



# Boussole

Aide aux proches d'une personne  
atteinte de maladie mentale

Pour se retrouver face à la maladie  
mentale d'un proche

**Rapport annuel  
2020-2021**



## Pour se retrouver dans le rapport annuel - Table des matières

Historique - La Boussole, ma bonne étoile depuis près de 40 ans! .....	3
Mission de La Boussole .....	3
Clientèle.....	3
Mot du président et mot de la directrice générale.....	4
<b>Se retrouver face à la maladie mentale .....</b>	<b>5</b>
– Conférences grand public .....	5
– Capsules d'information.....	5
– Programme <i>L'homme qui parlait aux autos</i> (HQPAA) .....	6
– La Boussole à la carte.....	6
<b>Se retrouver entre proches .....</b>	<b>7</b>
– Groupes d'entraide .....	7
– Groupe d'éducation et d'entraide: Être dans l'entourage d'une personne anxieuse.....	7
– Évaluation des groupes d'entraide .....	7
– Programme Enfance-Jeunesse .....	8-9
<b>Se retrouver sur le web .....</b>	<b>10</b>
<b>Se retrouver dans les médias et les communications .....</b>	<b>10</b>
<b>Se retrouver en tant que personne .....</b>	<b>11</b>
– Relation d'aide .....	11
– Répit-dépannage .....	11
– Soutien téléphonique 24/7 .....	11
<b>Se retrouver face à la dangerosité .....</b>	<b>11</b>
– Soutien dans la rédaction d'une demande d'ordonnance en vue d'une évaluation psychiatrique.....	11
<b>Se retrouver dans le réseau de la santé et des services sociaux .....</b>	<b>12</b>
– Représentation .....	12
– Concertation avec d'autres organismes .....	12
– Référence systématique.....	12
– Groupe de Présentation des Services (GPS) .....	13
– Présence à des événements et Assemblées générales.....	13
– Assemblées générales .....	13
<b>Se retrouver à La Boussole .....</b>	<b>13</b>
– Perfectionnement: Équipe administrative.....	13
– Perfectionnement: Équipe clinique .....	14
– Ressources humaines .....	15
– Bénévolat .....	16
– Toujours en mouvement, toujours en changement .....	17
– Stages.....	17
– Vie associative et démocratique .....	18
– Évaluation des services .....	19
<b>Se retrouver dans le temps .....</b>	<b>20</b>
– COVID-19 .....	20
– Partenaires financiers .....	20
– 2020-2021 en chantier .....	20

## Pour se retrouver face à la maladie mentale d'un proche

# Rapport annuel 2020-2021

## La Boussole, regroupement des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale

### Historique - La Boussole, ma bonne étoile depuis près de 40 ans !

C'est dans un esprit d'entraide que La Boussole est fondée en 1981 par des gens touchés par la maladie mentale d'un proche.

En 1982, ces personnes présentent un mémoire à une commission d'enquête sur la santé, dont l'impact se traduit finalement en 1986 par l'obtention d'une subvention récurrente.

En 1984, la première désignation usuelle de La Boussole réfère au bulletin de liaison qui maintient le contact entre les parents, les amis et les membres du regroupement. La Boussole, regroupement des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale, s'incorpore officiellement en 1985.

Les administrateurs, les intervenants et les bénévoles qui ont gravité autour de La Boussole ont coloré ses orientations. Depuis ses débuts, La Boussole assure la collaboration entre les institutions et les proches qui ont besoin de comprendre et d'appivoiser la maladie mentale. Des conférences d'information et des campagnes de sensibilisation autour des maladies mentales sont au cœur des activités de La Boussole.

Au fil des ans, La Boussole a mené des campagnes pour vaincre les préjugés concernant la maladie mentale. En 1994, le ministère de la Justice intègre La Boussole à la liste des organismes de soutien à la rédaction d'une demande en vue d'une évaluation psychiatrique.

En 1998, les activités du Programme Enfance-Jeunesse prenaient forme. À l'été 2000, un volet pour les adolescents s'ajoutait aux nombreux services de La Boussole. En 2001, La Boussole fait l'acquisition d'un édifice qui abrite les activités de la direction générale et où les principaux services et activités se déroulent.

En 2008, l'édifice est rénové grâce à des subventions obtenues de la Ville de Québec et de la Caisse Desjardins de Limoilou. Depuis ce temps, les différentes activités de La Boussole ont lieu dans des locaux encore plus conviviaux où règne un climat de professionnalisme, de respect et d'entraide.

Depuis, La Boussole s'est démarquée de multiples façons, dont l'obtention de prix. En 2010, Monsieur Jean-Pierre Langevin, bénévole à La Boussole, a reçu le Prix Mérite Centraide. En 2011, Monsieur Aurèle Martin a obtenu le Prix Hommage bénévolat Québec. Le Programme Enfance-Jeunesse a remporté la Mention d'honneur des Prix Excellence du Ministère de la Santé et des Services Sociaux 2013. Cette même année, nous avons été certifiés par la Fédération des familles et amis de la personne atteinte de maladie mentale. Au printemps 2014, Monsieur Langevin a reçu le Prix Hommage bénévolat Québec. Finalement, Madame Julie Belleau, travailleuse sociale, responsable du Programme Enfance-Jeunesse depuis 2002 et coordonnatrice clinique depuis 2013, a remporté le Prix Simone-Paré 2014 pour intervenants sociaux.

En 2016, La Boussole fêtait ses 35 ans. Pour l'occasion, le projet *Lumière sur les familles d'une personne atteinte de maladie mentale* fut réalisé. Celui-ci consistait à éclairer l'édifice de La Boussole à l'aide, entre autres, de bulles lumineuses sur lesquelles se retrouvent des mots (famille, espoir, entraide, savoir et santé) reflétant l'expérience que peuvent vivre les familles d'une personne atteinte de maladie mentale. L'édifice profite encore de ce bel éclairage.



### Mission de La Boussole

La Boussole, organisme communautaire à but non lucratif de la région de Québec, a pour mission de regrouper et de soutenir les membres de la famille et de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques liées à un trouble de santé mentale et de leur offrir une gamme de services afin de les aider, de les informer et de les outiller en vue d'améliorer leur qualité de vie.

### Clientèle

La Boussole accueille les adultes, les adolescents et les enfants dont une personne de leur entourage présente :

- Un trouble bipolaire: 13%
- Une dépression: 10 %
- Des troubles psychotiques (schizophrénie): 18%
- Des troubles de la personnalité: 20%
- Des troubles anxieux: 4%
- Un diagnostic inconnu: 18%
- Autres: 17%

## Mot du président

L'année dernière, à pareille date, les énergies étaient dirigées vers l'accomplissement de notre mission dans une situation d'urgence qui a été tout, sauf familière. Malgré la persistance de la pandémie, nous avons fait de grands pas. Nous avons continué à nous professionnaliser et nous avons établi une structure de comités qui permet d'aborder en profondeur les questions essentielles à notre fonctionnement et à notre croissance : gouvernance et éthique, ressources humaines ainsi qu'audit et finances. En ce qui concerne la planification stratégique, nous nous dirigeons vers notre premier plan triennal ce qui nous permettra d'établir notre place comme référence en ce qui concerne l'aide à l'entourage.

Alors, si cette année en a été une de réflexion et de construction en quelque sorte, l'année prochaine en sera une de mise en action grâce aux bases déjà établies. Nous porterons notre attention sur la compréhension mieux définie des besoins de la communauté et les ressources nécessaires pour y répondre. Un des objectifs sera de développer un plan de recherche de financement indépendant et récurrent : ça prend de l'argent pour innover et développer!

Bien sûr, le travail de La Boussole ne peut pas se faire sans l'équipe en place qui est dirigée par notre directrice, Hélène Lévesque. Malgré les exigences du quotidien, elle a contribué de façon soutenue à la fois au bon fonctionnement de La Boussole et aux réflexions du conseil d'administration (CA). Au cours de la dernière année, son équipe a su adapter les services et a continué à les donner de façon exemplaire à une communauté dont les besoins sont importants. Je remercie aussi les nombreux bénévoles qui contribuent à faire rayonner la Boussole. Au niveau du CA, nous soulignons le départ de Mylène Chénard, après quatre ans de service, et Laurie Gosselin, après trois ans. Je vous remercie tous et toutes de votre précieuse collaboration.

Il ne faut jamais oublier notre mission, soit de soutenir l'entourage des gens souffrant de problèmes de santé mentale. Sous ces quelques mots, il y a de la souffrance humaine. Avec bienveillance et un esprit d'entraide, nous contribuons, collectivement, à alléger cette souffrance.

Finalement, La Boussole souligne cette année ses 40 ans d'existence, nous pouvons être fiers du chemin parcouru et de notre place dans la communauté! Et si le passé est garant de l'avenir, nous continuerons à accomplir de grandes choses.



Terrance Keller  
Président du conseil d'administration

## Mot de la directrice générale

Innovation, transformation et adaptation sont les mots à l'honneur cette année. Durant cette période si particulière, on a souvent entendu que la vie était au ralenti, qu'on pouvait profiter de ce temps d'arrêt pour réaliser différentes choses. Toutefois, à La Boussole, on n'a jamais ralenti, on s'est mis en mode solution dès le début et on a été présent pour notre clientèle dès le jour 1.

La santé mentale, c'était clair dans ma tête, c'est une priorité. La santé mentale de mon équipe, de nos bénévoles, de notre clientèle et de leurs proches était au cœur de nos préoccupations. Au début, on a ressenti la désorganisation de notre clientèle. Alors que tous devaient se trouver à la maison, plusieurs clients ne répondaient pas même s'ils avaient confirmé leur présence à leur rendez-vous téléphonique. Par la suite, l'adaptation de notre clientèle à nos nouvelles façons d'offrir nos services s'est faite rapidement.

Avec un taux de 80% de la clientèle qui se dit *très satisfaite* et de 19% qui se dit *satisfaite*, on peut clairement dire que malgré tous les changements de la dernière année, le professionnalisme de notre équipe n'a jamais été affecté. La qualité de l'accompagnement a toujours été une priorité pour nous et nous le ressentons plus que jamais. Je tiens à remercier cette super équipe, qui malgré une panoplie de consignes qui changeaient de jour en jour, était au rendez-vous pour m'épauler de mon sous-sol. Je tiens aussi à remercier notre équipe de bénévoles qui s'est adaptée à de nouvelles façons de faire et qui a offert une expertise expérientielle qui fait la différence dans la vie de plusieurs personnes ressentant de la détresse. Par la suite, l'équipe s'est affairée à modifier nos services avec enthousiasme. Vous pouvez lire les transformations effectuées sur notre offre de services à la **page 20** de ce rapport.

Le virtuel a permis de faire évoluer notre offre de services à plusieurs égards et de les rendre accessibles à un grand nombre de personnes, sans les limites physiques et géographiques qui sont associées au mode présentiel. C'est là un avantage insoupçonné de cette grande pandémie!

Nous tenons bien sûr à offrir nos sincères remerciements à notre clientèle, nos partenaires et nos donateurs pour leur confiance, leur soutien moral et leur fidélité durant cette année particulière.



Hélène Lévesque, directrice  
générale

# Se retrouver face à la maladie mentale

Pour mieux connaître la maladie mentale de son proche et acquérir des outils pour y faire face.

## Conférences grand public en webinaire

## Capsules d'information vidéo

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.

Titres	Conférencières
<p><b>Comment aider une personne atteinte de psychose quand elle ne se croit pas malade (30 novembre 2020)</b></p>	<p>Dre Sophie L'heureux, psychiatre Institut universitaire en santé mentale de Québec du Centre intégré en santé et services sociaux de la Capitale nationale</p> <p><b>Commentaires: Ce qui a été le plus utile pour moi:</b></p> <p>« La compréhension de la maladie, la démonstration des deux côtés des perceptions ce qui permet de comprendre comment ça fonctionne. »</p> <p><b>Commentaires et suggestions pour la conférence:</b></p> <p>« J'aime le côté humain du Dre L'heureux, la façon de partager son expertise et son expérience, c'est aidant et ça ouvre à voir la situation avec d'autres yeux. De plus, on sent la compassion et l'empathie. Vous êtes une belle équipe La Boussole, merci pour ce que vous faites! »</p> <p><b>160 personnes en direct 234 vues sur YouTube 83 réponses au sondage d'appréciation</b></p>

Sujets	Capsules
Dépression	35 vues
Troubles psychotiques	77 vues
Trouble de la personnalité limite	250 vues
Trouble de la personnalité narcissique	68 vues
Trouble bipolaire	136 vues
Troubles anxieux	53 vues

**6 capsules différentes: 619 vues comparativement à 177 présences en 2019-2020**

<p><b>Sexualité et santé mentale (9 décembre 2020)</b></p>	<p>Mme Vanessa Forgues, sexologue, M. A. Mme Catherine-Lena Voss, intervenante au programme de réadaptation SISM Espoir.</p> <p><b>Commentaires: Ce qui a été le plus utile pour moi</b></p> <p>« Sujet intéressant qui devrait être abordé plus souvent. J'ai aimé que les relations amoureuses soient aussi abordées, plutôt que strictement la sexualité. J'ai apprécié que les conférencières aient couvert tous les types de problèmes de santé mentale puisque l'impact sur la sexualité est différent. »</p> <p>« Super belle présentation. Intéressant et bien vulgarisé. Merci! »</p> <p><b>50 personnes en direct Vidéo uniquement disponible pendant une semaine 14 réponses au sondage d'appréciation</b></p>
--	---

**Commentaires de la clientèle: Ce qui a été le plus utile pour moi:**

«La section sur le rôle de la famille, la responsabilité de la personne malade, la réussite d'un rétablissement.» (Capsule troubles anxieux).

« Me rappeler de laisser aller à son rythme » (Capsule trouble bipolaire).

« Les informations m'ont permis de valider mes perceptions puisque mon amoureux n'a pas de diagnostic, et de me sentir plus normale avec toutes les conséquences de cette relation » (Capsule trouble de la personnalité limite).

<p><b>En réponse à vos questionnements sur la dépression (25 janvier 2021)</b></p>	<p>Diane Allaire, Ph.D en psychologie</p> <p><b>Commentaires: Ce qui a été le plus utile pour moi:</b></p> <p>« De faire la différence entre l'anxiété et la dépression ainsi que la déprime. »</p> <p><b>45 personnes en direct 141 vues sur YouTube 25 réponses au sondage d'appréciation</b></p>
--	---

**3 conférences: 255 présences en direct et 375 vues sur YouTube (2 conférences)**

## Se retrouver face à la maladie mentale

### Programme *L'homme qui parlait aux autos* (HQPAA)

Plus de 100 heures de formation offertes et 472 guides vendus.

**Un concept unique: Suivi téléphonique possible après avoir eu la formation**



#### Formatrices et responsables

- Johannie Couture, formatrice, intervenante et responsable du Programme *L'homme qui parlait aux autos*, volet **pédagogique**
- Sakina Mazurette Kasmî, formatrice et psychoéducatrice
- Camille Riverin, responsable du Programme *L'homme qui parlait aux autos*, volet **gestion** (jusqu'en janvier 2021)

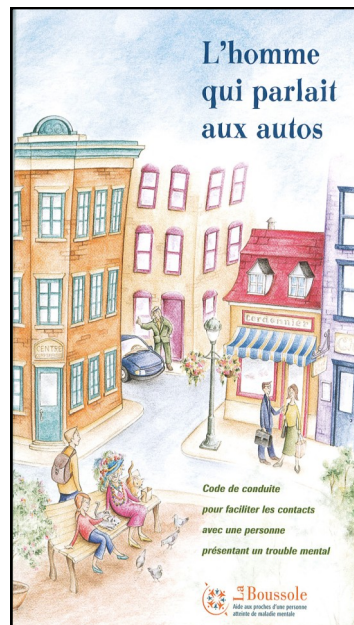
#### Supervision D.O.U.C.E.

La supervision D.O.U.C.E. s'inscrit dans le cadre du programme *L'homme qui parlait aux autos*. Ce service permet à un établissement de recevoir un soutien personnalisé afin de gérer une situation difficile avec une personne présentant des comportements dérangeants et d'outiller les gens qui la côtoient sur les attitudes à privilégier.

#### À venir

Nos intervenantes Émilie Lemieux et Sylvie Trudel se joindront éventuellement à l'équipe de formatrices.

Le caractère particulier de l'année 2020 et de la première partie de 2021 nous a contraint à annuler la formation *L'homme qui parlait aux autos* jusqu'à nouvel ordre. L'évolution de la pandémie de COVID-19 nous a fait croire à quelques reprises qu'un retour de la formation en mode présentiel serait possible prochainement et nous avons travaillé à la reprise de nos activités de formation, pour malheureusement devoir mettre ce projet sur la glace à chaque retour d'un nouveau confinement. Nous suivons l'évolution de la situation avec attention et espérons pouvoir offrir à nouveau ce service très apprécié sous peu.



Le Programme *L'homme qui parlait aux autos* depuis 2005, c'est

- 6 630 personnes formées
- 366 formations données
- 16 046 guides vendus

## La Boussole à la carte

Ce service permet aux membres et aux utilisateurs de faire des suggestions pour des activités, des sujets ou des préoccupations en lien avec le vécu d'un proche d'une personne atteinte de maladie mentale. Les suggestions proposées sont conservées et lorsqu'il y a plusieurs demandes, nous organisons une activité en lien avec la proposition.

#### Sujet présenté:

- **Mon proche a des idées suicidaires, comment l'aider**  
Invitée: Mme Émilie Fontaine-Poulin, infirmière en santé mentale et étudiante au baccalauréat en soins infirmiers de l'UQAR

18 personnes

Mon proche a des idées suicidaires... Comment l'aider?

Présentation d'Émilie Fontaine-Poulin, finissante au baccalauréat en Soins infirmiers

10 mars 2021 - 18h30

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

## Se retrouver entre proches

Pour échanger avec d'autres personnes ayant un vécu semblable, briser l'isolement et ressentir la force de la coopération et de l'entraide.

### Groupes d'entraide

Groupes d'entraide offrant aux proches d'une personne atteinte d'une maladie mentale ou d'un trouble de la personnalité la possibilité de partager leurs réflexions et leurs perceptions concernant leur vécu auprès de la personne atteinte. Un ou deux proches animent ces groupes. Ces groupes peuvent également être animés par des intervenantes en contexte COVID-19.

Sujets	Groupes	Présences
Maladies mentales	11	45
Troubles de la personnalité	14	67

**25 groupes virtuels: 112 présences**

#### Commentaires de la clientèle (79 réponses d'appréciation):

« De voir que je ne suis pas la seule à souffrir de l'absence de l'être qui a une dépendance mais en même temps me fait comprendre que les limites doivent être respectées. »

« L'attitude chaleureuse de l'animatrice, sa très bonne écoute, les partages émouvants qui me sensibilisent au fait que je ne suis pas unique à ressentir toutes les émotions reliées à ma situation familiale »

« Le partage des vécus dans l'ouverture et l'accueil des émotions de chacun. Les expériences se rejoignent et permettent l'écoute empathique dont j'avais besoin. »

### Groupe d'éducation et d'entraide: être dans l'entourage d'une personne anxieuse

Ateliers psychoéducatifs à l'intention des membres de l'entourage d'une personne ayant des difficultés anxieuses. Contenu monté par Amélie Pelletier et Marie-Claude Vermette, psychologues. Ateliers animés par un ou deux intervenants de La Boussole.

Sujet	Groupe	Présences
Être dans l'entourage d'une personne anxieuse	1	17

**groupes: 6 rencontres, 39 présences, 7 personnes différentes et 3 absences**

### Évaluation des groupes d'entraide

#### Groupes d'entraide ouverts (79 réponses)

##### La qualité de l'animation

- 69,6% « Très satisfait »
- 26,6% « Satisfait »
- 1,3% « Peu satisfait »
- 2,5% « Ne s'applique pas ou ne souhaite pas répondre »

##### Est-ce que le groupe était propice aux échanges positifs et respectueux?

- 80,8% « Très satisfait »
- 17,9% « Satisfait »
- 1,3% « Ne s'applique pas ou ne souhaite pas répondre »

##### Est-ce que mon temps de parole a été satisfaisant?

- 75,9% « Très satisfait »
- 22,8% « Satisfait »
- 1,3% « Très insatisfait »

#### Groupe « Être dans l'entourage d'une personne anxieuse » (7 réponses)

##### La qualité de l'animation

- 85,7% « Très satisfait »
- 14,3% « Satisfait »

##### La qualité de la présentation

- 83,3% « Très satisfait »
- 16,7% « Satisfait »

##### Est-ce que le groupe était propice aux échanges positifs et respectueux?

- 100% « Très satisfait »

##### Est-ce que mon temps de parole a été satisfaisant?

- 85,7% « Très satisfait »
- 14,3% « Satisfait »

## Se retrouver entre proches: Programme Enfance-Jeunesse (PEJ)

Se retrouver entre jeunes

Le Programme Enfance-Jeunesse offre des activités de groupe aux enfants (8-12 ans) et aux adolescents (13-17 ans) ayant un proche atteint d'un trouble mental (ateliers de discussion, bricolages, sorties diverses).  
Le suivi individuel est également disponible en tout temps.

### Volet individuel

9 rencontres individuelles en plus des suivis réguliers durant le camp d'été

19 rencontres familiales

239 courriels envoyés ou reçus

182 appels dont :

- 47% provenant des jeunes
- 36% des familles
- 17% provenant des intervenants

Programme gratuit et accessible grâce à nos généreux partenaires

FONDATION  
DUFRESNE  
ET GAUTHIER



### Groupe enfants: moyenne de 7 enfants inscrits par session

#### Printemps - été 2020

Camp de jour en présentiel:  
**A ÉTÉ ANNULÉ**

Activités du samedi matin et à différents moments durant l'été (camp d'été virtuel)

- 7 rencontres
- 18 présences
- 5 enfants inscrits

#### Automne 2020

Activités du samedi matin

- 10 rencontres
- 44 présences
- 7 enfants inscrits

#### Hiver 2021

Activités du samedi matin

- 9 rencontres
- 54 présences
- 9 enfants inscrits



### Groupe adolescents: moyenne de 10 adolescents inscrits par session

#### Printemps - été 2020

Jeudi

- 5 rencontres
- 13 présences
- 5 adolescents inscrits

#### Automne 2020

Jeudi soir

- 9 rencontres
- 71 présences
- 12 adolescents inscrits

#### Hiver 2021

Jeudi soir

- 9 rencontres
- 68 présences
- 14 adolescents inscrits



Des cadeaux ont été remis aux jeunes à l'été 2020 ainsi qu'à Noël pour compenser l'annulation du camp d'été et les remercier pour leur excellente adaptation à la situation

### Faits saillants:

- Les débuts en virtuel ont été lents puisque tout le monde était en adaptation à la situation. Tous espéraient un retour rapide des activités en présentiel. Nous pensions pouvoir offrir des groupes en personne à l'automne mais ceux-ci ont dû se poursuivre en format virtuel vu l'évolution de la pandémie. La participation de la clientèle a augmenté à l'automne et surtout à l'hiver. La clientèle adolescente a particulièrement bien répondu à ce nouveau format. Nous avons augmenté le nombre de groupes en fonction de la demande.
- Consultation à l'hiver 2021 auprès des parents PEJ pour sonder leurs besoins en terme d'accompagnement.
- Présentation du PEJ par Julie Belleau: 1) Dans le cadre d'un webinaire du Réseau Avant de craquer, le 17 mars 2021; 2) Au Colloque de la Fédération des Établissements d'Enseignement Privés (FEEP), du 27 au 29 janvier (en différé).

## Se retrouver entre proches: Programme Enfance-Jeunesse

Les ateliers et activités sont adaptés afin que chaque participant y trouve sa place: discussions, bricolages, jeux de rôles, suivis individuels, sports, jeux questionnaires, etc.

### Évaluation par les jeunes (4 réponses) et leurs parents (12 réponses)

#### Qu'est-ce que La Boussole t'apporte?

« Du réconfort, elle me permet de me sentir moins seule dans cette situation et à trouver des solutions et extérioriser mes sentiments. »

#### Comment te sens-tu après une rencontre de groupe virtuelle de La Boussole?

100% des répondants ont répondu « *Beaucoup mieux* »

#### Percevez-vous une amélioration du bien-être de votre enfant depuis qu'il fréquente le Programme Enfance-Jeunesse?

75% des répondants constatent une forte amélioration, 17% constatent une certaine amélioration et 8% préfèrent ne pas répondre ou ne s'applique pas.

« Le but de participer aux rencontres était d'aider à comprendre et démystifier le trouble mental d'un parent et les ateliers ont grandement aidé. Aussi, ça lui permet de côtoyer des jeunes qui vivent une situation semblable et ainsi voir qu'elle n'est pas seule. »

« Il prend de plus en plus conscience de ce qui se vit à la maison et a des outils pour ne pas se sentir responsable. »

« Elle est beaucoup plus ouverte à parler de ses émotions et elle a une place où elle peut s'exprimer sans se sentir à part. »

Une équipe du tonnerre qui obtient toujours une très bonne note à l'évaluation de la clientèle.

- Julie Belleau
- Sylvain Carrier



La Boussole est fière partenaire du projet du Laboratoire de recherche et d'actions pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale et leurs proches (LaPProche) concernant le livre d'histoires psychoéducatif intitulé *Le trésor de l'île Rouge* ainsi que le guide *Quand ton parent a un trouble mental*. La jeune clientèle de La Boussole, leurs parents, ainsi que les intervenantes se sont fait un plaisir de lire ces recueils et d'en évaluer le contenu en complétant les questionnaires de recherche. Un grand merci pour ce précieux partenariat!



## Se retrouver sur le web

 3660 mentions *J'aime*

 570 abonnés

 122 abonnés

 731 abonnés à l'infolettre grand public

### Nouveau site Web lancé le 6 novembre 2020

www.laboussole.ca

Nouveaux utilisateurs: 1 492

225 utilisateurs retournent sur notre site

Pages vues: 4 413

## Se retrouver dans les médias et les communications

Collaboration à l'article: *Journée de la schizophrénie: faire avancer les choses* dans Québec Hebdo du 16 mars 2021 par Mikaël Leblanc

Communications diverses pour annoncer l'évolution de nos services auprès des partenaires et des bailleurs de fonds

Sondage réalisé auprès des membres et des bénévoles pour connaître leur vécu en lien avec la situation de pandémie

Appels téléphoniques réalisés par deux bénévoles auprès des membres n'ayant pas d'adresse courriel afin de leur poser les questions du sondage sur le contexte de pandémie.

6 capsules vidéos réalisées dans le cadre de la campagne du Grand Défi Caritatif Canadien de Canadon:

- 1 capsule du président du CA, Monsieur Terrance Keller
- 2 capsules de la directrice générale, Madame Hélène Lévesque
- 1 capsule d'un bénévole engagé à La Boussole depuis plus de 20 ans, Monsieur Jean-Pierre Langevin
- 1 capsule de deux anciennes participantes du Programme Enfance-Jeunesse et bénévoles, Mesdames Camille Bonnely-Chouinard et Rose Thériault
- 1 capsule d'un bénévole, Monsieur Yvan Gaudet et de la coordonnatrice des communications et du développement, également responsable des bénévoles, Madame Camille Riverin

Participation de Camille Bonnely-Chouinard, ancienne participante du PEJ, à l'émission *Cap vers l'entourage*, une baladodiffusion du Réseau Avant de craquer qui vise à mettre la lumière sur la réalité des membres de l'entourage d'une personne atteinte de maladie mentale ainsi que sur les différentes ressources existantes au Québec. Camille a partagé son vécu dans l'épisode « Grandir avec une mère vivant avec un TPL »

## Nos précieux donateurs

Création d'un fond spécial COVID sur Canadon: Fond de soutien et d'urgence Covid-19: pour continuer l'aide aux proches d'une personne atteinte de maladie mentale

Mardi Je Donne (5 mai 2020 et 1er décembre 2020): **6 172 \$ amassés**

Grand Défi Caritatif Canadien (juin 2020): **1 590 \$ amassés**

Chemin de Noël des Violons du Roy au profit de La Boussole (23 décembre 2020) : **4 262 \$ amassés**

383 dons reçus en 2020-2021 pour un total de **42 598 \$** amassés.

Don de **4 000 \$** de la Fondation des policiers municipaux de Québec.

Don de **1 500 \$** des Jardins Champfleury.

**Un énorme merci à nos donateurs pour leur générosité!**



## Se retrouver en tant que personne

Pour regagner son équilibre et avoir un espace à soi afin de mieux composer avec les impacts de la maladie mentale d'un proche.

### Relation d'aide

La relation d'aide (individuelle, parentale, familiale) prend la forme de rencontres (avec ou sans rendez-vous) ou d'entretiens téléphoniques ou virtuels avec les intervenantes 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 information et soutien.  
**NOUVEAUTÉ 2020-2021:** Ce service a été évalué de façon plus spécifique, 53 réponses: 97 % (très satisfait: 85% et satisfait: 12%) sont satisfaits.

Types d'interventions	Nombre	Particularités
Interventions téléphoniques	2 754	7 % proviennent des intervenants du réseau Appels plus longs
Entrevues de suivis La majorité des suivis dure moins de 5 rencontres	1 004	78%: entrevues individuelles 7 %: entrevues sans rendez-vous (comparativement à 20% l'année dernière) 11%: entrevues parentales 4%: entrevues familiales 8%: en personne 57%: par téléphone 35%: par visioconférence
Observations notées	2 293	-
Courriels reçus et envoyés	1 985	Comparativement à 507 l'année dernière-
<b>Interventions: 8 036</b>		

### Répit-dépannage

Un soutien financier peut être accordé si les ressources financières sont limitées et qu'un besoin de répit est ressenti 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.

3 mesures accordées

Partenariat avec le Monastère des Augustines : 3 nuitées offertes



### Soutien téléphonique 24/7

226 appels: 198 (88%) appels pris par les bénévoles et 28 (12%) appels pris par l'intervenante de garde



Une équipe d'intervenants et de bénévoles disponible 24 heures par jour, sept jours par semaine, écoute, informe et accompagne les proches qui traversent une période critique.

En dehors des heures d'ouverture, les proches qui vivent une situation difficile et qui ont besoin d'en parler peuvent contacter notre équipe de bénévoles pour obtenir une écoute empathique et un soutien réconfortant.

**Depuis 2000, ce sont plus de 3725 appels qui ont été reçus !**

Des pièces du service 24/7, une idée géniale d'un de nos dévoués bénévoles.

Le 24/7: des bénévoles discrets, que l'on voit peu, mais que nous apprécions grandement ! **Merci de votre précieuse implication.**

## Se retrouver face à la dangerosité

### Soutien dans la rédaction d'une demande d'ordonnance en vue d'une évaluation psychiatrique

La Boussole offre un service de soutien à la gestion de crise pour les proches. Ce service vise à soutenir les proches lorsqu'ils ont des inquiétudes concernant les comportements d'une personne de leur entourage qui pourrait représenter un danger pour elle-même ou pour les autres. Les intervenants de La Boussole soutiennent les proches en les informant sur le processus de demande, en les accompagnant dans l'obtention d'appuis professionnels en vue de rédiger une demande d'ordonnance en évaluation psychiatrique et en faisant le lien avec les hôpitaux concernés, s'il y a lieu.

59 demandes d'ordonnance

### Saviez-vous...

qu'une demande d'ordonnance en vue d'une évaluation psychiatrique peut coûter entre 800 \$ et 2 000 \$ auprès d'un avocat en bureau?

## Se retrouver dans le réseau de la santé et des services sociaux

Avec ses centaines de membres et son engagement dans plusieurs institutions et regroupements, La Boussole fait entendre la voix des proches.

### Représentations

Participation de La Boussole à différents comités de travail régionaux et locaux pour représenter le point de vue des proches:

- L'Alliance des Groupes d'Intervention pour le Rétablissement en santé mentale (AGIR)
- Comité de gestion *Clés en main*
- Comité régional des organismes d'aide aux proches de la région 03 (CROP) (1)
- Comité parentalité et santé mentale (1)
- Table d'Actions Préventives Jeunesse Québec-Centre (1)
- Table de concertation en santé mentale (4)
- Table des directeurs du Réseau Avant de craquer (1)
- Table des présidents du Réseau Avant de craquer

**12 comités ou tables où La Boussole a été représentée par la directrice générale, mais aussi des employés ou des bénévoles**

### Référence systématique

Avec le CIUSSS de la Capitale-Nationale

### 36 références systématiques

26 de moins que l'année 2019-2020

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.

Une affiche a été produite ainsi que 3 signets pour publiciser les 4 organismes d'aide aux proches. →

### Partenariat

### Concertation avec d'autres organismes et partenaires

Pour offrir le meilleur service qui soit à ses clients, La Boussole se doit de communiquer avec d'autres organisations en santé mentale. Des contacts téléphoniques ou des rencontres ont eu lieu à La Boussole ou dans les bureaux des autres organismes pour établir un mode de fonctionnement:

- CIUSSS de la Capitale Nationale
- PECH
- Service de Police de la Ville de Québec (SPVQ)
- Centre de crise de Québec (CCQ)
- Centre de prévention du suicide (CPS)
- Monastère des Augustines
- Juges de la Cour du Québec

Une rencontre des partenaires a eu lieu avec la présence du CCQ et le SPVQ.

### Proche aidance (2 projets)

Projet *Proche aidant jeunesse* pour les parents des jeunes du Programme Enfance-Jeunesse

Projet *Pair aidant famille* en partenariat avec les organismes du CROP soit L'arc-en-ciel, La Marée et le Cercle polaire

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec**



**Services GRATUITS offerts par les ressources**

- Interventions psychosociales (rencontres individuelles avec un intervenant)
- Activités d'information et de formation
- Groupe d'entraide
- Mesures de répit-dépannage
- Et plus encore...

**Avant de craquer.com**  
**1 855 CRAQUER**  
2 7 2 7 8 3 7  
La ligne de référence unique pour le Québec

**Avant de craquer.com**  
**1 855 CRAQUER**  
2 7 2 7 8 3 7  
La ligne de référence unique pour le Québec

## Se retrouver dans le réseau de la santé et des services sociaux

### Présence à des événements

La Boussole a été présente à plusieurs événements virtuels, dont:

- Assemblée citoyenne annuelle avec Sol Zanetti, député de Jean Lesage
- Martinée Réseautage Ressourcement et Valorisation de la Fondation Dufresne et Gauthier
- Consultation Plan d'action santé mentale
- Séance d'information sur le programme Ricochet
- Rencontres avec Bénévoles d'expertise
  - Votre gestion pendant et après la pandémie, échangeons virtuellement
  - La gestion et la gouvernance d'un OBNI en temps de pandémie
- Rencontres avec Centraide
  - 3 rencontres d'information en visioconférence
  - Lancement du livre *Du plomb dans les ailes: avis sur les inégalités sociales* de Centraide Québec
- Rencontres avec le CIUSSS—PSOC
  - 2 rencontres (aide financière en lien avec la COVID-19 et nouveau cadre de gestion ministériel PSOC)
- Rencontres en lien avec la proche aidance (5 rencontres)

**17 présences à des événements**

### Assemblées générales

- Réseau Avant de Craquer
- Centraide
- AGIR
- ROC 03
- Bénévoles d'Expertise

**5 présences à des assemblées générales**

### Groupe de Présentation des Services (GPS)

La Boussole offre un GPS (Groupe de Présentation des Services) aux organisations intéressées à connaître nos services. Les membres du groupe (intervenants ou bénévoles de La Boussole) se déplacent dans les organisations selon leurs disponibilités. La présentation peut se faire rapidement (15 minutes) ou plus en détails (1h). Ce service est personnalisé selon les demandes. Le GPS a été offert à plusieurs endroits:

- GMF-U Quatre-Bourgeois
- Centre de réadaptation en dépendance de Québec (CRDQ)
- Cégep Sainte-Foy (2)
- Bureau de probation de Québec
- Université Laval

Vu le caractère particulier de la dernière année, les GPS ont été faits de façon virtuelle.

**6 GPS**

## Se retrouver à La Boussole: Perfectionnement

### 15 formations suivies par l'équipe administrative

- 23 avril: Table RH *Gérer à distance*
- 28 avril: Agence du Revenu du Canada (ARC), séance de sensibilisation avec le secteur de la bienfaisance sur la Subvention salariale d'urgence du Canada
- 1er mai: *Animer en ligne*
- 7 mai: Table RH *Comment recruter à distance*
- 13 mai: *Prévenir le suicide*
- 29 mai: *Dynamiser vos AG virtuelles*
- 3 juin: *Le télétravail prolongé*
- 11 juin: *Télétravail*
- 16 juin: *Télétravail: un remède universel ou une solution ponctuelle?*

- 8 juillet: Proxima Centauri, *Développer son entreprise grâce à la puissance des outils Google gratuits*
- 9 septembre: Espace Idées, *Philanthropie en temps de pandémie et diversification des sources de financement*
- 17 septembre: Espace OBNI, *L'événement numérique, qu'avons-nous appris des derniers mois?*
- 3 février: *Les rapports annuels: ce que l'on veut lire et qui a un impact*
- 11 février: *Découvrir Yapla*
- 18 février: Boostalab, *Développer son intelligence virtuelle: la clé du travail à distance*

## Se retrouver à La Boussole: Perfectionnement

### 43 formations suivies par l'équipe clinique

- 1er avril: *Premiers secours psychologiques: une réponse pour réduire la détresse associée aux inondations et à la COVID-19*
- 23 avril: Boostalab, *Renforcer sa propre résilience et celle de ses équipes*
- 4 juin: Université de Montréal, *Répondre aux besoins des familles en situation de vulnérabilité pendant la pandémie du Covid-19*
- 9 juin: *Droits de la personne en matière de logement*
- 9 juin: Présentation virtuelle du Régime de retraite des groupes communautaires et de femmes
- 9 juin: Université de Montréal, *Impacts sociaux et rôles du travailleur social lors de catastrophes*
- 26 août: Université de Moncton, *Toxicomanie et santé mentale, problème double, solutions multiples*
- 9 septembre: Réseau Avant de craquer, *Apaiser et prévenir les situations de crise*
- 16 septembre: *L'électroconvulsivothérapie (ECT): une thérapie moderne*
- 23 septembre: *Présentation du projet de loi 18: pour mieux protéger ceux qui en ont besoin*
- 29 septembre: *Introduction à la réalité méconnue des jeunes proches aidants*
- 14 octobre: Réseau Avant de craquer, *Présentation de la ligne d'écoute Pairs Aidants Famille*
- 24 octobre: OTSTCFQ, *Une réforme importante en matière de protection des personnes*
- 27 octobre: Groupe Entreprises en santé, *Présentisme, santé psychologique et performance au travail—vision terrain*
- 27 octobre: Pautitiv, *S'outiller en matière de stress*
- 27 octobre: Institut universitaire en dépendance, *Toxicomanie. Trouble transitoire? Impact sur la prestation de services*
- 29 octobre: Université de Montréal, *Est-ce que le trouble de la personnalité limite est un diagnostic valable? Une étude prospective de 286 adolescents qui ont été suicidaires*
- 30 octobre: *Impacts de la pandémie de la COVID-19 sur les comportements suicidaires et mesures de prévention à mettre en place: que nous disent les données?*
- 4 novembre: *Le soutien social des proches dans le rétablissement en santé mentale*
- 6 novembre: *Faire face aux surdoses d'opioïdes pour le milieu communautaire*
- 11 novembre: *Et si on s'inspirait des communautés LGBTQ+ pour mieux intervenir auprès des hommes?*
- 16 novembre: *Comment favoriser la résilience des hommes en temps de pandémie*
- 20 novembre: Conférences connexion, *Momentum*
- 26 novembre: *Augmenter sa capacité d'adaptation et de résilience*
- 2 décembre: *Accompagner les jeunes dans leurs besoins émotionnels et relationnels en contexte de pandémie*
- 3 décembre: *Soutenir les pères en difficulté en temps de pandémie*
- 9 décembre: *La contagion émotionnelle*
- 19 janvier: *Le programme de prévention des troubles anxieux Hors-Piste: développer des moyens concrets pour faire face aux défis de l'adolescence*
- 26 janvier: *Peut-on se libérer du stress de la COVID*
- 27 janvier: *Intervenir auprès des hommes: Un changement dans les pratiques—Des enjeux à considérer*
- 27 janvier: *Avancer ensemble vers la sécurisation culturelle des soins: Co-développement d'un nouveau modèle d'intervention avec trois communautés*
- 27 janvier: *Prévenir l'homophobie et la transphobie et mieux intervenir auprès des personnes de la diversité sexuelle et de genre*
- 9 février: *La famille: intervenir auprès des parents*
- 16 février: *L'expérience scolaire à l'ère de la COVID-19: quelles solutions proposées par les jeunes de 15 à 18 ans pour optimiser leur engagement?*
- 17 février: *LE GUIDE: un manuel destiné aux membres de l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale*
- 18 février: *Développer son intelligence virtuelle: la clé du travail à distance*
- 23 février: *Les groupes d'éducation psychologique pour les familles*
- 11 mars: *Soutenir l'intervention auprès des jeunes 16-25 ans ayant un parent atteint d'un trouble mental*
- 15 mars: *Secourisme en milieu de travail*
- 24 mars: *Usure de compassion*
- 25 mars: *Prendre soin de soi*
- 30 mars: *Aider et être aidé*
- 31 mars: *Un groupe d'entraide pour hommes*

## Se retrouver à La Boussole: Ressources humaines

Une équipe dynamique incroyable complètement dévouée à la mission de La Boussole !



### L'ÉQUIPE DE LA BOUSSOLE

1. Julie Belleau, M.S.s., coordonnatrice clinique et responsable du Programme Enfance-Jeunesse
2. Sylvain Carrier, T.T.S., intervenant psychosocial au Programme Enfance-Jeunesse
3. Johannie Couture, T.T.S., intervenante psychosociale, formatrice HQPAA et responsable des bénévoles volet clinique
4. Laurie D'Amours, adjointe aux communications (été 2020)
5. Caroline Houle, coordonnatrice des communications et du financement
6. Stéphanie Landry, intervenante psychosociale
7. Émilie Lemieux, t.s. intervenante psychosociale
8. Hélène Lévesque, M.Ps., psychologue et directrice générale
9. Sakina Mazurette Kasmi, M.Ps.éd., psychoéducatrice, formatrice HQPAA, responsable du programme de répit-dépannage et des relations avec les partenaires
10. Camille Riverin, coordonnatrice du développement et des communications, responsable des bénévoles et du Programme de formation HQPAA volet gestion (départ en janvier 2021)
11. Nicole Simard, adjointe administrative
12. Manon Sirois, technicienne en comptabilité
13. Sylvie Trudel, intervenante psychosociale
14. Alexandra Trépanier, intervenante psychosociale

(Photo manquante) : Adel Anani, analyste/développeur informatique (automne 2020)



**Membres du personnel: 15 employés ont travaillé chez nous cette année**

Réunions du personnel régulières • Réunions cliniques aux 2 semaines • Réunions journalières et de soutien pour suivre l'état de situation provoqué par la pandémie • Modification des projets d'Emploi d'été Canada: puisque nous avons annulé le camp d'été 2020: embauche d'un informaticien et d'une intervenante à temps partiel à l'automne. L'informaticien n'a pas terminé son contrat et l'adjointe aux communications durant l'été a pu reprendre les heures restantes au contrat • Un départ pour des nouveaux défis • 3 embauches pour des postes d'intervenantes • Suivis cliniques réguliers entre la coordonnatrice clinique et les intervenantes • Dyade de perfectionnement • Augmentation des heures d'intervention grâce à de l'aide financière du CIUSSS en lien avec la COVID-19 • 1 ressourcement d'équipe • 4 employés ont participé au projet Ricochet pour un ressourcement

## Se retrouver à La Boussole: 2 500 h de bénévolat

40 bénévoles actifs qui ont participé à diverses tâches

### Différents types de bénévolat

- Soutien téléphonique 24/7
- Animation de groupes d'entraide
- Conseil d'administration
- Comités
- Témoignages (1 cette année à la BMO dans le cadre de la campagne Centraide)
- Travaux de maintenance et rénovation
- Soutien technique aux conférences
- Achats
- Coaching
- Soutien à la gestion
- Etc.

### Reconnaissance des bénévoles

Participation de plusieurs de nos bénévoles à la Soirée de reconnaissance des bénévoles de la Cité-Limoilou organisée par la Ville de Québec: le spectacle virtuel de Marc Dupré, chanteur et coach de La Voix.

Grâce à notre partenariat avec le Monastère des Augustines, nous avons pu faire tirer parmi nos bénévoles deux nuitées de ressourcement.

Cadeaux reçus de la Ville de Québec (Chocolats Favoris) pour remercier le travail des bénévoles et employés de La Boussole. Des employés de la Boussole se sont chargés d'en faire la livraison à notre précieuse équipe de bénévoles.



#### Faits saillants 2020-2021

Implication de deux bénévoles, Yvan Gaudet et Micheline Buteau, dans plusieurs comités visant le maintien et le développement de La Boussole en cette période plus difficile (comité des mesures d'urgence, des finances, projet informatique, etc.)

Arrivée de 2 bénévoles à la ligne d'écoute 24/7 pour prêter main forte à l'équipe déjà en place

3 bénévoles ont animé des groupes d'entraide virtuels

**Mme Odette Taillon** a reçu le prix Bénévole d'exception 2020 pour ses 20 ans d'implication à La Boussole. Mme Taillon est bénévole à la ligne d'écoute 24/7 depuis 1988. La Boussole est chanceuse de pouvoir bénéficier de la grande générosité de cette bénévole depuis aussi longtemps. Merci Mme Taillon!



La Boussole est heureuse de son partenariat avec Bénévoles d'Expertise, qui offre du soutien bénévole et de l'accompagnement adapté à nos besoins

## Se retrouver à La Boussole: Toujours en mouvement, toujours en changement

### Ressources matérielles

- Achat de 7 portables pour le télétravail
- Don de 2 portables de Centraide
- Achat d'équipement divers pour le télétravail
- Achat d'équipement de protection

### Stages et visites d'étudiants

Collaboration d'étudiants en psychoéducation avec le Programme Enfance-Jeunesse

Visite de jeunes du secondaire (Académie St-Louis) à La Boussole

Visites ponctuelles de stagiaires et d'étudiants de plusieurs domaines: psychologie, technique de travail social, agents de sécurité, centres de formation professionnelle, etc.

Collaboration avec des étudiantes en droit pour le projet ProBono.

Projet de Stéphanie Landry, employée à La Boussole: évaluation des risques psychosociaux au travail dans le cadre du cours *Gestion et prévention du stress dans les organisations*. L'objectif était de mesurer les risques parmi le soutien social, la reconnaissance, la charge de travail et la latitude décisionnelle afin de cibler les forces du milieu et les points à améliorer.

### Comités internes

### Réunions

Rencontre avec les animateurs bénévoles des groupes d'entraide	2
Comité Soutien téléphonique 24/7	3
Comité Santé et sécurité au travail	10
Comité Appréciation des services	7
Comité Projet informatique	26
Comité Covid-19	4

### Informatique

Collaboration avec le Centre de documentation sur l'éducation des adultes et la condition féminine (CDÉACF) concernant la sécurité de Zoom et des webinaires.

Élaboration d'une base de données Yapla (Comité projet informatique) pour les membres, les donateurs, la création d'événements et les différentes communications de La Boussole.



Anne-Marie Robitaille, stagiaire en psychoéducation à l'automne 2020 et à l'hiver 2021

## Se retrouver à La Boussole: Vie associative et démocratique

246 membres

### Sondage aux membres pour mieux comprendre les répercussions de la pandémie (avril 2020)

- 81 réponses
- 68% ont répondu de façon électronique alors que 32% ont été contactés par téléphone, par 2 bénévoles
- Résultats envoyés à nos membres dans une infolettre (information disponible sur demande)

### Sondage sur un possible déconfinement (qui n'est jamais arrivé) (juillet 2020)

- 43 réponses
- La majorité des répondants désiraient la reprise des activités (suivis, groupes d'entraide, conférences, etc.) en personne. Cela n'a malheureusement pas été possible avec l'arrivée des deuxième et troisième vagues de la pandémie de COVID-19.

## Se retrouver à La Boussole: Vie associative et démocratique

### Membres du conseil d'administration

#### Comité exécutif

Terrance Keller, président  
Chargé d'enseignement à l'Université Laval et proche

Lyne Larose, vice-présidente  
Retraitée du secteur public et proche

Sylvain Côté, trésorier  
Actuaire du secteur privé et proche

André Villeneuve, secrétaire  
Retraité du secteur public

#### Administratrices et administrateurs

Mylène Chénard  
Travailleuse sociale du secteur public et proche

Jean-Pierre Gagnon  
Gestionnaire du secteur public et proche

Laurie Gosselin  
Travailleuse sociale du secteur public

Olivier Longpré  
Gestionnaire du secteur privé et proche

Émilie Readman  
Gestionnaire du secteur privé et proche



Nouveaux membres du CA élus lors de l'AGA du 14 octobre 2020 (sens horaire): Lucie Charbonneau (a quitté en janvier 2021, remplacée par M. Jean-Pierre Gagnon) Olivier Longpré, Émilie Readman et André Villeneuve

#### Conseil d'administration

10 réunions régulières et 3 huis clos  
1 réunion spéciale Planification stratégique  
1 réunion du comité exécutif  
Un 5 à 7 des membres du CA avec l'équipe d'employés  
1 réunion des responsables des comités  
1 formation sur les rôles et responsabilités des membres du CA et de la direction générale

**18 activités du CA au total comparativement à 10 en 2019-2020**

Comités du CA	Réunions
Comité Audit et Finances	8
Comité Planification stratégique	3
Comité Ressources humaines	9
Comité Éthique et gouvernance	3
Comité Mesures d'urgence	5

#### Assemblée générale annuelle de La Boussole

**14 octobre 2020 sur Zoom**

45 personnes étaient présentes dont 30 étaient membres en règle

Pratique d'AGA Zoom 13 octobre 2020: 15 participants

Comité de mise en candidature ont tenu 8 réunions, ont reçu 35 candidatures et ont passé 20 entrevues pour recommander 7 personnes à l'AGA

30 réponses pour l'appréciation de l'AGA

43% des répondants en était à leur première participation

27% avaient déjà assisté à une ou deux AGA

30% avaient participé à au moins 3 AGA

#### Commentaires

« Bravo! vous avez géré tout cela de mains de maître. Je fus très impressionnée par le formulaire et la façon de voter! »

« Chose curieuse, j'ai apprécié l'AGA en format ZOOM. J'ai eu l'impression d'y retenir plus d'infos étant donné ne pas être dérangé et de rester plus attentif aux renseignements reçus. Tout cela dans le confort de notre foyer quoique le contact humain y manquait. Il y a rien de parfait. »



## Se retrouver à La Boussole: Évaluation des services

Tout au long de l'année, nous évaluons nos services à l'aide de deux formulaires d'évaluation des services (volet adulte et volet Programme Enfance-Jeunesse). Pour le Programme Enfance-Jeunesse, les résultats de la compilation des évaluations se trouvent dans la section Programme Enfance-Jeunesse, à la page 9. Concernant le volet adulte, les résultats sont présentés ci-bas et nous permettent de constater que le niveau de satisfaction est très élevé. Félicitations à notre merveilleuse équipe.

Dans un souci d'amélioration continue, l'équipe de La Boussole a formé un comité ayant pour objectif d'uniformiser les formulaires d'évaluation de nos différents services et activités tout en les rendant accessibles virtuellement. Pour ce faire, nous avons utilisé l'outil Google Forms. Cela nous a également permis d'améliorer notre processus de comptabilisation des résultats. Les formulaires mesurent le degré de satisfaction de la clientèle à l'égard des services reçus et les informations recueillies demeurent confidentielles.

### Sondage d'appréciation des services

#### Suivis individuels (55 réponses)

##### L'écoute dont a fait preuve l'intervenante lors de chaque rencontre:

- 96,4% « Très satisfait »
- 3,6% « Satisfait »

##### Les suggestions (références à des organismes, documentation remises) formulées par l'intervenante lors de chaque rencontre:

- 83,7% « Très satisfait »
- 12,7% « Satisfait »
- 3,6% « Ne s'applique pas ou ne souhaite pas répondre »

##### L'atteinte des objectifs que vous vous étiez fixés au début de votre démarche auprès de La Boussole:

- 70,9% « Très satisfait »
- 23,6% « Satisfait »
- 5,5% « Ne s'applique pas ou ne souhaite pas répondre »

#### Capsules d'information vidéo (21 réponses)

##### Animation par l'intervenante:

- 66,7% « Très satisfait »
- 33,3% « Satisfait »

##### Facilité à accéder à la capsule par YouTube

- 85,7% « Très satisfait »
- 14,3% « Satisfait »

##### Qualité de la présentation:

- 66,7% « Très satisfait »
- 33,3% « Satisfait »

## Se retrouver dans le temps

### COVID-19: transformations et bons coups

La pandémie de la COVID-19 nous aura demandé une grande adaptabilité cette année. Après l'annulation de toutes nos activités de groupe en présence, nous avons réorganisé nos services en fonction du contexte qui pouvait changer de jour en jour. Voici les changements instaurés et les différentes réalisations importantes de l'année 2020-2021:

- Service de soutien et d'écoute 24/7 n'a jamais cessé: L'équipe de bénévoles et d'intervenantes ont poursuivi ce service des plus important (souvent la porte d'entrée de la clientèle à La Boussole) sans relâche
- Le service de demandes d'ordonnance pour une évaluation psychiatrique a été offert dès le début en personne. Rappelons que ce service peut sauver des vies
- Les suivis avec les intervenantes ont été maintenus mais offerts principalement en visioconférence ou par téléphone. À l'occasion, les rencontres avaient lieu en personne
- Les groupes d'entraide pour la clientèle adulte et un groupe d'éducation et d'entraide *Être dans l'entourage d'une personne anxieuse* ont été offerts en virtuel
- Des groupes d'entraide virtuels pour le Programme Enfance-Jeunesse ont été offerts tout au long de l'année. Nous avons dû annuler le camp d'été en présence mais des activités virtuelles ont été offertes
- Capsules d'information sur les différentes maladies mentales offertes en vidéo à notre clientèle, qui peut maintenant les écouter dans le confort de leur foyer au moment qui leur convient
- Conférences grand public offertes en mode Webinaire
- Réunions d'équipe virtuelles régulières et de soutien offertes à l'équipe
- Assemblée générale annuelle offerte en zoom avec un excellent taux de participation
- Mise en place d'un nouveau système d'évaluation de nos services en format électronique qui permet d'obtenir une information plus détaillée et spécifique sur la qualité de nos différents services
- De l'aide financière de la Fondation Dufresne et Gauthier a permis l'achat de 7 portables pour améliorer le télétravail de l'équipe
- De l'aide financière du CIUSSS de la Capitale-Nationale a permis l'ajout d'heures d'intervention favorisant ainsi la diminution de notre liste d'attente pour les suivis avec les intervenantes.

### 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 Bon départ de Canadian Tire
- Fondation Québec Philanthrope
- Fonds Distal
- Fonds La Boussole – Alec Phaneuf
- Fondation Dufresne et Gauthier
- Janssen inc.
- Otsuka-Lundbeck
- Ville de Québec

**MERCI !**

### 2021-2022 en chantier

- Poursuite des ajustements de services en fonction de la réalité COVID-19 et réajustement en fonction de l'après pandémie.
- Travaux d'implantation d'un nouveau système informatique
- Finalisation de la planification stratégique
- Festivités du 40<sup>e</sup> anniversaire de La Boussole
- Projet de développement culturel de la Ville de Québec à l'été 2021 malgré l'annulation du camp d'été en présentiel 2021.

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale

Québec 



**Centraide**  
Québec et  
Chaudière-Appalaches