


Association  
**LE PAS**  


**RAPPORT  
ANNUEL  
DES  
ACTIVITÉS  
2022 / 2023**



AÉ	Arthabaska-Érable
AGA	Assemblée Générale Annuelle
AGS-AGE	Assemblée Générale Spéciale, Assemblée Générale Extraordinaire
CA	Conseil d'Administration
CASR	Centre d'Apprentissage Santé et Rétablissement
CDCBF	Corporation de Développement Communautaire des Bois-Francs
CQ	Centre-du-Québec
CIUSSS MCQ	Centre Intégré Universitaire de la Santé et des Services Sociaux de la région Mauricie / Centre-du-Québec
CISMBF	Coalition des Intervenants en Santé Mentale des Bois-Francs
CLSC	Centres Locaux de Services Communautaires
CSSS A/É	Centre de Santé et Services Sociaux Arthabaska et Érable
FFOM	Forces Faiblesses Opportunités Menaces
GMF	Groupe de Médecine Familiale
HDA	Hôtel-Dieu d'Arthabaska
LOI P-38.001	Loi sur la Protection des personnes dont l'état mental présente un danger pour elles-mêmes ou pour autrui
ME	Membre de l'Entourage
MM	Maladie Mentale
OC	Organisme Communautaire
PAISM	Plan d'Action Interministériel en Santé Mentale 2022-2026
PSMD	Programme Santé Mentale et Dépendances
PSOC	Programme de Soutien aux Organismes Communautaires
RADC	Réseau Avant De Craquer
ROBSM 04-17	Regroupement des Organismes de Base en Santé Mentale Mauricie / Centre-du-Québec
RD	Répit-Dépannage
RLS AÉ	Réseau Local de Services Arthabaska / Érable
SM	Santé Mentale
SNSM	Semaine Nationale de la Santé Mentale
SQ	Sûreté du Québec
SSMM	Semaine de Sensibilisation aux Maladies Mentales
TAME 04-17	Table des Associations Membres de l'Entourage de la région Mauricie / Centre-du-Québec
TCJA	Table de Concertation Jeunesse Arthabaska
TCEFA	Table de Concertation Enfance-Famille d'Arthabaska
TCSM A/É	Table de Concertation en Santé Mentale Arthabaska / Érable
TPL	Trouble de Personnalité Limite

# TABLE DES MATIÈRES

Liste des sigles et abréviations	2
Table des matières	3
Mot conjoint de la présidence et de la direction	4
Démonstration de la réponse aux besoins du milieu	5
• Mission, Philosophie, Objectifs	6
• Approche	7
• Faits saillants	9
• Services offerts	10
Démonstration du fonctionnement démocratique de l'organisme	10
• Conseil d'administration	10
• Équipe de travail	11
• Comité de travail, AGA 2022, Territoires desservis, Membres	12
Démonstration de la conformité entre les activités réalisées par l'organisme et les objets de sa charte	13
• Interventions psychosociales	13
• Activités d'entraide et de soutien	14
• Répit-dépannage, Activités d'information	15
• Activités familiales, Activités de ressourcement	18
• Activités de formation	19
• Activités de sensibilisation	20
Démonstration de la contribution de la communauté à la réalisation des activités de l'organisme	21
• Ressources financières	21
• Ressources humaines, Ressources matérielles	22
• Bénévolat	23
Démonstration du dynamisme et de l'engagement de l'organisme dans le milieu et la concertation avec les ressources	24
• Représentations	24
• Production / participation à des activités communes avec d'autres organismes	26
• Publicité / promotion	27
30e de l'Association Le PAS	28
Projet « Aider sans filtre - Pour les jeunes, avec les jeunes »	29
Planification stratégique	31
Projet ROBSM « Le choix impossible »	32
Priorités pour l'année 2023-2024	33
Annexe 1 : RADC Campagne annuelle	35
Annexe 2 : RADC Exposition virtuelle	36
Annexe 3 : Activités artistiques	37
Annexe 4 : Portrait de la clientèle 2022-2023	38
Annexe 5 : Résumé du sondage - Appréciation des services 2022-2023	39

# MOT DU PRÉSIDENT ET DE LA DIRECTION

Une autre année achevée, d'autres épreuves surmontées et de nouveaux défis à relever pour l'Association Le PAS.

Une année exigeante et épuisante pour l'équipe de travail qui s'est heurtée à la situation de manque de main d'oeuvre considérant qu'un poste d'intervenant fut vacant plus de la moitié de l'année. Soucieux de l'équilibre des membres de son équipe de travail, tout fut mis en place pour que les employés se retrouvent dans un environnement sain, accueillant et que chacune se sente entendue et reçue.

Avec son dynamisme reconnu, cette situation n'a pas empêché l'organisme de se tourner vers l'avenir et de créer un tout nouveau poste, celui d'agente de sensibilisation et de soutien jeunesse.

Comme si rien n'arrête la petite équipe, l'Association Le PAS a entrepris sa toute première planification stratégique, plongeant tête première dans chacune des étapes de cette procédure de longue haleine.

Avec un CA informé et mobilisé, une équipe dévouée et travaillante, des bénévoles créatifs et tournés vers leurs pairs, des membres confiants et ouverts... l'Association Le PAS avance à grands pas, contre vents et marées au fil de ces 30 dernières années.

Merci aux partenaires qui sont impliqués à la cause des membres de l'entourage. Merci au CIUSSS MCQ à titre de principal bailleur de fonds, à nos principaux regroupements pour leur support en cours d'année et tout spécialement à notre fédération, le Réseau Avant De Craquer. Merci au ROBMS 04-17, à la CDCBF et à tous les acteurs ayant touché de près ou de loin à la vie de notre Association.

C'est avec beaucoup de fierté que nous vous présentons tout le travail effectué dans la dernière année via le rapport d'activités. Vous serez à même de constater l'évolution continue de l'organisme, les efforts déployés afin de s'ajuster à la situation liée au manque de personnel avec le souci constant d'assurer un environnement de travail plaisant et stimulant pour l'équipe de travail.

C'est en combinant les forces de toutes ces ressources que nous parvenons à offrir nos différentes mesures d'aide aux membres de l'entourage touchés quotidiennement par la problématique de la maladie mentale au cœur de leur vie.

*Philip Bradley et  
Nathalie Tremblay*

## MISSION

Fondée en 1992, l'Association Le PAS (Parents, Amis, Soutien) est issue d'une volonté de 6 parents vivant des besoins communs de s'entraider, s'informer et recevoir une aide spécifique à leur situation. Fière de sa mission de regrouper les membres de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme variée de services de soutien, et ce, afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel, l'organisme demeure à l'écoute des besoins évolutifs de la clientèle.

## PHILOSOPHIE

" L'annonce de la maladie mentale d'un proche plonge la famille et son réseau social dans un état de crise qui suscite appréhension et inquiétude...Vivre avec une personne souffrant de maladie mentale s'avère une source importante de stress.

Nous croyons au potentiel des familles pour non seulement s'adapter à cette situation difficile, mais aussi pour mieux vivre leur quotidien, se développer positivement et exercer pleinement leur rôle d'accompagnateur. "

## OBJECTIFS

Apporter du secours aux familles touchées par la maladie mentale, développer des modes d'entraide et amener chaque famille, leurs parents et amis à découvrir et mieux utiliser leurs propres ressources.

Favoriser la communication entre la famille et l'équipe d'entraide.

Faire connaître les ressources communautaires, aider à mieux les utiliser et, si nécessaire, coopérer à la création de nouvelles ressources.

Sensibiliser le public et les autorités aux problèmes causés par la maladie mentale, via  
a) toutes publicités pour fin d'information;

b) conférences, réunions, assemblées et expositions pour la promotion et le développement de l'aide aux personnes malades et leur famille.

Travailler à la redéfinition du rôle de la famille face à la maladie mentale.

# APPROCHE

L'approche de l'Association Le PAS s'inspire d'une approche communautaire et humaniste, orientée sur l'appropriation de " son pouvoir ". Notre intervention repose sur les prémisses suivantes :

## VISION

Des membres de l'entourage outillés pour accompagner et se préserver.



## VALEURS

### Respect

Reconnaître et apprécier la pleine valeur des gens par des comportements louables en toute circonstance.

### Ouverture

Accueillir les gens avec leur réalité, les écouter et leur offrir une disposition favorable à leur égard.

### Professionalisme

Faire preuve de savoir-faire, de savoir-être et de savoir dans l'ensemble de nos activités et services.

### Appropriation de son pouvoir

Propulser son potentiel et celui d'autrui pour grandir et faire grandir.

### Entraide

S'aider et se soutenir mutuellement et gracieusement afin de surmonter des difficultés.

# FAITS SAILLANTS

## Création d'un nouveau poste

Depuis 5 ans, la mise sur pied des services jeunesse à l'Association Le PAS a fait ressortir le constat sur la difficulté d'approcher les adolescents et les jeunes adultes de notre territoire. L'organisme a saisi l'opportunité qui s'est présentée par le projet « Aider sans filtre - Pour les jeunes, avec les jeunes » du RADC. C'est ainsi qu'un nouveau poste fut créé et les démarches de recrutement d'une agente de sensibilisation et de soutien pour la sous-région du CQ furent enclenchées. Jusqu'en mars 2023, l'Association Le PAS était l'organisme responsable dudit projet pour le CQ. Ce ne fut qu'en janvier que Danaëlle Simoneau, l'agente jeunesse, entra en poste. Pour en connaître davantage sur ce projet, une page du rapport y est consacrée.

## Deux postes jumelés

Afin d'assurer une ressource humaine en intervention psychosociale permettant à l'équipe de reprendre un rythme régulier, deux postes furent jumelés permettant de faire face à la difficulté d'embaucher « La Bonne Personne » pour l'organisme.

Ainsi, les heures du 2<sup>e</sup> poste d'intervenant psychosocial sont passées à 22.5h, combinées à 10h pour le poste d'agente de sensibilisation et de soutien jeunesse. À partir de ce moment, le mandat de l'agente jeunesse devint un poste pour le RLS AÉ et non plus à mandat sous-régional.

Encore une fois, l'organisme fit preuve de créativité afin de soulager l'équipe et d'assurer les services auprès de la clientèle.

## 1<sup>er</sup> membre honoraire / 30<sup>e</sup>

Dans le cadre de ses 30 ans d'existence, l'organisme a reconnu sa toute première membre honoraire.

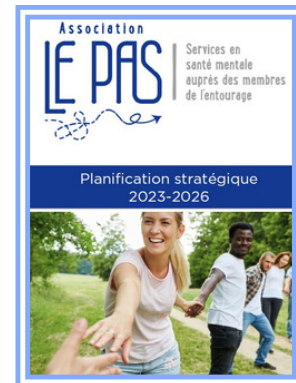
Ce statut est décerné à une personne s'étant hautement distinguée par son travail, son bénévolat, ses dons ou son appui.

Découvrez de qui il s'agit dans les pages qui suivent.

# FAITS SAILLANTS / SUITE

## Planification stratégique

Bien que l'organisme ait tenu quelques lacs-à-l'épaule au fil des années passées, c'est après 30 ans d'existence, considérant la bonification des services, le développement du volet jeunesse et soucieux de toujours s'améliorer, que l'organisme a réalisé sa toute première planification stratégique. Arrivé à un point où il était temps de valider que le CA, la direction et l'équipe allaient dans une même direction, le processus a permis une analyse de l'état actuel et la direction souhaitée pour les prochaines années. Ainsi, un plan d'action a pu être élaboré permettant d'établir des objectifs tournés vers l'avenir.



## Première activité familiale

Au cours de la dernière année, les premières activités dites familiales ont vu le jour. Le service de rencontre psychosociale offert depuis les 5 dernières années auprès de la clientèle jeunesse a permis de constater l'importance de briser l'isolement de ces familles et le bénéfice de les mettre en contact. C'est donc ainsi qu'en 2022-2023, deux activités familiales furent offertes...

## Une 2e membre de l'entourage formatrice

En 2020, le tout premier binôme de formatrices composé d'une membre de l'entourage et d'une intervenante voyait le jour afin d'offrir la formation « Apaiser et prévenir des situations de crise ». Au cours de la dernière année, Mme Josée Morin devenait la 2e membre de l'entourage certifiée à titre de formatrice pour ladite formation. L'Association Le PAS est fière de pouvoir maintenant compter sur 2 coanimatrices parmi les membres de l'entourage!

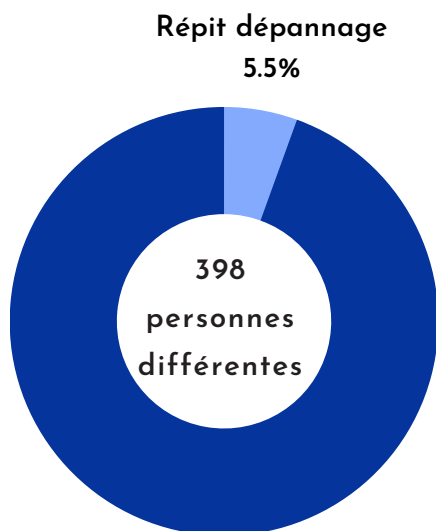




# SERVICES OFFERTS

Afin de demeurer près de la population, à l'écoute de la communauté et de répondre aux besoins évolutifs des membres de l'entourage, l'Association Le PAS offre une gamme de services:

- les interventions psychosociales: rencontres individuelles, de couple ou familiales auprès des enfants, des adolescents et des adultes, interventions en situation de crise, écoute téléphonique ;
- les activités d'entraide: différents types de groupes permettant de briser l'isolement auprès de la clientèle via les groupes d'échange, activités sociales... ;
- les activités d'information: café-rencontre, 5 à 7, conférence, centre de documentation, site internet, page Facebook, publications diverses, capsules vidéos... ;
- les activités de sensibilisation: campagne d'information, rencontres de différents groupes sociaux, écoles... ;
- les activités de formation: diverses formations offertes aux membres de l'entourage; journée thématique.. ;
- les mesures de répit-dépannage.



Ensemble des autres services  
94.5%

Heures d'ouvertures du bureau:

8h00 - 12h

12h30 - 16h30

Rencontres en soirée sur demande

Fermeture 2 semaines à Noël

ainsi que du 8 au 21 août dû au

manque de personnel

+ de  
**12 000**  
visites de la page  
Facebook

**15 000**  
personnes rejointes

- activités de sensibilisation
- visites du site web
- capsules vidéos
- journal PAS-À-PAS

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

Au cours de l'année 2022-2023, les membres du conseil d'administration se sont réunis à six reprises pour des séances régulières et ont tenu deux séances spéciales. Tous les administrateurs sont des membres réguliers de l'Association Le PAS et utilisateurs de services. De plus, le CA a repris sa rencontre d'évaluation annuelle sur le fonctionnement du conseil.



*Jean Plante*  
**Administrateur**  
Utilisateur de services

*Josée Morin*  
**Secrétaire-trésorière**  
Utilisatrice de services

*Lorraine Desharnais*  
**Administratrice**  
Utilisatrice de services

*Philip Bradley*  
**Président**  
Utilisateur de services

*Marlène Leblond*  
**Administratrice**  
Utilisatrice de services

*Martin Gauthier*  
**Administrateur**  
Utilisateur de services

*Rolande Pratte*  
**Vice-présidente**  
Utilisatrice de services

# ÉQUIPE DE TRAVAIL

La formation continue pour les employées est prioritaire, et ce, dans un souci de maintenir l'intérêt de l'équipe de salariées, leur permettre d'acquérir de nouvelles notions et de mettre à jour leurs connaissances. Tout au long de l'année, l'équipe de travail a bénéficié de formations et les sessions de webinaires ont également été maintenues.



*Nathalie Tremblay*  
**Directrice**

- Formation Académie entrepreneuriale complétée.
- L'approche par les résultats.
- Le transfert des connaissances.
- PAISM.
- Quelques webinaires : les états financiers, les prévisions budgétaires, la proche aide...



*Hélène Desharnais*  
**Intervenante**

- La schizophrénie sans préjugés, comprendre l'humain avant la maladie (CASR / 3 demies journées).
- Programme Famille + ( 2 jours).
- Comprendre le TPL et adapter ses attitudes.
- TEAMS.
- Présentation des services en SM et dépendance du CIUSSS MCQ
- Plusieurs webinaires : gestion autonome de la médication, guide pour les 12-17 ans, la paire aide...



*Danaëlle Simoneau*  
**Intervenante et agente de sensibilisation et de soutien jeunesse**

- Différents modules répondant aux tâches liées au poste d'agente jeunesse.
- Comprendre le TPL et adapter ses attitudes.
- Présentation des services en SM et dépendance du CIUSSS MCQ.
- Séance d'information juridique, les protections en cas d'inaptitude.
- Développer ses compétences affectives et préserver sa capacité de compassion en relation d'aide.
- Plusieurs webinaires offerts par le RADC.



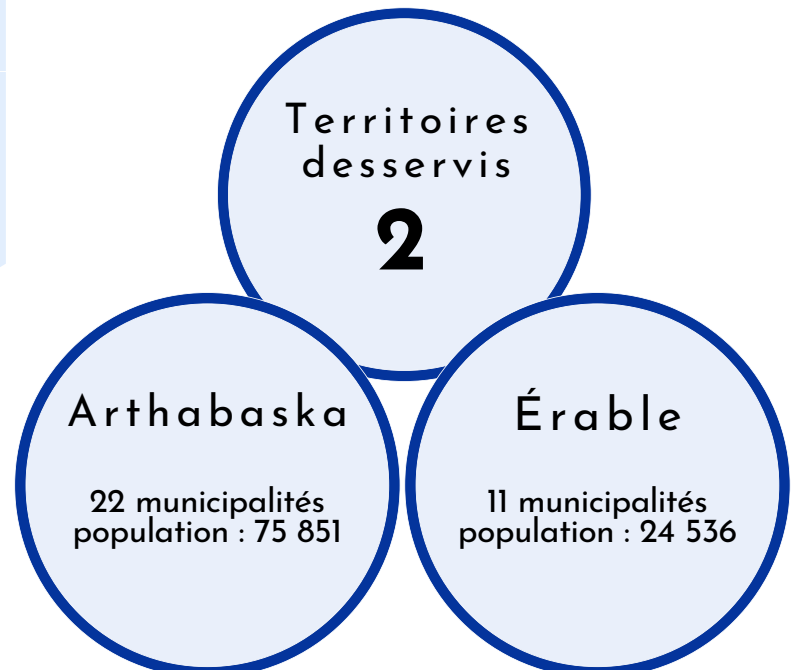
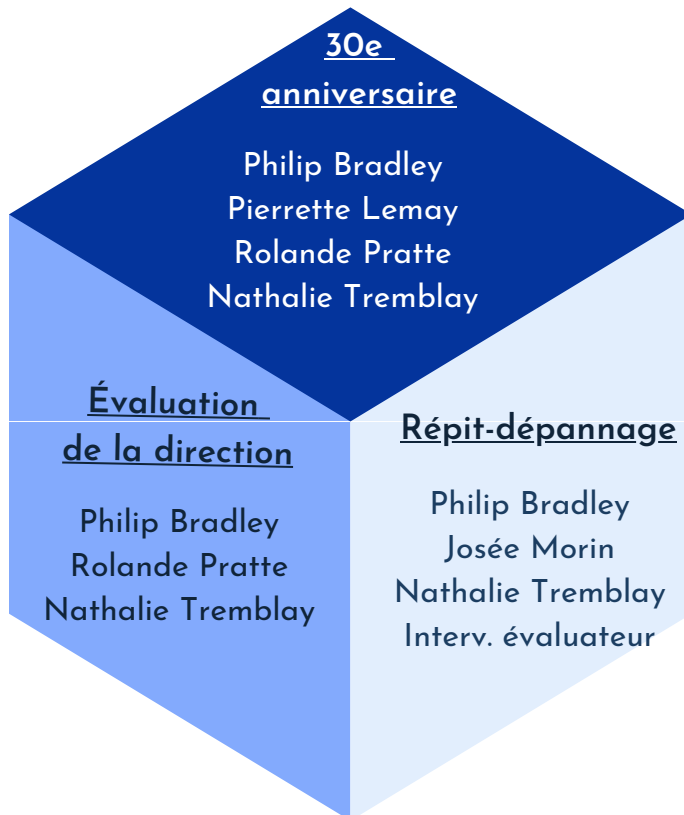
*Isabelle Dionne*  
**Agente de bureau et des communications**

- Plan de communication et réseaux sociaux.
- Secourisme en milieu de travail.
- ABC de l'intervention pour les non-intervenants.
- Sécurité informatique.
- Google « ads grants ».

# FONCTIONNEMENT DÉMOCRATIQUE



## TROIS COMITÉS DE TRAVAIL



Source : Affaires municipales et occupation du territoire

## INTERVENTIONS PSYCHOSOCIALES

- Les données comprennent uniquement les suivis et les interventions d'information

Les interventions psychosociales sont offertes aux enfants, aux adolescents ainsi qu'aux adultes qui se retrouvent dans une situation à titre de membre de l'entourage.

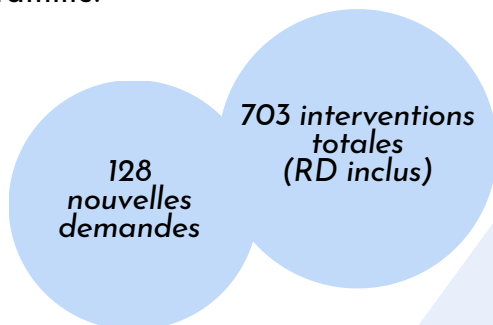
Ces rencontres sont offertes sous forme de rencontres individuelles, de couple, familiales, de groupe et sont dispensées par les intervenants. Elles se déroulent majoritairement en présentiel, avec ou sans rendez-vous, en virtuel ou par téléphone.

Les interventions psychosociales sont la porte d'entrée à nos services car elles permettent, dans un premier temps, l'évaluation du besoin et l'orientation vers le service approprié.

Ce service offre une aide professionnelle et individualisée afin que l'entourage comprenne quels impacts le problème de santé mentale de leur proche a sur leur propre vie. Il permet que le ME accompagne positivement et soit outillé pour faire face aux différentes épreuves et ce, tout en se respectant et en préservant sa propre santé mentale.

Pour l'année 2022-2023, les nouvelles demandes sont demeurées stables comparées à l'année précédente, les rencontres virtuelles ont diminuées de façon importante, les rencontres en présentiel sont demeurées relativement stables et les rencontres téléphoniques ont diminuées.

5 rencontres ont permis d'intervenir indirectement auprès d'enfants et de jeunes en offrant du « coaching » aux parents. À l'aide de prêt de livres jeunesse, d'apprentissage sur la validation, comment rassurer et informer, les parents ont pu aborder le sujet de la maladie mentale auprès de leur famille.



Rencontres

Bureau : 392

Virtuelle : 18

Écoute téléphonique : 218

## INTERVENTIONS PSYCHOSOCIALES

### VOLET JEUNESSE



# ACTIVITÉS

## D'ENTRAIDE/SOUTIEN/SOCIALE



**Groupe d'entraide**    avril à mai 2022  
→ 24 participations

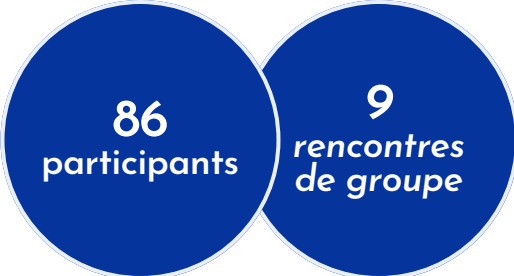
Dans un souci de demeurer près des besoins de notre clientèle et conscients de l'importance qu'ont les membres de l'entourage de se regrouper pour briser l'isolement, se raconter, être entendus et apprendre de l'autre, un changement important est survenu au début de l'automne 2022.

Alors que la participation diminuait de façon considérable dans les groupes de soutien et d'entraide, un nouveau type de groupe fut offert.

Le groupe de discussion vit le jour. Sous une formule ouverte et sans engagements à être présent durant une session complète, les participants pouvaient choisir de participer, selon leur intérêt, aux rencontres abordant le thème désiré. Un souci d'offrir les groupes dans différentes cases horaire fut également une priorité pour ce service, offrant ainsi la possibilité à plusieurs usagers de participer. Ce type de groupe semble répondre davantage aux besoins de notre nouvelle clientèle pour laquelle l'appartenance reste à développer en plus de voir rajeunir ladite clientèle. Ces rencontres ont lieu une fois par mois.

### Groupes de discussion

- 25 octobre 2022    **Quoi faire avec nos émotions désagréables et inconfortables?**  
→ 8 participations
- 1 décembre 2022    **Comment trouver un équilibre dans MA vie?**  
→ 13 participations
- 18 janvier 2023    **Comment faire grandir ma résilience?**  
→ 12 participations
- 23 février 2023    **Visionnement du documentaire « Dehors, Serge, Dehors »**  
→ 16 participations
- 14 mars 2023    **Comment mieux vivre les périodes d'éloignement de mon proche?**  
→ 13 participations



# RÉPIT-DÉPANNAGE

Subventions reçues	32 232 \$
Gestion	1 944 \$
22 répits-individuels dépannage (11 nouvelles demandes)	12 960 \$
Total des dépenses	14 904 \$

Ce service vise à prévenir l'épuisement et la détérioration des relations familiales et des membres de l'entourage qui s'occupent sur une base régulière d'une personne atteinte de maladie mentale.

Ce service peut prendre différentes formes selon les besoins exprimés par l'entourage.

## ACTIVITÉS D'INFORMATION

Le service informations offert à l'entourage permet de répondre à leurs besoins de connaître et comprendre.

Les cafés-rencontres (4/année) et les 5 à 7 (2/année) offerts 6 fois par année ont connu une diminution d'achalandage au fil des dernières années, ces activités ne semblant plus répondre à un besoin de la nouvelle clientèle. Ils ont donc été retirés de la programmation dès l'automne 2022 pour faire place à la journée de ressourcement annuelle.

Il s'agit d'un temps pour s'informer, échanger, acquérir de nouvelles habiletés et partager.

Dimanche 18 septembre 2022 : Café-rencontre « Les émotions ». 3 participants

Dimanche 16 octobre 2022 : Café-rencontre « La charge mentale ». 6 participants animé par Annie Martin, intervenante psychosociale

Judi 17 novembre 2022 : 5 à 7 « L'anxiété au 21e siècle ». 15 participants

Samedi 25 mars 2023 : Journée thématique « Mettre des limites et respecter ses besoins » 15 participants. Mme Hélène Desharnais, intervenante à l'Association Le PAS assura l'animation de la journée

Total de 39  
participants

# ACTIVITÉS D'INFORMATION / SUITE

## Centre de documentation

Le centre de documentation contient plusieurs livres, guides et DVD sur des sujets diversifiés, que ce soit sur les maladies mentales ou sur le cheminement personnel. Nous avons, en cours d'année, fait l'acquisition de plusieurs ouvrages afin de nous maintenir à jour et enrichir notre centre de documentation. La section s'adressant à la clientèle jeunesse s'est vue bonifiée en cours d'année.

Plus de  
200 livres

4  
parutions

460  
exemplaires  
imprimés

50 exemplaires  
envoyés par  
courriel

## Journal Pas à Pas

Le journal trimestriel de l'Association, le « Pas-à-Pas », est un outil permettant de faire circuler différentes informations à nos membres, à nos partenaires et à la population. On y retrouve des sujets qui touchent de près la santé mentale, des témoignages,...



## L'infolettre



L'infolettre a permis de rejoindre directement les gens, en leur transmettant différents rappels, des suggestions de lecture (articles de presse récents sur la santé mentale ou sur le bien-être) ou des propositions d'écoute de balados / webinaires.

L'envoi se fait au deux semaines, pour un total de 29 infolettre et 5 285 contacts.

29 envois  
182 abonnés



# ACTIVITÉS D'INFORMATION / SUITE

## Site Internet

Le site Internet de l'Association Le Pas ([www.lepas.ca](http://www.lepas.ca)) est mis à jour régulièrement.

Pour la dernière année, le site enregistre 1.9K d'utilisateurs pour 8 655 vues. Année après année, le nombre de visiteurs augmente et la dernière ne fait pas exception.



## Facebook

La page Facebook de l'organisme est dynamique, avec ses trois publications hebdomadaires, dont la pensée de la semaine tous les vendredis. Cette vitrine permet de diffuser des nouvelles, des recherches, des activités et de l'information accessible à une population dépassant notre territoire.

Entre le 1 avril 2022 et le 31 mars 2023, nous avons atteint plus de 700 abonnés et plus de 12 000 personnes ont vu l'une ou l'autre de nos publications.



## Instagram

Le réseau social Instagram connaît une belle évolution, considérant notre souhait d'approcher les jeunes. Nous comptons 210 abonnés.



## Youtube

La chaîne « Association Le PAS » compte 37 abonnés, 26 vidéos disponibles et 2 990 visionnements dont 1 548 seulement pour la dernière année.



# ACTIVITÉS FAMILIALES

Depuis quelques années, les enfants et adolescents bénéficient principalement des services via les rencontres individuelles. Cette année, une place a été faite à ces jeunes afin de les voir s'intégrer à d'autres services offerts. Vous avez peut-être pu les côtoyer à l'occasion du 30<sup>e</sup> anniversaire ou lors de l'activité de création d'étoiles puisque quelques-uns ont participé à ces activités. Nous espérons les intégrer de plus en plus puisque vivre avec un proche atteint de trouble mental a un impact sur eux aussi! Comme tout membre de l'entourage ils sont parfois accompagnateurs et sont une partie intégrante de la dynamique relationnelle. C'est pourquoi il est essentiel de leur offrir l'opportunité d'être en contact avec d'autres ME jeunes et adultes. Ces ressourcements leur permettent de vivre un moment de qualité et de resserrer les liens familiaux, en plus de passer un temps de qualité avec leur famille. Ils visent aussi à prévenir l'épuisement et à diminuer les tensions familiales. Les familles ont reçu deux offres de ressourcement cette année, soit une sortie aux Tigres de Victoriaville durant la période des fêtes et un après-midi au Ranch Kiméyan en février.



# ACTIVITÉS DE RESSOURCEMENT

Être un membre de l'entourage augmente le risque d'épuisement. Se retrouver dans le cadre d'une activité permettant de prendre soin de soi demeure un élément crucial afin de demeurer impliqué dans la vie de la personne atteinte. Voici une liste d'activités de ressourcement s'étant déroulées durant la dernière année.

Activités	Participations
8 juillet 2022 Souper théâtre « Le Dîner de cons »	27
28-29 octobre 2022 Séjour Manoir du Lac William et conférence	18 (4 participations à seulement la conférence)
11 février 2023 Spa St-Hélène	10
Les activités artistiques	23
Ligues de quilles (hiver et automne)	146
25 février 2023 Ressourcement familial Ranch Kimeyan	7
Les Tigres	12
<b>Total</b>	<b>243</b>

# ACTIVITÉS DE FORMATION

Les activités de formation permettent aux ME d'acquérir le savoir, le savoir-être et le savoir-faire afin de mieux faire face aux impacts de la maladie mentale et d'assumer de façon satisfaisante ses rôles d'accompagnateur et de partenaire.

- Denise Plante (membre de l'entourage) et Hélène Desharnais (intervenante) ont coanimé la formation « lâcher prise » au printemps 2022.
  - L'objectif de cette formation est de permettre aux participants de s'ouvrir à l'imprévu, de modifier leur interprétation et leur regard, mais c'est aussi de faire le deuil de quelque chose à quoi on tenait, c'est encore pardonner et mettre son attention sur ce qui est ici et maintenant.
  - Cette formation est offerte en 5 ateliers.
- La formation « Mieux comprendre l'anxiété » s'est vue annulée par manque d'inscriptions.
- Une membre de l'entourage a bénéficié de la formation « la schizophrénie sans préjugés, apprendre à connaître l'humain devant la maladie » offerte par le CASR.
- Toujours offerte par le CASR, deux membres de l'entourage ont suivi la formation « anxiété de performance chez les jeunes ».

Les membres du CA ont reçu la formation sur la gouvernance animée par Nathalie Tremblay, directrice de l'Association Le PAS. Cette formation permet aux administrateurs de connaître le fonctionnement d'un organisme communautaire, les aspects légaux en plus de connaître leurs rôles et responsabilités et ceux de la direction.

En cours d'année, plusieurs administrateurs ont également assisté à certains webinaires offerts par le RADC.

Josée Morin est maintenant la 2<sup>e</sup> membre de l'entourage accréditée pour offrir la formation « apaiser et prévenir des situations de crise ».

Formations	Participants	Participation totale
19 avril au 10 mai 2022 Lâcher prise	6	23
La gouvernance	7	7
CASR	3	9



# ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION

La sensibilisation et la visibilité sont des enjeux passés, présents et futurs. Chaque année, nous devons s'assurer que les membres de l'entourage de notre territoire puissent venir chercher des services afin de faire face à leur situation tout en préservant leur équilibre. Il faut également s'assurer d'avoir les ressources humaines nécessaires afin de pouvoir répondre à la demande.

Afin de lancer la 3<sup>e</sup> saison de son balado « Cap vers l'entourage » offert par le RADC, Hélène Desharnais a produit un balado traitant de la gestion des émotions et des bienfaits de la nature.

Nathalie a rencontré 2 groupes d'étudiants, leur présentant les services de l'organisme.

Pour la campagne d'information et de sensibilisation du RADC, Martin Gauthier, membre de l'Association Le PAS, a accepté d'être un des visages pour la campagne annuelle au provincial. C'est dans l'outil « Cap vers les solutions », un outil interactif et dynamique, que Martin s'est livré sur sa situation familiale. De plus, Mme Josée Morin, une membre de l'organisme, a partagé son expérience via une vidéo sur les impacts des services reçus à l'Association Le PAS. Nous avons également partagé deux œuvres artistiques produites par nos membres (le faux vitrail et le mandala du 25<sup>e</sup>). Voir annexe 1.

Nathalie a participé à l'événement « mission emploi » afin de promouvoir les postes disponibles.

Isabelle a fait la tournée de différents milieux pour la distribution d'affiches dans les MRC de l'Érable. Une trentaine d'affiches furent apposées dans des pharmacies, des cliniques médicales...

En mars, dans le cadre du « rallye communautaire », Hélène Desharnais a rencontré 11 personnes issues des milieux municipaux.



## RESSOURCES FINANCIÈRES

### CIUSSS MCQ :

Au cours de la dernière année, nous avons reçu la subvention récurrente à titre d'organisme communautaire reconnu par le PSOC.

Nous avons bénéficié de la subvention du RADC pour le projet «aider sans filtre - pour les jeunes, avec les jeunes».

Grâce à la précieuse contribution financière de Desjardins et du Ministère de l'emploi et de la solidarité sociale, Nathalie a pu suivre la formation « académie entrepreneuriale », formation permettant l'amélioration des compétences managériales des gestionnaires qui s'est échelonnée sur 1 an.

L'octroi d'une subvention accordée par le Ministère de l'emploi et de la solidarité sociale a permis d'engager une firme de consultants afin de guider la planification stratégique.

### Dons et autofinancement :

Plusieurs dons en provenance de membres, des dons funéraires et des dons via « Canadon » ont été versés à l'organisme.

Tous les détails des ressources financières se trouvent dans le rapport d'audité par la Firme Pellerin Aubert Ramsey Provencher Inc.



Merci à nos partenaires financiers, votre contribution est cruciale



Travail, Emploi et Solidarité sociale  
Québec 

Santé et Services sociaux  
Québec 

# RESSOURCES HUMAINES / PARTAGE DES RESSOURCES ET RÉFÉRENCES

L'Association Le PAS fait partie de la communauté et travaille depuis 1992 à se faire connaître et reconnaître par les différents acteurs et partenaires. Il serait impensable de vouloir y arriver seul. Nous pouvons donc compter sur un partage de ressources dans notre milieu provenant de plusieurs partenaires.

Différentes références ont été accueillies en provenance de CLSC (25), de HDA (38), du Corps policier via les cartes destinées à cet effet(37), de notre site internet (31) et d'organismes communautaires en plus du bouche-à-oreille (57).

Malgré tout le travail effectué, du temps et des énergies devront être à nouveau investis auprès des partenaires afin d'inciter les professionnels à informer et référer les ME vers nos services et reconnaître l'importance de l'implication des membres de l'entourage dans le rétablissement de la personne atteinte.

La CDCBF nous permet de bénéficier des services de Francine Tardif lorsque nous avons besoin d'un support en informatique. Nous avons utilisé ses services en cours d'année.

## RESSOURCES MATÉRIELLES

La CDCBF nous a permis d'utiliser leurs salles gratuitement pour différents événements : cafés-rencontres, différents groupes... Le service de prêt de matériel audiovisuel fut également utilisé à quelques reprises, chacune de leur salle étant équipée d'un téléviseur intelligent.

Les Tigres de Victoriaville ont offert gratuitement une loge lors d'une partie de hockey. L'activité fut offerte à des familles avec enfants mineurs. 4 familles composées de 6 jeunes ont pu profiter de cette soirée enlevante!

L'Association Le PAS a bénéficié de 2 000 photocopies gratuites offertes par la Ville de Victoriaville.

# BÉNÉVOLAT

Cette année, l'équipe de travail a eu la chance de pouvoir compter sur plusieurs personnes qui ont accompli différentes tâches bénévoles.



Merci tout spécialement à Mme Chantal Martin qui accepte de partager sa passion pour l'art, de transmettre ses techniques et surtout de contaminer par ses sourires, sa bienveillance et sa bonne humeur!



Bravo à Mme Denise Plante et surtout merci pour la confiance! Votre expérience de vie, votre générosité, votre écoute et votre empathie font une grande différence dans la vie des gens!

## MERCI!

Philip, Rolande, Josée, Lorraine, Martin, Marlène, Jean, Marielle, Chantal, Denise, Pierrette, Monique, Olivier, William, Marguerite, Alexandre et Lise.

Nombre de bénévoles  
17

Heures de bénévolat  
278.5 h

	nb de rencontres	présences bénévoles	nb d'heures
Conseil d'administration (régulier / spécial)	9	47	186
Comités (évaluation de la direction, RD et 30e)	3	8	10
Préparation et coanimation de formations	6	6	20
Représentation / sensibilisation	-	4	12
Activités artistiques	9	9	40.5
Correction du journal et autre document	-	4	4
Publipostage	5	5	5
Responsable des quilles	-	25	1



## REPRÉSENTATIONS

La visibilité de l'organisme et l'échange d'expertise sont cruciaux au développement de l'Association. Nathalie a terminé son mandat au CA de Gestion.com BF. Hélène s'est impliquée à la Table de concertation enfance-famille d'Arthabaska.

Nathalie a agi à titre de déléguée dans quatre AGA :

- ROBSM 04-17
- Fondation Communautaire d'Arthabaska
- Gestion.com BF
- RADC

Hélène a agi à titre de déléguée pour l'AGA :

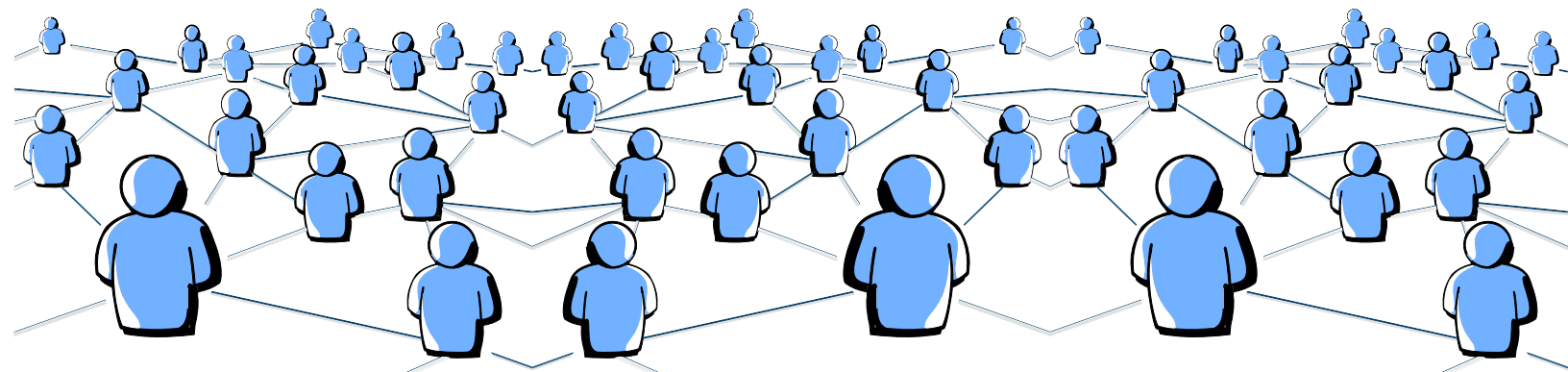
- TCEFA

Daniel-Richard Pelchat a agi à titre de délégué pour l'AGA :

- TCJA

M. Philip Bradley était également présent lors de l'AGA du RADC et a participé aux rencontres entre présidences du RADC.

Pour la dernière année s'étant terminée le 31 mars 2023, considérant le manque de personnel, le niveau de représentations a considérablement diminué. Nathalie n'a participé à aucune rencontre de la TCSM, ni à la table ROBSM-CIUSSS. Suite au départ de Daniel, aucune personne ne fut déléguée pour siéger sur la CISM et les rencontres à la TCJA ont été réduites à une pour l'année.





# REPRÉSENTATIONS

## PRÉSENTIEL ET VIRTUEL

Partenaires	Lieux de représentation	nombre de rencontres
CIUSSS MCQ	TCSM Direction PSMD / PSOC TCEFA / comité anxiété TCJA CISM Reddition de compte	0 0 4 1 1 1
ROBSM 04-17	TAME / le choix impossible ROBSM / CIUSSS MCQ Comité territorial Comité de liaison AGA « le choix impossible »	4 0 1 0 1 3
TROC	PSOC	1
RADC	Table de directeurs Table des présidents AGA Projet jeunesse Focus groupe	2 1 1 1 1
Gestion.com BF	CA / AGA / AGS	3

Total des heures  
de représentation :  
84H

# PRODUCTION / PARTICIPATION

## À DES ACTIVITÉS COMMUNES AVEC D'AUTRES ORGANISMES

Bien qu'avec une équipe réduite de juin à janvier, l'Association Le PAS s'est impliquée à quelques reprises au cours de la dernière année dans des projets réunissant divers organismes.

Hélène et Daniel ont participé à la journée « Je connais mon réseau » issue de la TCEFA. Moment pour prendre contact, échanger et découvrir les organismes offrant des services aux enfants de notre territoire.

Nathalie et Isabelle ont fait partie de l'équipe d'accueil pour le « déjeuner des bons coups » offert par la CDCBF.

Dans le cadre de la Semaine de Sensibilisation aux maladies mentales, l'intervenant délégué au CISM a participé à l'élaboration de l'activité. Une activité de yoga du rire fut offerte à toute la population dans le cadre des journées « Hop la ville » organisée par le Ville de Victoriaville.

L'Association Le PAS a participé au premier rallye communautaire organisé par la CDCBF afin de sensibiliser le milieu municipal du territoire. Les élus ont été invités à venir à la rencontre des organismes communautaires afin d'en apprendre davantage sur les différentes missions et services disponibles.

L'Association Le PAS s'est impliquée dans la démarche du choix impossible en faisant largement sa part sur les différentes mesures mises en place. Vous trouverez davantage d'informations dans la page dédiée à cet enjeu.

Pour la dernière année, l'Association Le PAS s'est particulièrement impliquée à plusieurs niveaux dans la campagne d'information du RADC. Plus de détails sont intégrés à la section « sensibilisation » du rapport d'activités.

# PUBLICITÉ / PROMOTION

- Une publicité dans le cahier spécial pour les organismes communautaires.
- Une publicité dans le journal La Nouvelle / L'union.
- Un publi-reportage.
- Une publicité pour l'événement « Drumline ».
- Utilisation de la plateforme « Google entreprise » qui a permis 1 075 interactions avec l'organisme.

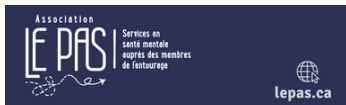
## Journal



## Cahier spécial



## Drumline



Tu côtoies une personne ayant un trouble de santé mentale?

N'attends pas d'être au bout du rouleau!



Nous sommes là pour t'aider à Garder le CAP  
Contacte-nous sans tarder! 819-751-2842



## Outil de travail quotidien des enseignants



# 30<sup>E</sup> ANNIVERSAIRE

## DE L'ASSOCIATION LE PAS

Le 27 novembre 2022, plus de 60 personnes sont venues célébrer le 30<sup>e</sup> anniversaire de l'Association Le PAS! Mme Suzanne Lainesse, auteure-compositrice-interprète a offert une prestation musicale incluant une chanson écrite **sur mesure** pour l'organisme. Les membres du CA ont profité de l'occasion pour souligner les 20 ans de Nathalie Tremblay comme employée à l'Association!



Cadeaux de présence dont la fabrication a été chapeautée par Mme Pierrette Lemay, assistée de bénévoles



## 1<sup>RE</sup> MEMBRE HONORAIRE HUGUETTE BEAUCHESNE

En plus d'avoir participé à la création de l'organisme il y a 30 ans, Huguette a animé pendant plus de 10 ans les groupes de soutien. Son empreinte restera à jamais gravée dans l'histoire de l'organisme!



### ÇA FAIT TRENTE ANS



Chanson sur mesure pour le PAS. Paroles et musique  
Suzanne Lainesse  
[www.suzannelainesse.com](http://www.suzannelainesse.com)

Ça fait 30 ans que tu m'écoutes  
Que tu m'judges pas le long d'ma route  
Ça fait trente ans que tu m'soutiens  
Être avec toi me fait du bien  
Ça fait 30 ans que tu m'accueilles  
Tu mets de l'espoir dans mes écueils  
Ça fait 30 ans qu'tu m'ouvres les bras  
Pour moi c'est ça le PAS  
Trente ans d'amour, trente ans de liens  
Roulement d'tambour pour ces humains  
Qui naviguent sur un grand bateau  
Avec à bord un équipage  
Qui prend grand soin des entourages  
Mille fois Bravos  
Bonne fête le PAS  
J'ai le cœur plein de gratitude  
Tu m'tends la main j'prends d'l'altitude  
J'ai tellement de reconnaissance  
Je sens tout l'temps ta bienveillance  
Toute l'aide offerte est si précieuse  
Ya pas de doute j'me trouve chanceuse  
Ça fait 30 ans qu't'es avec moi  
Pour moi c'est ça le PAS  
Merci l'équipe pour tout l'travail  
J'ai pas d'trophée, j'ai pas d'médaille  
Mais j'veux qu'tu saches que ton existence  
A vraiment fait une différence  
Bénévoles et intervenants  
T'es ma boussole dans l'océan  
Ça fait 30 ans qu'tu fais des pas  
Pour moi c'est ça le PAS

# PROJET AIDER SANS FILTRE

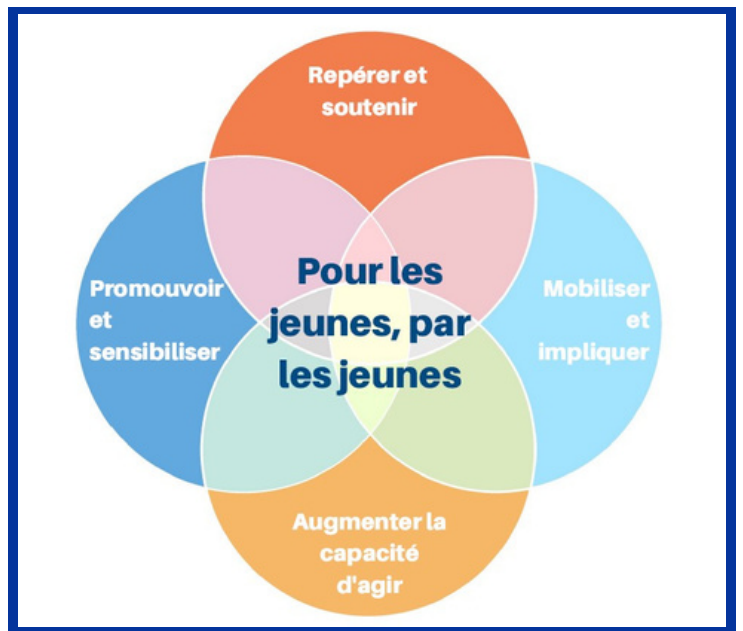
Le projet « Aider sans filtre - Pour les jeunes, avec les jeunes » est une initiative du RADC répondant à la mesure 4.6 du PAISM. À la suite d'une tournée des organismes œuvrant auprès des membres de l'entourage de personnes atteintes de troubles mentaux, le RADC en est venu aux mêmes conclusions que l'organisme, c'est-à-dire une grande difficulté à rejoindre les jeunes membres de l'entourage en santé mentale.



Cette difficulté peut être expliquée par le fait que ceux-ci ne vont pas chercher le soutien qui pourrait leur être utile, qu'ils ont la perception d'être seuls dans leur situation, qu'il y a encore de la stigmatisation entourant la santé mentale et la maladie mentale, qu'il y a une méconnaissance des services offerts aux jeunes, et que ceux-ci se font rares, voire inexistantes dans certaines régions.

Le projet est financé par le ministère de la Santé et des Services sociaux (7,5 M\$) et L'Appui pour les proches aidants (1,725 M\$) et géré par le RADC pour une durée de quatre ans.

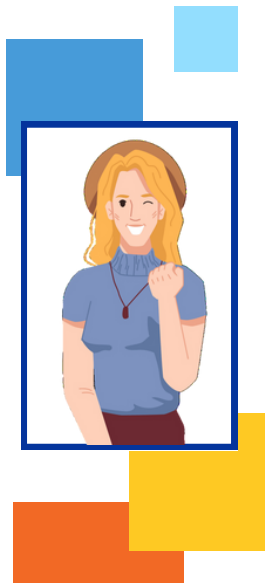
L'objectif du projet sera atteint par le biais de quatre grands axes, soit :



C'est donc pour cette raison que le RADC a pris en charge un projet d'envergure ayant pour but de créer des conditions favorables au mieux-être des jeunes touchés par la maladie mentale, notamment les jeunes proches de personnes vivant avec une problématique de santé mentale, et ce, « pour les jeunes et avec les jeunes ».

# PROJET AIDER SANS FILTRE / SUITE

L'axe « promouvoir et sensibiliser » sera la porte d'entrée des jeunes dans le projet puisqu'on parle ici d'animer des ateliers de promotion et de sensibilisation à la santé mentale et aux maladies mentales dans les milieux fréquentés par les jeunes de 12 à 29 ans.



L'Association Le PAS, nommée l'organisme responsable du projet pour le CQ, a procédé à l'embauche de Danaëlle, la première agente de sensibilisation et de soutien jeunesse du CQ. De janvier à mars, elle s'est assurée de bien saisir les tenants et aboutissants du poste en question, développer ses connaissances sur la clientèle jeunesse à titre de membre de l'entourage et a participé à différentes sessions d'échanges avec d'autres agentes et agents dans la province sur l'avancement des travaux.

Elle a développé des outils promotionnels pour la sous-région comprenant L'APPAMM-Drummond, La Passerelle et l'Association Le PAS. Des encarts présentant les services et le projet, les cartes professionnelles destinées aux jeunes, une liste de tous les milieux jeunesse pour chacun des territoires, une présentation adaptable selon les demandes des milieux visités. Une rencontre a eu lieu entre l'agente de la Maurice et celle du Centre-du-Québec.

À la mi mars, l'Association Le PAS pris la décision de diminuer les heures de l'agente afin de partager ses heures avec les tâches d'intervenante psychosociale et de ramener son mandat sur le territoire AÉ. C'est donc trois agents de sensibilisation et de soutien jeunesse qui sont maintenant déployés dans chacun des groupes (APAMM-Drummond, La Passerelle et l'Association Le PAS) sur leur territoire respectif couvrant tout le CQ.

Le déploiement poursuit sa route pour les trois prochaines années, s'ouvrant sur les réalités vécues par les jeunes.



Encarts



Cartes professionnelles destinées aux jeunes

# PLANIFICATION STRATÉGIQUE



30 ans ont passé, des lacs-à-l'épaule ont été organisés et en 2022, l'Association Le PAS sautait à pieds joints dans une démarche de planification stratégique. Grâce à l'aide financière du Bureau de Services Québec de Victoriaville et Plessisville (Ministère du travail, de l'emploi et de la solidarité sociale), nous avons pu recourir aux services de la Firme Concordia Cabinet-Conseil, à titre de consultant afin d'être dirigés et accompagnés dans le processus.

Soucieuse des besoins changeant des membres de l'entourage dans une société en mouvance, les différents acteurs de l'Association ont travaillé sur la mise en place d'orientations, d'objectifs et de priorités pour les années 2023 à 2026.

Une consultation auprès de chaque membre du CA, chaque employée et auprès de la direction a permis de recenser des informations pertinentes pour l'analyse de la situation via l'outil d'analyse FFOM.

Des enjeux de pénurie de main d'oeuvre, de référencement de la part de nos partenaires, de mouvance dans la réalité de notre clientèle, de membership et de financement ont mis la table pour établir 4 grandes orientations et 9 axes de développement qui vous seront présentés dans la section de priorités 2023-2026.

Pour arriver à ces conclusions, un lac-à-l'épaule a permis de rassembler CA et équipe de travail lors de deux jours où, grâce à un chef d'orchestre expérimenté en la personne de notre consultant, un travail exigeant fut exécuté.

Deux rencontres avec la direction ont suivi ces journées puis l'écriture de la planification stratégique était finalisée.

Cette démarche va bien au-delà du document officiel présenté aux membres du CA et aux employées. Cette expérience a permis de confirmer que les acteurs impliqués allaient dans une même direction, que les travaux entamés étaient les bons, de créer des liens et permettre à ces acteurs de pouvoir suivre le déploiement des objectifs et ce, peu importe qui est à la direction.

L'Association Le PAS a confirmé les orientations souhaitées tout en assurant de la flexibilité, permettant de s'adapter au contexte et à l'environnement évolutif afin de développer des stratégies émergentes pour :

- Saisir de nouvelles opportunités étroitement alignées avec la mission, la vision, les valeurs et les objectifs;
- Faire face aux nouvelles menaces.





Le 29 juin 2022, le mouvement le Choix Impossible était lancé. Un an plus tard, qu'arrive-t-il? Pour répondre à l'urgence d'agir, les groupes ont depuis mis de l'avant des mesures visant l'amélioration significative des conditions de travail et salariales des employés des organismes communautaires en santé mentale (OCSM) sur le territoire. Qualifiées d'audacieuses et de courageuses, ces mesures ont eu un impact incontestable sur la rétention du personnel. Malgré l'impact positif de ces actions, les mesures ont requis des investissements monétaires significatifs et certains groupes se retrouvent en grande précarité financière. Le mouvement souhaite rappeler au gouvernement et à la population qu'il y a TOUJOURS urgence d'agir si l'on veut maintenir l'offre de services en santé mentale et éviter la fermeture d'organismes communautaires sur le territoire.

Pour l'Association Le PAS, les mesures suivantes ont été prises en cours d'année :

- Augmenter les salaires de façon significative et avons atteint la cible ;
- Afin de compenser l'augmentation financière liée aux salaires, nous avons dû diminuer les heures liées aux postes permanents passant de 35 heures à 32.5 heures par semaine

L'équipe de travail et les membres du CA de l'Association ont été fortement impliqués dans la démarche de signatures des cartes postales à titre de moyens retenus pour démontrer toute l'importance du mouvement régional.

L'Association s'est impliquée à chacune des rencontres organisées par le ROBSM afin de faire évoluer et avancer ledit mouvement. Nathalie a de plus pris la responsabilité du comité territorial.

Sur le plan régional, le comité stratégique du « Choix impossible » a rencontré Madame Sandra O'Connor du Cabinet du ministre Carmant. Cette dernière a clairement mentionné que la seule façon d'obtenir plus de financement est d'interrégionaliser ladite démarche. Le comité du « Choix impossible » axera ses activités de représentation pour l'année 2023-2024 sur cet objectif en plus de déposer les signatures à l'Assemblée Nationale, approcher les différents élus, assurer une vigie auprès des groupes en péril financier.

Pour des conditions salariales à la hauteur de l'expertise des groupes communautaires!



[www.lechoiximpossible.org](http://www.lechoiximpossible.org)

IL Y A

URGENCE

D'AGIR!



# PRIORITÉS 2023-2026

4 grandes **ORIENTATIONS**  
9 axes de développement



## TABLEAU SYNOPTIQUE

**MISSION** : Regrouper les membres de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme variée de services de soutien, et ce, afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel.

**VISION** : Des membres de l'entourage outillés pour accompagner et se préserver

**VALEURS** : Respect – Appropriation de son pouvoir – Professionnalisme – Ouverture – Entraide

### ENJEUX

1. La pénurie de main-d'œuvre.
2. Le référencement par nos partenaires.
3. La mouvance de la réalité de notre clientèle.
4. Le membership.
5. Le financement.

## ORIENTATIONS STRATÉGIQUES

Orientations	Axes de développement	
1. Offrir des services adaptés à la réalité de notre clientèle.	Axe 1.1	Par le développement du volet formation.
	Axe 1.2	Rejoindre les milieux jeunesse (12-29 ans).
	Axe 1.3	Revoir et bonifier l'utilisation des plateformes virtuelles.
	Axe 1.4	Réaliser un inventaire des services et préciser la façon qu'ils sont accessibles à notre clientèle.
2. Augmenter le rayonnement de l'Association.	Axe 2.1	Faire reconnaître notre expertise auprès de nos partenaires.
	Axe 2.2	Faire connaître l'Association auprès de la population générale.
	Axe 2.3	Bonifier l'implication des ambassadeurs.
3. Favoriser la pérennité financière de l'organisme.	Axe 3.1	Développer une stratégie financière diversifiée.

# PRIORITÉS 2023-2026

4. Favoriser le recrutement et la rétention du personnel	Axe 4.1	Par le développement et l'utilisation d'une stratégie de recrutement.
	Axe 4.2	Cultiver un environnement de travail stimulant et satisfaisant.

## GRANDS OBJECTIFS

**OBJECTIF 1 :** Bonifier la gamme de services en présentiel ou en virtuel afin de rejoindre une clientèle diversifiée et atteindre les cibles suivantes :

- 1.1 Offrir 9 groupes de discussion par année et atteindre une participation de 12 personnes à chaque groupe.
- 1.2 Avoir un inventaire de 6 formations pouvant être offertes en tout temps.
- 1.3 Offrir 2 formations par année en 2023-2024 et 3 par année à partir de 2024-2025.
- 1.4 Avoir une augmentation annuelle du nombre de jeunes rencontrés.
- 1.5 Offrir 5 ateliers de sensibilisation par année pour le 12-29 ans.
- 1.6 Atteindre 50 abonnés sur notre chaîne YouTube pour mars 2026.
- 1.7 Inclure trois vidéos/capsules par maladie via notre site internet (balados, webinaires, formations).

**OBJECTIF 2 :** Accroître le référencement de diverses sources afin de permettre aux membres de l'entourage de connaître et d'accéder aux services :

- 2.1 Augmenter le nombre de référents annuellement.
- 2.2 Augmenter le nombre de nouvelles demandes annuellement.
- 2.3 Atteindre un membership constitué de 150 membres en 2025-2026.

**OBJECTIF 3 :** Assurer un équilibre budgétaire avec les ressources nécessaires requises afin de maintenir l'offre de service pour 2025-2026 et les suivantes.

**OBJECTIF 4 :** Avoir et maintenir une équipe répondant aux critères d'embauche (attitude et aptitudes), comprenant une directrice, deux intervenants-es, un-e agent-e de soutien jeunesse et une agente de bureau à compter de 2023.





# ANNEXE 2 : RADC EXPOSITION VIRTUELLE

<https://www.avantdecraquer.com/contenu/exposition-virtuelle-la-demande-daide-et-ses-benefices/>

## Exposition virtuelle | La demande d'aide et ses bénéfiques

Par l'art, l'humain exprime ses pensées, ses ressentis, ses émotions. Dans cette exposition virtuelle, découvrez des créations artistiques mettant de l'avant la demande d'aide et ses bénéfiques auprès des associations du Réseau Avant de Craquer.



Cette œuvre a été réalisée dans le cadre du 25<sup>e</sup> anniversaire de l'organisme. Chacun des 90 participants a peint, selon son émotion du moment, un morceau du Mandala. La pièce fut assemblée et tous se sont rassemblés en demi-cercle afin de voir l'œuvre finale en écoutant la signification de ce que tous venaient d'accomplir! Le silence qui y régnait, le calme et l'énergie ressenti ont fait de ce moment unique un souvenir gravé à jamais dans l'histoire et dans le cœur des personnes présentes!

« Le symbole d'un mandala représente l'évolution du mouvement comme organisation au fil des années, l'évolution de chaque personne à travers leur propre histoire, d'une communauté rassemblée sous un point central et d'ouverture vers une plus grande conscience de soi. » Chacune des pièces démontre l'univers de l'Association Le PAS qui existe grâce à chacune des personnes qui viennent chercher de l'aide pour un cheminement intérieur.



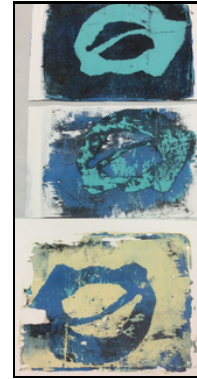
Cette œuvre a été réalisée dans le cadre d'une activité de ressourcement. Neuf membres, accompagnés d'une peintre professionnelle, ont produit un faux vitrail. Chacun des participants a dû réfléchir à ce que représentait l'Association Le PAS pour ensuite le peindre tout en assurant une continuité dans le visuel afin de faire un tout!

Cette oeuvre collective a suscité bien des visites impromptues de gens circulant devant notre bureau. Des dizaines de visiteurs curieux et impressionnés sont venus questionner et féliciter le travail accompli par des membres pour leur Association! Ce faux vitrail est fièrement accroché à notre mur et suscite encore de belles réactions!

# ANNEXE 3 : ACTIVITÉS ARTISTIQUES

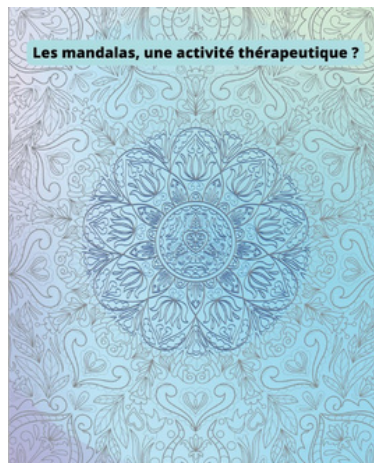
## Exploration créative via un atelier d'impression sur gélatine

- Au cours de cet atelier, les participants ont appris à créer des impressions originales et colorées sur papier avec de l'acrylique sur plaque de gélatine.



## Mandala

- Mandala : terme emprunté à la langue sanskrit (Inde) qui signifie littéralement «cercle».



## Étoiles

- Les participants ont appris une méthode pour créer des étoiles de fenêtre. Ce sont des décorations de fenêtres qui jouent sur les couleurs et la lumière.

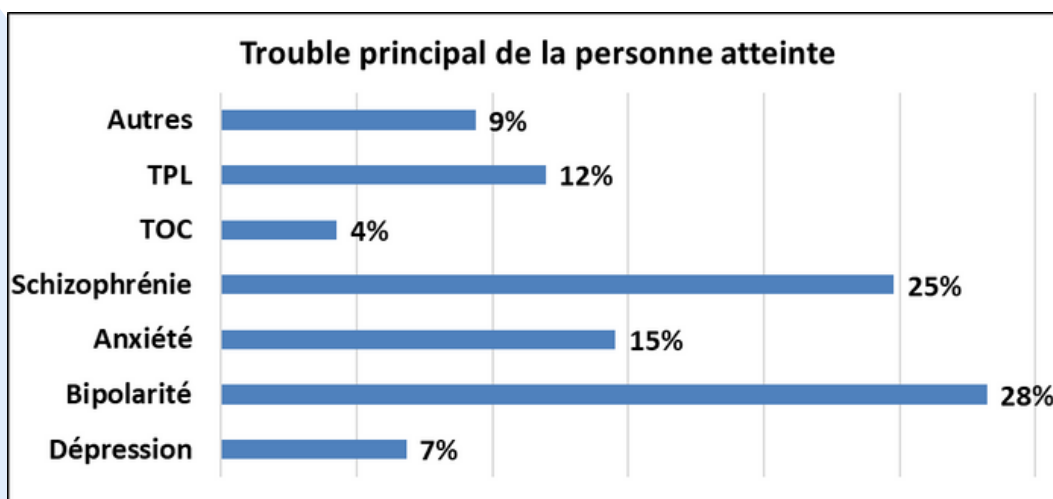
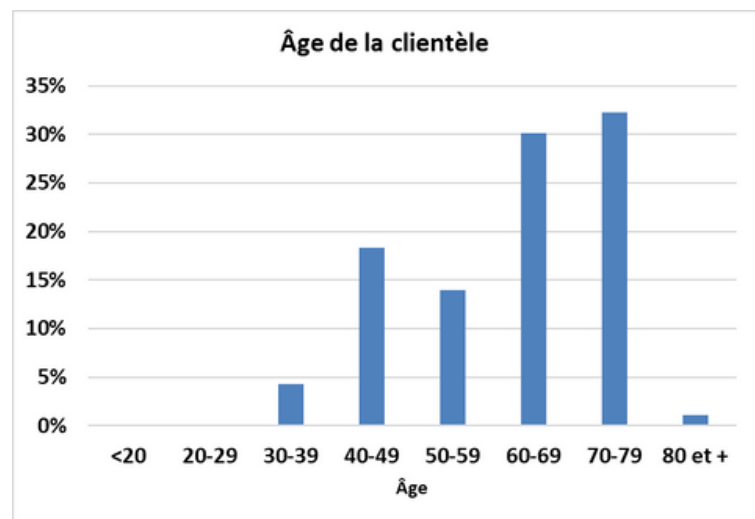
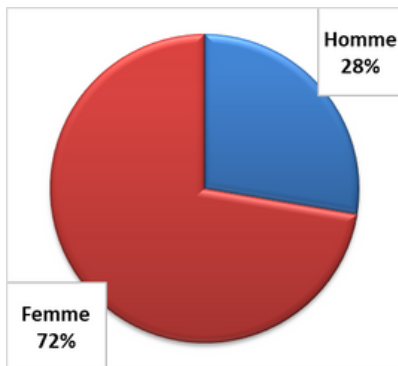
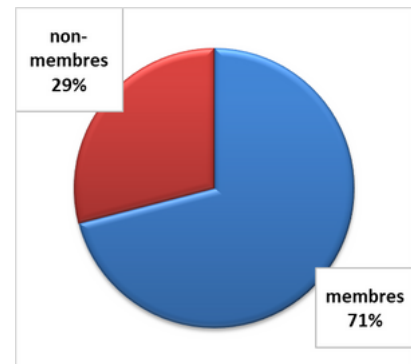


# ANNEXE 4 : PORTRAIT DE LA CLIENTÈLE

## 2022-2023

Inscrit dans sa démarche de meilleures pratiques, l'Association Le PAS a sollicité l'opinion des utilisateurs de services en regard de la dernière année qui s'est achevée le 31 mars dernier. Voici un résumé des réponses collectées.

	2020-2022	2022-2023
période sondée	24 mois	12 mois
nb de sondages envoyés	384 sondages	289 sondages
taux de réponses	30%	38%



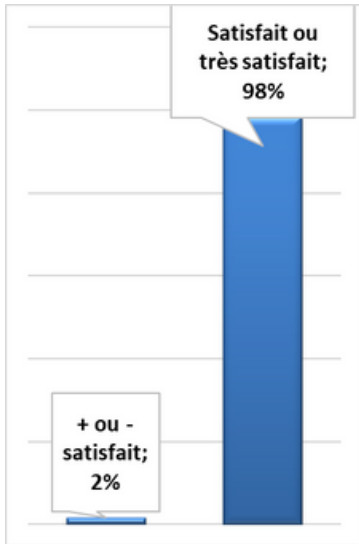
### Autres troubles mentionnés

Psychose, Inadaptation sociale, TSPT, Consommation, Hypochondrie, Gestion de la colère, Non diagnostiqué

# ANNEXE 5 : RÉSUMÉ DU SONDAGE -

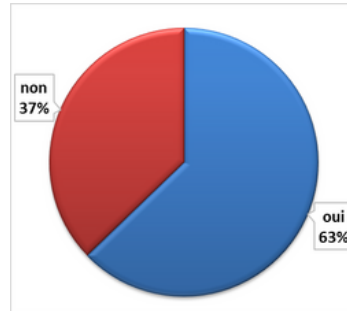
# APPRÉCIATION DES SERVICES 2022-2023

## Appréciation du personnel

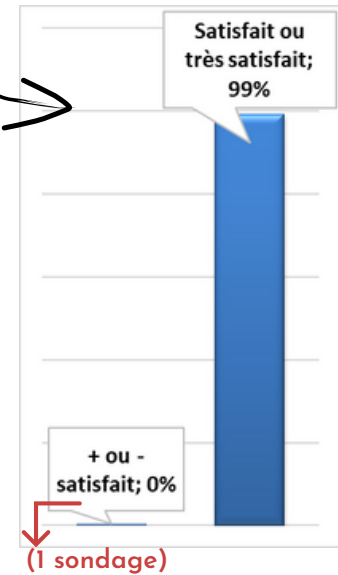


## Interventions psychosociales

### Utilisation



### Appréciation



## Utilisation des modes de communications par les répondants au sondage

