTENAIRES EN SANTÉ MENTALE DE NOUVELLE-BEAUCE

Cette table regroupe des partenaires de divers horizons de la Nouvelle-Beauce qui se concertent autour de quatre axes d'action en santé mentale : l'information, la promotion, la prévention et l'intervention.

4 rencontres

10. TABLE PROMOTION PRÉVENTION FAMILLE-ENFANCE-JEUNESSE DE LÉVIS (PPFEJL)

Cette table a pour but d'agir collectivement sur les différents enjeux qui touchent les jeunes et les familles de la communauté lévisienne.

4 rencontres



COMITÉ SANTÉ ET BIEN-ÊTRE DES JEUNES

- Voir : 7. Partenaires en santé mentale de Lévis (PSML)

11. TABLE SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE MONTMAGNY-L'ISLET

Cette table est un lieu de concertation et d'action qui vise à améliorer le continuum de services en santé mentale et dépendance sur le territoire de Montmagny-L'Islet. Les actions se réalisent dans une perspective transversale tant au niveau de la promotion/prévention que dans le respect des droits des personnes concernées par un problème de santé mentale et leur entourage.

6 rencontres



COMITÉ ENTREPRISE

6 rencontres

- Nous sommes impliqués sur le comité entreprise de la table et avons animé, le 15 novembre 2018, un déjeuner-conférence sur la santé mentale au travail pour une table de représentants en ressources humaines de Montmagny et collaborons avec les membres du comité entreprise à l'élaboration d'une présentation de l'offre de services des organismes en santé mentale de la région qui leur sera également offerte.

JEUNES ET SANTÉ MENTALE

- Nous avons participé, le 1^{er} novembre 2018, à cette journée d'échanges organisée par la table et visant notamment à faire connaître les ressources disponibles pour les jeunes et à favoriser leur demande d'aide.

12. TABLE SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCE DE THETFORD > NOUVEAU

Nous avons très récemment rejoint cette table, mais n'avons pu participer à ses activités régulières à ce jour en raison de situations qui échappaient à notre contrôle (mauvaises conditions météo, conflits d'horaires, etc.)



COMITÉ SEMAINE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE

1 rencontre

- Nous avons collaboré de façon virtuelle au comité de planification des activités de promotion organisées dans le cadre de la Semaine nationale de la santé mentale.

ADHÉSIONS

Santé mentale Québec - Chaudière-Appalaches est membre des organismes ou regroupements suivants :

1. MOUVEMENT SANTÉ MENTALE QUÉBEC

9 rencontres

Nous sommes membres d'un regroupement provincial qui nous offre de belles occasions de partage d'information et d'expertise. Comme membre du Mouvement, nous collaborons notamment au développement du thème et des outils des différentes campagnes annuelles et assurons la diffusion de ces outils dans notre région.

2. TABLE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ACTIFS EN SANTÉ MENTALE (TROCASM)

4 rencontres

Cette table offre un lieu d'échange, de ressourcement, de concertation, de diffusion, d'information et de formation pour les organismes communautaires en santé mentale de Chaudière-Appalaches.

3. TABLE RÉGIONALE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES DE CHAUDIÈRE-APPALACHES (TROCCA) 2 rencontres

La TROCCA a pour but de regrouper, soutenir et représenter tous les organismes communautaires et les organismes communautaires autonomes œuvrant dans le domaine de la santé et des services sociaux de Chaudière Appalaches. Elle favorise notamment la concertation, le partage d'information et la formation.

Nous soutenons également la campagne CA\$\$\$H! pour un rehaussement du financement du secteur communautaire autonome en santé et service sociaux.



COLLABORATIONS PONCTUELLES

VILLE DE LÉVIS

- Nous avons participé au Rendez-vous des acteurs en développement social et communautaire de la Ville de Lévis le 14 mars 2019.

COMITÉ DE TRAVAIL SUR LA RÉPARTITION DU REHAUSSEMENT POUR LE FINANCEMENT DU PSOC

- Nous avons été invités par le CISSS-CA à joindre ce comité dont le mandat était de donner un avis sur la conformité de la proposition de répartition et sur les principes d'attribution du rehaussement pour le financement PSOC.

ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION

FÉDÉRATION DES CAISSES DES JARDINS

Mai 2018

- **Kiosque de sensibilisation**
 - ± 90 personnes rejointes

PROLAM

Mai 2018

- **Kiosque de sensibilisation**
 - ± 40 personnes rejointes

JOURNÉE DES AÎNÉS - STE-MARIE

Octobre 2018

- **Kiosque de sensibilisation**
 - ± 300 personnes rejointes

TABLE RH - MONTMAGNY

Novembre 2018

- **Déjeuner-conférence** sur la santé mentale au travail
 - ± 25 personnes rejointes

UQAR - CAMPUS DE LÉVIS (novembre 2018)

- Dans le cadre de la Semaine du bonheur de l'UQAR, nous avons organisé une **distribution de câlins gratuits** par des mascottes à l'arrivée des étudiants le matin en plus de leur remettre du matériel de sensibilisation.
 - ± 300 personnes rejointes

LANCEMENT DE LA CAMPAGNE 2019-2020



De 2018 à 2025, Santé mentale Québec – Chaudière-Appalaches et les autres membres du Mouvement Santé mentale Québec mettent en lumière 7 astuces pour protéger sa santé mentale.

Chaque année, une astuce fait l'objet d'une campagne annuelle et en 2019-2020, pour améliorer le bien-être psychologique de la population, nous l'invitons à embarquer dans la montgolfière pour promouvoir l'astuce DÉCOUVRIR.

MOMENTS FORTS À PRÉVOIR

Semaine nationale santé mentale (6 au 12 mai 2019)	Fête des voisins au travail (novembre 2019)
3 webinaires (printemps & automne 2019, hiver 2020)	Défi Santé (printemps 2020)
Journée dans les Cégeps (novembre 2019)	

MÉDIAS

JOURNAUX

Journal interne du CISSS-CA - mai 2018 (article)

Sujet : Une communauté en action pour la santé et le bien-être de ses jeunes

L'Oie Blanche - mai 2018 (article)

Sujet : Semaine de la santé mentale, campagne Agir pour donner du sens

L'Oie Blanche - mai 2018 (entrevue)

Sujet : Santé mentale au travail

Journal de Lévis - mai 2018 (article)

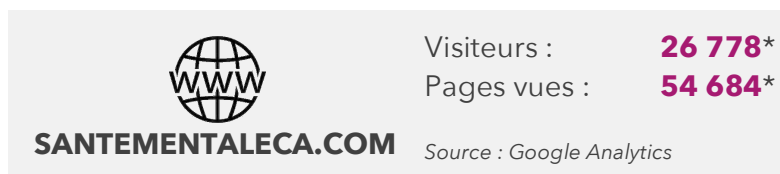
Sujet : Semaine de la santé mentale, campagne Agir pour donner du sens

Enbeauce.com - octobre 2018 (article)

Sujet : Fête des voisins au travail

SITE INTERNET ET MÉDIAS SOCIAUX

Notre site internet a entièrement été revu pour rendre la navigation plus conviviale, faciliter l'accès à l'information en la regroupant par thèmes et pour doter le site d'une configuration compatible avec les appareils mobiles (cellulaires et tablettes électroniques).



J'aime (page) : 513
Engagement : 2 475
Portée : 29 760

* La refonte du site a nécessité un changement de serveurs qui a occasionné une pause de quelques semaines dans la compilation des statistiques.

ACTIVITÉS DE FORMATION

SMQ-CA croit en l'importance du développement en continu des compétences de son équipe. En 2018-2019, l'équipe a de ce fait participé à diverses activités de formation.

Formations	G. Gourgues	M.-J. Delisle	M.-P. Dufresne	J. Fournier
Atelier participatif sur l'action communautaire autonome - L'A-Droit		✓		
Clarifier les rôles de la santé publique pour la promotion de la santé mentale et du mieux-être mental des populations - Institut national de santé publique		✓	✓	
Dépression à l'adolescence - Table des partenaires Enfant-Famille-Jeunesse de Lévis			✓	
Formation de porte-parole - Mouvement Santé mentale Québec	✓	✓		
Formation sur l'anxiété - Table des partenaires Enfant-Famille-Jeunesse de Lévis			✓	
L'approche Entreprises en santé - Groupe Entreprises en santé		✓	✓	
Migration vers Acomba X : améliorations et nouveautés - Acomba				✓
Misez sur la connaissance des donateurs pour mieux les fidéliser et les engager - Eudonet		✓	✓	
Nos enfants et le stress - Fondation de Psychologie du Canada		✓	✓	
Secourisme en milieu de travail - Urgence vie		✓		

RAPPORT FINANCIER

ÉTATS FINANCIERS 2018-2019

	2018-2019	2017-2018
PRODUITS		
CISSS Subvention de base - PSOC	119 321 \$ ¹	99 870 \$
Activités et programmation	1 672 \$	2 773 \$
Cartes de membres	1 110 \$	1 030 \$
Dons et commandites	14 625 \$	4 957 \$
Autres	0 \$	523 \$
REVENUS TOTAUX :	138 299 \$	109 153 \$
CHARGES		
Salaires et charges sociales	100 373 \$	72 036 \$
Frais généraux	16 281 \$	22 587 \$
Frais d'activités / représentation	15 341 \$	10 476 \$
DÉPENSES TOTALES :	131 995 \$	105 099 \$
EXCÉDENT DES PRODUITS SUR LES CHARGES :	6 304 \$²	4 054 \$

¹ Le rehaussement de notre financement à la mission globale a permis de transformer le poste d'adjointe à temps partiel en poste d'agent de communication et promotion à plein temps, une fonction qui cumule à la fois des tâches administratives et de représentation. L'embauche de l'agent CP nous a permis d'accroître notre représentativité sur les différentes tables de partenaires tout en répartissant la charge de travail liée à ces implications en fonction des forces spécifiques de chacune des deux ressources de l'organisme. Nous serons également en mesure d'assurer une plus grande accessibilité à nos activités de promotion/prévention grand public : kiosques, causeries, conférences, formations en milieux de travail, etc.

² Cet excédent nous permettra notamment d'investir dans la réalisation d'une activité spéciale dans le cadre du 30^e anniversaire de l'organisme qui sera célébré en 2020.

DONS

Ce sont plus de **14 625 \$** qui ont été amassés en dons et dons en mémoire en 2018-2019.

Nous tenons à **remercier du fond du cœur** chacun de nos précieux donateurs :

Aubé, Rachelle	Gaulin, Marc	Pépin, Daniel
Beaudoin, Sylvie	Gingras, Madelein	Perreault, Ange-Aimée
Belleau, Éric	Girard, Nancy	Plante, Jean
Bergeron, Carole	Giroux-Mercier, Olga	Plante, Jean-Paul
Bernard, Marie-Claude	Gourgues, Jacques	Plante, Marcel
Bilodeau, Normand	Gourgues, Madeleine	Plante, Murielle
Bilton, Sylvie	Gourgues, Marie-Josée	Pompagne Bas-St-Laurent
Bizier, Bryan	Grenier, Jeannot	Poulin, Carole
Bolduc, Denis	Hébert, Jean-Guy	Poulin, Éric
Bolduc, Lise	Hébert, Louise	Poulin, Jeannine
Bolduc, Luc	Hébert, Marie-Claire	Poulin, René
Bolduc, Marc	Hébert, Mario	Poulin, Sylva
Bolduc, Michel	Hébert, Nancy	Pouliot, Denise
Bolduc, Michel	Hébert, Sonia	Pouliot, Gaétane
Bourgeois, Marthe	La Maison Simons	Résidence Jazz de Lévis
Brassard, Sarah-Emmanuelle	Lacasse, David	Rodrigue, André
Bureau, Billy	Lagrange, Manon	Rodrigue, Lucille
Caron, Céline	Landry, Carolle	Roy, Jacques
Caron, François	Landry, Jean-Paul	Roy, Jocelyne
Cloutier, Annie	Lapierre, Guy	Roy, Luc
Couture, Éric	Laplante, Maryse	Roy, Madeleine
Couture, Michael	Latulippe, Louise	Roy, Pierre
Couture, Vincent	Leclerc, Marc	Savoie, Stéphanie
Couture, Yves	Lemieux, Pierrette	Tanguay, Maryse
Delisle, Marie-Josée	Lessard, Benoit	Thibodeau, Cindy
Doyon, Gaston	Lessard, Micheline	Thibodeau, Fernand
ÉQIP Solutions experts-conseils inc.	Longchamp, Aurore	Thibodeau, Josée
Fluet, Louis	Longchamp, Pierrette	Thibodeau, Kim
Fondation Béliveau inc.	Marois, Nancy	Thibodeau, Roby
Fonds immobiliers de solidarité FTQ	Mathieu, Daniel	Thibodeau, Conrad
Fortier, Simon	Mathieu, Gaétane	Thibodeau, Madeleine
Fortin-Plante, Gaétan	Mercier, Vincent	Trudel, Nicole
Fortin, Louise	Mercier, Yvon	Turgeon, Claude
Fournier, Carole	Morin, Jean-Yves	Turgeon, Michelle
Gagnon, Françoise	Morin, Suzanne	Turgeon, Noémie
Gagnon, Nancy	Parent, Jacques	Vaillancourt, Annette
Gagnon, Nicole	Pelletier, Lisette	Veilleux, Hugo

Un grand merci à vous également, donateurs anonymes!

MERCI!



RECHERCHE DE FINANCEMENT

Des représentations ont été faites auprès de cinq fondations et organismes d'aide financière et avons obtenu des réponses favorables de deux d'entre eux :

- **Fondation Saison Nouvelle** **2 000 \$**
- **La CAFOL** **2 900 \$**

Les sommes ainsi recueillies ont été investies pour accroître le nombre d'envois papier de notre campagne **AGIR pour donner du sens** et nous permettre ainsi d'élargir notre réseau d'agents multiplicateurs.

REMERCIEMENTS

Merci aux **FORCES VIVES** (*membres, bénévoles, partenaires, agents multiplicateurs, donateurs, commanditaires, etc.*)
qui soutiennent notre travail et qui par leurs actions
rendent notre mission toujours plus vivante!

Merci également à notre principal **BAILLEUR DE FONDS**

**Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches**

Québec 

