

# PCSM

Perspective  
Communautaire  
en Santé Mentale

## Rapport annuel – Annual Report 2014-2015

1 avril 2014 au 31 mars 2015

Le 9 juin 2015

[info@pcsm-cpmh.org](mailto:info@pcsm-cpmh.org)



**Perspective Communautaire en Santé Mentale**

**4523 boulevard St-Charles**

**Pierrefonds, QC H9H 3C7**

**Téléphone : 514-696-0972**

**Fax : 514-696-0982**

**Courriel : [info@pcsm-cpmh.org](mailto:info@pcsm-cpmh.org)**

**[www.pcs-m-cpmh.org](http://www.pcs-m-cpmh.org)**

**Rapport Annuel**

**Annual Report**

**2014-2015**

**Préparé par :**

**Le personnel et le conseil d'administration de  
PCSM et présenté à l'Assemblée Générale Annuelle**

**Le 9 juin 2015**

## TABLE DES MATIÈRES/TABLE OF CONTENTS

RAPPORT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE / EXECUTIVE DIRECTORS REPORT

MISSION ET PHILOSOPHIE / MISSION AND PHILOSOPHY

LES RESSOURCES HUMAINES / HUMAN RESOURCES

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION / BOARD OF DIRECTORS

LE SUIVI COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY SUPPORT

STATISTIQUES / STATISTICS

RÉFÉRENCES ET ÉVALUATIONS / REFERRALS AND EVALUATIONS

CHEZ SOI / HOMERUN

PROJET PILOTE ENVIE / ENVIE PILOT PROJECT

AUTRES ACTIVITÉS / OTHER ACTIVITIES

NOS COLLABORATIONS / OUR COLLABORATIONS

FORMATION CONTINUE / TRAININGS

NOS DONATEURS / DONORS

## Rapport de la Directrice Générale

Au nom, de l'ensemble de l'organisation, je voudrais partager avec vous quelques mots concernant Perspective Communautaire en santé mentale. Depuis le début des services en 1986, vingt-neuf années déjà se sont écoulées et malgré tous les nouveaux changements tel que : nouveaux espoirs, nouvelles idées, nouveaux volontaires, nouveaux services et nouvelle espace de bureau nous avons subsisté. Nous nous adaptons toujours aux changements dans notre existence. Maintenant vingt-neuf ans plus tard 2014-2015 ne fait pas exception.

Avec l'émission de la loi 10 du gouvernement provincial, loi qui modifie le réseau de la santé et des services sociaux, en abolissant les agences régionales, encore une fois nous devons nous ajuster avec la nouvelle structure. Nous avons accès a de nouveaux partenaires et un territoire élargi de notre CUISSS de l'Ouest de l'Ile; tel que l'Hôpital Douglass parmi d'autres nouveaux réseaux de communications.

L'année passée, la Table de Concertation de l'Ouest de L'ile en santé mentale, s'est engagée à effectuer des changements dans la communauté. Notre priorité fut adressée surtout aux problèmes d'hébergement pour notre clientèle. Ensemble, nous travaillons à rendre disponible, abordables et convenables les options d'hébergement pour nos clients dans l'Ouest de l'ile. Quel que soit les logements subventionnés, supervisés ou simplement à prix abordable, nous nous sommes engagés en tant que réseau collectif à faire place à plus d'options.

Cette année, nous nous concentrerons à nos services comme toujours, tout en effectuant quelques changements.

Malgré l'accréditations d'un syndicat a PCSM, une liste d'attente et une augmentation des dépenses nous nous assurons d'offrir le même service continu avec la même qualité que les années antérieures.

A notre Conseil d'Administration, merci pour votre temps, vos efforts, votre consécration et engagement pour les besoins de l'organisation. PCSM est bien chanceux de vous avoir eu comme membre de l'équipe.

Comme je l'ai mentionné, les changements sont dans l'air, c'est à nous de continuer et s'adapter aux changements du temps. Nous nous sommes adaptés à développer les besoins dans la communauté pour les vingt-neuf dernières années et nous allons continuer de le faire. Faisant la différence dans notre communauté

## Executive Director's Report

On behalf of the board of director's and the organization as a whole, I would like to share a few words with you about perspective Communautaire en Santé Mentale. Since starting our service in 1986, 29 years have gone by, and in each year new ideas, volunteers, services, new office space have crossed our path. We have always adapted to the forever changing landscape of our existence. Now, 29 years later, this year 2014-2015 is no exception.

With the provincial government passing bill 10, the act to modify the health and social services network, by abolishing the regional agencies, once again we are adapting to a new structure. We have access to new partners in the larger territory of our CUISSS of the West Island, such as the Douglas Hospital amongst others and new channels of communication.

This past year the west island round table in mental health has been committed to making changes in our community. Our priority is to address the housing issue for our clientele. We are collectively working on making available, choices for affordable and suitable housing options for our clients to live in the west island. Whether subsidized housing, supervised housing or simply affordable living situations, we are committed as a collective network, to make room for more options.

This coming year we will be focusing on our core services as internally, we have had some changes too. Amongst the accreditation of a union at PCSM, a waiting list, and increasing expenses we are committed to assure that services continue to be offered with the same expected high quality that we have provided in the past.

To our board of directors, thank you for your time, effort, dedication and commitment to the needs of the organization. PCSM has been very fortunate to have you part of our team.

As I had mentioned, change is in the air, it is up to us to go forward and adapt with the changing times... We have been adapting to the evolving needs of the community for over 29 years and we will continue to do so. By making a difference in our community!

## INTRODUCTION

### **PERSPECTIVE COMMUNAUTAIRE EST UNE ORGANISME A BUT NON LUCRATIF, FONDÉE EN 1988.**

**Notre mission :** Nous sommes un organisme communautaire dédié à aider les personnes ayant des problèmes de santé mentale afin de leur permettre d'atteindre leur potentiel optimal tout en affrontant des défis de la vie quotidienne au sein de leur communauté. Par le biais d'une relation personnalisée fondée sur la confiance et le respect mutuel, ces personnes reçoivent le soutien dont elles ont besoin pour améliorer leur qualité de vie.

**Philosophie :** La particularité de notre organisme réside dans sa philosophie. Nous offrons un service personnalisé adapté aux besoins de chaque individu, transmis avec une chaleur humaine dans un contexte informel et amical. Pour améliorer leur qualité de vie, nous visons d'abord le mieux-être et l'autonomie de l'individu.

Nous percevons la personne comme une entité multidimensionnelle avec des besoins psychologiques et sociaux. Pour nous, tous les aspects de l'être humain sont inter reliés : Le mieux-être psychologique repose sur des considérations environnementales aussi bien physiologiques et sociales.

En tout temps, nous favorisons l'autonomie de nos clients. Les plans d'intervention sont élaborés avec le client plutôt que pour lui. Le rôle du travailleur communautaire auprès des individus en est un de soutien dans leurs propres efforts, ainsi que d'aide dans la clarification et l'actualisation de leurs choix

En fin de compte, notre intervention est axée sur les forces du client. Notre but est d'aider chaque personne à maximiser ses habiletés et à développer son plein potentiel afin de vivre de façon autonome en tant que membre à part entière de la société.

**Territoire :** Notre service de suivi s'adresse aux résidents de l'Ouest de l'Île. Ce territoire comprend les villes suivantes : Dollard-des-Ormeaux, Baie d'Urfé, Dorval, Senneville, Ste-Anne-De-Bellevue, Beaconsfield, Kirkland et les arrondissements de Pierrefonds-Roxboro, Île- Bizard-Ste-Geneviève.

## Introduction

**Community Perspective in Mental Health** is a non-profit organization that was incorporated in 1988.

**Mission:** We are a community organization dedicated to helping people with mental health problems achieve their fullest potential while meeting the challenges of everyday living within their community. Through a personalized relationship founded on mutual respect and trust, individuals receive the support they need to improve their quality of life.

**Philosophy:** The distinctive feature of our organization is its philosophy. We offer a personalized service tailored to each client's need, given with human warmth, in an informal and friendly setting. Our aims are the improved well-being and the autonomy of the individual: we endeavor to improve his/her quality of life.

Our philosophy is that a person must be viewed as a multidimensional entity, with biological, psychological and social needs. For us, all aspects of a human being are interrelated: physiological as well as social and environmental considerations influence psychological well-being. We try to avoid ghettoizing our clients or forcing them into narrow categories.

At all times we respect the autonomy of our clients. Service plans are made in collaboration with the client rather than for him/her. The community worker's role is to support the person in his or her own efforts and to help them clarify their choices.

As well, the work is focused on the client's strengths. Our goal is to help each person maximize his/her skills and develop to his/her full potential to live autonomously as a full member of society.

**Territory:** Our services are offered in the territory of the West Island which can be defined by these cities and boroughs: Dollard-des-Ormeaux, Baie d'Urfé, Dorval, Senneville, Ste-Anne-De-Bellevue, Beaconsfield, Kirkland and the Boroughs of Pierrefonds-Roxboro and Île- Bizard-Ste-Genève.

## LES RESSOURCES HUMAINES/HUMAN RESOURCES

### L'ÉQUIPE DE PCSM\ PCSM TEAM 2014-2015

#### **Administration/ Administration**

Jennifer Harper, Directrice Générale / Executive Director

Louise Legault, Adjointe Administrative/Administrative Assistant

Emmanuelle Morin, Superviseure Clinique /Clinical Supervisor

#### **Intervenant (e) s Communautaire /Community Workers**

Rachel Bass

Carole Coulombe

Collin Courtois

Howard Groleau

Michelle Hotte

Venessa Laferrière

Patrick Merrigan

David Ronai

Ann Marie Shiner

Kadisha Moore, stagiaire Université McGill student intern

Sabela Titus, Stagiaire, Université de Québec a St-Jérôme en Outaouais,

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

### BOARD OF DIRECTORS

Effy Koukoulas, Président/President\*

Michael Alibrando, Trésorier /Treasurer

Annie Hébert-Lalonde, Secrétaire/Secretary

David Ronai, Représentant des employés/Staff representative

Karel Stuut, Administrateur/Administrator\*

Michael Miller, Administrateur / Administrator

Sophie Valiquette, Administrateur / Administrator

Régent Vaillancourt, Administrateur / Administrator\*



Le Conseil d'administration d'un organisme de bienfaisance, noyau même d'un organisme communautaire, permet à l'organisation de poursuivre sa mission et d'atteindre ses objectifs.

Boards of directors for all non-profits are an integral part of the organizations ability to provide our services and follow our mission and achieve our goals

\*quitté le Conseil durant l'année

\*stepped down from the board during the year.

## LE SUIVI COMMUNAUTAIRE



Perspective communautaire en Santé mentale fournit activement un service essentiel aux individus aux prises avec un problème de santé mentale résidant sur le territoire de l'Ouest de l'Île. Les individus, grâce au soutien d'un travailleur communautaire, apprennent à vivre avec leur problème particulier de santé mentale tout en affrontant la réalité de la vie quotidienne.

Grâce au soutien d'un travailleur communautaire, chaque individu bénéficie d'une étroite relation d'aide, à titre de personne entière et unique, afin d'élaborer un plan de suivi basé sur ses forces et besoins particuliers personnels. L'accent est mis sur deux secteurs primordiaux: premièrement, la gestion élémentaire de la vie tel que le budget, la nutrition, le logement et les activités de la vie quotidienne; deuxièmement, les techniques de survie pour la santé mentale, tel que la reconnaissance des symptômes, la réduction du stress, le développement des habiletés en relations interpersonnelles et la socialisation.

L'accompagnement en suivi communautaire s'échelonne sur une longue période, étant donné que la maladie mentale est souvent un combat de longue haleine. Les visites à domicile sont effectuées aussi souvent que nécessaire (habituellement une fois par semaine), et ce, aussi longtemps que le besoin s'en fait ressentir, habituellement pour plusieurs années. Durant cette période, nous cherchons à rendre la personne le plus autonome possible.

Le suivi communautaire est offert au domicile de la personne ainsi que dans son environnement. Le point fort de notre intervention est qu'il se situe au cœur même de la vie quotidienne de l'individu, là même où se livre la lutte pour la santé mentale.

Du 1<sup>er</sup> avril 2014 au 31 mars 2015, 169 personnes ont bénéficié des services de suivi communautaire par 2919 rencontres dans la communauté.

## COMMUNITY SUPPORT



Perspective Communautaire en Santé Mentale actively provides an essential service to individuals with mental health problems living in the West Island community. Individuals, through the support of a community worker, learn to cope with their particular mental health problem while facing the very real challenge of everyday living.

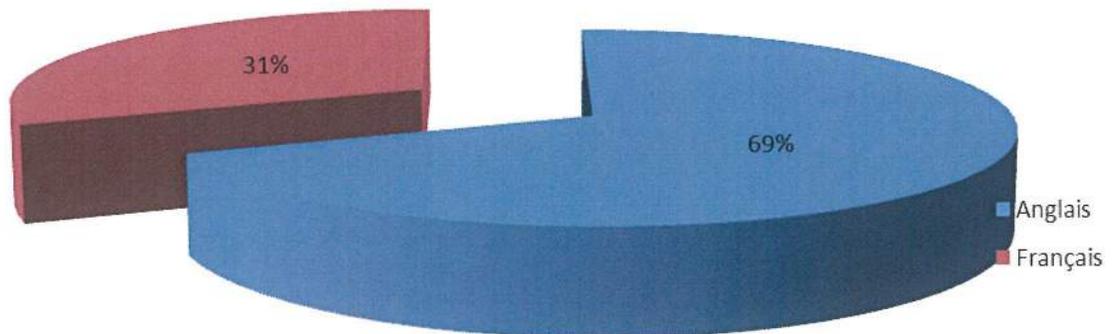
Through the support of a community worker who works with each person on an individual basis. As each individual is considered unique, the community worker elaborates a support plan according to that person's particular needs, strengths, and objectives. Two primary areas are targeted: basic life management such as budgeting, nutrition, housing and daily activities; and coping skills for mental health, such as recognizing symptoms, alleviating stress, development of interpersonal skills.

Community support can be provided over a long period since mental illness/mental health is often a life-long struggle. Home visits are made as frequently or infrequently as needed (usually once a week), when they are needed, and for as long as they are needed, usually for a number of years. During this period care is taken to prevent unnecessary dependency from being created. Our office hours are from 8:30 a.m. to 4:30 p.m. Monday to Friday; however, our community workers work flexible hours throughout the week.

Community support is offered in the person's home and in his/her community. The key to our support is that it takes place in the midst of the everyday life of the individual, where the struggle for mental health is actually being lived.

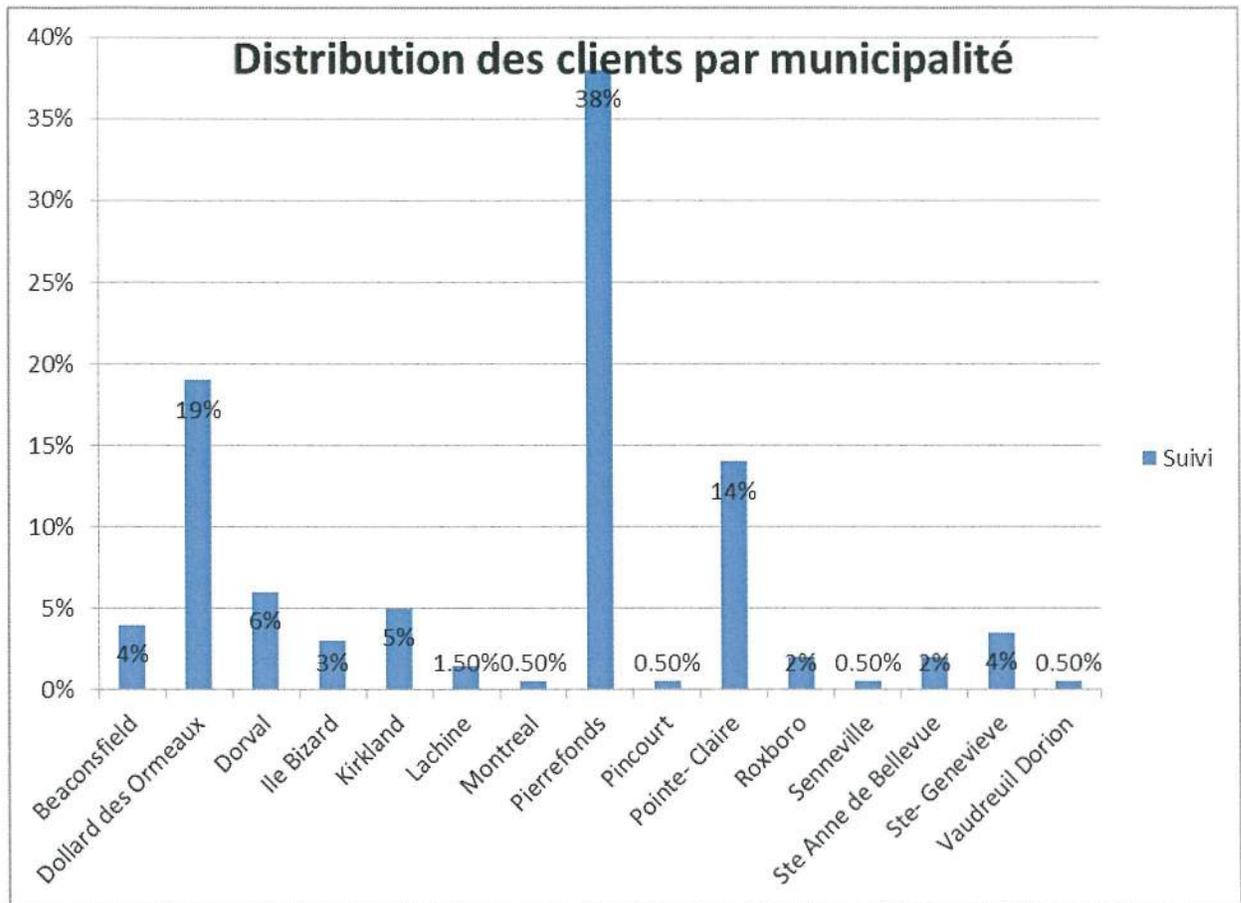
During the period of April 1, 2014 to March 31<sup>st</sup>, 2015, 169 individuals benefitted from our community support program, via 2919 meetings in the community.

## Distribution des clients selon leur appartenance linguistique



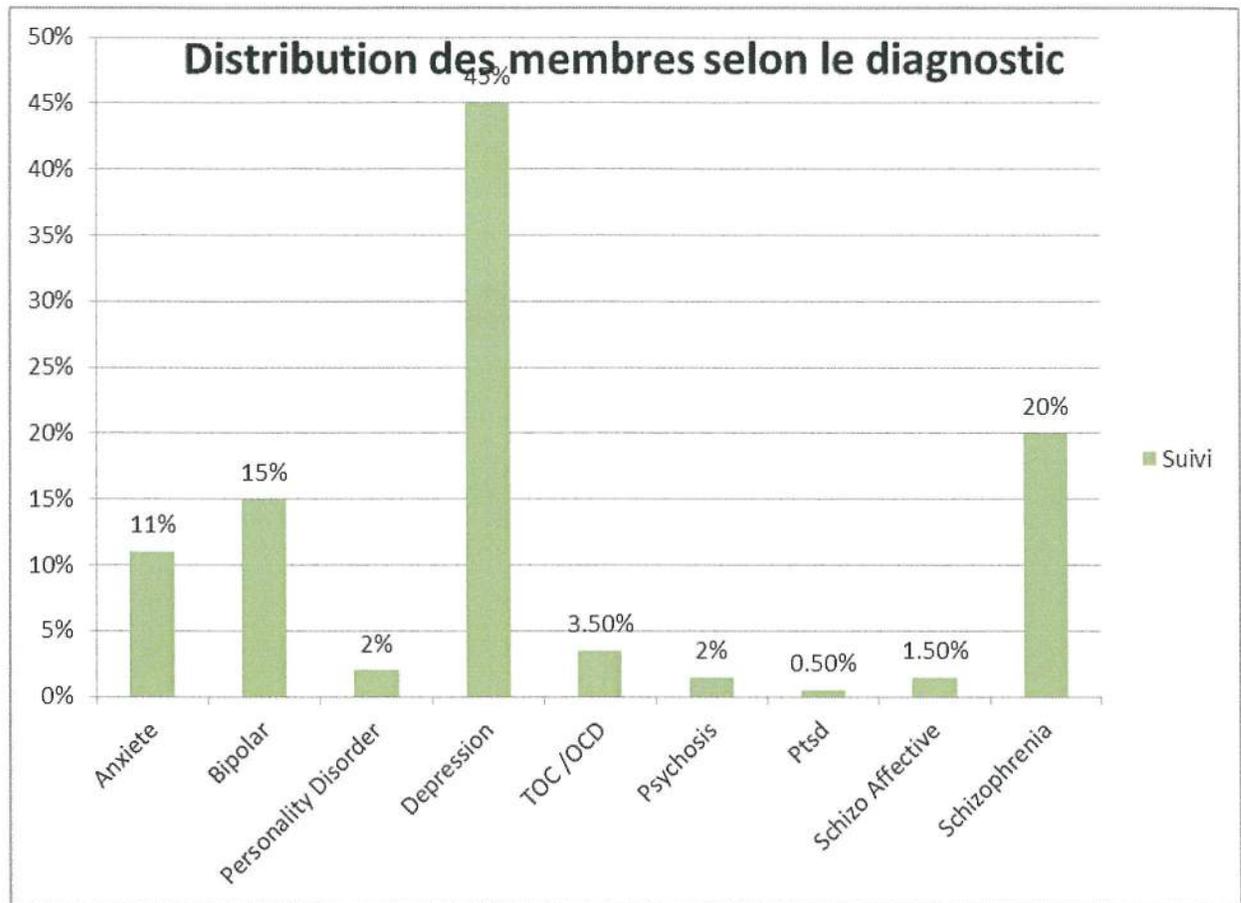
Ce graphique nous permet de voir que 69% de notre clientèle sont Anglophone, et 31 % Francophone.

This graph indicates that 69% of our clientele is Anglophone and 31% are Francophone.



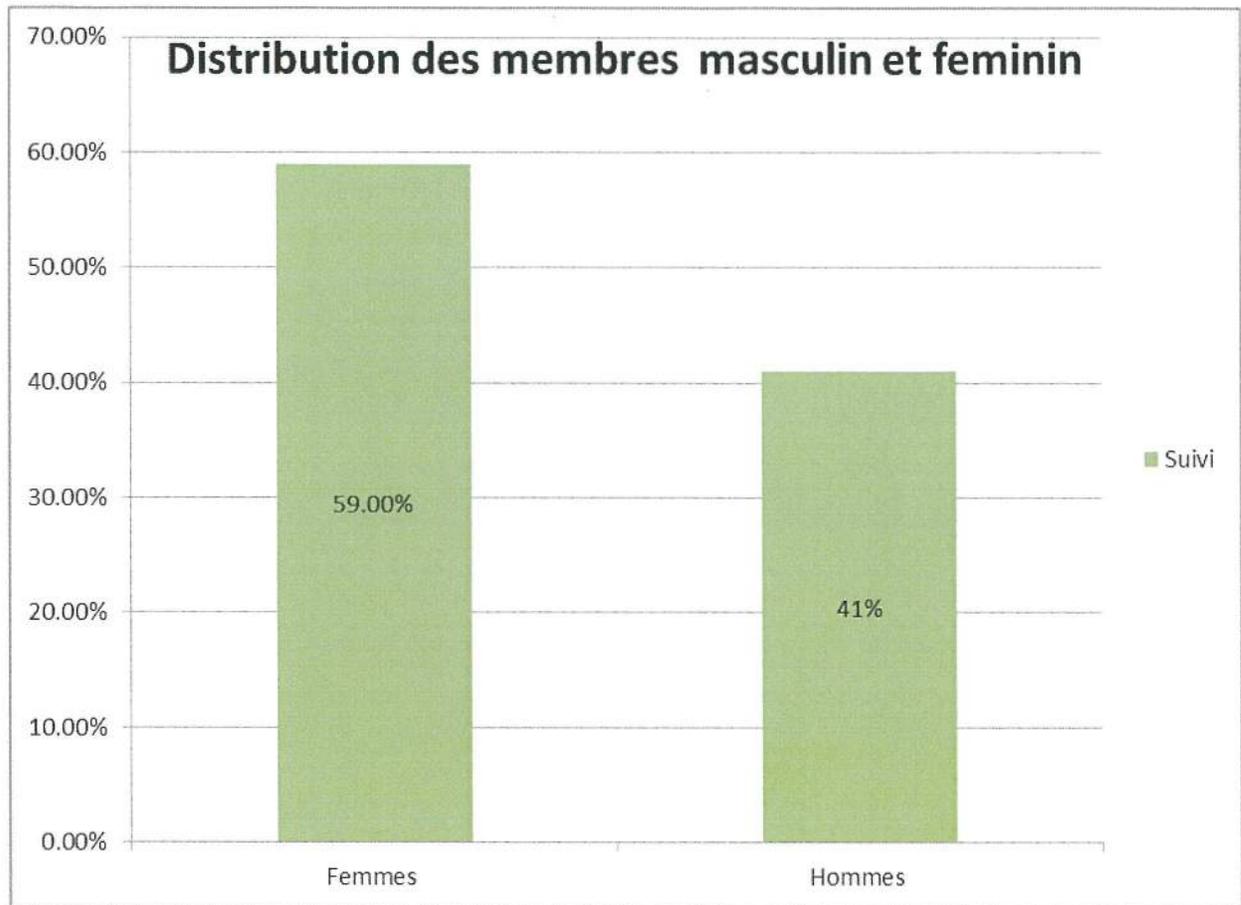
Ce graphique nous permet de voir que 57% de notre clientèle sont situées dans la municipalité de Pierrefonds (38%) ou Dollard des Ormeaux (19%).

This graph indicates that 57% of our clientele are situated in the municipalities of Pierrefonds (38%) or Dollard des Ormeaux (19%).



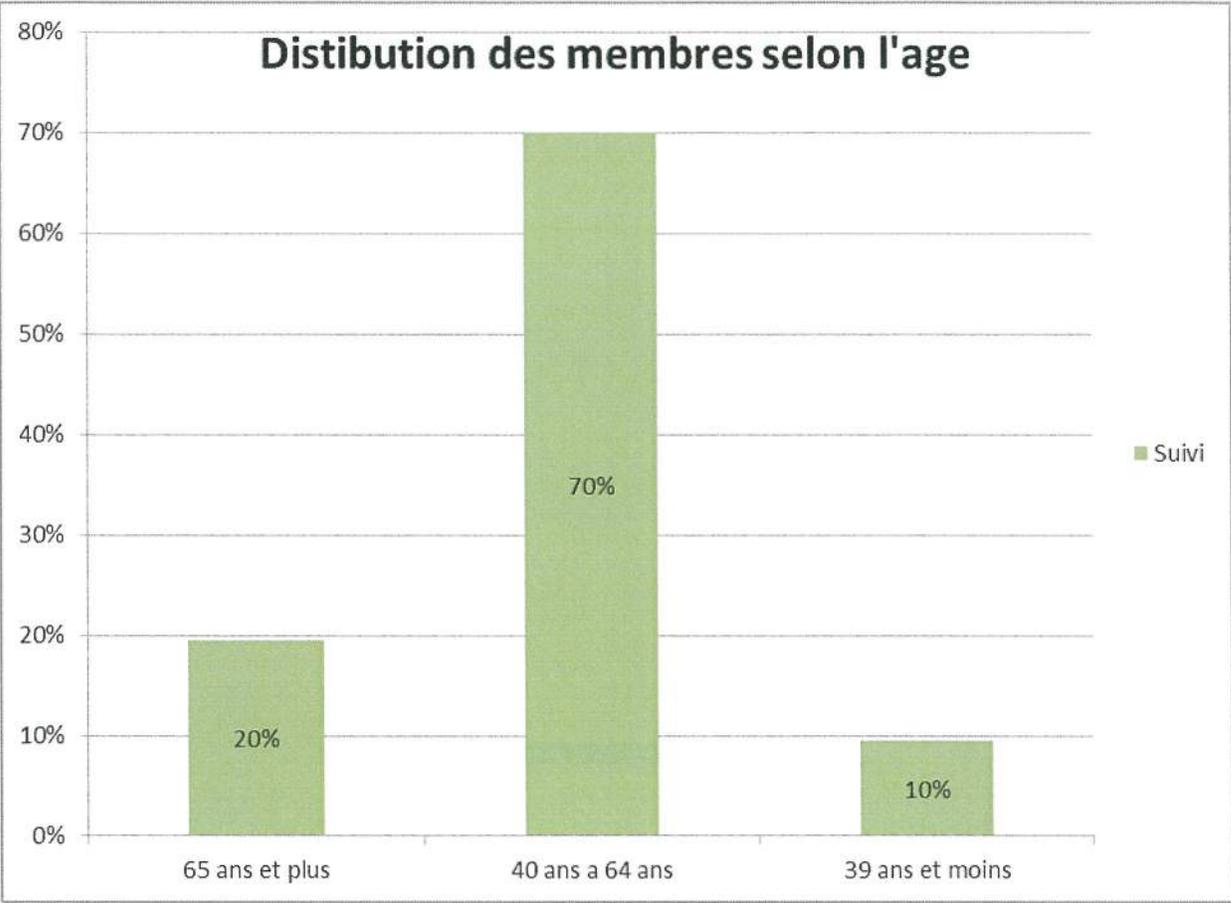
Ce graphique concerne la distribution des clients de l'organisme selon le diagnostic. Nous voyons que 45% des individus atteints la dépression, et 20% la schizophrénie.

This graph regarding the diagnosis of our clientele. We can see that 45% suffer from Depression and 20% from Schizophrenia.



Ce graphique montre que 59% de notre clientèle sont de sexe féminin, et 41% de sexe masculin.

This graph indicates that 59% of our clientele are female, and 41% are male.



Ce graphique nous indique que 70% de notre clientèle sont entre l'âge de 40 à 64 ans.

This graph indicates that 70% of our clientele is between the ages of 40 to 64 years of age.

## RÉFÉRENCES ET ÉVALUATIONS

Les demandes pour notre service de suivi individualisé à long terme proviennent de divers intervenants du réseau de la santé, de la famille et de la personne elle-même. Les formulaires nous sont postés ou complétés par téléphone ou par un de nos intervenants. Ces documents sont ensuite classés en ordre chronologique et les personnes référées sont contactées le plus rapidement possible pour une évaluation. Cette première rencontre n'en est pas une de suivi, mais sert plutôt à déterminer si Perspective communautaire est bel et bien le type de ressource recherchée par le (la) client(e) et permet aux évaluateurs de bien définir les besoins de chaque personne. S'il y a lieu, la personne référée bénéficiera d'aide immédiate et à court terme visant les démarches urgentes et nécessaires pour assurer sa subsistance. Par la suite, les personnes évaluées doivent attendre d'être contactées par leur intervenant(e). La période d'attente dépend de la disponibilité et de la charge de travail de l'ensemble des intervenant(e)s. A la fin de l'année 2014-2015, il y avait 81 nouvelles références.

Provenance des références :

- 19% Par lui-même
- 40% Le CSSS
- 5% Membre de la famille ou une proche
- 32% Organisme communautaire
- 4% Centre De Crise

## REFERRALS AND EVALUATIONS

Referrals for our services come from various sources in the community, such as the CSSS (hospital or CLSC), Doctors, and Nurses, a family member or the person themselves. Once received, each referral is filed chronologically with the referral date, and the person will be contacted by a community worker for a first meeting. This first contact is made to ensure that Perspective Communautaire en Santé Mentale is the right service for this person at this time, and to identify the needs, goals of the individual. If needed the person could receive immediate assistance depending on the immediate and urgent needs. . The wait period is dependent on the availability and the workload of the team of community workers. At the end of the 2014-2015 year, we had received 81 new referrals.

New Referral sources:

- 19% by the individual
- 40% the CSSS
- 5% a member of their family or friends
- 32% Community Organisation
- 4% Crisis Center

## Homerun and Housing



**HOMERUN** is a housing service designed to assist individuals with on-going mental health problems in their search for low-income quality housing.

The objectives of this program are:

To assist individuals to find low-income quality housing in the West Island.

To provide assistance with moving and setting up a new place of residence.

To educate and advocate for tenants about their rights and responsibilities.

To educate landlords about mental health in order to promote a better understanding and acceptance of individuals with mental health problems as tenants.

From April 1<sup>st</sup> 2014 to March 31, 2015, 76 new clients benefitted from Homerun services.

25% of the referrals were from the Crisis Center, 26% from the individuals themselves, 29% from the different CSSS locations in Montreal and the rest are from other community organizations or family members and friends.

### CHEZ SOI – HOMERUN

CHEZ SOI est un service d'hébergement qui a pour but d'assister les individus ayant des problèmes de santé mentale dans leurs recherches pour un logement de qualité à prix modique pour les personnes à faible revenu.

Les buts de ce programme sont :

D'accompagner les individus dans leurs recherches d'un logement décent à prix modique dans l'Ouest de l'Île;

Participer à l'organisation du déménagement et à l'aménagement du nouveau logis;

Éduquer les locataires sur leurs responsabilités et les soutenir dans la reconnaissance de leurs droits;

Conscientiser les propriétaires sur le problème de la santé mentale dans le but de promouvoir une meilleure compréhension et favoriser l'acceptation d'un locataire aux prises avec un problème de santé mentale.

Le programme Chez Soi : Nous permet d'accumuler une banque de données des logements abordables et nous aidons ces individus avec les demandes de logements subventionnés.

Du 1er avril 2013 – 31 mars 2014, 76 nouveaux clients ont bénéficié des services de Chez soi.

25% des références proviennent du Centre du Crise de L'Ouest de l'Île, 26 par les individus même, 29% des CSSS sur l'Île de Montreal et les autres sont référés par des organismes communautaires ou par des proches.

## **Projet pilote Envie sommaire 2013-2015**

Suite à plusieurs constatations de certains besoins dans la communauté, le projet pilote **Envie** fut instauré en 2013, avec objectif de fournir un support additionnel et motiver les individus à accroître leur santé physique, à promouvoir les opportunités de socialiser et créer une croissance durable ainsi qu'une participation dans les programmes de la communauté. Le programme consiste à la création de groupe, effectuer des supports individuels, créer des événements spéciaux ainsi qu'effectuer du suivi à court terme.

Depuis juillet 2014, le travail effectué par **Envie** s'est concentré à stabiliser et soutenir le groupe existant qui fut créé, ainsi que planifier la dissolution du projet pilote qui est prévu pour avril 2015. On constate la réussite de ce projet par la participation continue du groupe de natation, les rencontres continues du groupe de jeux de société et l'aspiration de continuer du groupe de balle molle et la pétanque, d'envisager de jouer tout l'été avec les partenaires dans la communauté. Le succès de chaque activité est attribué aux participants qui ont pris la responsabilité de garder les groupes en fonction.

### **Groupe de natation**

Presque tous les vendredis à 11 :45 au Centre Aquatique de Pointe-Claire se rassemblait le groupe de natation, cette activité est toujours en fonction pour le moment. On recherche un volontaire à long terme pour diriger ce groupe avec la possibilité de s'impliquer dans un événement de levée de fonds afin de couvrir les coûts de cette activité. Cette année, grâce à notre bailleur de fond Provigo Kirkland ainsi que le Centre Aquatique Pointe-Claire dont nous bénéficions d'un prix d'entrée réduit, nos participants ont beaucoup profités de cette activité.

### **Groupe de jeux de société**

Ce groupe se rencontre régulièrement le jeudi à 14.00hr. au Macdonald situé sur le Boul. St-Jean. Les participants jouent souvent aux échecs, aux cartes, et au scrabble. Quelques participants continuent de se rencontrer occasionnellement, tandis que d'autres choisissent de se courtiser entre eux.

### **Les rencontres du mardi après-midi**

Les activités du mardi après-midi furent instaurées pour permettre une alternative aux gens qui ne veulent pas participer (ou incapable) au hockey cosm. L'activité du jour varie selon la saison et la participation. Nos mois d'été sont ceux qui ont le plus haut taux de participation aux parties de balle molle hebdomadaire qui se terminent par une grande compétition en octobre. Aussi le BBQ avec nos amis du Centre de jour Omega. Le jeu de pétanques est aussi disponible dans la même période que la balle molle pour certains participants. Durant les mois plus froids, le groupe se déplace au Shooters pour jouer au billard. Espérant que le groupe de balle molle et pétanque continueront cet été avec un peu de support des participants et autres partenaires dans la communauté.

## Conclusion

A travers ce projet pilote il a été démontré l'habileté de nos participants à diriger, à se responsabiliser des services en santé mentale et de construire des programmes convenables à leur besoin. Encourager les clients à prendre des décisions de commandement est une importante stratégie dont bénéficient ces derniers et l'organisation. En impliquant les participants dans tous les aspects de l'organisation (levée de fonds, programme de développement) PCSM valorise les individus à travers leur travail, les implique dans la communauté et leur permet de comprendre que chaque succès dépend d'une initiative humaine. Ayant des participants impliqués sous tous les aspects du projet; nous aidons à leur faire prendre conscience de la réalité financière pour la continuité d'un programme et nous préparons les participants aux initiatives futures nécessaires au financement et au maintien des programmes qu'ils auront décidés de maintenir dans la communauté. En résumé, avoir un support structuré en place pour nos services et des usagers qui participent et développent des initiatives communautaires est un besoin à instaurer.

Le projet Envie fut une expérience enrichissante nous permettant de mieux comprendre les besoins et les défis que nos clients affrontent en participants et maintenant leur implication dans les activités de la communauté. Ce qui est clair de ce projet, est que nos clients ont toutes les aptitudes nécessaires pour maintenir et continuer les groupes dans la communauté si nous leur donnons les outils et le support pour gérer ces choses. Nos clients ont un profond besoin de service en dehors des centres de jour. Allant de l'avant, ce programme nous a démontré l'importance d'encourager nos participants à prendre des initiatives, de mieux communiquer avec nos organismes partenaires et effectuer des services disponibles en dehors des espaces identifiées « santé mentale »

Le processus d'essayer de mettre en place et financer certaines activités est difficile lorsque le manque de soutien monétaire de base est absent. Le tout ne peut se faire sans effectuer quelques petits événements durant l'année. Ce qui est difficile dans le programme de santé mentale, ce ne sont pas tous les groupes/ approches qui conviennent à chaque personne

C'est pourquoi qu'il est important d'encourager et de soutenir chaque individu dans leur initiative d'organiser de nouvelles activités qui leur conviennent. Malheureusement, nous ne pouvons pas toujours lancer un appel à l'aide, donc nous devons essayer de trouver des alternatives et pratiquer la flexibilité et la tolérance

### EnVie Summary 2013-2015

The EnVie pilot program was started in 2013 to address observed needs in the community for additional support in motivating individuals to increase their physical health, provide opportunities for socialization and create sustained growth and participation in community programs. The program involved components of creation of groups, one-on-one support, special events, and short term follow up. Since July 2014 the work being done by EnVie has had a focus on stabilizing and sustaining existing groups that were created, and planning disengagement for

the end of the pilot project in April 2015. This was done to some success as evidenced by an ongoing participation by swimming group members, ongoing meetings by board game groups, and aspirations to continue pétanque and baseball groups throughout the summer with our community partners. The ongoing success of each activity can be attributed to the participants who have taken on responsibilities to keep the groups going.

**Swimming group:** The swimming group ran almost every Friday at 11:45 at the Pointe Claire Aquatic Center and continues to run for the present. The group is seeking a volunteer to take over long term management of the group and possibly be involved in future fundraising events to cover the costs of swimming. This year participants funded the activity through a fundraiser with Provigo Kirkland and the continued support of the Pointe-Claire Aquatic Center who offer us entry at reduced cost.

**Board games group:** The board games group met regularly at McDonalds on St-Jeans Boulevard most Thursday's at 2:00p.m. . Participants would often play chess, cribbage, and scrabble. Some participants continue to meet occasionally, while others have opted to meet up with each other of their own accord.

**Tuesday afternoon meet-up:** The activity of the Tuesday afternoon meetup was started to provide an alternative for people who were not interested (or able) to participate in the Tuesday Hockey group. The activity of the day would vary by season and participation. The summer months had the greatest involvement for weekly baseball skirmishes which culminated in an epic October competition and BBQ with our friends from the Omega Day Center. Pétanque was also available for participants at the same time as baseball. During the colder months, the group moved inside to Shooters to play billiards. The baseball and pétanque will hopefully continue this summer with a bit of support from participants and our partners in the community.

#### Conclusions

Through this pilot project it has demonstrated our participants' ability to take leadership, responsibility and ownership of mental health services and build programs that are suitable to their own needs. Encouraging leadership amongst our clients is an important strategy PCSM can use to benefit both the clients and the organization as a whole. By getting participants involved in all aspects of the organization (fundraising, awareness, program development) PCSM provides an opportunity for individuals to feel validated through their work, get involved in the community and understand that behind each success is a human driven initiative. Having participants involved in all aspects of a project also helps bring awareness to the financial realities of running a program, and prepare participants for future grassroots initiatives necessary for financing and sustainably growing the programs that they seek to maintain in the

community. This all being said, having a support structure in place for our service users to participate and develop community initiatives is something that needs to be developed.

It is important that PCSM works with its clients and partners in the community to continue to develop new initiatives and help sustainably develop resources that will benefit the community at large.

### Évènements spéciaux / Special Events



Chaque année, en supplément de notre programmation régulière, nous organisons un certain nombre d'activités, sorties spéciales et des groupes, comme notre Équipe de Sports à Kirkland (Hockey cosom). Certains, des évènements annuels et collectifs avec d'autres organismes, tel que : Cabane à sucre, épluchette de blé d'inde, et notre fête de Noël.

Each year in addition to our regular programming we organize a number of special events, outings and groups. Such as our Kirkland gym group (Floor Hockey). Some of which are annual collective events with other organizations, such as: Cabane a Sucre, corn roast, and the biggest by far the Christmas party.

### Nos Camps



Nous avons eu l'occasion d'offrir un camp à nos clients. Un à l'hiver un deuxième en été. Grâce au Frères Maristes à Rawdon qui nous offre le camp généreusement Chaque fois, 10 personnes ont l'opportunité de partir pour profiter de la nature et d'amis. Merci à tous les intervenants ayant participé à ces camps d'été, faisant de cette activité un franc succès!

we have had the fortunate opportunity to offer à winter and summer camp to our clients. We are undoubtedly grateful to the Frères Maurice for their support in offering these opportunities to our clients. The serenity of the lake and the fresh country air signifies the beginning of something great.. Each trip allows up to 10 individuals experience a small group atmosphere with plenty of sharing and friendship. Thanks to all of the intervenantes who participated at the camps this year and making the camp a HUGE success!

## Committees and collaborations



Throughout the past year Perspective Communautaire en Santé Mentale was actively involved in various committees throughout the community. These commitments keep us active in making an impact toward common goals in our community with all of our partners. It is important to remain active to make policy change, share our expertise and create links for better collaborations. Our partners are:

Table de Concertation en Santé Mentale de l'Ouest de l'Île :

Housing committee/Comité d'hébergement

Comité des meilleures pratiques: la confidentialité

Table de Concertation en matière de violence sexuelle dans L'Ouest de L'Île

Table Montréalaise sur le logement autonome en santé mentale

ROSAC (Regroupement des Organismes de Suivi Alternatif Communautaire)

ROSAC : Entre intervenants

WITPAR (West Island Table for Psychiatric Alternative Resources)

Comités des Évènements Collectifs (Noël, épiluchette de blé d'inde, cabane à sucre,)

Merci à L'Agence de la Santé et des services sociaux de Montréal, pour les cartes Laissez-passer 2014

qui nous permet d'accompagner nos clients en voiture aux institutions de sante, sans subir des frais.

Thanks you to L'Agence de la santé et des services sociaux de Montreal, for our Laissez-passer 2014 card, which enable us to accompany our clients by car to CSSS establishments without fees.

## **Staff Trainings/ Formation**

Au cours de l'année les employés de Perspective Communautaire en Santé Mentale ont participé aux formations suivantes:

Throughout the year the staff at Perspective Communautaire en Santé Mentale participated in the following trainings :

**Noci Clinique : Formation douleur chronique**

**Tania Cicora : Techniques de Relaxation**

**Claire Carpentier : Support pour le deuil**

**Véronique Belanger : Atelier sur les drogues**

**Sunshine : La Méditation**

**Omega Community Resources : La Confidentialité**

**Josée Thifault : Atelier thématique sur l'espoir en contexte d'intervention**

**Centre des Ressources Communautaires : Le Suicide : Détruire le mythe**

**Le Fil : Formation sur le TOC**

**Association Canadienne en Santé mentale : Vulnérabilité femme immigrante**

**Journées Annuelles en santé mentale 2014 : S'engager ensemble dans l'action**

### **Our Donors/ Nos Donateurs**

Perspective Communautaire en Santé Mentale would like to thank all our donors for their continued support throughout the year. Your support allows us to continue to adapt to the changing needs of our clientele and to maintain our quality of service. Without our donors, we could not have made this past year as successful.

Perspective Communautaire en Santé Mentale et toute sa clientèle remercie tous nos donateurs pour leur soutien continu et la confiance que vous nous avez témoignée au cours de l'année. Votre appui nous permet de continuer à offrir des services de qualité et adaptés aux besoins de la clientèle.

#### **L'Agence de développement de service de santé et services sociaux**

**Député de Robert Baldwin Mr. Carlos Leitao**

**Président du Conseil du Trésor : Ministre M. Martin Coiteux**

**The Rotaide Foundation of the Rotary Club of Montreal-Lakeshore**

**Partage Action de l'Ouest de l'Île/ West Island Community Shares**

**Paroisse St-Edmund of Canterbury Parish**

**Madame Michelle Vaclair**

**Chimp Foundation**

**Madame Bawa**

**La Fondation Echo**

**Fabrique de St-Luc**

**Les Anciens de Pointe-Claire**



