



# *Rapport d'activités* *2017-2018*





# Table des matières

Présentation .....	5
Notre conseil d'administration .....	6
Rapport de la directrice .....	7
Mot de l'intervenante.....	9
Ressources financières .....	10
Ressources humaines.....	11
Nos principales activités.....	12
Réinsertion sociale .....	16
Partenaires : stages en milieux de travail .....	18
Autres activités .....	19
Le P.I.S. J'Embarque! .....	20
Conférences .....	20
Sorties et activités culturelles .....	23
Journal L'Iris.....	23
Statistiques 2017-2018.....	24
Notre équipe.....	26
Conclusion .....	29
Contact .....	30



---

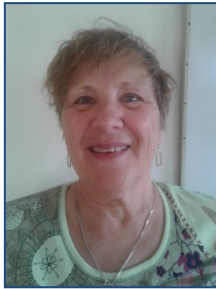
## *Présentation*

Le Centre de soutien en santé mentale - Montérégie (CSSM-M) est un organisme de première ligne spécialisé en rétablissement, qui a pour mission d'offrir une panoplie de services aux personnes atteintes de maladie mentale. Ces services sont : le support à la personne atteinte et à sa famille, l'écoute active, le soutien aux participants du programme PAAS-Action d'Emploi-Québec, afin de les aider à briser leur isolement, à créer et développer un réseau social pour améliorer leur qualité de vie, leur mieux-être ainsi que leur savoir-faire. Sa philosophie est de respecter les limites des participants, chacun y va à son propre rythme. Lorsque la personne atteinte va bien, tout l'entourage va bien!

Le CSSM-M est un organisme unique en son genre, une sorte de grande famille ayant une vision humaniste, qui repose avant tout sur l'ensemble de la personne, en respectant ses goûts, ses forces, et ce qu'elle voudrait réaliser dans son cheminement personnel, en accord avec ses droits et ses limites. Notre principale force est l'approche personnalisée auprès de notre clientèle. Le respect est toujours de mise. Le CSSM-M constitue un des rares organismes à faire de l'accompagnement en Cour auprès des parents et de leurs proches souffrant d'une psychose lorsque ces derniers deviennent un danger pour eux-mêmes ou pour les autres. Par la suite, on prend en charge la famille pour qu'elle obtienne l'ensemble des services offerts avant, pendant et après l'hospitalisation. Chaque année, nous nous battons afin de répondre davantage aux besoins des services en santé mentale de plus en plus grandissants dans notre communauté.

---

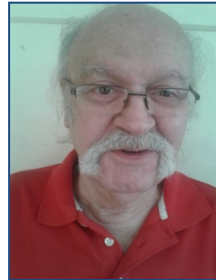
## *Notre conseil d'administration*



**Lucie Couillard, dirigeante**



**Gabriela Dima, Présidente**



**Gilles Turgeon, trésorier**



**Josée Roy, secrétaire**



**Diane Charron,  
administratrice**



**Jocelyn Guay,  
administrateur**



## *Rapport de la directrice*



Depuis le printemps, nous sommes très occupés au CSSM-M, car le nombre d'appels téléphoniques ne cesse d'augmenter. Ces appels proviennent surtout de retraités; ils ont besoin de parler, de communiquer leur mal-être. Depuis 2016, le nombre de retraités a augmenté de 32% au Québec. Eh oui, les jeunes aînés semblent avoir de la difficulté à vivre leur retraite, surtout s'ils sont seuls et isolés. Les aînés jouent un rôle important dans notre société en tant que membres de la famille, bénévoles ou membres de la population active. Leur santé mentale et leur bien-être psychologique sont aussi importants au cours de cette étape de vieillissement qu'à toute autre de leur vie.

De nouveaux besoins émergent dans notre société en pleine métamorphose parallèlement à une certaine forme de déshumanisation, plus particulièrement dans les résidences pour aînés comme les CHSLD. Nos aînés en perte d'autonomie reçoivent moins de services en raison du manque de préposés parce que le gouvernement sabre depuis quelques années dans les services offerts dans les résidences. Même chose pour les organismes communautaires où l'on compresse de plus en plus au niveau des subventions, ce qui a un impact sur les services directs aux plus vulnérables de notre société.

### **Enjeux et présences de l'organisme**

À la mi-mars, l'organisme a participé à une formation sur le trouble d'accumulation compulsive - le TAC - lors du premier Colloque québécois à ce sujet. L'objectif était de comprendre la caractéristique du TAC, le reconnaître et le différencier des autres diagnostics, de maîtriser les techniques d'intervention appropriées pour être en mesure d'adapter les interventions en fonction de l'état d'urgence.

L'organisme était aussi présent à une consultation publique sur l'encadrement du cannabis au Québec qui était présidée par la ministre Lucie Charlebois. Plusieurs avaient l'intention de tirer profit de la légalisation du cannabis, par exemple en ouvrant un café ou même un dépanneur où on pourra soit en vendre ou en consommer sous différentes formes.

L'arrivée de cette légalisation est un terrain propice à l'augmentation du nombre de psychoses chez les jeunes de 15 à 25 ans dans les prochaines années. De ce fait, les organismes communautaires en santé mentale devront accueillir ces jeunes en détresse. Cependant, aucune subvention gouvernementale n'est prévue à cet effet pour aider les organismes à s'ajuster face à cette nouvelle clientèle. Va-t-on attendre qu'un drame survienne pour intervenir?

### **Prévenir et sensibiliser**

Il est essentiel de sensibiliser nos jeunes adolescents et nos jeunes adultes aux effets dévastateurs de la consommation de cannabis, par l'entremise des écoles secondaires et des cégeps. Plusieurs personnes ont sans le savoir des prédispositions aux psychoses et aux maladies mentales. Aussi nous souhaitons que nos gouvernements investissent davantage dans la prévention et qu'une partie des profits liés au cannabis soit injectée pour sensibiliser l'ensemble de la population, et particulièrement nos jeunes à la modération.

### **Financement insuffisant**

En 2016, nous avons déposé un projet au CISSS Montérégie-Centre pour contrer le fléau de l'insalubrité morbide qui touche plusieurs résidents du Grand Longueuil souvent âgés ou atteints d'une maladie mentale. Nous avons même donné une conférence sur le sujet. Plusieurs acteurs de l'agglomération de Longueuil y étaient présents, soit les Services de police et des incendies ainsi que des personnes ressources qualifiées. Cependant, nous n'avons jamais eu de réponse ni même d'accusé de réception concernant ce projet.

En 2017, Nous avons aussi déposé une demande de financement au CISSS Montérégie-Centre pour notre nouveau programme *PIS-J'Embarque!* pour aider les plus vulnérables qui ne peuvent participer au programme PAAS-Action. Ce programme vise à contrer l'isolement, à créer et maintenir un réseau social et permet de développer des habiletés cognitives. J'ai contacté M. Jean-Marc Breton pour savoir où en était rendu notre dossier, mais j'ai plutôt reçu un appel de Mme Diane Cossette pour une rencontre fixée le 24 avril.

Cette rencontre à laquelle s'est joint M. Gilles Turgeon, notre trésorier, nous a débinés. J'ai ressenti un vif mépris face à notre organisme. On nous a signifié de maintenir les services inscrits dans notre charte, point à la ligne. Je suis sortie de cette rencontre abattue. Depuis 20 ans, je concentre mes efforts à donner de bons services de première ligne aux plus vulnérables. Je ne calcule jamais mes heures investies dans cet organisme, je le fais par amour pour la cause et parce que les besoins sont immenses. Au contraire, j'ai ressenti de l'acrimonie et de l'indifférence à tout ce qu'on fait pour les plus vulnérables de notre société. Malgré l'augmentation de notre PSOC de 20,000\$ par année – et nous en remercions les décideurs –, cette somme est nettement insuffisante pour l'ensemble des services qu'on offre.

Malgré tout, nous allons continuer à aider et à servir avec l'enthousiasme, la dévotion et le professionnalisme qui nous ont caractérisées depuis longtemps. Notre budget financier n'est pas suffisant, mais notre amour et le don d'aider nous poussent à continuer à accomplir notre mission en tant qu'organisme de soutien en santé mentale.

Lucie Couillard





## *Mot de l'intervenante*

Le Centre de soutien en santé mentale est un endroit chaleureux où les membres peuvent participer aux diverses activités offertes par nos animatrices et aux programmes de soutien et de réinsertion à l'emploi dirigés par l'intervenante.

Nous avons le souci de toujours bien répondre à ceux et à celles qui viennent à notre organisme et qui requièrent nos services en santé mentale. Nous favorisons l'autonomie des personnes par l'entraide, par le biais d'activités, des groupes de soutien et des conférences. Nous concentrons autant nos efforts à la prévention et la sensibilisation qu'à l'apprentissage de compétences nécessaires à la vie quotidienne, comme le cheminement vers l'emploi avec le programme PAAS-Action.

Dans le but d'améliorer et d'adapter nos services aux besoins de la communauté, nous avons lancé le nouveau programme intensif d'intégration sociale : *P.I.S. J'Embarque !*

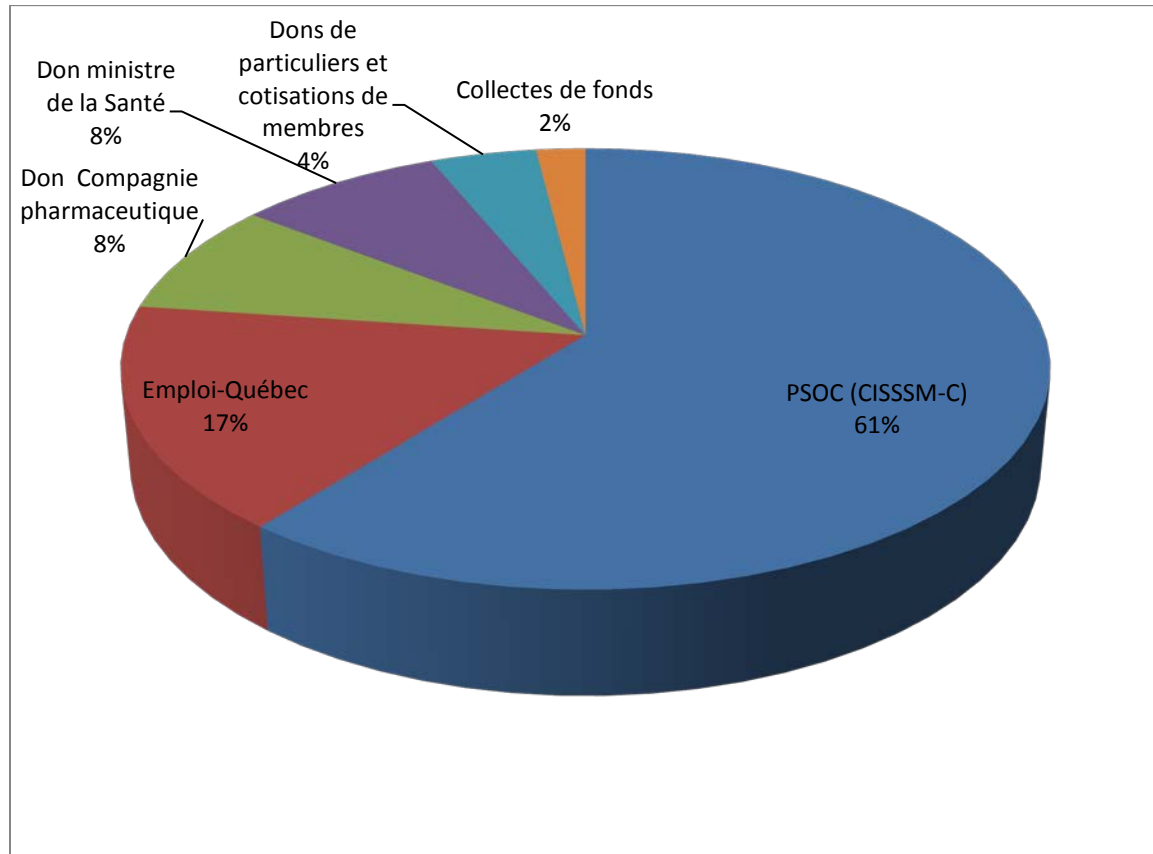
Ce programme qui a commencé en octobre dernier compte trois groupes : le premier groupe comprend les 50 ans et plus qui souffrent de dépression chronique, le deuxième, des personnes qui sont atteintes du trouble d'anxiété généralisée et borderline et le troisième groupe, des participants atteints de schizophrénie. Nous aidons les clients qui ont déjà passé par plusieurs organismes et programmes, sans comprendre l'origine des traumatismes et des traits de personnalité qui les retiennent dans la souffrance et la crise existentielle.

D'autre part, nous sommes surprises du nombre d'appelants demandant de l'aide ou des conseils en 2017. Plusieurs personnes atteintes n'ont jamais été diagnostiquées, font des rechutes, se trouvent en état de crise ou de psychose et ne peuvent recevoir d'aide nulle part. Nous constatons que les hôpitaux et les organismes qui travaillent en coordination avec eux ne fournissent pas assez de services pour tous ceux qui en ont besoin. Alors ils nous appellent en cherchant du support. Nous accueillons toujours ces personnes qui frappent à notre porte.

Par ailleurs, nous avons eu une très belle année concernant les fréquentations à l'organisme. Les membres viennent aux séances sur une base régulière et montrent beaucoup d'intérêt dans ce programme. Les résultats commencent à dépasser positivement nos attentes.

María Uviña Carlos

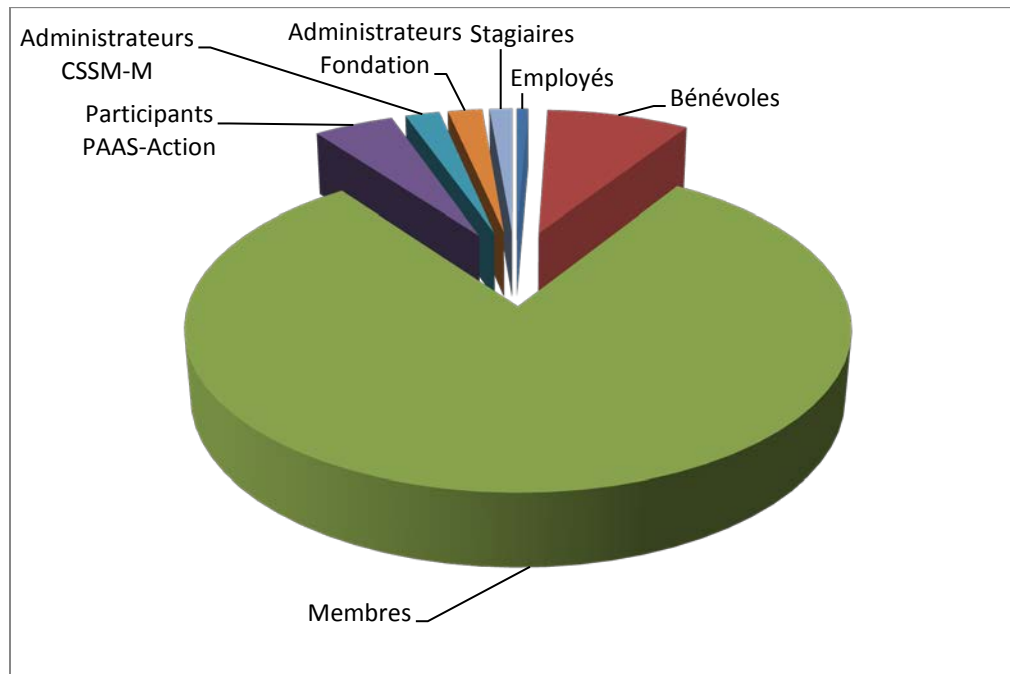
## Ressources financières



Les principales sources de financement de l'organisme proviennent du CISSS Montérégie-Centre et d'Emploi-Québec. Elles permettent de payer les différents frais administratifs et une partie du salaire des employés. Nous recevons quelques dons non récurrents, mais devons compter sur des collectes de fonds occasionnelles pour payer la location de salles et les frais de transport des bénévoles qui animent les différentes activités pour la clientèle.

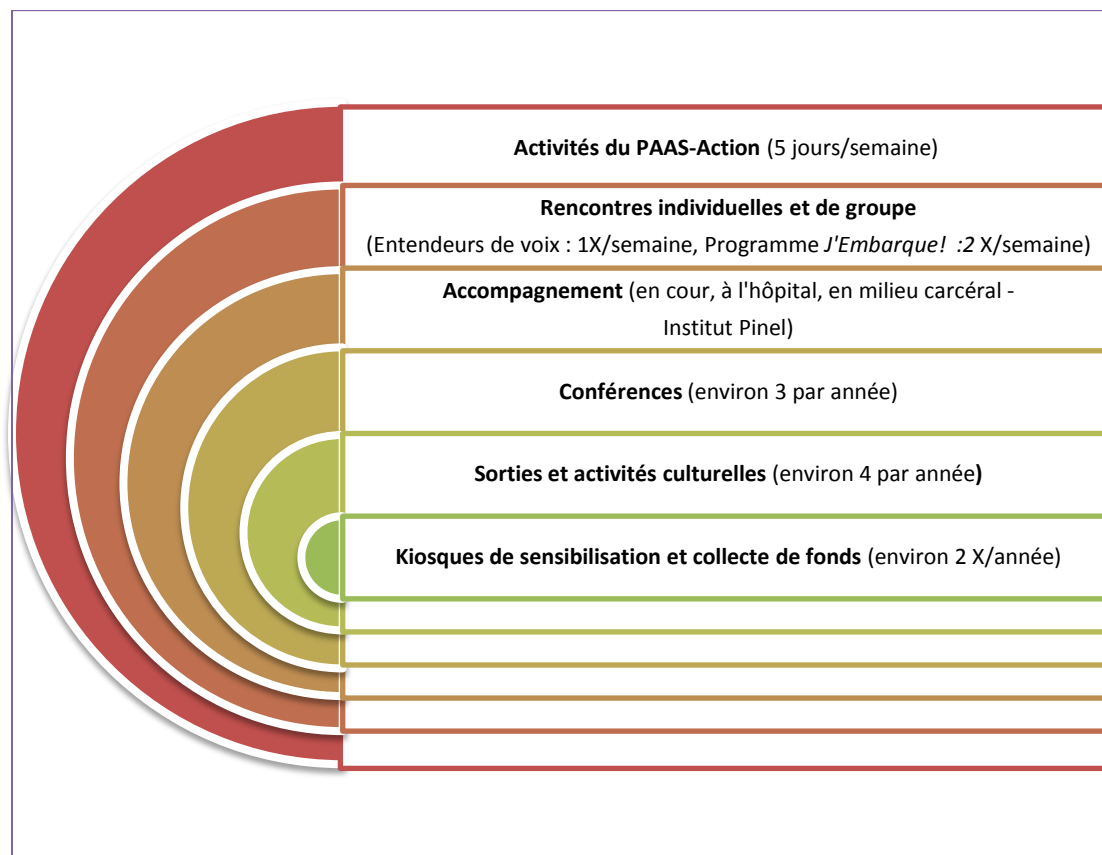
Nous prévoyons que les dépenses pour l'organisme se situeront à près de 115 000\$ pour l'année 2019, considérant l'indexation des salaires des employés et les dépenses pour nos activités.

## Ressources humaines



- 240 membres
  - 25 bénévoles (11 réguliers et 14 occasionnels)
    - 2 employés à temps plein
    - 5 CA et 1 AGA par année
    - 6 administrateurs CA CSSM-M
    - 27 membres présents à l'AGA 2017
  - 6 administrateurs CA de la Fondation (chapeauté par le CSSM-M)
  - 14 participants au PAAS-Action : 2 activités par jour, 5 X/semaine
  - 8 nouveaux participants et 6 réguliers au programme *J'Embarque!*
  - Environ 4 étudiants stagiaires et 1 emploi d'été étudiant par année
- Aussi organisme d'accueil pour les jeunes qui effectuent des travaux compensatoires

## Nos principales activités



En plus des rencontres individuelles et de groupe, du programme *J'Embarque!* ainsi que des conférences, nous offrons à nos **14 participants 12 activités différentes**, dont 4 à caractère formatif et 8 activités sociales ou récréatives que nous résumons ci-dessous.

### Activités à caractère formatif

Durée des activités : 2 h 30,  
sauf tai chi (2 h) et jardinage (4 heures)



#### Informatique

Les participants apprennent à utiliser un ordinateur, à maîtriser l'environnement Windows, internet et les médias sociaux. Objectifs : accroître les capacités cognitives et l'autonomie.

### **Anglais**

À l'aide de dictées et de dialogues, les participants apprennent la base de l'anglais écrit et parlé. Objectifs : acquérir des réflexes et de l'assurance.

### **Français**

La personne pourra améliorer son français écrit et parlé à l'aide de dictées, d'exercices de grammaire et de conjugaison. Objectifs : Acquérir une plus grande facilité à se concentrer et développer l'attention ainsi que l'écoute.

### **Espagnol**

Il est enfin possible de découvrir cette belle langue colorée à l'aide d'exercices de conjugaison et de dialogues.  
Objectifs : développer l'écoute et la mémoire.

## **Activités sociales et récréatives**

### **Arts plastiques**

En explorant différentes formes d'arts et techniques de peinture, les participants développent l'observation, l'habileté manuelle et la créativité.  
Objectifs : réduire le stress et l'intrusion de pensées négatives tout en augmentant la confiance en soi, la concentration et les sentiments positifs.



### **Chorale**

Par les exercices vocaux et le chant en chœur, les personnes développent l'écoute, le rythme et la mémoire. Faire partie d'une chorale permet de renforcer la confiance en soi et le sentiment d'appartenance.

## Théâtre

Le théâtre permet de se découvrir des talents, d'explorer la créativité et de s'adapter à la vie de groupe. Par le biais de l'improvisation, les membres y apprennent la persévérance, la constance dans l'effort vers la réalisation d'un but commun : la présentation d'une pièce de théâtre devant un public.

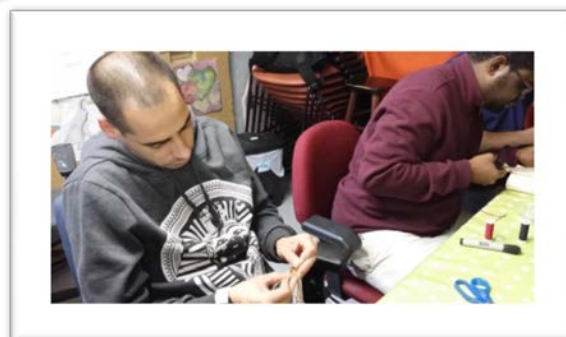


## Croissance personnelle

Cet atelier permet d'approfondir diverses thématiques données, de développer la réflexion, l'écoute et favoriser l'échange ainsi que l'ouverture d'esprit.

## Artisanat

En apprenant différentes techniques pour confectionner des bijoux et des porte-clés, les participants exercent la patience, la concentration et la dextérité. Les bijoux et les porte-clés fabriqués sont offerts lors de nos collectes de fonds et nos kiosques de sensibilisation dans les hôpitaux.



### **Tai Chi Taoïste (2 heures par semaine)**

Depuis l'automne 2017, nous offrons un cours de tai chi taoïste à nos participants en collaboration avec le centre *Fung Loy Kok Tai Chi Taoïste* situé à Longueuil.

Objectifs : Développer la concentration, l'équilibre et la souplesse.  
Évacuer le stress.



### **Jardins communautaires (4 h et plus par semaine, de mai à septembre)**

Préparer et entretenir un jardin requiert des habiletés physiques, fait appel à la patience et la persévérance. Le contact avec la nature réduit également l'anxiété.



### **Cuisine collective**

Tout en apprenant à cuisiner des plats santé et économiques, les personnes pourront acquérir le sens de l'organisation, la planification et la gestion du temps.



---

## *Réinsertion sociale*

Les personnes qui fréquentent notre organisme vivent des difficultés qui freinent leur cheminement professionnel et leur confiance en elles. Notre objectif est de les orienter vers une réinsertion progressive sur le milieu du travail, pour ainsi contribuer à améliorer leur qualité de vie.

### **Objectifs du PAAS-Action :**

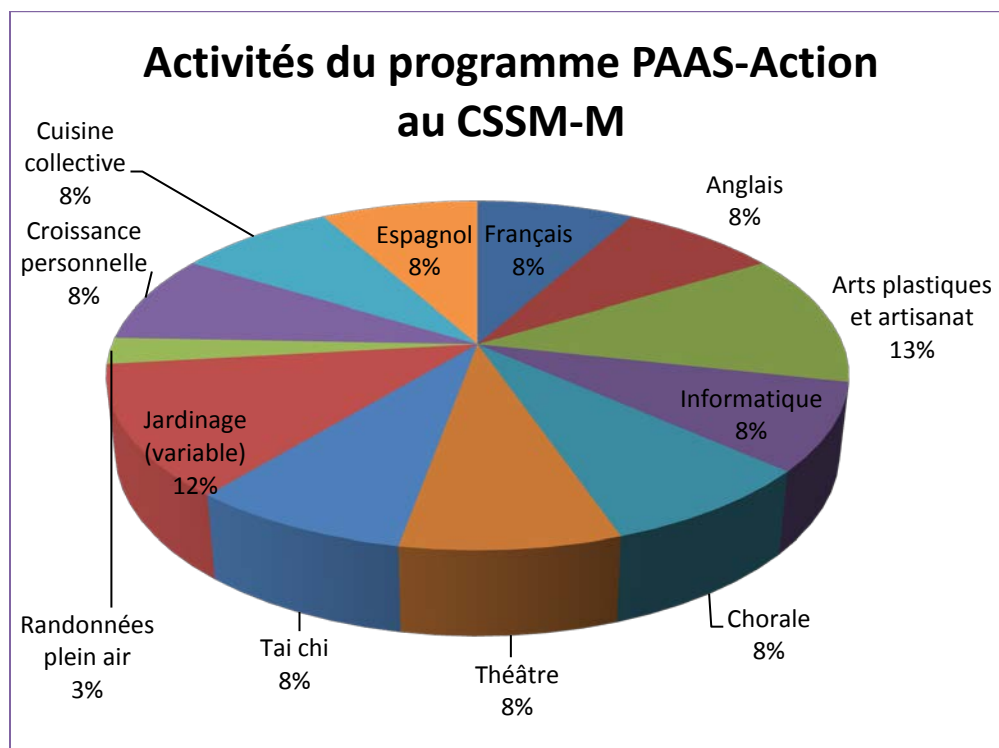
- Accompagner les personnes dans leurs démarches socioprofessionnelles ;
- Améliorer leur concentration et leurs facultés cognitives ;
- Découvrir leurs forces et leurs talents ;
- Les aider à se dépasser ;
- Améliorer la qualité de vie de la personne ;
- Alléger la souffrance et le désarroi causés par la maladie mentale ;
- Favoriser la prise en charge individuelle et collective ;
- Favoriser la mise en commun des expériences individuelles ;
- Tisser des liens solides avec les pairs ;
- Tendre à diminuer les rechutes et les hospitalisations ;
- Améliorer leur mieux-être et leur santé en général ;
- Fournir de l'information sur les ressources du milieu ;

Nous effectuons un suivi des participants en fonction de leurs objectifs personnels, et aussi, en fonction de leur vécu quotidien. L'accompagnement peut prendre différentes formes :

- Être là ;
- Accueillir ;
- Écouter ;
- Offrir des conseils personnalisés pour aider un participant à développer des aptitudes, des compétences nouvelles ;
- Faire un suivi mensuel et annuel qui permet de faire le point sur le cheminement du participant ;
- Aider un participant à trouver un mieux-être, des solutions à ses difficultés ;
- Aider les participants à élaborer et à mettre en action leur projet de vie ;



- Être avec eux pendant le dîner et créer un climat convivial ;
- Se déplacer pour une rencontre en milieu d'apprentissage ;
- Se déplacer avec un participant pour une démarche auprès d'une instance gouvernementale ;
- Aller en Cour ;
- Faire des entretiens téléphoniques ;
- Soulager la détresse et la souffrance de la personne
- Faire des recommandations.



#### Nombre de participants au PAAS-Action :

Le PAAS-Action, en partenariat avec Emploi-Québec, est un Programme d'aide et d'accompagnement social pour les personnes en contraintes sévères à l'emploi qui y sont éligibles. Présentement, nous avons 14 participants actifs qui sont inscrits au PAAS-Action. ⇒ **En mars 2018, 13 parmi eux effectuait un stage en milieu de travail.**

---

## *Partenaires : stages en milieu de travail*

Le CSSM-M travaille en collaboration avec plusieurs organismes afin d'offrir des stages à nos participants du PAAS-Action. Ces stages permettent aux participants de développer des habiletés, d'acquérir de l'expérience ainsi que de la confiance en soi et aident ceux-ci à se rendre utiles. Nos partenaires sont :

- Hôpital Pierre-Boucher (Buanderie)
- Hôpital Charles-LeMoyne
- Premiers Pas Champlain
- Action Nouvelle Vie
- Maison d'entraide St-Alphonse
- Centre d'hébergement du Manoir Trinité
- Maison de Quartier St-Jean-Vianney
- Maison internationale de la Rive-Sud (friperie)
- Première Moisson
- Maison familiale Par Amour
- Tropicazoo



## *Autres activités*

### Les Entendeurs de voix:

- Les ateliers *Les Entendeurs de Voix* sont toujours offerts et animés par les bénévoles Diane Charron et Daniel Harvey. Ces rencontres s'adressent autant à une clientèle professionnelle qu'aux familles et aux personnes atteintes de maladie mentale. Des échanges ont lieu permettant de mieux comprendre comment des personnes arrivent à vivre avec les voix, comment elles arrivent à les contrôler et à améliorer leur qualité de vie. Cette activité a lieu chaque semaine, maintenant les **vendredis après-midi à 13 h 30**, au 2510, rue Sainte-Hélène à Longueuil.

### Groupe de soutien virtuel

Depuis deux ans et demi, nous avons mis en place un site où plusieurs internautes se confient par rapport à leur maladie mentale. Nous prenons le temps de répondre aux nombreuses questions soulevées soit par l'entourage, les parents ou les proches de la personne atteinte de maladie mentale voulant des réponses à leurs interrogations soit sur la maladie elle-même, leur médication et ses effets secondaires.



Ce site, conçu sur Facebook, aide les personnes atteintes et leur parenté à trouver des réponses à leurs besoins parfois urgents pour atténuer leur souffrance. Souvent, ils recherchent du soutien psychologique. Nous sommes fiers de ce site qui compte près de 1 500 membres, le seul en Montérégie. Il permet de donner de l'information de pointe à l'ensemble des adhérents.

<https://www.facebook.com/schizophrénie/groupe/soutien>

## *Le P.I.S. J'Embarque!*

Depuis l'automne 2017, nous avons mis en place un nouveau programme d'intégration sociale (*P.I.S. J'Embarque!*) pour aider au rétablissement des personnes atteintes de maladie mentale en contrainte sévère à l'emploi.

*P.I.S. J'Embarque!* comprend le suivi de l'intervenante à raison de deux demi-journées d'activités par semaine afin que la personne chemine vers le mieux-être et l'autonomie. Nous comptons une participation de 14 personnes en tout incluant quelques réguliers, dont un groupe pour les 50 ans et plus, un groupe pour les troubles de personnalité limite, bipolarité et dépression majeure et un pour les personnes souffrant de schizophrénie. Ce programme est gratuit.

**Objectifs :** À l'aide de rencontres individuelles et de groupe, les personnes seront guidées pour identifier les traits de leur personnalité qui les soumettent à la souffrance. Elles seront capables de reconnaître les nouveaux schémas de pensée qui favoriseront la gestion des émotions et leur guérison intérieure.

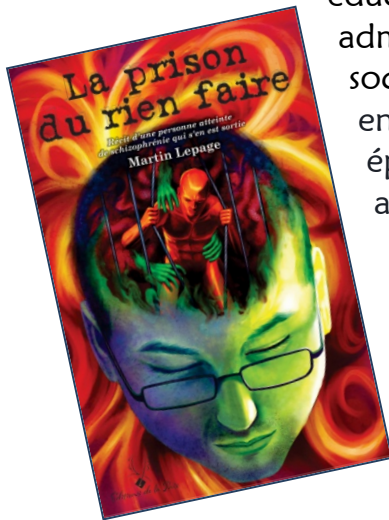
## *Conférences*

Notre organisme offre des conférences enrichissantes 3-4 fois par année, et ce, à peu de frais. Il s'agit de conférences se rapportant à la santé mentale et fournissant la plupart du temps des outils pour aider les proches ou les personnes atteintes à mieux vivre avec leur maladie mentale. Voici quelques exemples :

23 janvier 2018

## La schizophrénie, un défi valorisant

Ce témoignage de Martin Lepage a démontré qu'il y a moyen de s'en sortir et d'avoir une vie épanouie malgré un diagnostic de schizophrénie. Celui qui a décidé de réorienter ses études est maintenant détenteur d'une technique en éducation spécialisée, d'un certificat en administration et d'un baccalauréat en travail social. Lors de cette conférence, il a abordé entre autres la valorisation personnelle à travers les épreuves de la maladie mentale et l'intégration sociale des personnes ayant une maladie mentale.



7 février 2018

## Cannabis et santé mentale : des questions et des réponses

Cette conférence de Laurence D'Arcy a permis de mieux comprendre les mythes et tabous au sujet du cannabis et d'entrevoir la prise de cannabis thérapeutique comme traitement auprès des personnes souffrant notamment de maladie mentale.



Laurence D'Arcy est docteure en psychologie, chargée de projet et spécialiste en dépendance à l'Institut universitaire sur les dépendances au Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal.

## Collecte de fonds et kiosques de sensibilisation :

- **Kiosques à l'Hôpital Pierre-Boucher : 4 et 6 octobre 2017 et 3 mai 2018**  
Toutes ces activités permettent de conscientiser la population au sujet de la maladie mentale et de contrer la stigmatisation. Elles visent également à faire connaître les services offerts par le CSSM-M.
- **Collecte de fonds chez Maxi de Longueuil : 24, 25 et 26 novembre 2017**  
Les participants ont effectué l'emballage des épicereries lors de la campagne de financement chez Maxi pour payer les dépenses de la chorale et de la troupe de théâtre. Cette campagne a permis d'amasser près de 3000 \$.
- **Présentation à l'Hôpital Charles-LeMoyne : 2 novembre 2017**  
Conférence sur l'organisme présentée par Lucie Couillard et le pair aidant Martin Lepage à des professionnels de la santé. Alain Théroux, spécialiste en finances a aussi abordé l'épargne REEI au cours de cette présentation.
- **Kiosque au Cégep Édouard-Montpetit : 9 mai 2018**  
L'organisme a été invité à la journée d'exposition des sciences humaines avec la complicité et la collaboration d'un groupe d'étudiants du cégep. C'était l'occasion pour nous de parler de la cause de la maladie mentale et des enjeux de notre société. Plusieurs visiteurs ont pu découvrir les services offerts au CSSM-M.
- **2<sup>e</sup> Présentation à l'Hôpital Charles-LeMoyne : à venir le 13 septembre 2018**





## *Sorties et Activités culturelles*

Notre party de Noël s'est déroulé à la Maison de Quartier St-Jean-Vianney. C'était une première fois à cet endroit et la fête fut réussie. Le buffet était élaboré et varié. Il y avait près de 70 personnes. C'est un temps de rassemblement très apprécié des participants et des familles. Chacun y a apporté un plat cuisiné de son choix. C'est aussi l'occasion pour la chorale *Les Ritournelles* de nous offrir une prestation de son répertoire de Noël. Un tirage de prix de présences a agrémenté la fin de la soirée. Notre chorale, qui compte près de 15 membres, a également donné un concert le 1<sup>er</sup> juin 2018, intitulé «Primavera» sous la direction de Laura Sotomayor Carrillo, à la Maison de Quartier St-Jean-Vianney.

Exposition à la Bibliothèque Georges-Dor  
2760, chemin de Chambly  
Du 5 au 17 juin 2018

### **Techniques mixtes : *Les Magiciens des Couleurs***

Les participants du cours d'arts plastiques du CSSM-M peuvent à nouveau démontrer leur grand talent grâce à cette exposition à la Bibliothèque qui vaut le détour. Venez les encourager!



## *Journal L'Iris*

Nous produisons un superbe journal, *L'Iris*, accessible à nos membres et aux personnes qui désirent connaître nos services et consulter la programmation de nos activités (groupes de soutien, événements, conférences, etc.). Quelques-uns de nos membres y publient également leurs poèmes ou expériences de stage. *L'Iris* compte deux parutions par année, il est offert gratuitement, et est imprimé, en près de 500 exemplaires.



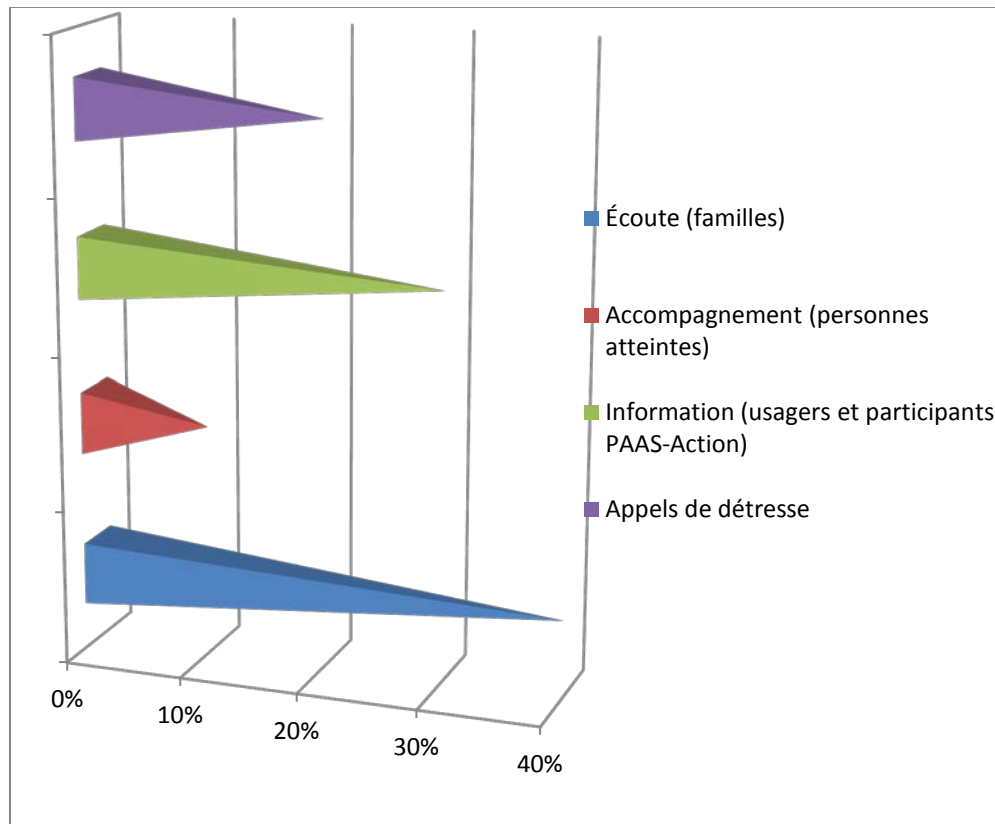
## Statistiques 2017-2018

Nous comptons près de **1000 fréquentations** de notre centre par année, soit pour nos activités, de l'information ou pour rencontrer l'intervenante ou la directrice. Le CSSM-M reçoit plus de **3000 appels téléphoniques** annuellement. Ils sont répartis comme suit :



- 40 % des appels proviennent des familles qui sont aux prises avec des personnes atteintes de schizophrénie ou de toute autre maladie mentale. Ces foyers ont besoin d'écoute, d'informations sur les aspects juridiques, la médication, les ressources susceptibles de leur venir en aide comme le CLSC, les ressources d'hébergement, la curatelle, le mandat d'inaptitude et les droits de la personne. L'entourage a également besoin de soutien et souvent d'un suivi. Parmi ces appels, 20 % nécessitent de l'accompagnement pour se présenter à la Cour et ainsi obtenir une ordonnance d'évaluation psychiatrique ou de traitement médical.
- 20 % des appels répondent à un besoin d'aide psychologique de personnes en crise. D'ailleurs, nous avons noté une augmentation des appels de détresse chez les personnes de 50 ans et plus.
- 30 % des appels viennent des usagers de services ou des participants du programme PAAS-Action; ils ont besoin d'information générale ou encore d'aide pour remplir un formulaire pour un HLM ou demandent tout simplement une écoute et un support pour les difficultés rencontrées.
- 10 % des appels sont des demandes d'accompagnement chez le psychiatre ou des visites de la travailleuse sociale du SICOM ou du SIM et, enfin, concernent des communications avec différents partenaires, par exemple Emploi-Québec, le CISSS ou le ministère de la Santé et des Services sociaux.





- Notre clientèle est concentrée dans la grande agglomération de Longueuil, nous desservons, cependant d'autres villes, telles que : Boucherville, St-Basile-le-Grand, Beloeil, St-Hilaire, Saint-Hyacinthe et les régions du Sud-Ouest dont St-Constant, La Prairie, Sainte-Catherine et Chateauguay.

## *Notre équipe*

### Notre directrice

Madame Lucie Couillard œuvre en santé mentale depuis plus de vingt ans. Elle a obtenu un diplôme d'études supérieures en santé mentale (DESSM). Elle est aussi très impliquée dans la communauté de la Montérégie. Elle répond aux appels des familles en détresse dont un membre a un problème de santé mentale, elle offre son soutien aux gens qui vivent des difficultés et les aide à trouver des solutions. Au besoin, elle n'hésite pas à se déplacer pour aller rencontrer des gens à domicile et pour accompagner les personnes à la Cour. Elle est très active au sein des tables de concertation touchant la santé mentale ainsi qu'aux tables de vie de quartier. Madame Couillard est la cofondatrice de la Maison de Quartier St-Jean-Vianney et dirige également les activités de financement et de sensibilisation à la santé mentale. Chaque fin de semaine, elle reçoit sa fille atteinte de schizophrénie persistante et sévère. Pendant toutes ces années, elle a œuvré comme bénévole sans toucher de salaire !

### Nos bénévoles réguliers

#### Merci à :

Diane Charron et Daniel Harvey, animateurs «Les Entendeurs de voix»;

Claire Langlois, animatrice d'art plastique

Valérie Valognes, animatrice de français et d'informatique;

Farah Hamud, animatrice d'anglais;

Laura Sotomayor, maître choriste pour la chorale Les Ritournelles;

Hélène Massé, Troupe de théâtre Les Senti-Mentaux;

Guillaume Harmon et Mimi Deschênes, collectes de fonds.

Gilles Turgeon et Gabriela Dima, comptabilité

---

**«Le travail d'équipe est important au CSSM-M. La directrice Lucie Couillard amène son personnel à se surpasser et à relever de grands défis à partir d'un minimum de ressources».**

### Notre intervenante

Maria Uvina a plusieurs années d'expériences dans l'intervention auprès des communautés culturelles. Elle fait partie de l'équipe depuis avril 2017 et s'est bien intégrée à l'équipe. Elle fait preuve de dynamisme, de débrouillardise et de polyvalence. Elle connaît bien la communauté culturelle dans le domaine de l'aide psychologique.

### Notre adjointe administrative

Bachelière en études françaises (rédaction-communications), Josée Roy travaille depuis 5 ans à l'accueil du CSSM-M. Elle s'occupe entre autres de différentes tâches administratives et de secrétariat.

### Nos stagiaires

Nous collaborons avec le Cégep St-Jean-sur-Richelieu et Sorel-Tracy qui, chaque année, nous réfèrent des étudiants en travail social ou en éducation spécialisée pour compléter des stages d'observation et d'expérimentation dans notre organisme. Ces stagiaires ont pour rôle d'aider l'intervenante lors des activités destinées aux participants atteints de maladie mentale. De plus, chaque été, nous embauchons un étudiant avec la participation d'Emploi Été Canada. Pour les stagiaires qui se joignent à notre équipe, c'est une belle occasion de connaître la clientèle, le milieu communautaire et de développer des habiletés qui leur permettront de s'intégrer dans le monde du travail.



---

## Conclusion

Chaque jour, de nombreux défis se présentent au CSSM-M, mais toujours la petite équipe fait de son mieux afin d'offrir le meilleur service qui soit et le plus personnalisé possible auprès de sa clientèle. Grâce à ses bénévoles, à ses membres et à ses donateurs, l'organisme garde espoir dans la poursuite de sa mission : aider les personnes vulnérables qui ont besoin de soutien psychologique et favoriser leur rétablissement.

Notre principal objectif est de les équiper d'outils afin qu'elles puissent cheminer, se créer un réseau social, retrouver l'estime de soi et la confiance.

Chacun a son histoire et son passé. Mais, après quelque temps, des timidités s'estompent et des amitiés naissent de sorte que la vie devient soudainement moins lourde à porter pour ces personnes qui participent à nos activités. Nous sommes à même de constater tous les bienfaits que nos services procurent à tous ceux et celles qui viennent chez nous.

Malheureusement, le manque de financement récurrent auquel fait face notre organisme nous empêche de répondre à davantage de personnes en détresse. De plus, nous souhaiterions des locaux plus grands et plus d'employés pour entamer l'année 2019 avec plus d'efficacité, car la santé mentale est une priorité.

❧



## *Contact*

L'organisme est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30.

Nous sommes fermés les jours fériés.

Centre de soutien en santé mentale - Montérégie

2510, rue Ste-Hélène, Longueuil (Québec) J4K 3V2

Tél. : 450-677-4347; 514-462-4347 Télécopieur : 450-748-0503

Courriel : [ssm2510@videotron.ca](mailto:ssm2510@videotron.ca); [luciecouillard@videotron.ca](mailto:luciecouillard@videotron.ca)

Site internet :

[www.schizophrenie-monteregie.com](http://www.schizophrenie-monteregie.com); <http://schizomonteregie.blogspot.com>