

RAPPORT ANNUEL

2021-2022



La Boussole

Aide aux proches d'une personne
atteinte de maladie mentale

TABLE DES MATIÈRES

01

Mot de la présidente
& de la directrice

04

La clientèle

07

Les services

15

Les employés &
le conseil
d'administration

03

Mission, vision &
valeurs

05

Faits saillants

14

Le bénévolat

17

Le financement

18

Remerciements &
défis à venir

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Le plus grand bien que nous faisons aux êtres humains n'est pas de leur communiquer notre richesse mais de leur faire découvrir la leur. - Louis Lavelle, philosophe français.

La dernière année a mis en évidence les défis liés à la santé mentale, tout cela dans un contexte de pandémie toujours présent. Ceci a touché plus particulièrement notre clientèle et nos membres et s'est traduit par une augmentation des demandes pour des situations amenant son lot de défis de plus en plus imposants. Au sein de la communauté de La Boussole (personnel, bénévoles et membres du conseil d'administration), ce contexte a mis en évidence l'équilibre vie professionnelle, vie personnelle et implication bénévole. La solidarité entre les membres du conseil et leur mobilisation ont permis d'affronter les défis qui se sont dressés devant eux.

Un immense merci à Julie Belleau qui a accepté l'intérim à la direction générale durant presque un an. Elle a été un pilier auprès du conseil d'administration et de son équipe de travail. Elle s'est investie dans son rôle en ayant une constante préoccupation pour le service à la clientèle et le bien-être de ses collègues de travail. L'équipe a aussi mis l'épaule à la roue pour assurer le maintien des services tout en contribuant à la gestion administrative de l'organisme et ce, dans un contexte de pression sur les services clients. Un gros merci à tous les membres de l'équipe.

En janvier dernier, Hélène Lévesque nous a remis sa démission après 14 années consacrées à la mission de La Boussole. Le conseil d'administration tient à souligner sa contribution au développement et au rayonnement de La Boussole et à la remercier pour son engagement. Nous saluons maintenant l'arrivée de Chantal Godin à titre de directrice générale, une gestionnaire d'expérience avec des qualités humaines indéniables qui saura les mettre à profit à la direction de La Boussole. Nous lui souhaitons la bienvenue et l'assurons de notre soutien.

Nous remercions chaleureusement les bénévoles qui soutiennent la mission de notre merveilleuse organisation.

Dans la prochaine année, les membres du conseil d'administration ne manqueront pas de défis afin de soutenir l'équipe dans la réalisation de la mission de La Boussole et dans le respect de ses valeurs. La préoccupation du financement est toujours présente et la diminution du membrariat fera l'objet de discussions. La Boussole contribue au mieux-être des proches et son implication évoluera avec les défis et les besoins de notre clientèle.

LYNE LAROSE

Présidente du C.A. de La Boussole

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Tout au long de cette année remplie de défis, La Boussole a pu compter sur une équipe, une clientèle et des partenaires extraordinaires. Malgré les embûches rencontrées, qu'elles soient liées au contexte de la pandémie, à l'achalandage des demandes ou à la pénurie de main d'œuvre, des gens ont continué de croire en La Boussole et de s'y investir.

Des dossiers majeurs et des projets novateurs ont été mis de l'avant. En passant par l'officialisation d'une planification stratégique, la mise en place d'un service de pair-aidance famille, la réalisation d'un bulletin pour souligner les 40 ans de La Boussole ainsi que d'un court métrage par et pour notre clientèle jeunesse, tout le monde a mis la main à la pâte.

Différents visages ont laissé leur marque au sein de l'organisme, de par leur passion, leur expérience et leur expertise, et surtout leur dévouement pour la cause. Ces êtres extraordinaires, qu'ils soient employés, bénévoles ou partenaires, ont contribué de manière remarquable à l'évolution de La Boussole.

Je tiens à remercier infiniment toutes les personnes qui ont été présentes durant cette année spectaculaire et qui ont collaboré au progrès de La Boussole. Et surtout, félicitations pour l'énorme travail réalisé!

JULIE BELLEAU

Directrice générale par intérim

MISSION, VISION & VALEURS

Mission

La Boussole, organisme communautaire de la région de Québec, regroupe et soutient les membres de la famille et de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations reliées à un trouble de santé mentale. Elle offre l'aide et les outils pour mieux faire face à leur situation et ainsi améliorer leur bien-être.

Vision

La Boussole vise à être la référence reconnue, par l'ensemble de la population de la région de Québec et de ses partenaires, pour sa proactivité et la qualité de son accompagnement auprès de sa clientèle.

Valeurs

Au total, cinq valeurs sur lesquelles La Boussole souhaite s'appuyer ont été mises de l'avant:

- Bienveillance;
- Entraide;
- Innovation;
- Responsabilisation & Engagement;
- Qualité de service.



LA CLIENTÈLE

La Boussole accueille les adultes, les adolescents et les enfants dont une personne de leur entourage présente une ou l'autre des problématiques suivantes : un trouble bipolaire, une dépression, un trouble psychotique (ex. schizophrénie), un trouble de la personnalité, un trouble anxieux, ou encore un diagnostic inconnu.

Mais qui sont donc les proches qu'on accompagne ? Quel peut être leur lien avec la personne dont la santé mentale est affectée ? En voici une liste non-exhaustive :

- Des parents;
- Des enfants;
- Des grands-parents;
- Des ami.e.s;
- Des conjoint.e.s;
- Des frères & soeurs;
- Des collègues de travail;
- Des propriétaires/gestionnaires d'immeubles;
- Etc.



FAITS SAILLANTS



La Boussole ayant été fondée en 1981, elle a célébré son 40^e anniversaire en 2021. Malgré le contexte pandémique qui avait lieu à ce moment, quelques éléments ont été mis en place par les membres de l'équipe afin de souligner cet événement important :

- Une levée de fonds spécifique à cet anniversaire a été faite, notamment en suggérant à la clientèle d'offrir un don de 40\$, pour le 40^e.
- Une collaboration avec la compagnie «Sois Écolo» a eu lieu, dans le but de permettre à ceux qui le veulent de se procurer des boîtes thématiques contenant des items faits au Québec et écoresponsables. Les profits amassés ont été déposés dans le fonds du 40^e de La Boussole.
- Un bulletin spécial, relatant l'histoire et les événements marquants de l'organisme des 40 dernières années, a été rédigé et distribué aux membres, ainsi qu'à toutes les personnes inscrites à l'infolettre.

FAITS SAILLANTS

Nouveau en 2021:

Un réseau de Pair.e.s Aidant.e.s Famille (PAF)
accessible aux membres de l'entourage !

Ce nouveau service offert à La Boussole, depuis août 2021, est fondé sur la prémisse que cette nouvelle approche de services permettra de créer un filet social qui honore l'expérience et l'entraide pour, par et avec les membres de l'entourage des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale.

Soulignons que ce projet a vu le jour dans la Capitale -Nationale grâce au regroupement des quatre organismes du milieu ayant pour mission d'appuyer les membres de l'entourage de personnes vivant avec des problèmes de santé mentale, soit : La Boussole (Québec), Le Cercle Polaire (Québec), La Marée (Charlevoix) et L'Arc-en-Ciel (Portneuf).



LES SERVICES

Plusieurs défis ont été rencontrés
durant l'année, tels que :

- L'augmentation de la demande de la part de la clientèle;
- La gestion d'une direction par intérim;
- La redistribution de différentes tâches afin de combler le manque d'effectifs.

Malgré ces éléments hors de son contrôle, l'équipe a poursuivi l'offre tout à fait gratuite de ces services :



- Un soutien téléphonique 24/7 par des bénévoles en dehors des heures d'ouverture;
- De l'aide à la gestion de crise;
- Du soutien dans la rédaction d'une requête en évaluation psychiatrique;
- De la relation d'aide individuelle, parentale et familiale;
- Des groupes d'entraide;
- Des capsules d'information;
- Des conférences grand public;
- Un centre de documentation accessible aux membres.

Les milliers de familles qui utilisent nos services illustrent la crédibilité et la réputation de La Boussole.

LES SERVICES : 2021-2022

RELATION D'AIDE

La relation d'aide (individuelle, parentale ou familiale) prend la forme de rencontres (avec ou sans rendez-vous) ou d'entretiens téléphoniques ou virtuels avec les intervenant.e.s de La Boussole.

Ces entretiens permettent aux proches et aux intervenants du réseau d'identifier les attitudes à privilégier envers la personne atteinte de maladie mentale, en plus de leur offrir informations et soutien.

Références systematiques

Avec le CIUSSS de la Capitale-Nationale

90 Références
= **110** clients

Entente de partenariat concernant **la reconnaissance, le soutien et l'implication des membres de l'entourage d'une personne atteinte de maladie mentale** entre le CIUSSS de la Capitale-Nationale et le Comité régional des organismes d'aide aux proches de la région 03 (CROP) ⇨ La Boussole, le Cercle Polaire, l'Arc-en-Ciel et La Marée.

Cette entente vise à renseigner et à orienter systématiquement **les membres de l'entourage** vers les organismes dont le mandat est d'offrir des services d'intervention psychosociale, de formation et d'information, des groupes d'entraide et des mesures de répit-dépannage qui leur sont destinés.

Évaluation des services

95% de satisfaction

"Nous avons eu la chance d'avoir une intervenante à l'écoute, attentive à nos besoins et qui nous a épaulé avec doigté, professionnalisme et de façon concrète dans les circonstances."

Des 8 600 interventions réalisées en 2021-2022 plus de 2 000 d'entre elles ont été faites en suivi régulier.


LES SERVICES : 2021-2022

RÉPIT-DÉPANNAGE

Un soutien financier peut être accordé lorsqu'une famille moins bien nantie ressent un besoin de répit étant donné la situation vécue avec le proche atteint d'une maladie mentale. Ces mesures individualisées permettent de prévenir l'épuisement physique et psychologique. Ce service est offert gratuitement. Une intervenante qualifiée vous accompagne tout au long de cette demande qui peut s'avérer très émotive.

LIGNE D'ÉCOUTE 24/7

Les bénévoles de la ligne d'écoute disponible en dehors des heures d'ouverture reçoivent une moyenne de **plus de 20 appels par mois**. Un service visiblement très apprécié par la clientèle!



4 proches ont pu profiter d'une nuitée à faible coût grâce à notre partenaire: Le Monastère des Augustines

GROUPES D'ENTRAIDE

La Boussole offre deux types de groupes d'entraide :

Troubles de la personnalité
Maladies mentales

Groupes offerts au public en 2021-2022 :

33 → 150 participants

Appréciation des groupes :

Plus de 98% des participants se disent satisfaits ou très satisfaits

LES SERVICES: LA DEMANDE D'ORDONNANCE

La P-38,
c'est quoi ?

«Loi sur la protection des
personnes dont l'état
mental présente un danger
pour elles-mêmes ou pour
autrui».

Une *demande d'ordonnance*
pour l'obtention d'une
évaluation psychiatrique,
c'est quoi ?

Mesure de dernier recours produite par les
proches d'une personne. Ils doivent démontrer
que cette dernière représente un danger grave
et prévisible à court terme pour elle ou pour
autrui et ce, en raison de son état mental et
qu'elle refuse l'aide sur une base volontaire

Le saviez-vous...?

Une demande
d'ordonnance en vue d'une
évaluation psychiatrique
peut coûter jusqu'à 2000\$
auprès d'un avocat en
bureau ?

À la Boussole, nous offrons un service de soutien à la gestion de crise pour les proches. Nous les informons sur le processus de demande, les accompagnons dans l'obtention d'appuis professionnels en vue de rédiger une demande d'ordonnance et en faisant le lien avec les hôpitaux concernés, au besoin.

*Près de 60 familles ont bénéficié
de cet accompagnement.*

LES SERVICES: 2021-2022

Programme Enfance-Jeunesse (PEJ)

Ce programme s'adresse aux jeunes de 7 à 17 ans ayant un proche atteint de maladie mentale. En groupe, les enfants et les adolescents se voient offrir une occasion d'échanger sur leur vécu en lien avec leur proche atteint.

ACTIVITÉS DU PEJ

En 2021-2022, il y a eu :

- 29 groupes/activités enfants & 29 groupes/activités adolescents, totalisant **100 participations**;
- La réalisation d'un projet de court-métrage par les enfants et les adolescents;
- 5 sorties familiales totalisant **137 participations** :
 - Cinéma Le Clap;
 - Aquarium;
 - Théâtre le Trident;
 - Arbraska;
 - Village Vacances Valcartier.

«La Boussole apporte des réponses à mes questions.
C'est un endroit pour décompresser et discuter
sans avoir l'impression d'être jugé.»

CAMP D'ÉTÉ PEJ

Étant donné le contexte pandémique encore bien présent cette année, le camp d'été habituel en présentiel n'a pas eu lieu. Toutefois, plusieurs activités en mode hybride ont été offertes aux jeunes et aux familles.



LES SERVICES : HQPAA

HQPAA, ça veut dire quoi ?

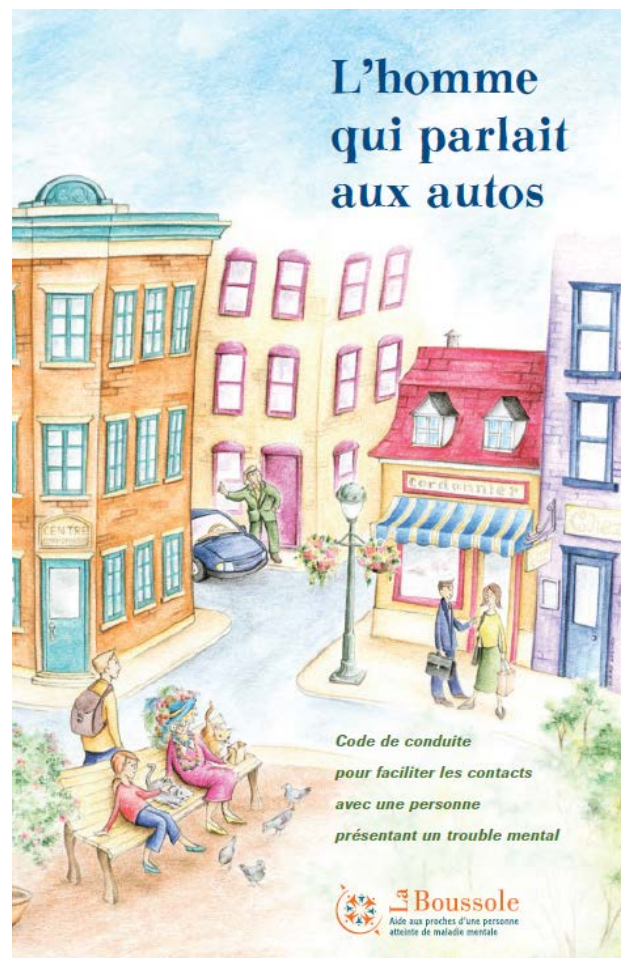
Il s'agit de l'acronyme qu'on utilise pour parler de la formation offerte par La Boussole, ayant pour titre *L'Homme qui parlait aux autos*.

Celle-ci vise à sensibiliser certains public cibles aux maladies mentales et aux attitudes et comportements à adopter en présence d'une personne ayant un trouble mental.

2305\$ amassés grâce
à la vente de guides

2021-2022

- **8** formations offertes en milieu de travail :
 - YWCA;
 - Centre d'action bénévole du Contrefort;
 - Entraide Agapè;
 - Mères et monde (2X);
 - Cuisine collective Beauport;
 - STT du CIUSSS-CN CSN;
 - Re-Fa-Vie;
- **80** nouvelles personnes formées;
- **461** guides vendus.



LES SERVICES: SUR LE WEB

Statistiques de nos réseaux sociaux



4171 mentions *J'aime*



793 abonnés



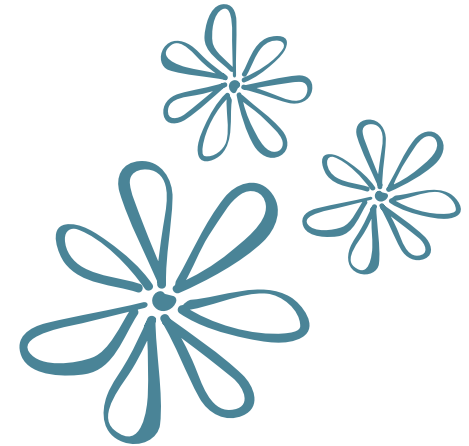
165 abonnés



746 abonnés à notre infolettre grand public



CAPSULES D'INFORMATIONS VIDÉOS	
Capsules permettant aux proches d'obtenir des connaissances de base sur les manifestations, l'évolution et le traitement de l'un ou l'autre des troubles mentaux.	
Sujets	Visionnements
Dépression	204
Troubles psychotiques	340
Trouble de la personnalité limite (TPL)	3500
Trouble de la personnalité narcissique (TPN)	4200
Trouble bipolaire	349
Troubles anxieux	361
Mon proche a des idées suicidaires	226



7 capsules différentes :
Plus de 8800 vues au total, comparativement à 619 en 2020-2021

Conférences grand public en webinaire

Titre	Conférencières	Statistiques
<i>Comment être un bon coach émotionnel pour son enfant</i>	Mme Marie-Michèle Ricard, M.Ps.Éd (Psychoéducatrice & Psychothérapeute)	Plus de 70 personnes y ont assisté en direct
<i>Aider nos adolescents à mieux composer avec le stress et l'anxiété</i>	Mme Isabelle Geninet, Ph.D (Psychologue) & Mme Amélie Seidah, Ph.D (Psychologue)	Plus de 200 personnes y ont assisté en direct & près de 200 vues sur Youtube

Quelques commentaires sur les conférences:

- «Bon rythme et bonne vulgarisation de l'information».
- «Beaux visuels, outils concrets et faciles à appliquer».
- «Ma meilleure conférence à vie, informations très pertinentes, conférencières dynamiques et compétentes».

LE BÉNÉVOLAT

La Boussole a la chance de pouvoir compter sur une équipe de bénévoles dévoués qui sont présents pour l'aider à poursuivre la réalisation de sa mission.

Types de bénévolat

- Ligne d'écoute 24/7;
- Réception/Tâches administratives;
- Animation de groupes d'entraide;
- Conseil d'administration;
- Comités;
- Travaux de maintenance.

Statistiques 2021-2022

- **36** bénévoles actifs;
- Plus de **2500** heures de bénévolat effectuées;
- Plus de **250** appels reçus à la ligne d'écoute 24/7.



Pierre-Paul Racicot:
Bénévole
d'exception en 2021

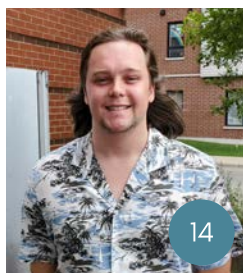
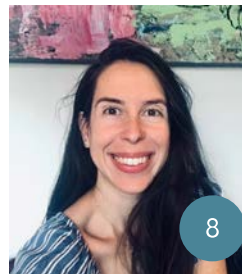
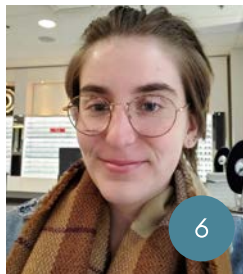
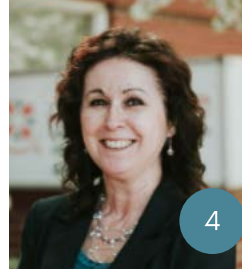
Le saviez-vous ?

La majorité de nos bénévoles ont un proche atteint d'une problématique en santé mentale.

Merci à tous nos
bénévoles pour
leur
précieuse
implication!



LES EMPLOYÉS



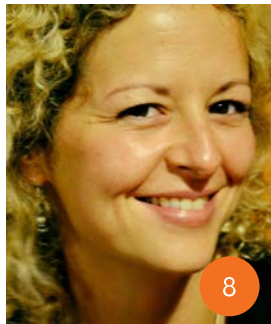
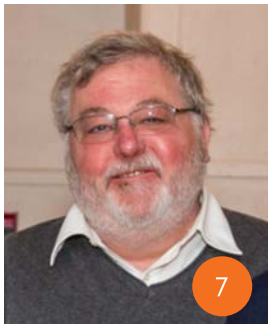
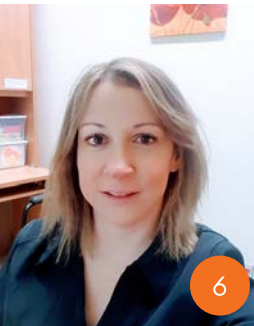
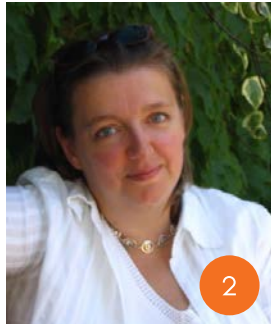
L'équipe de La Boussole en 2021-2022

1. **Hélène Lévesque, M.Ps.:** Directrice générale
2. **Julie Belleau, M.S.s.:** Intervenante psychosociale, coordonnatrice clinique et responsable du PEJ
3. **Geneviève Roberge:** Adjointe à la direction
4. **Manon Sirois:** Technicienne comptable
5. **Marie-Ève Valois:** Adjointe administrative
6. **Laurie D'Amours:** Responsable des communications
7. **Sylvain Carrier, T.T.S.:** Intervenant psychosocial au PEJ
8. **Yasmina Lahlou:** Paire aidante famille
9. **Johannie Couture, T.T.S.:** Intervenante psychosociale et responsable des bénévoles
10. **Sakina Mazurette Kasmi, M.Ps.ed.:** Intervenante psychosociale et responsable HOPAA
11. **Sylvie Trudel, M.S.s.:** Intervenante psychosociale
12. **Émilie Lemieux, Bacc.Ts.:** Intervenante psychosociale
13. **Émie Légaré:** Étudiante en psychologie et intervenante psychosociale
14. **Charles Desmeules:** Étudiant en psychologie et intervenant psychosocial au PEJ

L'équipe du personnel de La Boussole a vécu une année particulièrement mouvementée. Étant toujours en période de pandémie, le télétravail pour l'équipe en place a été maintenu, ce qui a permis de poursuivre l'offre de services à la clientèle en mode hybride, soit en virtuel ou en présentiel.

Cependant, le départ d'employés, présents au sein de l'organisme depuis plus de 10 ans, a grandement perturbé la stabilité des tâches pour tous, ce qui a eu comme conséquence de déstabiliser la régularité des services offerts à la population. La résilience des employés de La Boussole prouve leur attachement à la cause et à l'organisme. Merci pour tout ce que vous avez accompli.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



1. **Lyne Larose:** Présidente
2. **Geneviève Issalys:** Vice-présidente
3. **André Villeneuve:** Secrétaire & responsable du comité gouvernance et éthique
4. **Sylvain Côté:** Trésorier & responsable du comité des finances
5. **Jean-Pierre Gagnon:** Administrateur & responsable du comité des ressources humaines
6. **Karen Dumas:** Administratrice
7. **Terrance Keller:** Administrateur
8. **Karine Thériault-Lévesque:** Administratrice
9. **Émilie Readman:** Administratrice & responsable du comité planification stratégique

En 2021-2022:

- 11 réunions régulières
- 1 réunion spéciale

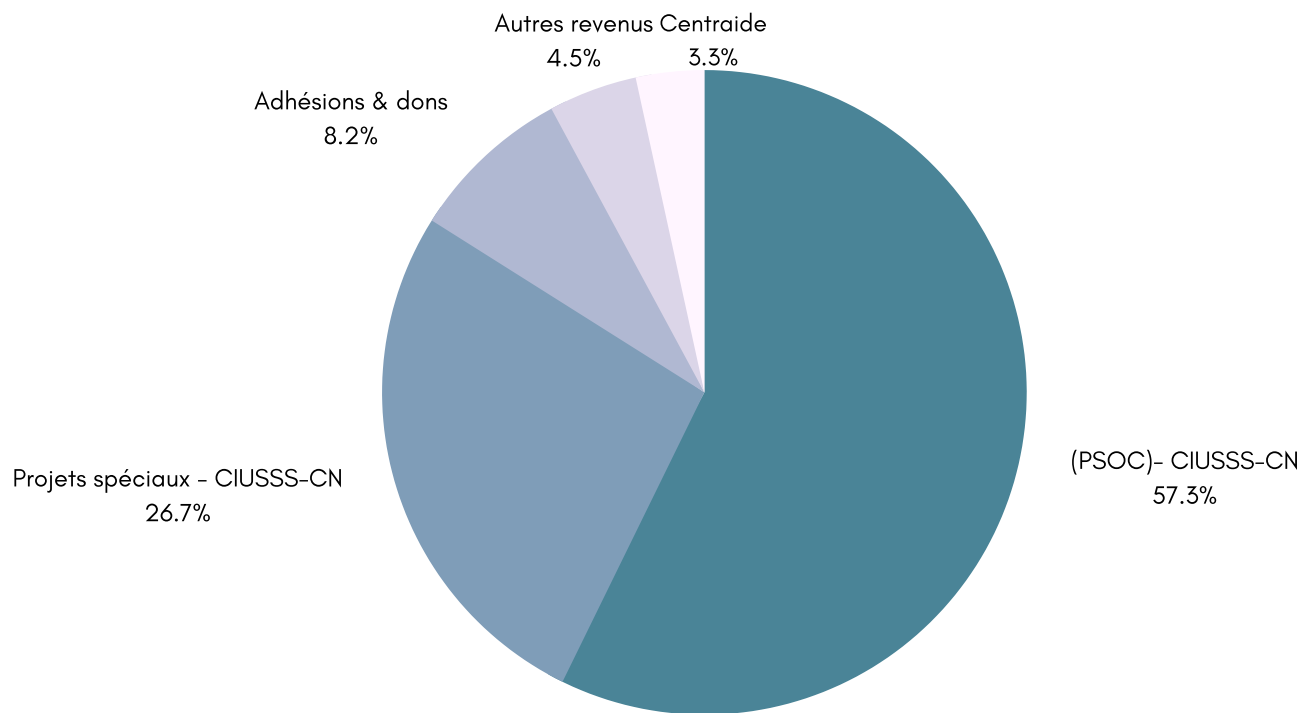
Les comités mis en place l'an dernier ont été très actifs au cours de la dernière année. Dans un souci de continuité, malgré l'absence d'une direction générale, le conseil d'administration a pris sous son aile le mandat de la planification stratégique et la mise à jour de la politique salariale du personnel. Cette implication a permis de respecter le cap vers une finalisation de ces mandats pour l'exercice 2021-2022.

Des membres du conseil d'administration nous quittent cette année. Remerciements à Karen Dumas qui nous a guidés avec ses connaissances du milieu communautaire, Émilie Readman qui a piloté le mandat de la planification stratégique et un merci particulier à Terrance Keller qui a été présent au conseil d'administration pendant 7 ans, dont 3 années à la présidence. Terrance a été un fier représentant des proches et s'est dédié avec beaucoup d'énergie à la mission de La Boussole. Assurément, on le croisera de nouveau dans les locaux de La Boussole.

LES SOURCES DE FINANCEMENT

La principale source de revenus de La Boussole provient du Programme de soutien aux organismes communautaires, communément appelé PSOC.

Le PSOC est un programme gouvernemental de financement qui aide les organismes communautaires en santé et services sociaux à réaliser leur mission.



MERCI À NOS PARTENAIRES

La Boussole tient à remercier ses précieux partenaires sans lesquels elle ne pourrait pleinement réaliser sa mission

Partenaires financiers

- Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale (CIUSSS-CN);
- Centraide Québec et Chaudière-Appalaches;
- Emploi d'été Canada;
- Fondation Québec Philanthrope;
- Fonds Distal;
- Fonds La Boussole - Alec Phaneuf;
- Fondation Dufresne et Gauthier;
- Ville de Québec.

Un merci tout spécial à notre députée de Beauport-Limoilou, Julie Vignola, qui nous a permis de souligner le travail précieux de nos bénévoles avec des petites douceurs sucrées.



C'est ensemble que nous sommes forts!

BLOC Québécois

Julie Vignola
Députée fédérale de Beauport-Limoilou

2000, avenue Sanfaçon, bureau 101
Québec (Québec) G1E 3R7
julie.vignola@parl.gc.ca
418 663-2113

Partenaires communautaires

- Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP);
- Bénévoles d'Expertise;
- L'Alliance des Groupes d'Intervention pour le Rétablissement en santé mentale (AGIR);
- Centre de crise de Québec (CCQ);
- Centre de prévention du suicide de Québec (CPSQ);
- Cercle Polaire;
- CIUSSS-CN;
- Clés en main;
- Comité régional des organismes d'aide aux proches de la région 03 (CROP);
- Juges de la Cour du Québec;
- L'Approche;
- L'Arc-en-Ciel;
- La Marée;
- Monastère des Augustines;
- Directeur de la protection de la jeunesse (DPJ);
- Programme d'encadrement clinique et d'hébergement (PECH);
- Radio CKRL;
- Réseau Avant de craquer (RAC);
- Service de Police de la Ville de Québec (SPVQ);
- Table d'Actions Préventives Jeunesse Québec-Centre;
- Table de concertation en santé mentale;
- ULaval.

Priorités pour la prochaine année

Pour l'année 2022-2023 l'équipe de La Boussole travaillera à la réalisations des priorités suivantes:



- Consolider de l'équipe de travail;
- Optimiser le soutien en intervention;
- Implanter la nouvelle base de données (Yapla);
- Actualiser le service administratif.



La Boussole
Aide aux proches d'une personne
atteinte de maladie mentale