Association canadienne pour la santé mentale
Cochrane-Timiskaming

Filiale de Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale

RAPPORT ANNUEL
2017/2018

Filiale de Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale

RAPPORT ANNUEL 2017/2018

TABLE DES MATIÈRES

3 **Message de la présidente du conseil et du directeur général**

4 **Vision, mission et valeurs fondamentales**

5 **Un autre succès pour Ride Don't Hide**

6 **Projet E-QIP — Soutenir les objectifs de rétablissement des clients**

7 **Vivre à l'abri**

8 **Groupe d'estime personnelle des femmes**

9 **Nouvel emplacement de Northern Star**

10 **PeerZone**

11 **Finances**

CONSEIL D'ADMINISTRATION DE L'ACSM-CT **2017/2018**

Catherine Simunovic, **Présidente**
Richard Witty, **Premier Vice président**
Sylvia Siemens, **Deuxième Vice présidente**
Elizabeth Reid, **Trésorière**
Sarah Stewart, **Membre de l'exécutif**

Directeurs
Norm Bolduc
Kelly Killins
Paul Crombeen
Amanda Coulas
Christy Marinig
Michael Miller

Catherine Simunovic Présidente
(quitté ses fonctions en févirer 2018)
Janice Ranger Directrice
(quitté ses fonctions en mars 2018)

MESSAGE DE LA
PRÉSIDENTE DU CONSEIL ET DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

Notre organisme place les personnes atteintes d'une maladie mentale et d'une dépendance au cœur de son travail. Comme vous le constaterez dans les histoires qui suivent, les membres du personnel de la filiale Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale trouvent des manières novatrices de fournir des services aux personnes vivant dans les communautés rurales et dans les communautés du Nord. Notre organisme croît et change sans cesse pour répondre aux besoins de nos communautés, comme indiqué dans notre plan stratégique.

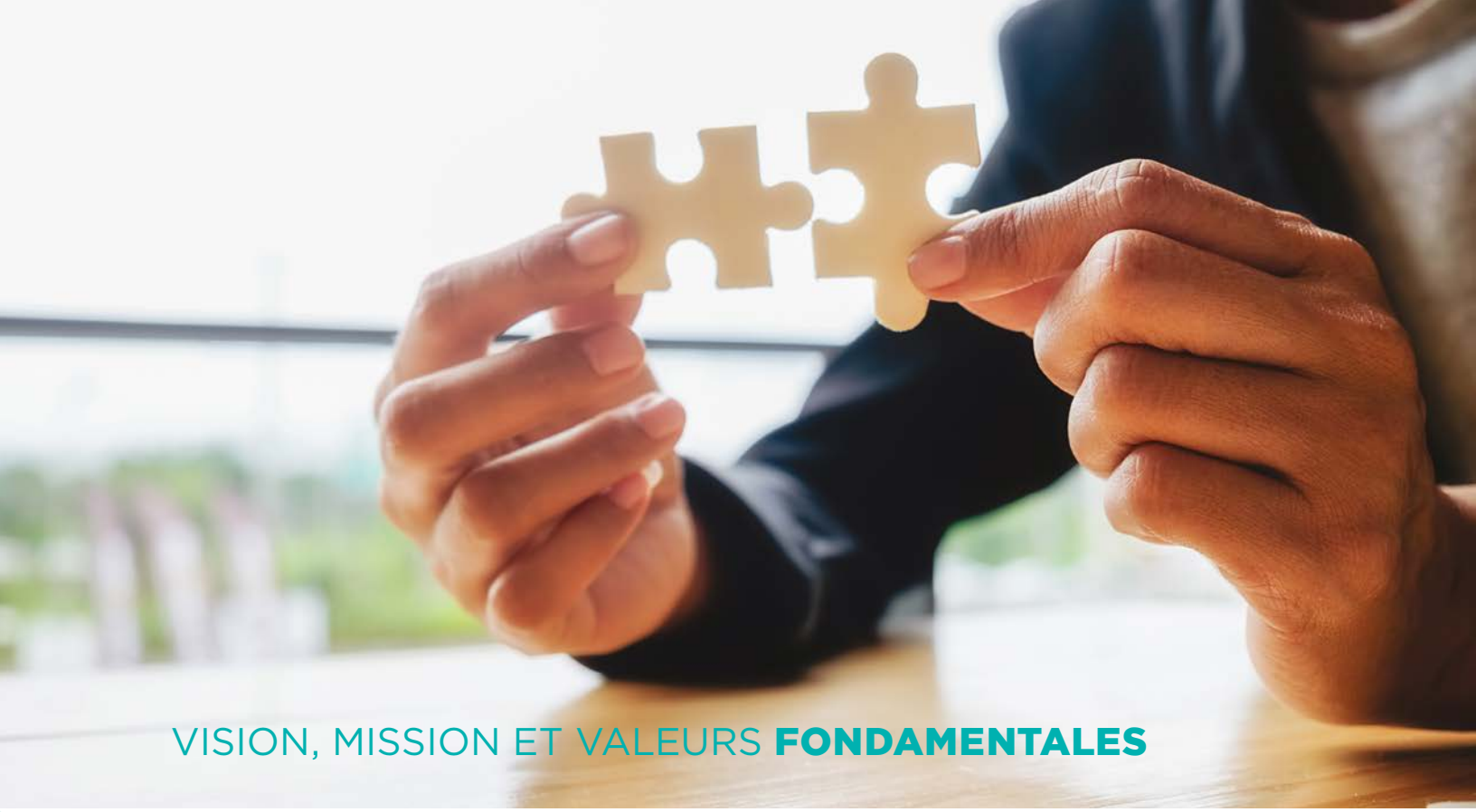
Nous continuons à travailler à la mise en place d'un modèle de prestation de services qui se focalise sur le rétablissement des patients grâce à divers projets et initiatives. La formation que nous offrons et nos groupes nous permettent de toucher plus de personnes ayant besoin de ces services, tout en les aidant à développer leur capacité de résilience, à élaborer des stratégies qui préservent leur bien-être et à développer des systèmes de soutien organiques. Nous avons entamé des projets importants portant sur l'amélioration de la qualité pour soutenir les objectifs de rétablissement des clients et créer des plans de transition entre les partenaires communautaires. Nous nous sommes également associés à des organismes clés à Timmins, comme Vivre à l'abri, pour répondre au sans-abrisme chronique dans notre communauté. Nous constatons les résultats positifs de tous ces projets ainsi que l'incidence du travail de notre personnel sur les personnes qui franchissent nos portes.

Cette année, le conseil d'administration de la filiale Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale fait l'objet de changements. Catherine Simunovic a consacré plus de 10 ans au conseil en tant que membre et présidente. Elle est maintenant prête à relever de nouveaux défis au sein de la communauté. Nous sommes heureux que Sylvia Siemens, membre du conseil de la région de Temiskaming Shores, ait endossé le rôle de présidente en mars 2018. Nous nous réjouissions également d'accueillir de nouveaux membres du conseil à notre table : ils poseront un nouveau regard sur notre travail.

Nous souhaitons remercier nos bailleurs de fonds, nos partisans, notre personnel et toutes les personnes que nous servons pour leur engagement continu visant à créer des communautés où chacun a sa place. C'est grâce à leur soutien et à leurs efforts que la filiale Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale peut continuer à avoir une incidence positive dans nos communautés.

Catherine Simunovic
Présidente du conseil

Clark MacFarlane
Directeur général



VISION, MISSION ET VALEURS **FONDAMENTALES**

Notre vision

Une collectivité qui fait de la santé mentale un élément clé du bien-être.

Notre mission

La mission de l'ACSM de Cochrane-Timiskaming est d'aider les personnes vivant avec la maladie mentale ou touchées par la maladie mentale en leur donnant le soutien et les services nécessaires dans leur cheminement vers une vie heureuse et satisfaisante, tout en faisant de la sensibilisation et de la promotion des droits afin de créer des collectivités accueillantes où chaque personne peut vivre pleinement.

Nos valeurs

Acceptation: Nous accueillons tous les organismes qui donnent de l'espoir à chaque personne.
Compassion: Nous agissons avec compassion, cohérence et responsabilité.
Accessibilité: Nous fournissons des services accessibles, que ce soit sur le plan de la langue, de la culture, de la géographie ou des capacités physiques.
Responsabilité: Nous sommes pleinement responsables envers tous les partenaires.
Confidentialité: Nous garantissons la confidentialité et la protection des renseignements personnels.
Collaboration: Nous bâtissons des relations solides avec tous nos partenaires en vertu des principes d'intégrité, de respect et de dignité.
Qualité: Nous mettons continuellement en place des services et des relations de qualité grâce à l'éducation, aux nouvelles approches et aux meilleures pratiques.

Région desservie par la filiale:

Temiskaming Shores, Englehart, Kirkland Lake, Matheson, Timmins

UN AUTRE SUCCÈS POUR **RIDE DON'T HIDE**

10 436 $
AMASSÉS

64 CYCLISTES

Merci à nos commanditaires :

Commanditaires argent :
- St-Cyr &Associates
- Marsh Bay Resort
- Kirkland Lake Gold

Commanditaires bronze :
- Timmins Gold Corp.
- Alex MacIntyre and Associates

Commanditaires de la communauté :
- Heath and Sherwood
- Tahoe Canada
- Kohut Electric Ltd.

Commanditaires en nature :
- Sutherland Printing
- Pettenuzzo's Your Independent Grocer
- Active 1 Source for Sports
- Pharmasave
- Tim Hortons
- B&R Enviro Services

PROJET E-QIP — **SOUTENIR LES OBJECTIFS DE RÉTABLISSEMENT DES CLIENTS**

L'ACSM de Cochrane-Timiskaming a mis au point un processus de documentation, le Domain Oriented Recovery Record (DORR) (dossier de rétablissement orienté sur le domaine). Le DORR s'utilise tout au long du processus de rétablissement du client avec des notes d'évaluation, de planification et de progrès (ÉCBO). Le DORR intègre également les dimensions qualitatives suivantes : centrage sur la personne, efficacité, efficience, équité et rapidité. En décembre 2016, l'ACSM (filiale de Cochrane-Timiskaming) a eu accès au projet Excellence Through Quality Improvement Project (E-QIP) (excellence par l'amélioration de la qualité) : une ressource doublé d'un encadrement appuyant les initiatives d'amélioration de la qualité afin d'améliorer l'efficacité de notre processus de documentation.

Les données de base ont démontré que 100 pour cent des clients disposant d'un plan de récupération l'ont trouvé utile, mais que 55 pour cent des clients actuels n'en avaient pas encore dans les dossiers. L'objectif initial du projet E-QIP consistait à faire passer le nombre de clients ayant un plan de récupération à 90 pour cent en août 2017. Pour des questions opérationnelles, cet objectif a fait l'objet d'une révision afin de pouvoir actualiser les plans de récupération des clients tous les six mois. Cette révision assure que le plan soit fidèle aux objectifs du client et garantit son efficacité.

Les instruments de collecte des données utilisés pour définir les opportunités de changement étaient le diagramme en arête de poisson, le diagramme Pareto et la cartographie du processus. Certaines des idées de changement mises en place étaient des procédures relatives au plan de récupération, des cartes d'observations du client, des vérifications formelles ainsi que des réunions bimensuelles.

Voici quelques-unes des leçons importantes que nous avons tirées de l'application du processus plan-exécution-étude-action :

- Commencer petit. Nous avons entamé ce processus à l'aide d'un seul programme sur un site.
- Avoir foi dans le processus d'amélioration de la qualité. Nous avons été patients et suivi le programme.
- Inclure les clients. Nous remercions les clients ayant pris part aux réunions et aux ateliers durant ce projet.
- Le personnel a des solutions. Merci aux membres de notre personnel qui ont créé la boîte à outils du DORR.

Nous adoptons maintenant l'approche de la « conception basée sur l'expérience » pour mieux documenter l'opinion du client, développer des pratiques exemplaires en matière de documentation et diffuser des stratégies de réussite aux autres sites et programmes au sein de notre organisme.

VIVRE **À L'ABRI**

La filiale Cochrane-Timiskaming de l'ACSM est une fière partenaire de Vivre à l'abri. Celui-ci est un partenariat stratégique entre des organismes communautaires clés. Il vise à mettre fin au sans-abrisme chronique à Timmins d'ici 2025 grâce au remaniement et à la coordination des services. Ce partenariat a pour objectif de corriger les lacunes en rendant les services facilement accessibles aux personnes à risque de devenir sans abri dans notre communauté.

La première phase de Vivre à l'abri a été lancée le 27 janvier avec l'ouverture d'un refuge d'urgence pour la nuit au centre-ville de Timmins qui accueille sans distinction toutes les personnes touchées par le sans-abrisme. Celles-ci reçoivent à manger et à boire. Elles peuvent prendre une douche, laver leur linge, recevoir des vêtements donnés et des trousses d'hygiène et passer la nuit à l'abri. Le refuge accueille beaucoup de personnes et le personnel a établi des relations de confiance avec les membres de la communauté.

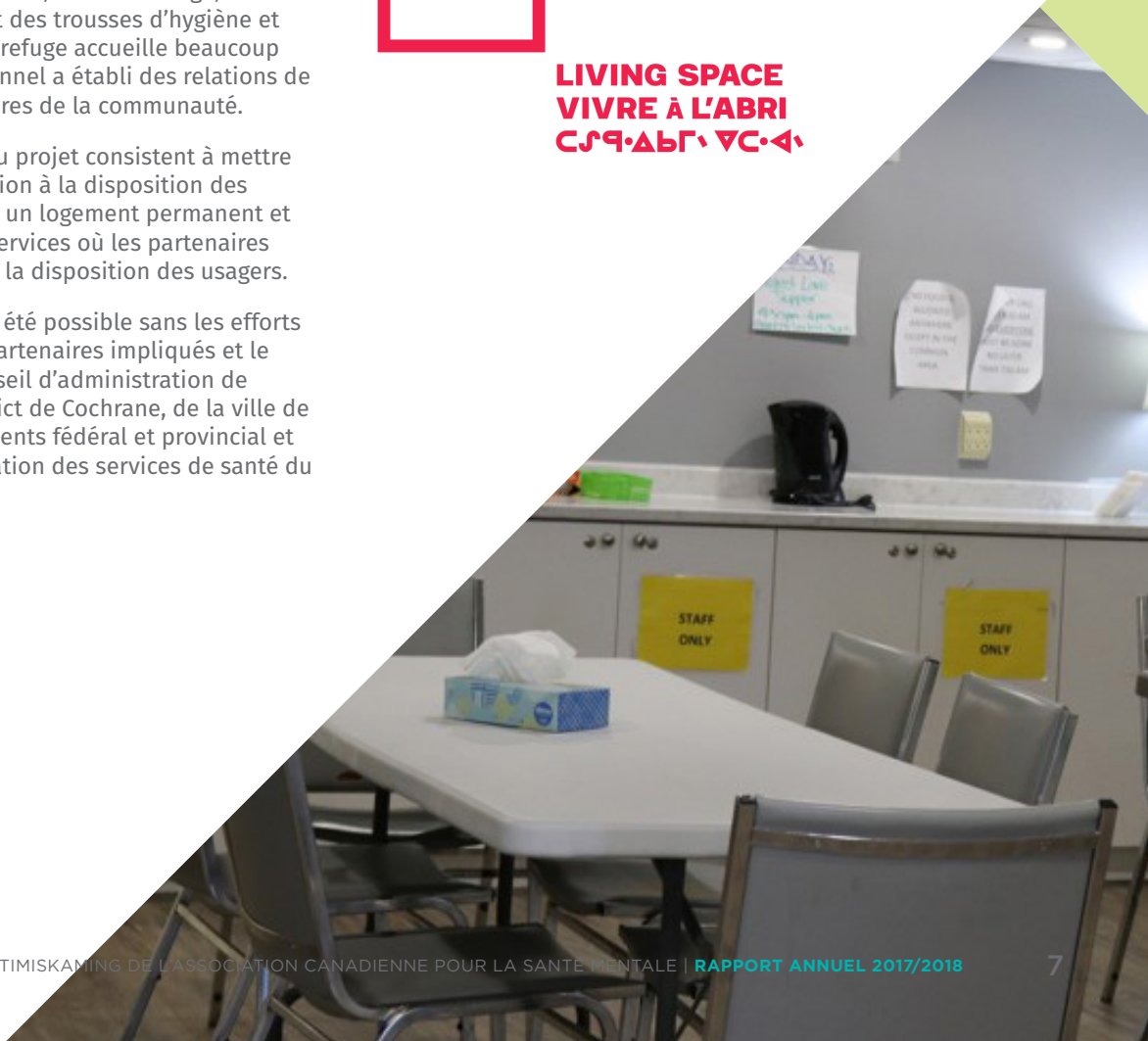
Les prochaines phases du projet consistent à mettre des logements de transition à la disposition des personnes qui cherchent un logement permanent et à créer un carrefour de services où les partenaires mettront leurs services à la disposition des usagers.

Vivre à l'abri n'aurait pas été possible sans les efforts inlassables de tous les partenaires impliqués et le soutien financier du Conseil d'administration de services sociaux du district de Cochrane, de la ville de Timmins, des gouvernements fédéral et provincial et du Réseau local d'intégration des services de santé du Nord-Est.

Les partenaires de Vivre à l'abri :

- Conseil d'administration de services sociaux du district de Cochrane
- La filiale Cochrane-Timiskaming de l'Association canadienne pour la santé mentale
- Centre de santé communautaire Misiway Milopemahtesewin
- Services à la famille et à l'enfance du Nord-Est de l'Ontario
- Équipe de santé familiale de Timmins
- Centre d'amitié autochtone de Timmins
- Service de toxicomanie Cochrane — Sud
- Centraide Nord-Est de l'Ontario
- Conseil de planification sociale du district de Cochrane
- Service de police de Timmins
- Employment Options Emploi
- Ville de Timmins
- Corporation du développement économique de Timmins

LIVING SPACE
VIVRE À L'ABRI
ᑕᓯᕐᓗᒃᒥᑦ ᐯᑕᐅᐊᑦ



GROUPE D'ESTIME **PERSONNELLE DES FEMMES**

Le groupe d'estime personnelle des femmes offre un environnement sécuritaire et exempt de jugement où les femmes peuvent partager leurs expériences qui ont modelé leur estime personnelle et mieux comprendre leur processus de rétablissement. Conformément aux lignes directrices sur la pratique axée sur le traumatisme, ce groupe enseigne les compétences visant à améliorer la conscience de soi, la compassion envers soi, la confiance en soi et l'esprit de discipline. Les participantes apprennent des stratégies afin d'améliorer leur estime personnelle et de modifier leur comportement.

Le groupe est fondé sur le modèle de thérapie cognitivo-comportementale et les participantes apprennent les liens entre les pensées, les sentiments et les comportements ainsi que la manière de déterminer leur schéma de pensée inutile, et de les remettre en question. Diverses pratiques de méditation de pleine conscience se mêlent à la structure du groupe, et ce, pour deux raisons : enseigner aux participantes des aptitudes de pleine conscience comme moyen de régler les émotions et d'accroître la conscience d'elles-mêmes, et reconnecter les participantes à leur corps afin de s'assurer que celles qui ont vécu des traumatismes se sentent en sécurité au sein du groupe alors que nous utilisons le matériel. D'autres pratiques axées sur les traumatismes sont également utilisées dans l'ensemble du groupe afin de s'assurer que toutes les participantes se sentent suffisamment en sécurité pour établir une connexion avec les autres ainsi qu'avec les personnes responsables de l'animation.

Le programme de groupe se concentre sur les compétences de compassion envers soi et les soins envers soi comme étant une manière dont disposent les participantes pour se reconnecter et prendre conscience du pouvoir de l'autoguérison. Diverses techniques sont utilisées pour aborder les différents styles d'apprentissages, notamment les discussions de groupe, le matériel didactique visuel, les projets artistiques (faire des affirmations et un collage personnel), le partage d'objectifs et de rêves personnels, des exercices d'exploration écrits, des brochures d'information et la lecture de récits inspirants ensemble, à haute voix, afin de redonner l'espoir à l'intérieur du groupe.

Voici les résultats souhaités pour les participantes :

- Une compréhension de base du modèle de thérapie cognitivo-comportementale et de la manière dont leurs pensées et leurs croyances influencent leurs sentiments et leurs comportements. Les participantes apprennent à se sentir à l'aise d'utiliser leurs compétences afin d'intervenir dans les cycles de pensées négatives, de sorte qu'elles puissent prévenir les comportements problématiques (automutilation, toxicomanie, etc.) et amener des changements comportementaux positifs.

- Le fait de savoir qu'elles ne sont pas seules à souffrir et qu'elles ont le pouvoir de guérir et de se rétablir. Cela encourage les participantes à ressentir de l'espoir et de la motivation envers le rétablissement.

- Une compréhension que, malgré leur expérience de vie, elles sont des personnes de valeur qui méritent d'être aimées et respectées. Les participantes font preuve de compassion pour elles mêmes et utilisent leur capacité d'autonomie pour favoriser une meilleure santé mentale et qualité de vie. Le principal objectif est vraiment d'enseigner aux participantes la manière de déterminer leurs ressources internes et externes, d'y avoir accès et de les utiliser afin d'améliorer leur mieux-être général.

TÉMOIGNAGES DE PARTICIPANTES :

J'ai appris que je ne suis pas seule. Je ne suis pas la seule personne qui se sent inadéquate. Vous ne pouvez pas prédire l'estime personnelle d'une personne simplement en la regardant.

Mes sentiments ont un nom. Je peux changer mon état d'esprit et mes pensées. Je dois cesser de me rabaisser et commencer à dire de bonnes choses. Je n'ai pas besoin d'être parfaite pour être heureuse.

J'en vaux la peine et je dois prendre du temps pour moi. J'ai besoin de me sentir bien dans ma peau avant de pouvoir m'occuper des autres.

Je dois prendre soin de moi en m'aimant. J'ai de nombreuses forces.

J'ai beaucoup plus d'estime personnelle que je le pensais. Je suis sur la bonne voie.

J'ai appris de quelle manière ma faible estime personnelle s'est développée, je comprends maintenant ma toxicomanie. Je ne savais pas pourquoi je faisais les choses que je faisais avant, pourquoi j'essayais toujours de m'évader. Maintenant, j'en sais plus. J'ai des stratégies d'adaptation que je peux utiliser pour changer ma pensée et mes comportements.

NOUVEL EMPLACEMENT **DE NORTHERN STAR**

Au cours de la dernière année, Northern Star, de Temiskaming Shores, a connu des changements importants. Ce programme de consommateurs survivant a été jumelé à un programme de loisirs sociaux autrefois hébergé au Bureau de santé du Timiskaming et appelé Place Rendez-vous. Quand les services de santé mentale et de toxicomanie ont été transférés du Bureau de santé du Timiskaming à l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM), la Place Rendez-Vous a suivi.

Le travail et la collaboration des deux coordonnateurs du programme ont assuré la réussite de l'intégration de Northern Star et de Place Rendez-vous. Les coordonnateurs ont travaillé de pair afin de rassurer les clients et de réunir les deux groupes sous un même toit.

L'espace occupé par Northern Star dans les bureaux de l'ACSM était rendu trop petit pour accueillir les deux groupes. Un autre espace de bureau hors site a été trouvé et rénové. Northern Star a déménagé dans ses nouveaux locaux en décembre 2017.

La nouvelle cuisine a motivé un plus grand nombre de membres à participer aux activités. Cela leur apporte un sentiment d'être « à la maison », et favorise la collaboration et la participation des membres.

Northern Star est un important programme qui vise à soutenir les particuliers dans leur apprentissage des compétences dont ils ont besoin pour vivre des vies autonomes et enrichissantes dans notre communauté. Ce programme offre un soutien aux membres et leur permet de partager leurs histoires et leur expérience de vie dans un environnement de soutien.

PEERZONE

PeerZone est une série de 20 ateliers animés par des pairs destinés aux personnes aux prises avec des détresses mentales et des dépendances. Ils offrent une structure amusante, interactive et sécuritaire permettant aux participants de mettre en commun leurs expériences, se former à l'autogestion et élargir leur horizon.

PeerZone invite les participants à reconstruire une histoire plus positive de leur vie, leur propose des outils pour leur bien-être et leur offre une communauté de soutien mutuel.

Les animateurs de PeerZone ont découvert un moyen de faire participer plus de personnes aux ateliers. Ils ont commencé à les proposer chaque semaine dans le cadre du programme de loisirs sociaux Intrepid Place à Timmins. Ce changement de format a permis de faire passer la participation hebdomadaire d'un ou deux participants à 15.

En plus de travailler sur la documentation fournie par PeerZone, le groupe se focalise sur le développement d'un réseau de soutien constitué de personnes qui travaillent ensemble en vue de leurs objectifs de récupération.

PeerZone

Peer led workshops in mental health & addiction

COMMENTAIRES DES PARTICIPANTS :

PeerZone m'a aidé à garder le contrôle de ma vie et m'aide à comprendre ce que me dit mon esprit et ce que souhaite savoir mon cœur. Il nous outille pour que l'on puisse se développer, apprendre, comprendre et savoir ce que l'on ressent au plus profond de soi.

• • • • • • • • • • • • • • • • • • •

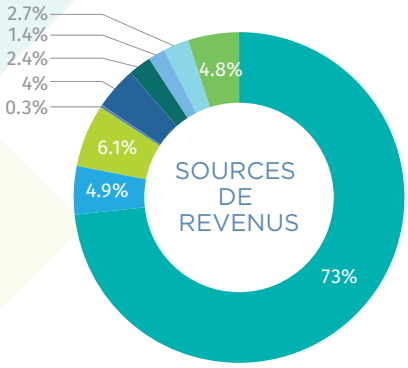
PeerZone. Pour moi, c'est synonyme de soutien. Un endroit sécuritaire où je peux dévoiler mes sentiments. C'est un bon endroit où je peux trouver des moyens de faire face à ma situation et comprendre mon esprit. En bref, c'est un endroit où raconter son histoire.

• • • • • • • • • • • • • • • • • • •

C'est la première fois que je participe aux ateliers PeerZone. Cela m'a aidé à mieux me comprendre. Cela m'a aussi permis de mieux comprendre les autres ici. Je peux socialiser et me remonter le moral. Je suis toujours ravi de voir le visage souriant de tous.

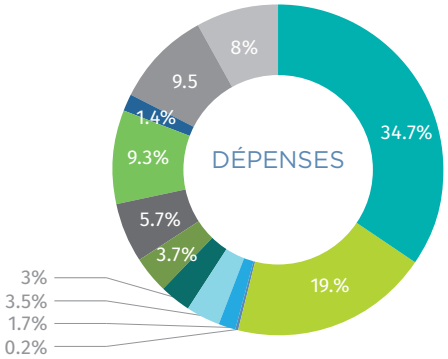
FINANCES

Le rapport de l'auditeur indépendant est disponible sur demande.



- Réseau local d'intégration des services de santé du Nord-Est .... 10 118 877 $
- Ministère de la Santé et des Soins de longue durée ..... 671 590 $
- Autres organismes du gouvernement provincial ..... 840 527 $
- Donations ..... 37 034 $
- Revenu de location ..... 552 540 $
- Amortissement d'apports reportés affectés aux ..... 331 828 $
- Gouvernement fédéral ..... 196 651 $
- Conseil d'administration des services sociaux du district de Cochrane ..... 364 993 $
- Intérêts et autres revenus ..... 657 477 $

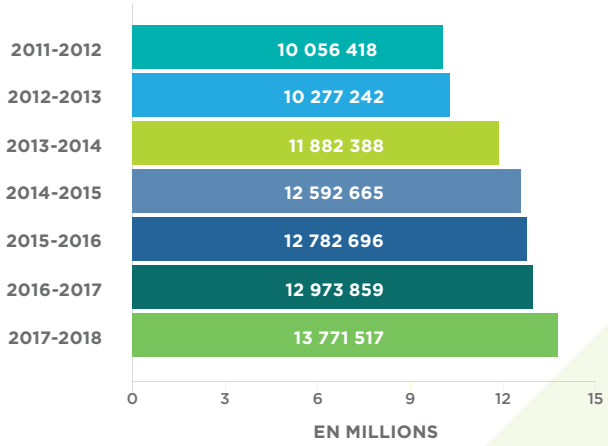
Total 13 771 517 $



- Gestion de cas, counseling et traitement en santé mentale et intervention en cas de crise ..... 4 560 373 $
- Équipe de traitement communautaire dynamique .....2 545 007 $
- Clinique communautaire de santé mentale ..... 26 518 $
- Intervention précoce en cas de psychose .....228 465 $
- Soutien au tribunal de la santé mentale ..... 458 319 $
- Loisirs sociaux et soutien par les pairs ..... 390 725 $
- Services psychogériatriques .....483 992 $
- Traitement des dépendances ..... 752 831 $
- Logement .....1 221 590 $
- Promotion de la santé et éducation connexe .....184 365 $
- Location commerciale .....1 243 379 $
- Lutte contre la violence faite aux femmes .....1 058 768 $

Total 13 154 332 $

L'ÉVOLUTION DU CHIFFRE D'AFFAIRE



Canadian Mental Health Association
Cochrane-Timiskaming
Mental health for all

Association canadienne pour la santé mentale
Cochrane-Timiskaming
La santé mentale pour tous

100 *years of community*
ans dans la communauté

CMHA Succursale Cochrane-Timiskaming

www.cmhact.ca | @CMHACochraneTimiskaming | @CMHACochraneTim

CONTACTEZ-**NOUS:**

Bureau Timmins
201-330, avenue Second,
Timmins (Ontario) P4N 8A4
Téléphone : (705) 267-8100

Bureau Kirkland Lake
5, rue Kirkland Ouest,
Kirkland Lake (Ontario) P2N 1N9
Téléphone : 705-567-9596

Bureau Englehart
63, 5e rue,
Englehart (Ontario) P0J 1H0
Téléphone : (705) 544-1971

Bureau New Liskeard
20, rue Mai Sud,
New Liskeard (Ontario) P0J 1P0
Téléphone : 705-647-4444

Tranquility House
Casier postal 300,
Matheson (Ontario) P0K 1N0
Téléphone : (705) 273-2339

Ontario
Réseau local d'intégration des services de santé du Nord-Est