



**L'ASSOCIATION CANADIENNE
POUR LA SANTE MENTALE**

CHAUDIÈRE-APPALACHES

RAPPORT ANNUEL

2007-2008

17 Juin 2008

TABLE DES MATIÈRES

17E ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE	3
PROCÈS-VERBAL DE LA 16E ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE	4
PRÉSENTATION DE L'ACSM – CHAUDIÈRE-APPALACHES	6
MESSAGE DU PRÉSIDENT	8
ADMINISTRATION, RESSOURCES HUMAINES	9
MESSAGE DE LA DIRECTRICE	10
RAPPORT D'ACTIVITÉS	11
Gestion – Gouvernance	11
Formation – Visibilité – Représentation – Partenariat	11
Activités – Services courants	13
Accueil – Information – Référence	14
Semaine Nationale de la Santé Mentale – Édition 2008	14
Site internet	15
Publication	15
Vie associative	16
Don et commandite	16
PRIORITÉS 2008-2009	17
PRÉVISIONS BUDGÉTAIRES 2008-2009	17
ANNEXES	
Semaine antistress 2008	19
Données statistiques du site internet	22
Membres 2007-2008 de L'ACSM-CA	23

17E ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

**Mardi le 17 juin 2008, à 19 heures,
au bureau de l'ACSM-CA.**

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée et vérification du quorum
2. Mot de bienvenue du président et présentation du conseil d'administration et du personnel
3. Nomination des président et secrétaire d'assemblée
4. Adoption de l'ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal de la dernière assemblée générale
6. Présentation du rapport annuel 2007-2008 (Résolution)
7. Période de questions sur le rapport annuel
8. Désignation du vérificateur externe pour la mission d'examen 2008-2009
9. Élection des administrateurs
10. Levée de l'assemblée

Nadine Gendreau
Secrétaire

L'ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE DE CHAUDIÈRE-APPALACHES INC.
PROCÈS-VERBAL DE LA 16^E ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
Le 19 juin 2007, à 19h00, au 10 rue Giguère, Local 127, Lévis.

Présences : Sonya Vaillancourt
Gilles Collin
Nadine Gendreau
Jacinthe Legros
Chantale Roy
Claire Bégin

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'assemblée et vérification du quorum
2. Mot de bienvenue du président et présentation du conseil d'administration et du personnel
3. Nomination des président et secrétaire d'assemblée
4. Adoption de l'ordre du jour
5. Adoption du procès-verbal de la dernière assemblée générale
6. Modification aux règlements généraux
7. Présentation du rapport annuel 2006-2007
8. Période de questions sur le rapport annuel
9. Désignation du vérificateur externe pour la mission d'examen 2007-2008
10. Élection des administrateurs
11. Levée de l'assemblée

1. Ouverture de l'assemblée et vérification du quorum

M. Gilles Collin ouvre la séance, le quorum constaté, l'assemblée est déclarée ouverte à 19h05.

2. Mot de bienvenue du président et présentation du conseil d'administration et du personnel

M. Gilles Collin souhaite la bienvenue à toutes à cette 16^{ième} assemblée générale annuelle.

3. Nomination des président et secrétaire d'assemblée

Sur proposition de M. Gilles Collin, appuyée par Mme Jacinthe Legros :

Il est résolu, sans opposition, que M. Gilles Collin, et Mme Nadine Gendreau agissent respectivement comme président et secrétaire d'assemblée.

4. Adoption de l'ordre du jour

Le président d'assemblée demande l'adoption de l'ordre du jour.

Sur proposition de Mme Jacinthe Legros, appuyée par Mme Chantale Roy :

Il est résolu, sans opposition, que l'ordre du jour soit adopté.

5. Adoption du procès-verbal de la dernière assemblée générale

Le procès-verbal de l'AGA du 16 juin 2006 ayant été lu par les personnes présentes,

Sur proposition de Mme Chantale Roy, appuyée par Mme Jacinthe Legros :

Il est résolu, sans opposition, que le procès-verbal de l'assemblée générale du 16 juin 2006 soit adopté tel que rédigé.

6. Modification aux règlements généraux

Une modification est proposée à l'article 4.8 : Procédure d'élection des administrateurs. Le libellé actuel se lit comme suit :

Le conseil procède à l'appel de candidature dans les 21 jours qui précèdent la tenue de l'assemblée générale annuelle et détermine la date à laquelle les candidatures doivent être reçues pour être éligibles.

Le conseil procède ensuite à l'étude des candidatures et dépose ses recommandations à l'assemblée générale annuelle qui élira les administrateurs au suffrage universel.

Sur proposition dûment faite par Mme Jacinthe Legros et appuyée par Mme Nadine Gendreau :

Il est résolu à l'unanimité de proposer l'amendement suivant à l'article 4.8 des règlements généraux :

Procédure d'élection des administrateurs

Le conseil procède à l'appel de candidature dans les 21 jours qui précèdent la tenue de l'assemblée générale annuelle et détermine la date à laquelle les candidatures doivent être reçues pour être éligibles.

Adopté.

7. Présentation du rapport annuel 2006-2007

Le président de l'assemblée invite Mme Claire Bégin à présenter le rapport annuel 2006-2007. Le document est remis. La présentation porte sur le rapport d'activités, le rapport financier et les orientations et les prévisions budgétaires pour 2006-2007. M. Collin fait la lecture du mot du président.

8. Période de questions sur le rapport annuel

Mme Claire Bégin, responsable intérimaire, répond aux questions de précision.

9. Désignation du comptable chargé de la mission d'examen pour 2007-2008

L'assemblée générale est invitée à désigner le vérificateur externe pour la prochaine année financière.

Sur proposition de Mme Sonya Vaillancourt, appuyée par M. Gilles Collin :

Il est résolu, sans opposition, que le mandat de vérification externe pour 2007-2008 soit confié à Monsieur Gervais Robichaud, comptable agréé.

10. Élection des administrateurs.

Sur proposition de Gilles Collin, appuyé par Jacinthe Legros :

Il est résolu que Mmes Chantale Roy et Claire Bégin agissent respectivement à titre de présidente et de secrétaire d'élection.

Deux administrateurs en poste poursuivent un mandat de deux ans. Il s'agit de Mmes Jacinthe Legros et Chantale Roy. Mme Nadine Gendreau et M. Gilles Collin ayant complété leur mandat, ces postes sont ouverts. Un autre poste resté vacant doit aussi être comblé.

Suite à l'appel de candidature accompagnant la convocation à cette assemblée, aucune candidature n'a été reçue.

La période de mise en candidature débute donc :

Mme Sonya Vaillancourt propose Mme Nadine Gendreau.

Mme Jacinthe Legros propose M. Gilles Collin.

Mme Jacinthe Legros propose Mme Sonya Vaillancourt.

La période de mise en candidature terminée, la présidente d'élection demande à chacun s'il accepte le poste pour lequel il a été mis en candidature.

Mme Sonya Vaillancourt refuse.

M. Gilles Collin accepte.

Mme Nadine Gendreau accepte.

La présidente d'élection félicite les administrateurs élus et les remercie de leur implication soutenue.

Le poste # 5 n'ayant pas été comblé, les élus devront tenter de le combler dans les meilleurs délais.

Les administrateurs conviennent séance tenante de se partager les postes d'officiers suivants :

M. Gilles Collin, président

Mme Jacinthe Legros, trésorière

Mme Nadine Gendreau, secrétaire

Mme Chantale Roy, administratrice

11. Levée de l'assemblée.

Après avoir exprimé ses remerciements aux personnes présentes, le président déclare l'assemblée levée à 20h47.

Nadine Gendreau

Secrétaire d'assemblée

PRÉSENTATION DE L'ACSM - CHAUDIÈRE-APPALACHES

Mission

L'Association canadienne pour la santé mentale de Chaudière-Appalaches (ACSM-CA) est un organisme sans but lucratif voué à la promotion de la santé mentale, à la prévention de la maladie mentale et à la réalisation d'activités de soutien auprès de la population. Elle offre des services aux individus et aux collectivités.

Objectifs

- Promouvoir la bonne santé mentale ainsi que les moyens de l'entretenir et de la renforcer.
- Prévenir l'apparition des problèmes de santé mentale en s'attaquant aux facteurs de risques.
- Sensibiliser et informer les individus à l'importance d'une bonne santé mentale et de l'équilibre émotionnel, aux moyens de prévention et aux approches appropriées face aux problèmes rencontrés.
- Informer sur les services et ressources communautaires.
- Documenter et outiller les individus et les intervenants sur la santé mentale et les problèmes de santé mentale.
- Travailler de concert avec les organisations publiques, privées et communautaires.

Moyens

- Service d'information et de référence.
- Offres de services.
- Organisation de conférences, ateliers, causeries visant l'information, la formation, la réflexion.
- Organisation de la Semaine nationale de la santé mentale.
- Édition de Être & Bien-Être, bulletin associatif trimestriel.
- Gestion d'un site Internet.
- Édition de nouvelles publications.
- Distribution de publications.

Historique

L'ACSM est la seule organisation non gouvernementale ayant un mandat explicite de promotion de la santé mentale. Fondée à Toronto en 1918, elle compte, à travers le Canada, quelques 135 corporations qui se préoccupent du bien-être psychologique de la population.

Au Québec, l'ACSM est présente dans la moitié des régions administratives : Bas-du-Fleuve, Côte-Nord, Lac-St-Jean, Saguenay, Québec, Haut-Richelieu, Sorel, Montréal, Rive-Sud de Montréal et Chaudière-Appalaches.

L'ACSM - Chaudière-Appalaches a été incorporée en 1990.

Principes et valeurs

Les **principes** et les **valeurs** servent à aider les administrateurs et les dirigeants à prendre les meilleures décisions. Avec la mission, ils sont le cœur des orientations stratégiques et servent de credo aux administrateurs, aux bénévoles et aux employés.

Nos principes

Nous croyons qu'il faut aider les personnes, les groupes et les collectivités à maintenir et améliorer leur santé mentale et à exercer un meilleur contrôle sur leur vie.

Nous croyons à l'efficacité d'une action cohérente continue, concertée et multisectorielle impliquant les réseaux de la santé, de l'éducation, le monde politique, économique et social.

Nous croyons également à la nécessité d'offrir des services promotionnels et préventifs de qualité.

Nos valeurs

- Éthique
- Justice sociale
- Partage du pouvoir
- Solidarité et loyauté
- Transparence
- Respect fondamental des individus
- Autonomie
- Équité
- Imputabilité
- Ouverture d'esprit
- Partenariat
- Sens de l'équipe
- Accessibilité des ressources et du soutien approprié et adéquat
- Responsabilisation individuelle et collective
- Capacité d'apprendre et de changer

Orientations 2007-2008**Gouvernance**

Un conseil d'administration informé, efficace, efficient et capable de prendre des décisions avec perspective et recul.

Représentation

Un partenariat stratégique et multisectoriel.

Activités et services courants

Une plus grande présence auprès de la population en général.

Vie associative

Des membres plus impliqués et plus participatifs.

MESSAGE DU PRÉSIDENT

2007-2008 a été encore une année de multiples changements et réorganisation : déménagement, acquisition de nouveaux outils informatiques et mouvement de personnel. Notre directrice, Mme Claire Bégin s'est installée à son poste et s'est associée une adjointe administrative, Mme Christiane Beauregard. Malheureusement pour nous, elle a quitté en décembre dernier pour retourner dans son milieu d'origine. Nous la remercions pour son bon travail durant son court passage à l'association. Nous nous sommes donc remis à la tâche pour retrouver une autre adjointe et l'embauche de Mme Diane Traversy s'est concrétisée quelques semaines avant la Semaine Nationale de la Santé Mentale (SNSM). Claire et Diane ont pris les bouchées doubles pour mener à bien notre campagne annuelle et tout s'est très bien déroulé.

Notre directrice a, encore cette année, poursuivi son implication auprès du réseau québécois de l'ACSM. Dans la région de Chaudière-Appalaches, la campagne de sensibilisation a connu une expansion additionnelle. Les Coffres à outils de la Semaine antistress ont été rendus disponibles sur une plus grande échelle; des napperons ont été distribués dans des points de restauration, des cafétérias d'hôpitaux, de milieux scolaires et d'entreprises de la région; des envois d'informations ont également été faits aux conseils municipaux de la région, etc.

Pour 2008-2009, nous nous fixons comme objectif d'intensifier nos actions afin d'augmenter notre présence et surtout notre visibilité pour l'ensemble de la région de Chaudière-Appalaches en développant de nouveaux créneaux d'intervention pour la promotion de la santé mentale. Pour ce faire, nous souhaitons créer des liens avec différents intervenants et professionnels de la santé pour qui la santé mentale constitue une valeur fondamentale pour notre milieu. Tous ensemble, nous réussirons à promouvoir efficacement la santé mentale pour tous.

Je termine en me joignant à tous les membres du conseil d'administration pour exprimer notre sincère reconnaissance au personnel, bénévoles, membres, partenaires et collaborateurs de l'association.

Gilles Collin

Président,

Pour le conseil d'administration

ADMINISTRATION, RESSOURCES HUMAINES

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2007-2008

M. Gilles Collin, président
Mme Jacinthe Legros, trésorière
Mme Chantale Roy, administratrice
Mme Nadine Gendreau, secrétaire
M. Michel Girard, administrateur

MEMBRES DU PERSONNEL

Mme Claire Bégin, directrice

Cette année, l'organisme a dû aller deux fois en appel de candidatures pour le poste d'adjointe administrative. Un comité d'embauche composé de membres du conseil d'administration et de la direction a été formé pour les circonstances.

Mme Christiane Beaugard a occupé ce poste du 9 octobre 2007 au 13 décembre 2007.
Mme Diane Traversy a pris la relève depuis le 25 février 2008.

BÉNÉVOLES

M. Israël Hernandez Montiel, infographie
M. Réjean Pérusse, membre

VÉRIFICATEUR EXTERNE

M. Gervais Robichaud, CA, 3764, Ave des Églises, Charny (Québec) G6X 1X4

MESSAGE DE LA DIRECTRICE

L'année 2007-2008 s'est plutôt avérée comme une année de consolidation. Un souffle nouveau dans le réseau québécois de l'ACSM a permis d'établir des assises qui ont mené vers l'ébauche d'actions communes en promotion et prévention en santé mentale et qui laissent présager de futures retombées positives en région. Cependant, tant à L'ACSM-Division du Québec que dans les filiales régionales, il y a un constat général de manque de ressources financières pour augmenter les effectifs en ressources humaines qui permettraient un développement nécessaire pour mener à bien notre mission en promotion et prévention en santé mentale. Malgré cela, des projets mijotent, mais ne se concrétiseront que lentement, avec des efforts concentrés pour les faire avancer.

En Chaudière-Appalaches, l'aménagement dans de nouveaux locaux et un mouvement au niveau du personnel habituellement en place a perturbé la diversification des activités. J'en profite pour remercier les membres du conseil d'administration pour leur esprit d'équipe et leur disponibilité lors des processus d'embauche. Le surplus ainsi laissé en budget salarial offre donc une opportunité d'embauche d'une personne additionnelle pour amorcer un développement lors de la prochaine année, ce qui peut difficilement se faire dans les circonstances régulières, faute de financement de base adéquat. Depuis quelques années, l'ACSM-CA demande une augmentation substantielle auprès du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC), et ce, sans résultat. Il va sans dire que l'ajout de services additionnels, et leur maintien dans le futur, dépendront d'un financement propice à ce faire.

La restructuration au niveau du réseau de la santé et des services sociaux a demandé réflexion et questionnements encore cette année. La place qu'occupera l'association dans son organisation des services est encore peu connue, bien que des partenariats à ce niveau semblent s'amorcer.

Malgré tout, le cap pour élargir le partenariat et la contribution de la communauté s'est maintenu. Dans un contexte sociétal où plusieurs facteurs influent négativement sur le bien-être des individus, de nouveaux «relayers» joignent les rangs pour répartir nos outils de sensibilisation dans leur milieu. Les témoignages positifs de toutes parts, la constance de l'appui de nos partenaires et celle des membres sont une grande source de motivation pour avancer, à petits pas, vers un objectif d'une meilleure santé mentale en Chaudière-Appalaches. C'est donc avec fierté que je vous invite à prendre connaissance de ceux réalisés en 2007-2008.

Claire Bégin
Directrice

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2007-2008

Gestion - Gouvernance

Gestion

L'ACSM - Chaudière-Appalaches est reconnue par le Ministère de la santé et des services sociaux qui en assure un financement récurrent depuis 1993. Ce financement de base est complété par des dons et des activités d'autofinancement.

La gestion financière est adaptée aux ressources financières disponibles et réparties annuellement entre ressources humaines, activités et possibilités de développement qui se présentent. Les orientations sont données par le conseil d'administration et le personnel en assure le suivi.

Gouvernance

Au cours du présent exercice financier, le conseil d'administration a tenu 6 séances régulières et une séance spéciale.

Outre la surveillance générale de l'organisation, les administrateurs ont procédé à :

- L'adoption des prévisions budgétaires
- L'adoption des orientations

De plus, les membres du conseil ont siégé sur un comité d'embauche pour combler à deux reprises le poste d'adjointe administrative.

Formation - Visibilité - Représentation - Partenariat

Formation

La directrice a bénéficié d'élargissement des savoirs et connaissances par le biais de conférences, journées thématiques, ateliers et colloques. La participation à ces activités demeure aussi une occasion d'échanges et d'ouverture au partenariat avec des intervenants de tous milieux.

- Formation Mieux se relier pour « être bien dans nos têtes » séparément et collectivement, Lise Langlois, AGIRE International.
- Formation Campagne de promotion : autonomie et réflexe promotionnel, Alain Villemure, Centre St-Pierre.
- Formation Santé mentale au travail, souci de soi et croissance, Mario Poirier, psychologue et professeur à l'UQAM.
- Conférence Stratégie de prévention en santé psychologique au travail, Jean-Pierre Brun, professeur titulaire de la Chaire en gestion de la santé et de la sécurité du travail.
- Colloque Travailler au bien commun, ACSM de Montréal.
- Colloque régional : Femmes et Réseau de la santé et des services sociaux : s'allier pour la santé, organisé par le Réseau des groupes de femmes de Chaudière-Appalaches.
- Journée d'information sur l'implantation de la nouvelle Loi sur la protection de la jeunesse, Centres jeunesse Chaudière-Appalaches.
- Journée d'échange et de réflexion sur les facteurs de risque pouvant mener au suicide sur le territoire du CSSS du Grand Littoral.
- Deuxième rencontre régionale portant sur la problématique du suicide, ASSS de Chaudière-Appalaches
- Séance d'information sur les résultats préliminaires de la Recherche sur les savoirs populaires de la bonne santé mentale, étude faite par le l'équipe de recherche GRIOSE-SM en collaboration avec l'ACSM-Filiale de Québec.

Visibilité

Maintenant un objectif de visibilité et de présence accrue auprès de la population et de partenaires socio-économiques, des inscriptions dans différents répertoires et actions sont prises pour augmenter la notoriété de l'organisme tant auprès d'instances provinciales, régionales que locales; de même qu'auprès de partenaires de tous secteurs d'activités.

Pour ce faire l'association :

- distribue ponctuellement la liste des publications et le bon de commande qui y est associé.
- ajoute des titres à son site internet.

L'association est inscrite :

- au centre d'information et de référence de la Capitale Nationale et de Chaudière-Appalaches (Service 211).
- au dépliant des ressources communautaires de la MRC Nouvelle-Beauce.
- au répertoire des organismes jeunesse du Conseil permanent de la jeunesse.
- au répertoire des ressources, Info-santé.

Le site Internet est référencé à plusieurs endroits et hyperliens sur des sites tels :

- Icilevis.com
- Ici Montmagny-L'Islet
- Nouvelle-Beauce.com
- Ville de Lévis
- Site de la Polyvalente de St-Georges
- Optionweb : L'actualité de la psychologie branchée
- Centre d'action bénévole-SERS
- Québec dans le monde
- CSSS Montmagny-L'Islet
- Canoë Santé
- Info-jeunes Canada, ressources jeunesse en Chaudière-Appalaches
- Table régionale des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches,

Représentation

- Participation au processus de consultation publique sur la révision du Cadre de référence balisant le financement des organismes communautaires et les relations entre l'Agence de santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches, les centres de santé et de services sociaux. Les établissements régionaux et les organismes communautaires œuvrant dans le domaine de la santé et des services sociaux en Chaudière-Appalaches.
- Participation aux journées organisées par l'Agence de santé et service sociaux pour les établissements régionaux et les organismes communautaires œuvrant dans le domaine de la santé et des services sociaux, se sont ajoutées une rencontre entre organismes régionaux et une autre organisée par la Table régionale des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches (TROCCA).

Partenariat

- Membre de l'ACSM – Division du Québec

Table des directeurs et directrices du réseau québécois de l'ACSM

Un lieu d'échange sur les pratiques en promotion/prévention en santé mentale, sur les enjeux politiques importants pour le réseau des ACSM et divers sujets collectifs qui interpellent les filiales. Des projets y sont mis en commun, notamment La Semaine nationale de la santé mentale.

Comité de la Semaine nationale de la santé mentale (SNSM)

À chaque année, la SNSM se prépare à partir des bases qui ont été mises en place au fil des ans. Dès septembre 2007, le comité de la SNSM - Édition 2008, formé de six personnes provenant de différentes filiales, tenait sa première réunion de dix, lesquelles ont permis l'élaboration de cette semaine thématique. L'ACSM-CA participe activement à cette création collective afin de distribuer à ses partenaires régionaux de même qu'à la population, des outils promotionnels pertinents pour une meilleure santé mentale en Chaudière-Appalaches.

Pour cette édition, quelques psychologues de la région ont été sollicités pour contribuer au contenu du Coffre à outils et du site internet. Monsieur Frédérick Dionne et Madame Esther Trudel-Cloutier ont ainsi fourni des textes qui ont été publiés.

- Groupe de réflexion et d'action pour un bien-être collectif, CSSS Montmagny-L'Islet.
Cette table de concertation, d'abord identifiée en prévention du suicide, a transformé son appellation. Elle a pour objectifs de permettre un partage et un échange des pratiques en promotion/prévention en santé mentale, de multiplier la diffusion d'information et d'outils dans les organisations et la communauté et d'élaborer un projet commun en matière de promotion/prévention en santé mentale.
- Membre de la Table régionale des organismes communautaires actifs en santé mentale de Chaudière-Appalaches (TROCASM).
- Membre de la Table régionale des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches (TROCCA).

Activités - Services courants

La période visée du rapport des activités de l'association couvre celle qui s'écoule d'une assemblée générale à l'autre.

Cette année, l'ACSM-CA a élargi le cercle de ses partenaires en distribuant 1377 trousse promotionnelles à ces derniers. De plus, plusieurs partenaires ont été ciblés pour la recevoir sans offre préalable.

Ainsi, au fil des années, sont devenus partenaires de l'ACSM-CA des individus ou groupes provenant de milieux multiples dont :

- Le réseau de la santé et des services sociaux (CSSS, CH, CLSC, CHSLD, établissements régionaux, établissements privés conventionnés)
- Le réseau de l'enseignement (Écoles primaires, secondaires, Cégeps, Université, Centres de formation et d'employabilité)
- Les organismes communautaires
- Les centres de la petite enfance
- Les cliniques médicales
- Des psychologues de la région
- Les municipalités
- Les centres de conditionnement physique
- Les sûretés du Québec, municipale et publique
- Les milieux de travail (Entreprises, caisses populaires, etc.)
- Les bibliothèques municipales
- Autres groupes sociaux

Accueil – Information - Référence

Appels téléphoniques

L'organisme réfère les personnes qui cherchent des ressources aux endroits qui semblent appropriés à leurs besoins. Comparativement à l'an passé, le nombre d'appel pour information générale a diminué, cependant les appels concernant les références, les activités et services ont augmenté :

Informations	22	Références	43
Activités et services	113	Publications	06

Courriels

Nous avons reçus quelques demandes d'informations par courrier électronique sur des sujets tels que la solitude, les troubles bipolaires, la manipulation, l'estime de soi, etc. Quelques-unes d'entre elles exprimaient le désir de recevoir des ateliers traitant de la gestion du stress, la croissance personnelle et l'anxiété chez les enfants.

Quelques individus nous ont écrit pour nous faire part de leur appréciation concernant la documentation disponible sur notre site internet et d'autres pour nous spécifier que cette dernière leur avait été très utile dans la réalisation de leurs travaux scolaire.

Semaine Nationale de la Santé Mentale - Édition 2008

Semaine antistress – *Être bien dans sa tête, ça regarde tout le monde*

Depuis plus de 50 ans, l'Association canadienne pour la santé mentale prend ouvertement action pour la promotion d'une meilleure santé psychologique en tenant, la première semaine complète de mai, la Semaine nationale de la santé mentale.

Depuis 2003, le réseau québécois de l'ACSM maintient le thème de la semaine antistress pour cette campagne de sensibilisation. Jusqu'ici, ce thème mettait en lumière le pouvoir de chacun sur son stress. Pour l'édition 2008 de la semaine antistress, le réseau québécois de l'ACSM souhaite mettre en évidence que le bien-être psychique de tout individu n'est pas qu'une responsabilité individuelle mais bien tributaire d'une implication collective pour diminuer les surcharges de stress dans la vie de chacun. Peu importe le milieu, le rôle, le statut des individus, il faut créer de nouvelles façons d'interagir pour diminuer le stress individuel et collectif.

Diffusion des outils promotionnels

En Chaudière-Appalaches, nous invitons nos partenaires à se mobiliser pour rejoindre le grand public dans leur milieu respectif. Pour ce faire, une trousse promotionnelle leur est gracieusement offerte.

La trousse de la Semaine antistress 2008, comprenait :

- Un trio d'affiches destinées à 3 groupe d'âges ciblés
- Un trio de signets assortis aux affiches et destinés à 3 groupes d'âge ciblés
- Un Coffre à outils et sa couverture (offerts aussi en version électronique)
- Un napperon

Cette année, plutôt que faire des placements médias, le réseau québécois de l'ACSM a fait le choix d'investir dans des supports de communication pouvant constituer une approche directe auprès de la population et à peu de frais. L'ACSM-CA a donc distribué 32 214 napperons.

De plus, un cahier spécial du Journal le Soleil, des Éditions Gesca, a fait l'objet d'un envoi ciblé. En effet, 485 exemplaires ont été postés dans divers milieux : organismes communautaires, réseau de la santé, de l'éducation, entreprises et membres.

Voici un résumé des actions effectuées pour la diffusion de cette campagne de sensibilisation (Voir annexe 1 pour plus de détails) :

- Mars : Envoi de 604 offres de la trousse promotionnelle
- Avril : Envoi de 108 trousse promotionnelles commandées.
- Avril : Envoi de 773 trousse promotionnelles sans offre préalable.
- Avril : Demande de proclamation officielle de la SNSM
- Avril : Mise en ligne du matériel promotionnel sur le site internet de l'association
- Avril : Approche média
- Avril : Lancement de la Semaine nationale de la santé mentale
- Mai : Cahier spécial des Éditions Gesca
- Mai : « *Trop c'est trop* », courriel de sensibilisation
- Juin : Rappel à nos partenaires de remplir le rapport d'activités réalisées dans leur milieu

Il est difficile de comptabiliser le nombre de personnes ayant bénéficié de cette campagne de sensibilisation. Selon les rapports d'activités reçus des partenaires, les offres et envois de l'association, et la distribution du napperon, nous estimons qu'un minimum de 43 528 personnes ont été sensibilisées. Il faut, cependant, voir les détails en annexe 1 pour « imaginer » un total qui puisse s'approcher de la réalité en prenant connaissance du potentiel de visibilité et de diffusion dans les milieux de nos partenaires.

Visibilité médiatique

Certains médias dont En Beauce.Com, Tour de Lotbinière et le Journal de Lévis ont fait paraître un article concernant la semaine antistress en Chaudière-Appalaches.

Site Internet

Réalisé à l'automne 2001, le site contribue à améliorer la qualité de vie, la santé psychologique et l'équilibre mental des citoyens. L'organisme œuvrant sur tout le territoire de Chaudière-Appalaches avec des ressources très limitées, son site Internet est devenu une plate-forme indispensable pour rejoindre un maximum de personnes.

L'organisme en fait constamment la promotion lors d'offres de services à ses partenaires régionaux qui rejoignent la population ciblée; lors d'activités tenues, notamment la *Semaine nationale de la santé mentale* qui offre du matériel promotionnel qu'il est possible de télécharger et lors de toute correspondance de quelque nature qu'elle soit.

Contenu

Outre des informations sur l'organisme, sur les services et activités offerts, sur la promotion et de la prévention en santé mentale, le site offre aux citoyens qui ne sont pas en besoin de services en santé mentale une multitude d'informations précieuses utiles dans différentes situations. La section *Mieux Vivre* comprend plus de 600 articles rattachés à 100 thèmes visant l'amélioration de la qualité de vie de l'individu tant au niveau personnel que dans son milieu de vie.

Achalantage (Voir Annexe 2 pour plus de détails)

Au fil des années, les statistiques de fréquentation du site démontrent que cette plate-forme de communication est de plus en plus utilisée par le public. Bien sûr, le site est accessible bien au-delà de la région, mais on note une croissance de fréquentation surtout aux moments d'offres de services et particulièrement dans les semaines entourant la *Semaine nationale de la santé mentale*. À la lumière de ces données, il devient évident que ce lieu de communication mérite une attention particulière.

Publication

Portant sur la santé ou la maladie mentale, pour un usage personnel ou pour intervenants auprès de groupes, les publications de l'ACSM se présentent sous forme de dépliants, brochures, fascicules, affiches, etc. On peut obtenir certaines d'entre elles gratuitement sur le site Internet de l'ACSM-CA.

D'autres peuvent être commandées par le biais d'un bon de commande disponible sur un fascicule fournissant la liste des publications ainsi qu'un bref résumé de chacune. Ainsi, plus de 1 019 publications diverses ont ainsi commandées pour la période du 1^{er} juin 2007 au 31 mai 2008.

Vie associative

Maintenant son objectif d'une rétroaction des membres concernant leur participation et leur implication, l'ACSM-CA conserve une communication ponctuelle avec ceux-ci.

Outre une convocation à l'assemblée générale annuelle, ceux-ci reçoivent le bulletin associatif, les avis de parution des nouvelles publications et des communiqués divers que nous les invitons à diffuser largement autour d'eux.

La trousse promotionnelle de la *Semaine nationale de la santé mentale* leur est également distribuée et ils sont encouragés à l'utiliser dans leurs milieux de vie.

Membership (Liste des membres en Annexe 3)

L'organisme compte 69 membres pour 2007-2008.

Bulletin associatif *Être & Bien-Être*

Des articles choisis pour leur pertinence pour une meilleure santé psychologique sont réunis autour d'un même thème par parution. Les membres y trouvent aussi des nouvelles de leur association.

Distribué à tous les membres ainsi qu'au réseau québécois de l'ACSM par la poste ou par courriel, *Être & Bien-Être* est aussi disponible sur le site Internet de l'association.

D'avril 2007 à mars 2008, le bulletin associatif a été téléchargé 10 645 fois, soit 3 783 fois de plus que l'an dernier. Et ce, pour toutes éditions confondues.

Don et Commandite

L'ACSM-CA remercie ses donateurs pour leur générosité. Nous tenons à souligner la contribution remarquable de Desjardins Sécurité Financière qui a donné des meubles, octroyé un don fort appréciable à l'organisme et a contribué, par une commandite au niveau provincial, à la *Semaine nationale de la santé mentale*.

PRIORITÉS 2008-2009

Gouvernance

Instaurer une philosophie de gestion basée sur le travail d'équipe, la collaboration et les échanges.

Représentation

Diversifier les stratégies de diffusion de l'information auprès de la population de Chaudière-Appalaches.

Développement

Proposer et réaliser une programmation d'activités.

Vie associative

Augmenter le membership.

Orientation

Positionner le rôle de l'ACSM auprès de la population.

PRÉVISIONS BUDGÉTAIRES 2008-2009

PRODUITS

ADRLSSSS – Subvention de base - SOC	71141
Activités & programmation	5000
Publications	500
Cartes de membres	1000
Dons	2000
Intérêts	50
Affectation provenant de la réserve	28189
Total	107880

CHARGES

Salaires & avantages sociaux	74350
Loyer	7700
Assurances	1100
Entretien et réparation	200
Papeterie & dépenses de bureau	2500
Frais de poste	400
Télécommunications	2800
Déplacements et représentation	1200
Cotisation et documentation	500
Publications	800
Activités et programmation	12000
Formation	400
Vie associative	900
Honoraires prof.	2600
Taxes et permis	380
Intérêts et frais de banque	50
Total	107880

ANNEXES

ANNEXE 1

SEMAINE ANTISTRESS 2008

Rapport des activités de l'Association canadienne pour la santé mentale de Chaudière-Appalaches et des activités des partenaires en région

Mars : Envoi de 604 offres de la trousse promotionnelle *

Incluant une lettre et un bon de commande. (188 par la poste et 416 par courriel)

- 153 Réseau de la santé et des services sociaux
- 49 Établissements scolaires (primaire, secondaire, collégial, formation professionnelle et éducation aux adultes)
- 33 Établissements régionaux (Centres jeunesse, CRDP, CRDI, CRAT)
- 200 Organismes communautaires
- 70 Centres de la petite enfance
- 99 Autres organisations

Avril : Envoi de 108 trousse promotionnelles commandées

Incluant une lettre, une feuille de consignes et un rapport d'activités.

- 43 Réseau de la santé et des services sociaux
- 10 Établissements scolaires (primaire, secondaire, collégial, formation professionnelle et éducation aux adultes)
- 08 Établissements régionaux (Centres jeunesse, CRDP, CRDI, CRAT)
- 44 Organismes communautaires
- 02 Centres de la petite enfance
- 45 Autres organisations

Avril : Envoi de 773 trousse promotionnelles sans offre préalable

Incluant une lettre, une feuille de consignes et pour la plupart un rapport d'activités.

- 34 Membres
- 136 Municipalités
- 80 Cliniques médicales
- 189 Établissements scolaires (primaire, secondaire, collégial, formation professionnelle et éducation aux adultes)
- 136 Entreprises
- 19 Centres de conditionnement physique
- 91 Bibliothèques
- 59 Psychologues
- 14 Sécurité publique
- 15 Autres organisations

TOTAL DU MATÉRIEL PROMOTIONNEL DISTRIBUÉ:

L'ajout de commande de matériel supplémentaire porte le total de chacun des item à :

- 1 485 Coffre à outils
- 1 485 Couvertures du Coffre à outils
- 6 486 Affichettes
- 17 207 Signets
- 32 214 Napperons

* **Contenu d'une trousse promotionnelle** : Le Coffre à outils avec couverture, un trio d'affichettes, 3 trios de signet, un napperon et un rapport d'activités à compléter.

Distribution des napperons :

13 500	Tous les comptoirs de restauration des Galeries Chagnon, Lévis
2 000	Commission scolaire Beauce-Etchemins
500	Cégep Beauce-Appalaches
125	Université du Québec à Rimouski
1 000	Commission scolaire des Appalaches
250	École Pointe-Levy
500	Polyvalente Louis-Jacques-Casault
500	Collège de la Région de l'Amiante
3 000	Cégep Lévis-Lauzon
500	CSSS Montmagny l'Islet (site : hôpital)
1 000	CSSS de Beauce
2 000	Hôtel Dieu de Lévis
500	CSSS Thetford
1 500	Desjardins Sécurité Financière
2 000	Desjardins Assurances Générales
1 000	Fédération des Caisses Desjardins du Québec
2 839	Inclus dans les trousse promotionnelles et ceux commandés par divers établissements et organismes

Avril : Demande de proclamation officielle de la SNSM

136 Municipalités

Avril : Mise en ligne du matériel promotionnel sur le site Internet de l'association

Mise en ligne des éléments graphiques de *La semaine antistress*; de la trousse promotionnelle comprenant le coffre à outils et sa couverture, le trio d'affichettes, le trio de signets, le napperon; le message du porte-parole, Claude Laroché; des questions relatives au stress posées sur les signets et le napperon auxquelles les internautes sont invités à répondre; un message de sensibilisation (*Trop, c'est trop*) à transmettre par courriel; une version PDF du cahier spécial inséré dans le journal Le Soleil; la liste des partenaires en Chaudière-Appalaches; des liens vers les coffres à outils des années antérieures et vers le site provincial de la semaine antistress 2008; et finalement, le rapport d'activités s'adressant aux partenaires de la région.

Avril : Approche média

Envoi d'une pochette de presse par courriel demandant la participation du média à relayer l'information sur la Semaine antistress et faire la promotion du site Internet en Chaudière-Appalaches.

10 Pochettes de presse postées aux hebdomadaires régionaux

Avril : Lancement de la Semaine nationale de la santé mentale

Les membres du Conseil d'administration, quelques personnes de l'ASSS de Chaudière-Appalaches ainsi que les auteurs ayant contribué par leurs écrits à la semaine antistress ont été invités au lancement de la Semaine nationale de la santé mentale.

Mai : Cahier spécial des Éditions Gesca

485 Envoi du cahier publicitaire (paru dans l'édition du 'Soleil' le dimanche 4 mai 2008), accompagné de la liste des publications avec un bon de commande et d'un formulaire d'adhésion.

Mai : « Trop c'est trop »

520 Courriel de sensibilisation pour la semaine antistress avec invitation à faire suivre. Envoyés dans divers milieux : organismes communautaires, réseau de la santé, de l'éducation, entreprises et membres.

Juin : Rappel à nos partenaires de remplir le rapport d'activités réalisées dans leur milieu

437 Courriel de rappel à des partenaires ciblés

SEMAINE ANTISTRESS 2008

LES ACTIVITÉS DES PARTENAIRES

Quelques partenaires ont complété le rapport d'activités reçu en même temps que le matériel promotionnel. Voici quelques résultats. Il faut préciser qu'ils sont très partiels en termes de nombre d'activités tenues et de personnes sensibilisées en Chaudière-Appalaches. En effet, 31 rapports d'activités ont été reçus sur une possibilité de 129 partenaires qui ont commandé la trousse promotionnelle. De plus, 7 municipalités sur une possibilité de 136 ont fait parvenir une copie de la proclamation de la SNSM faite dans leur municipalité.

Notons que 65% des répondants n'ont pas précisé le nombre de personnes ayant participé à une activité et/ou ayant été sensibilisées.

Voici donc les compilations effectuées au sujet :

Des outils promotionnels:

- 2 698 personnes ont vu les affichettes
- 253 personnes ont consulté le coffre à outils
- 463 personnes ont vu ou reçu des signets
- 1 217 personnes ont vu les napperons

4 631 personnes ont été sensibilisées à la SNSM selon les rapports d'activités reçus.

Des activités réalisées :

- 22 par 7 organismes communautaires
- 08 par 2 institutions du réseau de l'éducation
- 14 par 2 institutions du réseau de la santé
- 06 par 2 entreprises
- 02 par 2 municipalités

De ces activités notons que :

- 290 personnes ont vu un article dans le journal interne de leur organisation
- 136 personnes ont participé à des ateliers/formation/discussion
- 134 personnes ont visité un kiosque d'information
- 96 personnes ont participé à un dîner causerie/café rencontre/conférence

Parmi les autres activités mentionnés, certains partenaires ont organisé une marche dans la nature, donné des balles antistress lors d'ateliers, envoyé des courriels de sensibilisation et participé à une émission radiophonique de 15 minutes rejoignant 6 000 auditeurs, pour ne citer que ceux-là.

Répartition selon les groupes d'âges aux activités :

- 246 personnes de la population générale
- 28 jeunes
- 15 adultes
- 90 aînés
- 260 travailleurs

Pour ce qui est de l'appréciation des outils promotionnels :

- 51% les ont considérés comme très pertinent
- 38% les ont considérés comme pertinent
- 6% les ont considérés comme moyennement pertinent
- 4% les ont considérés comme peu pertinent
- 1% les ont considérés comme pas du tout pertinent

De plus, 68% mentionne que le matériel leur servira pour d'autres activités au cours de l'année.

ANNEXE 2

DONNÉES STATISTIQUES 2007-2008 DU SITE INTERNET DE L'ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE DE CHAUDIÈRE-APPALACHES

La plupart des données se rapportent à la période d'avril 2007 à mars 2008. Cependant, comme le mois de mai est une période marquante par la *Semaine nationale de la santé mentale*, des comparaisons sont ajoutées pour avoir une meilleure compréhension du mouvement de l'achalandage sur le site. De plus, on peut comparer ces résultats avec ceux de l'année précédente.

ENTRÉES SUR LE SITE

Pour avril 07, le nombre d'entrées sur le site se chiffrait à **318 185**
Pour avril 08, le nombre d'entrées sur le site est passé à **471 605**
Pour mai 08, le nombre d'entrées sur le site est passé à **461 605**
Total annuel (Avril 2006 à mars 2007) : **3 177 649**
Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) **3 682 768**

VISITES DISTINCTES SUR LE SITE SELON LES DONNÉES GÉOGRAPHIQUES

Pour avril 07, le nombre de visites sur le site se chiffrait à **32 501** dont **5 732 au Canada**.
Pour avril 08, le nombre de visites sur le site est passé à **49 056** dont **7 068 au Canada**.
Pour mai 08, le nombre de visites est de **48 605** dont **6 158 au Canada**.
Total annuel (Avril 2006 à mars 2007) : **334 541** dont **58 700 au Canada**.
Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **430 279** dont **67 861 au Canada**.

PAGES CONSULTÉES

Pour avril 07, le nombre de pages consultées sur le site se chiffrait à **32 768**
Pour avril 08, le nombre de pages consultées sur le site était de **47 756**
Pour mai 08, le nombre de pages consultées sur le site est passé à **49 278**
Total annuel (Avril 2006 à mars 2007) **321 346**
Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **428 187**

LES DEUX PAGES LES PLUS POPULAIRES

Les maladies mentales les plus fréquentes. Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **23 266**
Comment avoir davantage confiance en soi. Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **20 557**

LES DEUX PAGES LES PLUS UTILISÉES POUR ENTRER SUR LE SITE

Les maladies mentales les plus fréquentes. Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **20 640**
Comment avoir davantage confiance en soi. Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **19 262**

TÉLÉCHARGEMENTS

Pour avril 07 nombre de documents téléchargés : **17 844**
Pour mai 07, nombre de documents téléchargés : **19 514**
Pour mai 08, nombre de documents téléchargés : **27 654**
Total annuel (Avril 2007 à mars 2008) : **487 556**

Les deux titres de téléchargements les plus populaires d'avril 2007 à mars 2008 :

Le bonheur accessible (recueil) demeure en tête de liste encore cette année. Téléchargé **16 618** fois.
Le Coffre à outils 2004 « le stress ça agresse ». Téléchargé **9 283** fois.

Les Coffres à outils. La répartition ci-contre de leur téléchargement au cours de l'année 2006-2007 et au début de 2007-2008 démontre bien qu'ils sont toujours aussi populaires au fil des ans.

	Avril 2006	Mai 2006	Avril 2007	Mai 2007	Avril 07-Mars 08	Avril 2008	Mai 2008
Coffre à outils 99 à 04 :	653	1 204	4 032	3 415	27 374	5 943	5 636
Coffre à outils 2005 :	257	462	353	237	2 247	194	229
Coffre à outils 2006 :	929	2 230	829	794	4 153	570	346
Coffre à outils 2007 :	-	-	143	1 267	5 454	508	494
Total :	1 186	2 692	1 325	2 298	11 854	1 272	1 069
Coffre à outils 2008 :	-	-	-	-	-	448	505

Bulletin associatif : *Être & Bien-Être*

Fait notable, le bulletin associatif, toutes éditions confondues, a fait l'objet de **10 645** téléchargements d'avril 2007 à mars 2008, comparativement à **6 862** pour l'année précédente.

ANNEXE 3

MEMBRES 2007-2008 DE L'ACSM-CA

32 membres partenaires

AFMR de la Chaudière, St-Georges
Aide aux jeunes contrevenants de Beauce, St-Joseph-de-Beauce
Association pour l'intégration sociale Beauce-Sartigan, St-Georges
Carrefour des personnes âgées de Lotbinière, St-Flavien
Centre d'action bénévole Concert' Action, Beaulac
Centre d'entraide familiale - MRC de Montmagny, Ste-Apolline
Centre de travail adapté CÉTAL, Laurier-Station
Centre femmes « La Jardilec », St-Jean-Port-Joli
Centre femmes de la région de l'Amiante, Thetford Mines
Comptoir Le Grenier, Lévis
CPE Bois-Joli, St-Nicolas
L'Aide aux travailleurs accidentés, St-Jean-Port-Joli
L'Ancre, Montmagny
La Croisée, Thetford Mines
La Passerelle, Charny
La Rencontre, Ste-Marie
Le Contrevent, Lévis
Le Havre, Thetford Mines
Le Rappel, St-Georges
Le Trait d'Union, Montmagny
Les Nouveaux sentiers de la MRC de l'Islet, Ste-Perpétue
Maison de la famille de Lotbinière, St-Apollinaire
Nouvel Essor, Lac Etchemin
Parentaïme - Maison de la famille des Etchemins, Lac Etchemin
Partage au masculin Beauce, St-Georges
Passeport travail de Beauce, St-Georges
Patro de Lévis
Réseau d'entraide Amiante, Thetford Mines
S.O.S. Onde-amitié, Thetford Mines
Service d'entraide de Pintendre
Service d'entraide de St-Jean-Chrysostome
Tel-Écoute du Littoral, Lévis

32 membres individuels répartis en région comme suit :

Grand Littoral :	15
Montmagny-L'Islet :	04
Beauce-Centre :	05
Amiante :	01
Etchemins :	01
Autres :	06

3 membres soutien

Grand Littoral :	02
Les Etchemins	01

2 membres corporatifs

Caisse Populaire Desjardins de Langevin, Ste-Justine
Desjardins Sécurité Financière