



PCSM

Perspective
Communautaire
en Santé Mentale

Perspective Communautaire en Santé Mentale

**16115 Boulevard Gouin Ouest, Bureau 300
Sainte-Genève-de-Pierrefonds, QC H9H 3C7**

Téléphone : 514-696-0972

Fax : 514-696-0982

Courriel : info@pcsm-cpmh.org

www.pcsm-cpmh.org

[Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

Rapport Annuel /Annual Report 2016-2017

1^{er} Avril 2016 au 31 Mars 2017

Préparé par :

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

Le 8 juin 2017

TABLE DES MATIÈRES/TABLE OF CONTENTS

RAPPORT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE / DIRECTORS REPORT	3-4
MISSION ET PHILOSOPHIE / MISSION AND PHILOSOPHY	5
LES RESSOURCES HUMAINES / HUMAN RESOURCES	6
LE CONSEIL D'ADMINISTRATION / BOARD OF DIRECTORS	7
LE SUIVI COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY SUPPORT	7-8
CHEZ SOI / HOMERUN	8-9
PROFIL DES UTILISATEURS DE SERVICE / PROFILE OF SERVICE USERS	10-11
RÉFÉRENCES ET ÉVALUATIONS / REFERRALS AND EVALUATIONS	12
AUTRES ACTIVITÉS / OTHER ACTIVITIES	13-17
COLLABORATIONS ET DÉVELOPEMENT COMMUNAUTAIRE / COLLABORATION AND COMMUNITY DEVELOPMENT	17
FORMATION CONTINUE / TRAININGS	18
GOVERNANCE DE PCSM / GOVERNANCE OF PCSM	19
NOS DONATEURS / DONORS	20

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-sm-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

Le rapport du directeur général

Le personnel, les bénévoles et les administrateurs de Perspective communautaire en santé mentale (PCSM) ont travaillé sans relâche cette année afin d'apporter des changements durables aux normes d'opération de l'organisme et améliorer les services offerts aux clients de PCSM.

Ce fut une année exceptionnelle en termes de réforme administrative. En effet, PCSM a tenu deux réunions générales afin de mettre à jour les règlements généraux. Cette restructuration était due depuis longtemps et grâce aux efforts des membres, l'organisme dispose maintenant d'un document qui servira dorénavant de guide et de structure clairs.

Pour ce qui est des services cette année, nous avons porté notre attention sur augmenter le nombre de personnes desservi par nos services et la mise en place de pratiques afin que les clients se sentent supportés durant leur récupération. Parmi les réalisations, mentionnons le recrutement de bénévoles et d'internes, la création de nouveaux groupes de soutien ainsi que la mise en place d'un comité des clients dans l'Ouest-de-l'Île.

Tout ceci n'aurait pas été possible sans le dévouement des membres de notre conseil d'administration, des bénévoles et du personnel. Les bénévoles de notre conseil d'administration ont eu le courage de faire face à des problèmes complexes et ils ont consacré plusieurs heures afin de s'assurer que l'organisme s'engage sur la voie d'une réforme durable. Tous nos compliments aussi à notre personnel qui a continué à maintenir les services tout au long de cette année pleine d'incertitudes et de changements.

Je tiens également à remercier nos membres, nos clients et les autres personnes qui nous ont aidés, pour leur encouragement et leur participation alors que nous apportions des changements durables à PCSM. Ce fut extraordinaire de constater les contributions de nos membres sur les médias sociaux et leur désir de se porter volontaires pour les campagnes de sensibilisation et les événements médiatiques. C'est grâce à la participation de nos membres et des utilisateurs de nos services que PCSM pourra briller et progresser au cours des prochaines années !

J'ai hâte de collaborer avec nos membres et nos extraordinaires partenaires communautaires afin de faire de PCSM un organisme encore meilleur dans les années à venir ! Un grand merci encore à vous tous pour votre soutien !

Respectueusement,

David Ronai

Directeur de PCSM

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcsm-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

Director's Report

The staff, volunteers, and administration of Perspective Communautaire en Santé Mentale (PCSM) have worked tirelessly this year to create sustainable changes to the operating norms of the organization and in improving upon the services available to PCSM clients.

This year was exceptional in terms of administrative reform, as PCSM held two special general meetings to update the general regulations. This overhaul was long overdue and thanks to the efforts of members, the organization now has a document that will provide clear guidance and structure for the future.

Our focus for services this year was to increase our delivery of services, and put in place new practices to help people feel supported in their recovery. Accomplishments include the recruitment of new volunteers & interns, the creation of new support groups and the development of a client committee in the West Island.

All this would not have been possible without the dedication of our board of directors, volunteers and our staff. Our volunteer Board of Directors were courageous in addressing complex issues and dedicating many hours of service to see that the organization would be on track for sustainable reform. Our staff equally must be complimented for being steadfast in maintaining the delivery of services in what was a year of uncertainty and change.

Respectively, I also thank our members, clients, and other supporters for their encouragement and participation as we make sustainable changes to PCSM. It has been amazing to witness contributions from our members on social media, and in our members' desire to volunteer for awareness campaigns and media events. The participation of our service users & members is what will allow PCSM to shine and prosper in the coming years!

I look forward to collaborating with our members & amazing community partners in to make PCSM an even greater organization in the years to come! Thank you all again for your support!

Respectfully,

David Ronai

Director – PCSM

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcsm-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

MISSION ET PHILOSOPHIE / MISSION AND PHILOSOPHY

INTRODUCTION

Perspective communautaire en santé mentale est un organisme sans but lucratif qui a été incorporé en 1988.

Mission : Aider les personnes vivant des problèmes de santé mentale à réaliser leur plein potentiel tout en répondant aux défis de la vie quotidienne au sein de leur communauté. Grâce à une relation personnalisée fondée sur le respect mutuel et la confiance, les individus reçoivent le soutien dont ils ont besoin pour améliorer leur qualité de vie et favoriser leur intégration dans la communauté. Un service adapté aux besoins de chacun est offert avec chaleur humaine dans un cadre informel et convivial.

Les objectifs : l'amélioration du bien-être et de l'autonomie de la personne; l'emphase est mise sur l'amélioration de sa qualité de vie.

La philosophie : la personne doit être considérée comme une entité multidimensionnelle dont tous les aspects sont interdépendants. Le travail, qui se veut une collaboration, est axé sur les forces de la personne. On veut aider chacun à maximiser ses compétences et à développer son plein potentiel pour qu'il vive de façon autonome en tant que membre de la société.

Territoire : Notre service de suivi s'adresse aux résidents de l'Ouest de l'Île. Ce territoire comprend les villes suivantes : Dorval, Dollard-des-Ormeaux, Baie d'Urfé, Senneville, Sainte-Anne-De-Bellevue, Beaconsfield, Kirkland et les arrondissements de Pierrefonds-Roxboro, Île-Bizard, Sainte-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. The service is tailored to an individual's needs and is offered with warmth and with an informal and friendly approach.*

Objectives: *improving well-being and personal autonomy; the emphasis is on improving quality of life.*

Philosophy: *The person must be considered a multidimensional entity where all aspects are interrelated. The work, which requires collaboration, focuses on the person's strengths. We want to help everyone to maximize their abilities and develop their full potential so they can live autonomously as a member of society*

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

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

LES RESSOURCES HUMAINES/HUMAN RESOURCES

L'ÉQUIPE DE PCSM\ PCSM TEAM 2016-2017

David Ronai, Directeur Général / Director

Pierre Michel Joseph, Adjoint 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

Ann Marie Shiner

Cher Bercovitch

Bénévoles au bureau/Office Volunteers

Carole Bourgeois

Pierre Bourgeois

Madelane Riley

Colleen Mulroney

Cynthia Knechtel

Marlyn Bien-Aimé

Stagiaires et partenariats universitaires/ interns and university partnerships

Emilie Desrosiers, Université McGill

Cindy Pierre-Louis, Université de Québec à St-Jérôme en Outaouais

Véronique Bélanger, Université de Montreal

Alexandra Peer Wininger, Université Concordia

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-sm-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

CONSEIL D'ADMINISTRATION/BOARD OF DIRECTORS

Johanne Bourbonnais, Présidente / President

Michael Netto, Vice-président / Vice-President

Farinaz Haghghat, Trésorier / Treasurer

Maryse Valiquette, Secrétaire / Secretary

Patrick Merrigan, Administrateur issue des employés / Administrator from the staff

Alexandra Davanzo, Secrétaire rédactrice / Recording Secretary

Lucie de Bellefeuille, Administrateur issue de la clientèle / Administrator from the clients

Karen Knechtel, Administrateur issue de la clientèle / Administrator from the clients

Nada Chalaby, Administrateur / Administrator

Démissions au cours de l'année / resignations during the year : Joan Cousineau (Administrateur issue de la clientèle), Samaneh Khademimansour (Administrateur)

LE SUIVI COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY SUPPORT

Perspective Communautaire en Santé Mentale offre des services de suivi communautaire aux personnes ayant des troubles de santé mentale qui habitent dans l'Ouest de l'Île de Montreal. Les intervenants communautaires assistent les individus à faire face à leurs défis particuliers de santé mentale nonobstant des obstacles de la vie quotidienne.

Chaque individu est unique, donc le travailleur communautaire élabore un plan de soutien selon les besoins, les forces et les objectifs du client. Plusieurs domaines sont ciblés tels que : la budgétisation, la nutrition, le logement, les activités quotidiennes, la reconnaissance des symptômes, atténuer le stress, et le développement des compétences interpersonnelles. Les rendez-vous sont offerts chez les individus et dans leurs communautés.

Du 1^{er} avril 2016 au 31 mars 2017, 225 personnes ont bénéficié des services de suivi communautaire par 3498 rencontres dans la communauté.

Perspective Communautaire en Santé Mentale provides community support services to individuals with mental health problems living in the West Island. Community workers support individuals overcome challenges they face in managing their mental health all the while facing the challenges of everyday life.

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

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

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. Meetings take place in the person's home and in his/her community.

During the period of April 1, 2016 to March 31st, 2017, 225 individuals benefited from our community support program, via 3498 meetings in the community.

	# de personnes qui ont bénéficié de suivi communautaire	# de rencontres
1^{er} avril 2016 au 31 mars 2017	225	3498
1 ^{er} avril 2015 au 31 mars 2016	183	2973

AUGMENTATION / INCREASE

23%

18%

PROGRAMME CHEZ SOI – PROGRAMME HOMERUN

CHEZ SOI est un service pour aider les individus ayant des problèmes de santé mentale dans leurs recherches d'un logement.

Les objectifs de ce programme sont :

- D'accompagner les individus dans leurs démarches pour trouver un logement 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;
- Sensibiliser les propriétaires sur les problématiques de santé mentale dans le but de promouvoir une meilleure compréhension et favoriser l'acceptation des locataires ayant un problème de santé mentale.

Du 1er avril 2016 – 31 mars 2017, 125 personnes ont bénéficié des services de Chez soi.

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

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

The objectives of this program are:

- To assist individuals to find low-income housing in the West Island.
- To provide assistance with moving arrangements and get settled in their new 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 1st 2016 to March 31, 2017, 125 clients benefited from HomeRun services.

	Nombre de personnes desservi par le programme Chez Soi
1 ^{er} avril 2016 au 31 mars 2017	125
1 ^{er} avril 2015 au 31 mars 2016	79

AUGMENTATION / INCREASE 58%

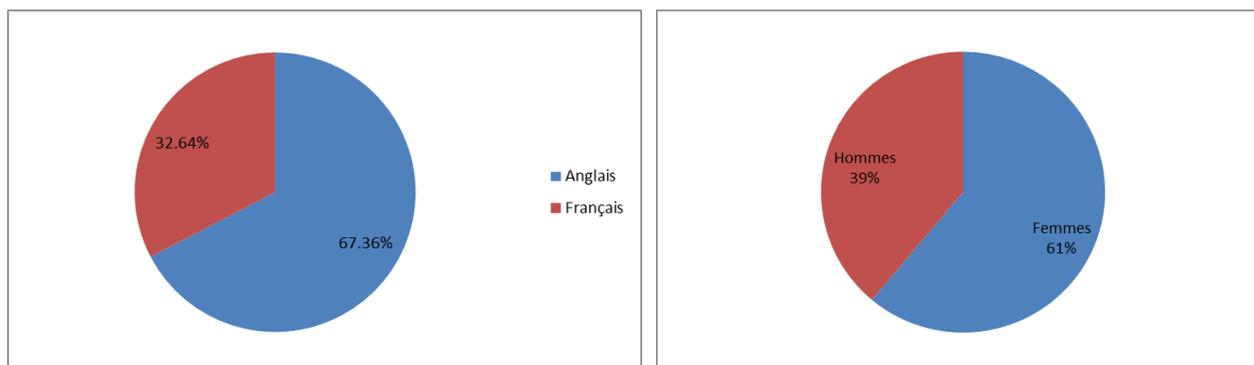
Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcsm-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

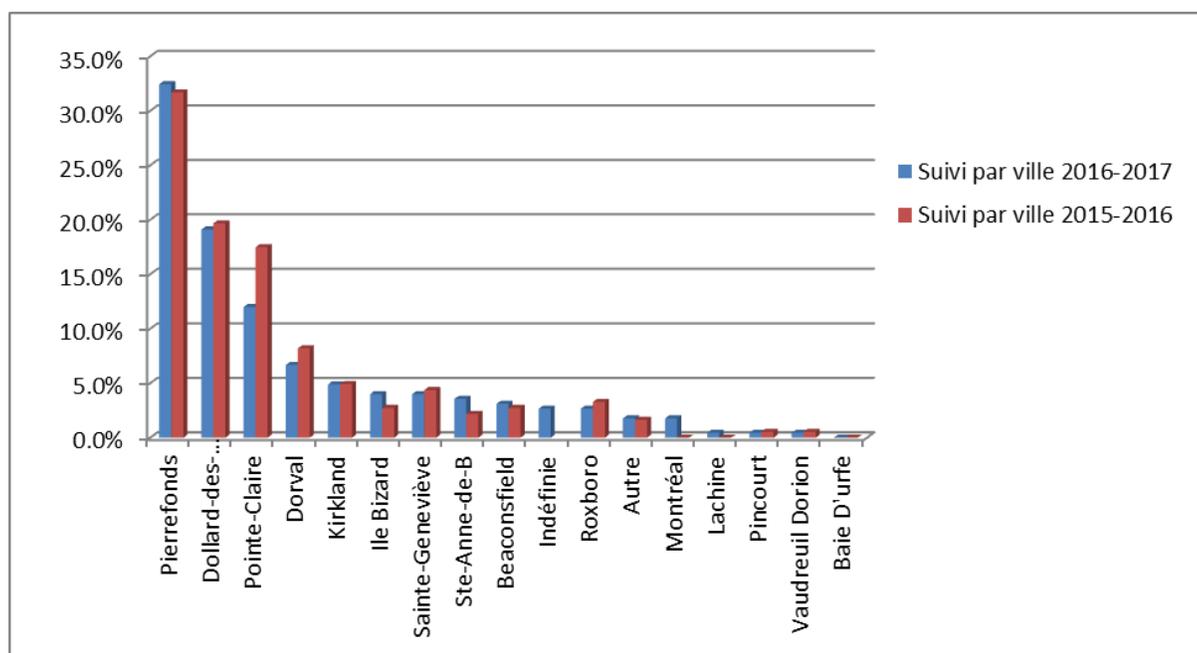
PROFIL DES UTILISATEURS DE SERVICE / PROFILE OF SERVICE USERS



Ces graphiques nous permettent de voir que 67.36% de notre clientèle sont anglophones, 32.64 % sont francophones, que 61% de notre clientèle est de sexe féminin, et 39% de sexe masculin.

These graphs indicate that 67.36% of our clientele is Anglophone, 32.64% is Francophone and 39% is male and 61% is female.

DISTRIBUTION GÉOGRAPHIQUE



Ce graphique nous permet de voir que 51.55% de notre clientèle sont situées dans la municipalité de Pierrefonds (32.44%) ou Dollard des Ormeaux (19.11%).

This graph indicates that 51.55% of our clientele are situated in the municipalities of Pierrefonds (32.44%) or Dollard des Ormeaux (19.11%).

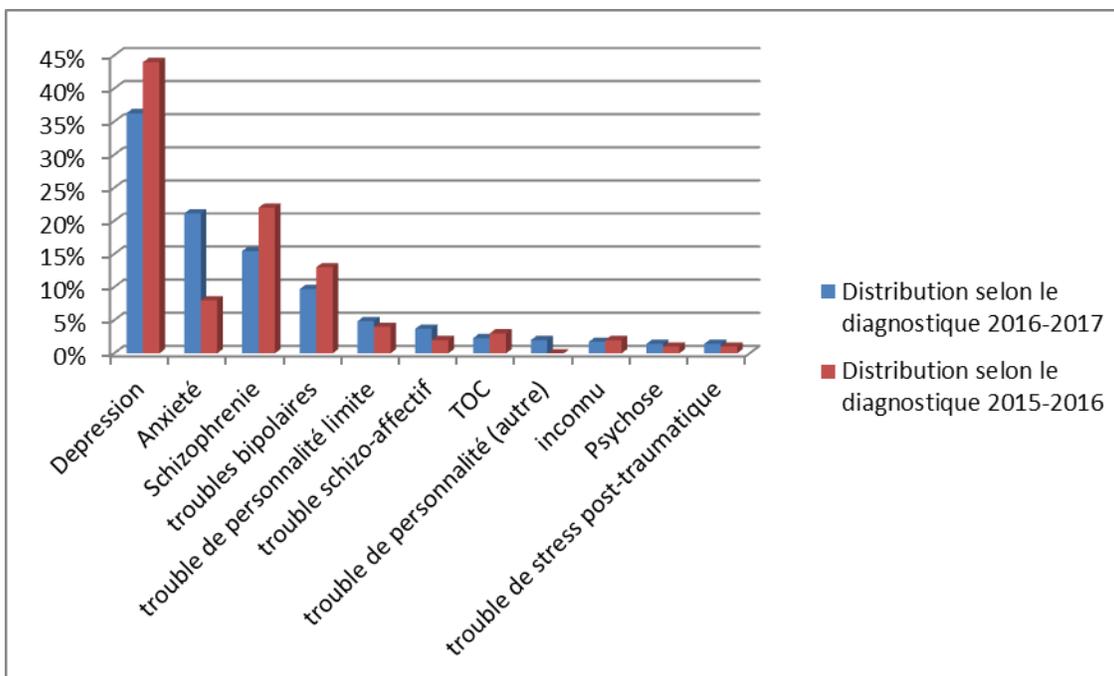
Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

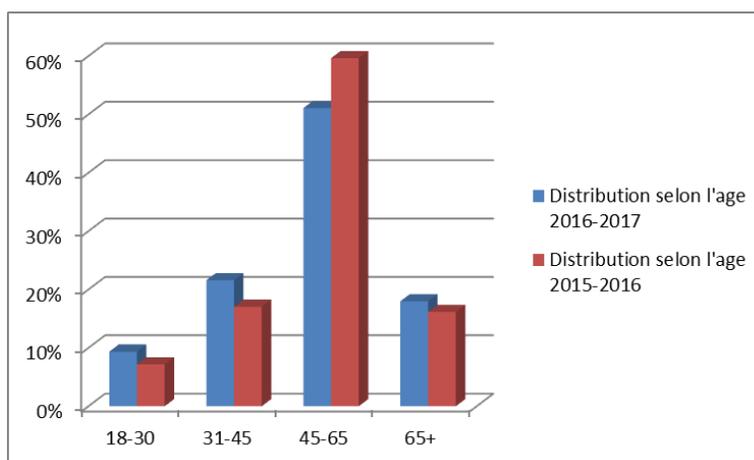
DISTRIBUTION SELON LA PROBLÉMATIQUE DE SANTÉ MENTALE



Ce graphique concerne la distribution des clients de l'organisme selon le diagnostic. Nous voyons que 36% des individus sont atteints de dépression, et 21% d'anxiété.

This graph is regarding the diagnosis of our clientele. We can see that 36% are diagnosed with Depression and 21% with anxiety.

DISTRIBUTION SELON L'ÂGE



Ce graphique nous indique que 51% de notre clientèle est âgée de 45 à 65 ans.

This graph indicates that 51% of our clientele is between the ages of 45 to 65 years of age.

L'âge moyen : 53 ans / Average age: 53

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

RÉFÉRENCES ET ÉVALUATIONS --- REFERRALS AND EVALUATIONS

Les demandes pour notre service de suivi proviennent de divers acteurs du réseau de la santé, des proches et des individus eux-mêmes. 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 la meilleure ressource pour l'individu 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.

À la fin de l'année 2016-2017, il y avait eues 101 nouvelles références. (année 2015-2016 : 72 références) : une AUGMENTATION de 40%.

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. Referred people are next contacted by a worker to schedule an evaluation. This first meeting is to verify that Perspective Communautaire en Santé Mentale is the right service for this person, and to identify the needs and goals of the individual. If assessed by the team that the person has urgent needs, the workers may offer immediate assistance or referrals to appropriate resources. The wait period for services is dependent on the availability and the workload of the team of community workers.

At the end of the 2016-2017 year, we had received 101 new referrals. (2015-2016 year: 72 new referrals): an INCREASE of 40%

Références

	HomeRun	Suivi
Interne / Internal	14%	17%
Organismes Communautaires / Community organizations	16%	10%
Écoles / Schools	0%	6%
CIUSSS ODI	39%	37%
Médecins, cliniques & autres CIUSSS / Doctors, Clinics & other CIUSSS	0%	9%
Proches / Family & Friends	10%	3%
Auto / Self	20%	19%

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-sm-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

AUTRES ACTIVITÉS / OTHER ACTIVITIES

Interventions en collaboration avec le Centre d'éducation des adultes Place Cartier / Intervention Partnership with Adult Education Centre Place Cartier

Nous avons débuté un programme de sensibilisation et de intervention en collaboration avec Le Centre d'éducation des adultes Place Cartier pour rendre les services plus accessibles aux étudiants qui gèrent des problèmes de santé mentale chronique. Un travailleur de PCSM a travaillé à Place Cartier **chaque semaine depuis octobre** et a fait la promotion de services de PCSM dans les classes, et a été disponible pour rencontrer des étudiants sur une base individuelle.

Depuis le début de notre partenariat avec Place Cartier, nous avons eu six (6) demandes de soutien communautaire des étudiants, et nos travailleurs ont tenu 45 rencontres à l'école, et ont souvent été en mesure de les guider vers une ressource appropriée. Des liens ont également été établis avec AJOI, le Centre de Crise et Carrefour Jeunesse Emploi pour déterminer comment nous pouvons tous continuer à mieux servir la population étudiante de Place Cartier. À la fin de l'année scolaire, PCSM évaluera l'impact de notre intervention à Place Cartier et verra comment continuer pour encore mieux desservir cette population.

*We began an outreach program in collaboration with Le Centre d'éducation des adultes Place Cartier to make services more accessible to students who are managing chronic mental health issues. A PCSM worker has been at Place Cartier **every week since October** and has been promoting services in the classrooms, and has been available to meet with students on an ongoing basis. More requests for community support are to be expected.*

Since beginning our partnership with Cartier, we have had six (6) requests for community support from students, and our workers have held 45 meetings at the school, often being able to guide them toward an appropriate resource. Connections have also been made with AJOI, the W.I. Crisis Center & Carrefour Jeunesse Emploi to determine how we can all continue to best serve the student population at Place Cartier. At the end of the school year PCSM will assess the impact of our intervention at Place Cartier and see how we will continue to best serve this population.

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

INTERVENTION DE GROUPE / GROUP INTERVENTION

Nos groupes visent à aider les usagers à développer leurs compétences et leur fournir des outils pour mieux gérer les symptômes reliés à leur problématique de santé mentale. Ces groupes sont complémentaires de notre programme de soutien communautaire et offrent aux participants une opportunité supplémentaire de soutien hebdomadaire ainsi qu'une occasion d'explorer en toute sécurité leurs vulnérabilités et renforcer leur confiance en eux.

***Our groups are all about** building skills and providing tools to better manage mental health symptoms. These groups are complementary to our Community Support program and allow participants to have an additional opportunity for weekly support, as well as provide an occasion to safely explore their vulnerabilities and build self-confidence.*

1. Mood Swings -Groupe hebdomadaire

Objectifs généraux du programme:

- Fournir de l'information aux personnes qui souffrent d'une affection qui impacte leur santé mentale (dépression, anxiété, anxiété sociale, inquiétudes chroniques, crises de panique et faible estime de soi, colère, affirmation de soi et compétences en communication).
- Permettre aux individus de mieux comprendre leur santé mentale en fournissant de l'information qui leur permettra d'apprendre à mieux reprendre le contrôle et la responsabilité de leurs actions; ce qui peut mener à une vie plus satisfaisante.



Entre septembre 2016 et le 31 mars 2017 il y a eu 194 participations aux groupes Mood Swings.

1. Mood Swings - Weekly Group

Overall Program Objectives:

- *To provide information to individuals who suffer from a condition that is affecting their mental health (depression, anxiety, social anxiety, chronic worry, panic attacks, and low self-esteem, anger, assertiveness, and communication skills).*
- *To empower individuals to gain a better understanding of their mental health by providing some information that will help the individual learn how to take control and responsibility for their actions that can lead to a more fulfilled life.*

From September 2016 to March 31st 2017 there were 194 attendances to Mood Swings.

2. Projet - Groupe de soutien et atelier basée sur la mentalisation (sept. 2016-mars 2017)

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

Intervention de groupe inspirée par des approches psychodynamiques et qui enseigne des techniques basées sur la mentalisation.

Au fil du processus de groupe, les membres développent une compréhension et un support mutuels ce qui peuvent avoir un impact positif sur leurs relations à l'extérieur du groupe et sur leur développement émotif.

2. Project - Support Group & mentalization workshop (Sept. 2016-March 2017)

Group intervention inspired by psychodynamic approaches and that teaches techniques based on mentalization. Through the group process, members develop mutual understanding and support which can have a positive impact on their relationships outside the group and on their emotional development.

Groupe de Hockey Balle / Floor Hockey Group

Le groupe de Hockey Balle est organisé en collaboration avec le Centre Bienvenue, et se tient à l'aréna de Kirkland les mardis après-midis entre septembre et juin. La participation est toujours entre 10 et 20 participants. Le groupe de hockey a connu une excellente année il avait gagné la médaille d'argent en avril 2016 et cette année, le groupe a gagné la médaille d'or au tournoi d'hockey Altergo : Défi Sportif d'avril 2017.

The Floor hockey group, which is organized in collaboration with Centre Bienvenue, is held at the Kirkland Arena on Tuesday afternoons from September until June. Attendance is always between 10-20 participants a week. The hockey group had an excellent year and won the silver medal in April 2016 and gold medal in April 2017 at the Altergo-Défi Sportif hockey tournament.

Groupe de natation / Swimming group

Presque tous les mercredis à 11 :45 au Centre Aquatique de Pointe-Claire se rassemblait le groupe de natation; cette activité est toujours en fonction! Grâce à nos bénévoles, à notre partenaire en collecte de fonds Provigo, ainsi qu'au Centre Aquatique Pointe-Claire qui nous offre un prix d'entrée réduit, nos participants ont pu profiter amplement de cette activité.

The swimming group met almost every Wednesday at 11:45 at the Pointe Claire Aquatic Center and functioned thanks to our volunteers. This year the program was run entirely by volunteers who continue to manage the group! Participants funded the activity through a fundraiser with Provigo and the continued support of the Pointe-Claire Aquatic Center who offer entry at reduced cost.

Évènements spéciaux / Special Events

Chaque année, en plus de notre programmation régulière, nous organisons un certain nombre d'activités et de sorties spéciales. Certains, des évènements annuels et collectifs avec d'autres

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

organismes, telles que : match de baseball avec Omega, la marche pour la santé mentale et notre fête collective de Noël.

Each year in addition to our regular programming we organize a number of special events, outings and groups. Some of which are annual collective events with other organizations, such as: baseball match with Omega, Walk for Mental Health and the biggest by far the Christmas party.

- Noël Collectif
- La Marche pour la Santé Mentale
- Altergo : Défi Sportif
- Match de Baseball avec Omega
- Stewart Hall: Ateliers d'art
- Perspective Communautaire: Portes Ouvertes
- Camp Kinkora: comité d'organisation

Camp Mariste

Comme à l'habitude, nous avons eu l'occasion d'offrir deux camps à nos clients. Un en hiver et un deuxième en été. Grâce au Frères Maristes et aux Chalets Lanaudières de Rawdon qui nous offrent généreusement le camp. Chaque fois, 10 personnes ont l'opportunité de partir et profiter de la nature, du grand air et des amis. Merci à tous les intervenants et bénévoles qui ont participé à ces camps, faisant, à chaque fois, de cette activité un **GRAND** succès!

*As usual, we have had the fortunate opportunity to offer a winter and summer camp to our clients. We are undoubtedly grateful to the Frères Maristes and Chalets Lanaudières in Rawdon 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 to experience a small group atmosphere with plenty of sharing and friendship. Thanks to all of the community workers and volunteers who participated at the camps this year and making the camp a **HUGE** success!*

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcsm-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)

Collaborations & Participation Communautaire

Tout au long de l'année Perspective Communautaire en Santé Mentale a participé à divers comités et conférences. Ces engagements nous permettent d'avoir un impact vers des objectifs communs dans la communauté avec tous nos partenaires. Il est important de demeurer actif pour faire un changement de politiques, partager notre expertise et créer des liens pour une meilleure collaboration.

Throughout the past year Perspective Communautaire en Santé Mentale was actively involved in various committees & conferences 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.

Cette année nous avons participé et collaborer avec : / **Our participation this year involved:**

- Table de Concertation en Santé Mentale de l'Ouest de l'Île
- Table de Concertation : Comité d'hébergement / Housing Committee
- Table de concertation en matière de violence sexuelle dans L'Ouest de L'Île
- ROSAC (Regroupement des Organismes de Suivi Alternatif Communautaire)
- ROSAC : Entre intervenants
- Femmes en Action : Pierrefonds-Roxboro

Et pour la première fois / **And for the first time**

NOUVEAU/NEW

- Comité Citoyen Régionale
- Institut Douglas : École Mini-Psy
- NISA support, health & wellness fair

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

Formation / Staff Trainings

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:

- **Dr. Rondeau – CLSC de la Petite Patrie**
 - Fibromyalgie
 - Maladies Chroniques

- **Maitre Groleau : Aide Juridique**
- **Véronique Bélanger : Établir des limites**

- **Institut Douglas**
 - École mini psy
 - Shiri Freiwald : Troubles alimentaires

- **Laurence Caron – AQRP : Stigmatisation**
- **Journées Annuelles en santé mentale 2016**

- **Centre de pédagogie appliquée aux sciences de la santé (CPSS)**
 - Les troubles anxieux : que sont-ils devenus
 - Trouver le fil
 - Formation TAC

- **Relations interculturelles en santé mentale**
- **Économies, société et santé mentale : repensons la richesse**
- **Prévenir et briser l'isolement**
- **Pierre Valois du Centre de Formation Populaire : Rôles et responsabilités des membres d'un CA d'OBNL**
- **Hearing Voices Training**

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

GOUVERNANCE DE PCSM / GOVERNANCE OF PCSM

Suite à l'assemblée générale annuelle du 4 juin 2016, un nouveau Conseil d'administration a été élu à Perspective communautaire en santé mentale (PCSM) et ce en toute transparence.

Depuis son élection, le nouveau Conseil d'administration de PCSM s'est engagé à faire rayonner PCSM encore davantage dans la communauté. La bonne gestion de l'organisme, son équilibre budgétaire et le maintien de bonnes relations avec les partenaires du secteur de la santé mentale dans l'ouest de l'île sont prioritaires.

Pour y arriver, plusieurs comités ont été mis en place : un comité de financement, un comité des règlements généraux, un comité de négociation de la convention collective, un comité de relation de travail, un comité de nomination, un comité de sélection et un comité de conciliation.

Principales réalisations de cette année

- Un climat de travail positif et harmonieux incitant au dépassement et à la collaboration règne au sein de l'organisme entre l'équipe d'intervention, l'équipe de direction composé du directeur, de la superviseur clinique et de l'adjoint administratif, le comité de bénévoles et le CA de PCSM. Cela a permis l'éclosion de plusieurs initiatives fédératrices très créatives.
- Un cahier de l'administrateur de PCSM a été créé.
- La première convention collective de PCSM a été signée en juillet 2016, à la satisfaction de toutes les parties. Aucune plainte n'a été déposée cette année.
- De nouveaux règlements généraux revisités en profondeur et alignés aux exigences du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) ont été présentés et approuvés par les membres en assemblées générales spéciales le 4 juin et le 15 septembre 2016.
- Un nouveau code d'éthique a été rédigé et approuvé par le Conseil d'administration le 9 mai 2017.
- Un plan d'action court-terme 2016 et un plan d'action moyen-terme 2017-2020 ont été élaborés.
- Un plan de communication 2016-2017 a été créé et la direction a présenté les activités et les avancés de PCSM à plusieurs partenaires.
- Suite à tout ce travail de redressement, PCSM a été invité à rejoindre la famille de Partage-Action et bénéficiera d'une subvention en 2017-2018.
- Le comité de collecte de fonds s'affaire à la première campagne de financement de PCSM.

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Genève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcsm-cpmh.org Facebook.com/PCSMCPMH

Nos Donateurs / Our Donors

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 tout au long de l'année. Votre appui nous permet d'offrir des services de qualité et de faire évoluer notre offre afin de mieux répondre aux besoins changeants de notre clientèle. Sans vous, nous n'aurions pu avoir une année aussi réussie.

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.

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) :

Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)

Paroisse St-Edmund of Canterbury Parish

Fabrique de St-Luc

Les Anciens de Pointe-Claire

Les Chevaliers de Colomb

La Fraternité des Policiers

Montebello Packaging

Maison l'Échelon Inc.

M. Scardera

Scores Dorval

Scarolies

Comfort Inn Dorval

Barbies Restaurant

Provigo

IGA Martin (Pierrefonds)

Première Moisson D.D.O.

Maison Mallet

Ville de Kirkland

...et pour leur don en temps /and for their gift in time

PCSM remercie tous nos BÉNÉVOLES!

Perspective Communautaire en Santé Mentale

16 115 Boul. Gouin O, Bureau 300, Sainte-Geneviève, Québec H9H 1C7

(514) 696-0972 info@pcsm-cpmh.org

www.pcs-m-cpmh.org [Facebook.com/PCSMCPMH](https://www.facebook.com/PCSMCPMH)