



Rapport annuel
2021-2022

Réseau
Avant de
Craquer

Réseau Avant de Craquer
219-1990, rue Cyrille-Duquet
Québec QC G1N 4K8
Ligne administrative : 418 687-0474
info@avantdecraquer.com
www.avantdecraquer.com

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la présidente et du directeur général	3
Le Réseau Avant de Craquer	4
Membership	5
AXE 1 - SERVICES AUX MEMBRES	7
AXE 2 - VIE FÉDÉRATIVE	17
AXE 3 - PROMOTION	25
AXE 4 - POSITIONNEMENT	33
AXE 5 - RESSOURCES FINANCIÈRES	39
AXE 6 - RESSOURCES HUMAINES	43
AXE 7 - PARTENARIAT	47

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

C'est avec beaucoup de fierté que nous vous invitons à prendre connaissance de ce rapport d'activités qui témoigne des efforts consentis par le Réseau Avant de Craquer pour soutenir ses associations membres et porter la voix des familles et des proches de personnes ayant un problème de santé mentale.

Notre modèle CAP, qui décrit les rôles des proches, demeure la pierre d'assise de nos actions et de nos représentations afin que ceux-ci puissent être de plus en plus reconnus et soutenus dans leurs rôles de Client, d'Accompagnateur et de Partenaire.

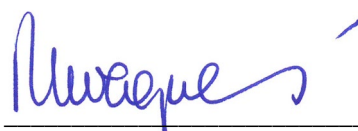
Malgré la pandémie qui se prolonge et qui affecte notre fonctionnement quotidien, l'année a été marquée par de nombreux développements, soit l'adhésion de quatre nouvelles associations membres, la certification de 11 associations, la refonte de notre plateforme Web, la mise en place de communautés de pratique et le financement de plusieurs nouveaux projets d'envergure : le projet Jeunesse « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes » (PAISM, Appui), un projet de guide aux familles sur les alternatives aux requêtes de garde (PAISM), l'amélioration et la promotion de la ligne de référence 1 855 CRAQUER (MSSS), un soutien au développement d'un programme de formation continue - les meilleures pratiques à portée de main (CASR-MITACS), un projet d'autogestion en ligne (Appui) et la traduction de notre site Web en langue anglaise (CHSSN).

De plus, plusieurs services et projets importants se sont poursuivis, dont la réflexion sur le devenir de notre fédération et de ses associations membres, le développement d'une formation pour les proches sur le volet « partenaire », la campagne annuelle de sensibilisation, les collaborations à des projets de recherche, les webinaires du mercredi midi, la formation continue, la formation « Apaiser et prévenir des situations de crise », les activités de réseautage entre les membres, les réseaux sociaux, la revue de presse quotidienne, les balados et les représentations sur le financement des associations.

Afin de pouvoir réaliser nos nombreux projets et services aux membres, nous avons eu le plaisir d'accueillir une nouvelle directrice générale adjointe et plusieurs chargées de projet qui se sont jointes à l'équipe engagée et appréciée de la fédération.

Enfin, nous remercions chaleureusement nos administrateurs, nos employé-e-s, nos bénévoles, nos partenaires et notre porte-parole, Jean-Philippe Dion, qui s'investissent généreusement pour notre cause, assurent l'amélioration continue de nos services et favorisent le mieux-être des proches de personnes ayant un problème de santé mentale au Québec.

Bonne lecture !



Renée Levaque, présidente



René Cloutier, directeur général

LE RÉSEAU AVANT DE CRAQUER

Mission

Le Réseau Avant de Craquer a comme mission de regrouper, représenter, soutenir et mobiliser les organismes œuvrant auprès des proches de personnes ayant un problème de santé mentale et porter la voix des proches au plan national.

Existant depuis 1985, le Réseau Avant de Craquer est le seul regroupement au Québec exclusivement dédié aux proches de personnes ayant un problème de santé mentale. Ses associations membres, réparties dans la plupart des régions du Québec, offrent des services de soutien psychosocial, d'information, de formation, de groupes d'entraide, de répit-dépannage et de sensibilisation. Celles-ci fournissent des services à plus de 20 000 proches annuellement.

Le Réseau Avant de Craquer vise à favoriser le partage d'information et d'outils d'intervention entre ses membres, à les soutenir dans leur mission, à développer leur force collective et leur expertise, ainsi qu'à porter leur voix et leurs intérêts auprès des instances politiques, gouvernementales et de recherche.

De plus, il réalise des activités de sensibilisation auprès de la population afin de réduire la stigmatisation associée aux troubles mentaux et faire connaître les ressources de soutien à la disposition de l'entourage de personnes ayant un problème de santé mentale. Ses actions sont empreintes des valeurs de bienveillance, d'ouverture, de solidarité et d'excellence.



Membership

Au 31 mars 2022, le Réseau Avant de Craquer regroupait les **47** associations suivantes :

** indique un nouveau membre*

- Bas-Saint-Laurent
La lueur de l'espoir du Bas-Saint-Laurent
- Saguenay/Lac-Saint-Jean
Centre de rétablissement Le Renfort
Centre de santé mentale L'ArrimAge
Centre Nelligan
- Capitale-Nationale
L'Arc-en-Ciel
La Boussole
Le Cercle Polaire
La Marée
- Mauricie/Centre-du-Québec
Anna et la Mer *
APPAMM-Drummond
Association Le PAS
Le Gyroscope
La Lanterne
La Passerelle
Le Périscope
- Estrie
APPAMM-Estrie
OASIS Santé mentale Granby et région
- Montréal
Les Amis de la santé mentale
AMI-Québec
APSM Saint-Laurent-Bordeaux-Cartierville
AQPAMM
PABEMSOM
La Parentrie
Société québécoise de la schizophrénie
- Outaouais
L'Apogée
- Abitibi-Témiscamingue
La Bouée d'espoir
Le Portail
La Rescousse
Le Résilient
- Côte-Nord
APAME Baie-Comeau
APAME de l'Est de la Côte-Nord
- Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine
Centre communautaire L'Éclaircie
Nouveau Regard
- Chaudière-Appalaches
L'Ancre
Le Contrevent
La Croisée
Le Sillon
- Laval
ALPABEM *
- Lanaudière
La lueur du phare de Lanaudière *
- Laurentides
La Halte des Proches
- Montérégie
L'Accolade Santé mentale
APAMM Rive-Sud
Éclusier du Haut-Richelieu
La Phare, Saint-Hyacinthe et régions Inc.
Pont du Suroît
Le Vaisseau d'Or
- Services virtuels
SantéFamille *

AXE 1



SERVICES AUX MEMBRES

Le Réseau Avant de Craquer offre une gamme de services répondant aux besoins évolutifs de ses associations membres, dans le respect de leur autodétermination, afin qu'elles puissent assurer des services de qualité et adaptés aux caractéristiques de leur clientèle, leur développement continu et une gestion rigoureuse et efficiente.

Soutien conseil aux associations

Une des fonctions importantes du Réseau Avant de Craquer est d'offrir un soutien conseil à ses associations membres. Les demandes de soutien proviennent généralement des gestionnaires et des présidents des associations et portent sur la gouvernance, le positionnement politique, les aspects juridiques, le financement, les relations avec les partenaires, les stratégies médiatiques, les ressources humaines et les outils informatiques.

Réseautage entre les associations

Le Réseau Avant de Craquer soutient le réseautage entre les associations membres. Le réseautage permet notamment aux présidents et aux directeurs des associations d'échanger sur des problématiques communes, des stratégies de positionnement, des démarches de partenariat et leurs services, ainsi que de partager l'expertise acquise et leurs outils d'intervention. Il favorise la collaboration et la solidarité entre les associations membres.

Les rencontres de réseautage sont aussi une occasion de consulter les associations membres sur des enjeux politiques et stratégiques. Le soutien aux membres s'est traduit par :

- l'organisation des rencontres du Rendez-vous réseautage des directeurs et coordonnateurs tenues le 4 octobre 2021 en visioconférence et les 29 et 30 novembre 2021 en présence à Drummondville;
- l'organisation d'une rencontre de la Table des présidents tenue en visioconférence le 5 octobre 2021;
- la mise sur pied d'une communauté de pratique pour les intervenants et l'organisation des rencontres tenues les 1^{er} et 15 décembre 2021, 26 janvier et 15 mars 2022;
- la gestion d'une page Facebook privée pour les présidents;
- la gestion d'une page Facebook privée pour les directeurs et coordonnateurs;
- la diffusion de communiqués, sur demande, à l'ensemble des autres associations membres (nouvelles, appels à tous, nominations).

Ligne 1 855 CRAQUER (272-7837)

Les proches de personnes ayant un problème de santé mentale peuvent composer un numéro unique pour entrer directement en contact avec une association membre dans leur région : le 1 855 272-7837. Grâce à une subvention de 45 000\$ obtenue du ministère de la Santé et des Services sociaux, nous avons procédé à un réaménagement de notre ligne de référence afin d'en augmenter l'efficacité.

L'utilisation d'un système de « guide parlé » permet maintenant aux appelants de choisir leur destination pour accéder directement à leur association locale, nonobstant leur position géographique et nous avons maintenant la possibilité d'avoir des données précises relatives à l'utilisation de la ligne à l'échelle du Québec.

En huit mois d'activité avec la version améliorée, nous rapportons un nombre de 1 013 appels totalisant 3 101 minutes de conversation, la durée moyenne des appels étant de 3,07 minutes. Les appels proviennent de toutes les régions du Québec, même de l'extérieur de la province.

Statistiques d'utilisation de la ligne (8 mois d'utilisation) :

Mois	Appels	Minutes	Moyenne
Avril	-	-	-
Mai	-	-	-
Juin	-	-	-
Juillet	-	-	-
Août	111	231,3	2,08
Septembre	118	426,4	3,61
Octobre	164	481,3	2,93
Novembre	126	416,4	3,30
Décembre	72	255,4	3,55
Janvier	146	461,0	3,16
Février	129	378,3	2,93
Mars	147	450,9	3,07
Total	1 013	3 101	3,08

1 855 CRAQUER
(272-7837)

La ligne unique de référence fait maintenant partie des services offerts gratuitement à toutes nos associations membres. Au-delà des améliorations techniques apportées, une grande partie de la subvention accordée sera utilisée pour en faire la promotion au début de la prochaine année, et ce, avec l'objectif d'en augmenter l'utilisation par la clientèle.

Section extranet du site Web avantdecraquer.com

Lancée en mars 2020, cette section, à l'usage exclusif de nos membres, contient les éléments suivants :

- une page d'accueil avec les plus récentes publications internes;
- tous les types de communiqués publiés par le Réseau Avant de Craquer au cours des deux dernières années;
- un babillard pour communiquer rapidement avec les autres associations (à venir);
- des documents utiles produits par le Réseau Avant de Craquer (sondages, mémoires, etc.);
- nos webinaires internes, incluant les formations données au cours des dernières années (ex. : la gestion des réseaux sociaux);
- une section Nouvelles avec des publications des associations membres (ex. : appels à tous, partage de documents, etc.);
- un répertoire de ressources (ex. : liens vers des centres de recherche, formations, etc.);
- les informations sur la campagne de sensibilisation;
- un onglet réservé pour les congrès (programmation, formulaire d'inscription, etc.);
- toutes les informations concernant le plan stratégique 2019-2024 et les plans d'action annuels visant à l'actualiser;
- une section concernant la certification;
- un espace dédié au projet Jeunesse « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes »;
- un onglet pour le projet de virage numérique.

Médias sociaux

Incontournables, les médias sociaux offrent aux associations membres et à la population du contenu numérique qu'elles peuvent partager :

- Facebook
6 501 abonnés (augmentation de 15,1 %) - moyenne approximative de 80 nouveaux abonnés par mois.
- Couverture de la page Facebook
200 629 personnes différentes dont 27 843 uniquement pour le 3 octobre 2021 (lancement de la campagne de sensibilisation).
- Twitter
1 055 abonnés (augmentation de 5,8 %).
- Instagram
1 210 abonnés (augmentation de 36,2 %).

Dans le cadre de la campagne de sensibilisation aux maladies mentales de l'automne 2021, 181 915 personnes ont été rejointes via notre page Facebook; 73 055 d'entre elles représentaient des nouveaux contacts. Ces résultats n'incluent pas ceux obtenus par notre porte-parole, Jean-Philippe Dion, qui de son côté regroupe plus de 100 000 abonnés.

Médias sociaux - Groupe privé Toujours là, malgré tout !

En mars 2021, un groupe privé a été créé sur Facebook afin de permettre aux membres de l'entourage d'échanger entre eux. Le groupe Toujours là, malgré tout ! regroupe aujourd'hui 990 membres, soit une augmentation de 56,9 % depuis le 1^{er} avril 2021.

Géré et encadré par le Réseau Avant de Craquer, ce groupe très dynamique présente un bon niveau d'interactions entre les membres. Certaines associations membres (Le Sillon, Association Le PAS, AQPAMM, Pont du Suroît), impliquées lors de la première cohorte à titre de modérateurs, sont toujours actives et exercent une surveillance.

À l'image du profil des premiers adhérents, la majorité des nouveaux abonnés n'utilisent pas les services des associations. Par leur adhésion et par les échanges avec les autres membres du groupe, ils découvrent un vaste réseau de soutien. On observe une forte croissance de l'autoréférencement vers les associations à l'intérieur des échanges au sein du groupe; les gens témoignent souvent des bénéfices associés au soutien offert par les associations membres.

Médias sociaux - Salons privés via le groupe Toujours là, malgré tout ! (projet pilote)

À la demande de certaines mères désireuses de se rencontrer, un projet pilote a été développé avec comme objectif de permettre à un groupe restreint ayant des intérêts en commun (lien filial, genre, problématique) de se rencontrer en mode virtuel.

Dans le contexte spécifique de ce projet pilote, il s'agit de rejoindre les mères vivant depuis quelques années avec un enfant adulte ayant une problématique en santé mentale. Le groupe se veut complémentaire aux services offerts par nos associations membres.

Coanimé par une modératrice et une mère nommées par le Réseau Avant de Craquer, l'objectif du groupe est le partage et le support entre paires, en toute confidentialité. L'expérience étant concluante, une première rencontre officielle se tiendra à la fin du mois d'avril 2022.

Nouveau portail multicable avantdecraquer.com

En cohérence avec notre vision, nous demeurons proactifs sur le Web avec comme objectif de devenir l'un des interlocuteurs incontournables dans tous les secteurs : le soutien aux familles, la vie communautaire, la santé et les services sociaux, l'éducation, le travail, la sécurité publique, la recherche, etc.

Assistés de Marc-André Cright, spécialiste en design Web et de Serge Daigneault, conseiller en marketing de moteurs de recherche, nous avons revu en profondeur l'arborescence de notre portail Web. L'adresse principale est demeurée la même (avantdecraquer.com) et le contenu du site aidersansfiltre.com a été fusionné dans la nouvelle plateforme.

En plus d'une nouvelle section améliorée pour les activités de sensibilisation, trois portes d'entrée, aux choix de l'internaute, sont maintenant accessibles, soit :

- selon les besoins;
- selon le lien filial (coin des générations);
- selon le statut dans la relation avec le proche.

Les différents portails offrent des textes de contenu, des témoignages, un coffre à outils, des activités ludiques, des contenus complémentaires, des références multimédia (balados, capsules Web), etc.

Un des objectifs de ce nouveau portail multicable est de mettre en évidence l'expertise des associations membres. Pour ce faire, cinq capsules Web réalisées par les associations ont été intégrées sur la plateforme, en plus de textes et outils en lien avec les différents thèmes abordés sur le site.

Audience pour le portail avantdecraquer.com :

- 85 322 utilisateurs (+ 1,5 %)
- 112 733 sessions (+2,2%) | 2,12 pages vues par session | 238 648 pages vues (+20.1 %)
- Durée moyenne des visites : 1 min 40 s
Lors d'activités de promotion (ex. : campagne de sensibilisation, interventions médiatiques, etc.), la durée moyenne passe à 2 min 30 s
- 84 793 nouveaux utilisateurs (+89 %)

Données démographiques des visiteurs :

- 18,7 % sont âgés entre 18 et 24 ans
- 23,23 % sont âgés entre 25 et 34 ans
- 21,77 % sont âgés entre 35 et 44 ans
- 16,51 % sont âgés entre 45 et 54 ans
- 11,64 % sont âgés entre 55-64 ans
- 8,77 % sont âgés de 65 ans et plus
- 64.3 % sont des femmes et 35,7 % sont des hommes

Grâce à la collaboration du Réseau communautaire de santé et des services sociaux (CHSSN) et de Santé Canada, le portail sera bientôt traduit en langue anglaise. Les travaux de traduction ont débuté en cours d'année et seront terminés ce printemps.

Revue de presse

Tous les matins de semaine, 391 abonnés reçoivent une alerte par courrier électronique avec des liens vers les dernières nouvelles dans le domaine de la santé mentale. Ces articles portent, entre autres, sur l'actualité politique, les événements publics, la recherche scientifique ou encore des témoignages.

Formation « Apaiser et prévenir des situations de crise »

Dans une perspective de soutien à la formation continue et à l'amélioration des services adaptés aux besoins des familles, le Réseau Avant de Craquer offre gratuitement la formation de formateurs du programme « Apaiser et prévenir des situations de crise » aux intervenants des associations membres et à des proches, formant ainsi des dyades aux savoirs cliniques et expérientiels.

La formation est animée par Suzanne Letarte, une proche, accompagnée par Marc André Bédard, directeur général du Pont du Suroît. Afin de faciliter la participation des régions, la formation est offerte en visioconférence. Deux cohortes, permettant de former un total de 29 participants, ont reçu la formation en 2021-2022.

Formation Campagne de sensibilisation

Dans le cadre de la campagne de sensibilisation aux maladies mentales, une séance d'information/formation a été offerte aux membres via la plateforme ZOOM. Cette rencontre virtuelle avait pour but de développer une vision commune des détails entourant la campagne 2021, et ce, afin de créer une mobilisation provinciale.

Webinaires

Le service d'information par webinaire s'est poursuivi pour une troisième année consécutive, soutenant les associations membres dans l'amélioration continue de leurs services. Voici les titres et les thèmes des 18 présentations offertes en 2021-2022 :

- Présentation d'un programme de santé mentale au travail : sensibilisation, prévention et mieux-être
Animation : Suzie Tremblay-Girard, intervenante psychosociale, La Marée
- Présentation de la formation « Santé mentale et famille, les inséparables »
Animation : Marie-Ève Caron, fondatrice du Centre SantéFamille
- Les enjeux entre la direction générale et les administrateurs en temps de pandémie
Animation : Nancy Gagnon, consultante et formatrice
- Présentation de la nouvelle mesure d'assistance de la loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité : survol des enjeux en santé mentale
Animation : Corinne Harbec-Lachapelle, responsable des événements publics, Curateur public du Québec
- Réflexion sur le devenir de notre regroupement. Premier volet : intérêt des membres pour la démarche
Animation : René Cloutier, directeur général, Réseau Avant de Craquer - Jean-Paul Huard, chargé de projet, comité sur le devenir
- L'ABC de l'accès au marché des médicaments en santé mentale au Québec
Animation : Catherine Desjardins, directrice, Accès au marché et Relations gouvernementales Québec-Atlantique, AbbVie
- Le programme de la visibilité de l'Agence du revenu du Canada : pour les personnes vulnérables
Animation : Denis Renaud, agent de la visibilité, Agence du revenu du Canada
- Réflexion sur le devenir de notre regroupement. Second volet : la clientèle
Animation : René Cloutier, directeur général, Réseau Avant de Craquer - Jean-Paul Huard, chargé de projet, comité sur le devenir

- Dynamiser la vie associative : les enjeux du membership
Animation : Nancy Gagnon, consultante et formatrice
- Présentation d'un atelier d'écriture : *L'enjeu des mots*
Animation : Mario Dufresne, formateur, animateur et initiateur du projet, La Croisée
- Le savoir expérientiel d'une paire aidante famille : témoignage d'une mère dont le fils vit avec une schizophrénie
Animation : Micheline Fraser, directrice générale, Le Périscope - Lorraine Lemay, intervenante, Le Périscope - Johanne Lefebvre, paire aidante famille, Le Périscope
- Réflexion sur le devenir de notre regroupement. Troisième volet : les services et les approches d'intervention
Animation : René Cloutier, directeur général, Réseau Avant de Craquer - Jean-Paul Huard, chargé de projet, comité sur le devenir
- Les rôles et responsabilités du conseil d'administration et de la direction (formation)
Animation : Nancy Gagnon, consultante et formatrice
- Présentation du projet « Aider sans filtre, pour les jeunes par les jeunes »
Animation : René Cloutier, directeur général, Réseau Avant de Craquer - Marie-Eve Leblond, directrice générale adjointe, Réseau Avant de Craquer
- Tout savoir sur l'évolution de la protection des personnes en situation de vulnérabilité – Direction territoriale Nord
Animation : Julie Carrière, agente de liaison, Curateur public du Québec
- Tout savoir sur l'évolution de la protection des personnes en situation de vulnérabilité – Direction territoriale Est
Animation : Mélanie Paquet, agente de liaison, Curateur public du Québec
- Tout savoir sur l'évolution de la protection des personnes en situation de vulnérabilité – Direction territoriale Sud
Animation : Marie-Josée Beaulieu, agente de liaison et coordonnatrice, Curateur public du Québec
- Tout savoir sur l'évolution de la protection des personnes en situation de vulnérabilité – Direction territoriale Ouest
Animation : Valérie Gagné, agente de liaison, Curateur public du Québec

Les présentations ont été enregistrées lorsque l'organisation et le contexte entourant les thèmes abordés le permettaient. Huit présentations enregistrées sont disponibles pour les associations membres dans la section extranet du site Internet du Réseau Avant de Craquer. Les documents de présentation qui les accompagnent sont également disponibles sur demande.

Un calendrier des activités du midi du Réseau Avant de Craquer est disponible chaque saison et est ponctuellement mis à jour. On y retrouve également des suggestions de webinaires et de formations externes susceptibles d'intérêt en fonction des enjeux sociaux actuels.

Un rapport synthèse des présentations webinaires, incluant les résultats des évaluations de satisfaction, est disponible pour les associations membres.

Communauté de pratique

Parmi ses mandats, le Réseau Avant de Craquer soutient la formation continue, le transfert des connaissances et le développement des compétences spécifiques de ses associations membres. Initier une communauté de pratique pour les intervenants constituait une stratégie efficace pour répondre à la demande et au besoin d'échanger régulièrement entre pairs de leurs expériences, de partager leurs connaissances et développer de meilleures pratiques.

Voici les dates et les sujets discutés lors des rencontres tenues en visioconférence :

- 1^{er} décembre 2021
Sujet : orientations (10 participants)
- 15 décembre 2021
Sujet : intervention auprès des jeunes (22 participants)
- 26 janvier 2022
Sujet : communautés interculturelles (17 participants)
- 15 mars 2022
Sujet : accompagnement à la rédaction d'une demande de garde en vue d'une évaluation psychiatrique (25 participants)

Le Réseau Avant de Craquer offre un soutien pour l'organisation et l'animation des rencontres, les aspects technologiques (fonctionnalités de la plateforme de visioconférence, droits d'accès, etc.), les ressources documentaires, etc. 49 intervenants sont actuellement membres de la communauté de pratique, en provenance de 24 associations distinctes et représentant 10 régions administratives.

Certification

Le processus de certification est un service offert gratuitement aux associations. Basée sur le *Cadre normatif des associations membres du Réseau Avant de Craquer* et sur une visite d'évaluation qualitative de la vie associative, la certification atteste de la qualité des services, de la rigueur administrative des politiques internes et d'une volonté d'amélioration continue. Le sceau de certification du Réseau Avant de Craquer atteste de cette reconnaissance auprès de la population, des décideurs et des partenaires communautaires et institutionnels.

Le comité de certification est composé de trois évaluateurs externes : Monique Carrière, secteur universitaire et réseau de la santé, Jean-Paul Huard, ex-directeur d'une association membre et Renée Levaque, présidente du conseil d'administration et proche.

Au cours de l'année 2021-2022, 11 associations ont été certifiées, soit :

- La lueur de l'espoir du Bas-Saint-Laurent
- Le Portail
- Le Périscope
- Éclusier du Haut-Richelieu
- Le Sillon
- APAMM Rive-Sud
- La Marée (première certification)
- La Passerelle
- APAME de l'Est de la Côte-Nord (première certification)
- La Croisée
- AMI-Québec

Plusieurs autres associations ont bénéficié du soutien du Réseau Avant de Craquer dans la progression de leur dossier de certification. Actuellement, sept associations sont accompagnées pour obtenir le renouvellement de leur certification, alors que des visites de certification sont en planification.

L'état de situation de la certification étant spécifique à chaque association, une lettre personnalisée a été acheminée à toutes les associations le 25 janvier 2022, notamment pour féliciter les associations récemment certifiées, rappeler aux associations concernées la crédibilité associée au renouvellement de leur certification et souligner cette reconnaissance distinctive dans le milieu communautaire en santé mentale pour les associations qui visent une première certification.

Par conséquent, plusieurs associations ont signifié leur intention de prioriser la certification lors de leur prochaine planification stratégique.

La certification est un service très apprécié de nos associations membres et tout est mis en œuvre pour en accélérer la réalisation tout en assurant la rigueur du processus et le respect du rythme de chaque association.

AXE 2



VIE FÉDÉRATIVE

Le Réseau Avant de Craquer assure une gestion démocratique et la transparence de ses activités par son assemblée générale annuelle, son conseil d'administration, la consultation de ses associations membres et divers moyens de communication. C'est un regroupement dynamique et proactif, dans le respect de l'autodétermination des associations membres.

Assemblée annuelle des membres

L'assemblée annuelle des membres a été tenue le 16 juin 2021 pour une deuxième fois en visioconférence en raison de la pandémie. 28 membres réguliers, pour un total de 41 participants, y ont assisté. L'ordre du jour incluait notamment :

- la présentation du bilan annuel des activités;
- la présentation du rapport financier;
- les perspectives 2021-2022;
- la nomination de l'auditeur pour l'année 2021-2022;
- l'élection des administrateurs des sièges impairs.

Une assemblée générale spéciale a été tenue le 29 avril 2021 afin d'adopter de nouveaux règlements généraux. Les modifications portaient notamment sur la composition du conseil d'administration, les modalités électorales et les catégories de membres. 34 participants en provenance de 25 groupes membres ont entériné les règlements à l'unanimité. Tel que proposé à l'Assemblée, l'application de l'article portant sur l'obligation de la certification a été reportée jusqu'à ce que le conseil d'administration en prescrive sa mise en vigueur, au plus tard en 2026.

Conseil d'administration

En 2021-2022, le conseil d'administration a tenu six rencontres en visioconférence et une en présence, soit :

- le 5 mai 2021
- le 16 juin 2021 (spéciale)
- le 21 juin 2021
- le 28 septembre 2021 (en présence)
- le 24 novembre 2021
- le 27 janvier 2022
- le 10 mars 2022

Le conseil d'administration du Réseau Avant de Craquer est composé de 11 sièges, soit cinq attribués à des proches et administrateurs des associations membres, quatre à des employés des associations membres et deux cooptés. Au 31 mars 2022, le Conseil était composé des administrateurs suivants :

- Renée Levaque, présidente (proche et administratrice d'une association membre)
- Suzanne Letarte, vice-présidente (proche et administratrice d'une association membre)
- Sylvie Maréchal, trésorière (proche et administratrice d'une association membre)
- Roland Veilleux, administrateur (proche et administrateur d'une association membre)
- Linda Manzo, administratrice (proche et administratrice d'une association membre)
- David Ford Johnson, administrateur (employé d'une association membre)
- Hélène Tessier, administratrice (employée d'une association membre)
- Danièle Bédard, administratrice (employée d'une association membre)

- Louise Gallien, secrétaire (employée d'une association membre)
- Nathalie Savard, administratrice (cooptée par le Conseil)
- Tonia Di Guglielmo, administratrice (cooptée par le Conseil)

Information aux membres

Divers outils permettent de faire circuler des informations brèves inhérentes aux dossiers politiques, associatifs ou sur tout sujet susceptible d'intéresser les membres - Info-Flash, alerte web, correspondance informelle - le nombre de parution varie d'année en année en fonction des besoins et des informations à communiquer.

Au cours de l'année 2021-2022, les associations membres ont reçu un total de 88 alertes web visant à relayer de l'information sur des sujets spécifiques, tels que la campagne de sensibilisation, des offres de participation à des sondages internes, des consultations ou à des enquêtes à plus large spectre, des invitations à participer à nos activités ou à des formations, des appels à tous du milieu de la recherche, des nouvelles du milieu communautaire et, bien sûr, des mises à jour en lien avec l'état de situation concernant la pandémie.

7 Info-Flash ont également été acheminés, principalement en guise de résumé des rencontres du conseil d'administration et des rencontres annuelles des membres.

Les membres ont également la possibilité de faire des annonces ponctuelles au sein du regroupement. 16 communiqués de ce type ont été envoyés au cours de l'année.

Contacts avec les membres

La permanence a régulièrement des contacts avec les directeurs, les présidents et les intervenants des associations membres soit par téléphone, en visioconférence, par courriel ou en présence physique.

Membership

Quatre nouveaux membres se sont joints à notre regroupement en cours d'année, soit Anna et la Mer (Mauricie/Centre-du-Québec), La lueur du phare de Lanaudière (Lanaudière), ALPABEM (Laval) et SantéFamille (services virtuels).

Comités de gouvernance

Le conseil d'administration peut constituer des comités afin de soutenir son rôle de gouvernance.

- Comité de gouvernance
Composé au 31 mars 2022 de Renée Levaque (présidente), Suzanne Letarte (vice-présidente), Sylvie Maréchal (administratrice), Hélène Tessier (administratrice) et René Cloutier (directeur général).

Le Comité s'est réuni à quatre reprises au cours de l'année. Il a notamment :

- établi le profil de compétences actuelles et recherchées des administrateurs;
- évalué les besoins actuels du CA en fonction des priorités et des stratégies;
- créé une banque d'administrateurs potentiels;
- recruté et recommandé au CA les administrateurs à coopter pour combler quatre sièges vacants;
- préparé les élections à l'assemblée générale annuelle.

- **Comité sur les politiques**
Composé au 31 mars 2022 de Renée Levaque (présidente), Suzanne Letarte (vice-présidente), Louise Gallien (secrétaire) et René Cloutier (directeur général).

Le Comité s'est réuni à trois reprises au cours de l'année et a analysé les procédures électorales, les cotisations des membres, le code de déontologie, la politique sur le membership et une modification à la politique salariale. Ces normes et politiques ont été adoptées par le conseil d'administration.

- **Comité de suivi du plan stratégique**
Composé au 31 mars 2022 de Renée Levaque (présidente), Suzanne Letarte (vice-présidente), Hélène Tessier (administratrice) et René Cloutier (directeur général).

Le Comité a fait le bilan du plan d'action 2020-2021 qui découle du plan stratégique 2019-2024 et a fait l'analyse du plan d'action 2021-2022 en vue de le recommander au conseil d'administration qui l'a adopté lors de sa séance du 28 septembre 2021.

- **Comité d'évaluation du rendement du directeur général**
Composé au 31 mars 2022 de Renée Levaque (présidente), Suzanne Letarte (vice-présidente) et Hélène Tessier (administratrice).

Le Comité a assuré l'évaluation du rendement du directeur général pour la période 2021-2022.

Comités de l'intendance

La permanence constitue des comités afin de s'adjoindre des personnes ayant de l'expérience ou de l'expertise pour la soutenir dans ses mandats. Quatre comités ont été formés en 2021-2022.

- **Comité conseil COVID-19**
Composé de Marc André Bédard (Pont du Suroît), Johanne Gagné (Le Portail), Michel Huard (La lueur de l'espoir du Bas-Saint-Laurent), Marie-Eve Leblond (Le Cercle Polaire), Nathalie Tremblay (Association Le PAS), Manon Dion (Réseau Avant de Craquer) et René Cloutier (Réseau Avant de Craquer - responsable du comité).

Ce comité a été constitué en mars 2020 afin de conseiller le Réseau Avant de Craquer sur le soutien à apporter aux associations membres dans le contexte de la pandémie. Il s'est réuni le 8 septembre 2021 afin de faire le point sur la situation des associations face à la pandémie.

- **Comité sur la campagne de sensibilisation 2021-2022**
Composé de Natacha Castonguay (marketing numérique), David Couturier (stratégies politiques et médiatiques), Pierre-Luc Lafrance (communications et animation), Éric Lamirande (stratégies sur les médias sociaux), Jonathan L'Heureux (graphisme) et Manon Dion (Réseau Avant de Craquer - responsable du comité).

Ce comité de conseillers experts a soutenu le Réseau Avant de Craquer dans la préparation et la réalisation de la campagne de sensibilisation annuelle. Le Comité s'est réuni à trois reprises au cours de l'année, sans compter de nombreux échanges informels.

- **Comité sur le devenir**
Composé de David Ford Johnson (AQPAMM), Jean-Paul Huard (chargé de projet), Michel Huard (La lueur de l'espoir du Bas-Saint-Laurent), Marie-Eve Leblond (Le Cercle Polaire), Suzanne Letarte (APPAMM-Drummond), Renée Levaque (présidente du Réseau Avant de Craquer), Hélène Tessier (L'Apogée), Manon Dion (Réseau Avant de Craquer) et René Cloutier (Réseau Avant de Craquer - responsable du comité).

Ce comité a été formé suite de la décision du conseil d'administration d'amorcer une réflexion sur le devenir de notre regroupement et de ses associations membres.

Le Comité s'est réuni à trois reprises au cours de l'année. Cette année, les travaux ont porté sur la préparation et l'analyse des résultats des sondages auprès des membres concernant la pertinence de la démarche de réflexion, la clientèle à couvrir et les services à offrir. La démarche se poursuit en vue de réviser le cadre normatif au cours de la prochaine année.

- Comité Web - Volet Jeunesse

Composé de Gabrielle Brind'Amour (L'Accolade Santé mentale), Audrey-Anne Claude (OASIS Santé mentale Granby et région), Audrey-Anne Frenette (L'Apogée), Émilie Lenoble (Réseau Avant de Craquer), Victoria Parmentier (L'Apogée), Valérie Vigneault (Centre Nelligan), Cathy Villeneuve (La Marée) et Manon Dion (Réseau Avant de Craquer - responsable du comité).

Le mandat de ce comité est de nous guider pour l'enrichissement de la section Jeunesse du portail pour les 13-17 ans et les 18-25 ans ainsi que le développement du volet Jeunesse de la campagne de sensibilisation 2022. En outre, certains membres du comité se joindront à une communauté de partage regroupant des gens de la France, de la Suisse, de la Belgique et du Luxembourg, et ce, afin de contribuer à un partage d'expertise.

Actif depuis janvier 2022, le Comité s'est réuni à deux reprises afin d'échanger sur le contenu actuel du portail et de cibler les améliorations souhaitables. Ils ont également été consultés pour la campagne de promotion de la ligne de référence 1 855 CRAQUER (à venir en 2022).

Consultations

Au cours de l'année, les associations membres ont été consultées par différents mécanismes, tels que :

- lors des rencontres de réseautage de présidents et de directeurs;
- par visioconférence;
- par sondage Internet;
- par téléphone.

Les consultations ont notamment porté sur :

- la satisfaction des services reçus du Réseau Avant de Craquer en 2021-2022;
- la démarche de réflexion sur le devenir de notre regroupement;
- la clientèle (réflexion sur le devenir);
- les services et les approches d'intervention (réflexion sur le devenir);
- le crédit d'impôt pour personne aidante du gouvernement du Québec (collaboration avec Proche Aidance Québec);
- la tenue du congrès 2022;
- les services numériques;
- les victimes d'actes criminels (collaboration avec l'Association québécoise Paidoyer-Victimes);
- la mesure d'assistance (collaboration avec le Curateur public);
- les sujets des webinaires (lors des sondages de satisfaction).

À la fin de l'année financière 2021-2022, le Réseau Avant de Craquer a sollicité l'opinion de ses membres en regard des travaux de la dernière année. Voici un bref aperçu des résultats de l'évaluation annuelle des services :

- AXE 1 - Services aux membres
 - La réponse fournie aux demandes d'information et de soutien :
53,3 % très satisfaisant | 33,3 % plutôt satisfaisant | 13,3 % pas utilisé le service
 - Mode de communication (Info-Flash, alertes Web, etc.) :
73,3 % très satisfaisant | 20 % plutôt satisfaisant | 6,7 % plutôt insatisfaisant
- AXE 2 - Vie fédérative
 - Activités démocratiques (AGA, élections des représentants) :
20 % très satisfaisant | 40 % plutôt satisfaisant | 40 % pas participé
 - Consultations :
26,7 % très satisfaisant | 46,7 % plutôt satisfaisant | 13,3 % plutôt insatisfait | 13,3 % pas participé
- AXE 3 - Promotion
 - Campagne de sensibilisation annuelle :
26,7 % très satisfaisant | 40 % plutôt satisfaisant | 6,7 % très insatisfaisant | 26,7 % pas participé
 - Présence sur les réseaux sociaux :
42,9 % très satisfaisant | 50 % plutôt satisfaisant | 7,1 % ne suit pas
- AXE 4 - Positionnement
 - Positionnement politique :
60 % très satisfaisant | 26,7 % plutôt satisfaisant | 6,7 % plutôt insatisfaisant | 6,7 % ne sais pas
 - Visibilité médiatique :
40 % très satisfaisant | 33,5 % plutôt satisfaisant | 6,5 % plutôt insatisfaisant | 20 % ne sais pas
- AXE 5 - Ressources financières
 - Démarches pour améliorer le financement des membres :
33,3 % très satisfaisant | 33,3 % plutôt satisfaisant | 33,3 % ne sais pas
- AXE 6 - Ressources humaines
 - Expertise du Réseau Avant de Craquer :
60 % très satisfaisant | 26,7 % plutôt satisfaisant | 13,3 % ne sais pas
- AXE 7 - Partenariat
 - Partenariats établis par le Réseau Avant de Craquer
40 % très satisfaisant | 33,3 % plutôt satisfaisant | 26,7 % ne sais pas

AXE 3



PROMOTION

Les activités de promotion visent à favoriser une reconnaissance par la population, les acteurs politiques et les organismes publics et privés de la réalité des membres de l'entourage, ainsi qu'à faire connaître le Réseau Avant de Craquer et les services de ses associations membres. On souhaite contribuer notamment à la sensibilisation de la maladie mentale sans tabou.

Campagne de sensibilisation

Nos campagnes de sensibilisation visent, entre autres, à amener les membres de l'entourage à se reconnaître comme un élément positif dans le rétablissement de leur proche (fratrie, amis, conjoint, collègues, parents, etc.) et à briser les tabous entourant les problèmes de santé mentale.

Le thème retenu pour cette année était « Parce que tu comptes toi aussi, garde le CAP ». Ce thème se voulait un rappel de l'importance de prendre soin de soi et de penser à soi à travers l'accompagnement d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale. Notre message visait à démontrer que lorsqu'on accompagne au quotidien une personne vivant avec un problème de santé mentale :

- c'est normal d'éprouver toutes sortes d'émotions qui peuvent nous faire vivre une grande fatigue mentale et physique, c'est pourquoi il est important de prendre soin de soi;
- prendre soin de soi n'est pas un geste égoïste, puisque sa propre santé est aussi importante et il ne faut pas la négliger;
- il ne faut pas oublier que nous sommes une personne importante pour notre proche;
- il ne faut pas sous-estimer nos propres compétences, car notre savoir et notre vécu sont uniques;
- accompagner un être cher fait référence au soutien qu'on peut lui offrir et non pas une prise en charge de sa vie. Il s'agit d'un rôle respectueux envers son proche qui n'enlève en rien les sentiments qu'on éprouve envers lui, et ce, tout en respectant son autonomie;
- il est possible de préserver son équilibre tout en accompagnant un proche vivant avec un problème de santé mentale et rappeler qu'il existe au Québec des organismes offrant une gamme de services spécialisés pour les soutenir.

Pour atteindre nos objectifs, nous avons voulu innover. C'est pourquoi nous avons procédé à une refonte complète de nos deux sites Web afin de créer un nouveau portail multilingue. Notre ligne de référence a été revue et corrigée. Nous avons réitéré l'expérience des conférences virtuelles avec la participation d'Annick Gosselin (intervenante à L'Ancre), de Caroline Paquette (OASIS santé mentale Granby et région) et de Jonathan Naess (pair aidant famille au Cercle Polaire).

Les jeunes âgés de 16 à 35 ans ont été invités à devenir des ambassadeurs engagés pour la semaine de sensibilisation et à agir à titre d'influenceurs positifs sur les réseaux sociaux dans le cadre d'un concours organisé en collaboration avec VIA Rail Canada et la Caisse Desjardins du Plateau Montcalm. Enfin, les ambassadeurs de l'Escouade sans filtre ont aussi contribué au rayonnement de la Campagne et certains ont collaboré à un balado spécial Campagne 2021.

L'Escouade sans filtre est composée de Joany Roussel, Jade Gauthier, Jade Bayard, Andrée-Anne Gagné, Cathy Martineau et Sandrine Dubé. Une page dédiée à l'Escouade sans filtre a été créée sur avantdecraquer.com.

L'élément central de la Campagne fut sans contredit le lancement de notre premier documentaire « Garder le CAP », incluant un guide pédagogique. Réalisé par Maxime Pelletier-Huot, ce court métrage vise à changer le regard de la société à l'égard des jeunes qui côtoient une personne vivant avec un trouble de santé mentale, développer le niveau de connaissance de la population afin de mieux comprendre les défis reliés aux différentes facettes de leur rôle d'accompagnateur et mettre à l'avant-plan leur propre responsabilité dans la recherche de l'équilibre ainsi que notre responsabilité collective quant à leur avenir en tant qu'adulte de demain.

Intemporel, le documentaire va au-delà des limites de la campagne de sensibilisation. D'une durée de 30 minutes avec sous-titrage en anglais, il s'agit d'un excellent outil de sensibilisation qui a remporté un franc succès depuis son lancement. À preuve, nous avons rejoint plus de 37 500 personnes via nos réseaux sociaux uniquement avec le documentaire et plus de 20 000 visionnements ont été faits à partir de nos différentes plateformes : réseaux sociaux, portail avantdecraquer.com et la chaîne YouTube.

Ce projet n'aurait pu voir le jour sans la participation de Joany Roussel, Dave Belley, Marie Poulin et le soutien de leurs proches ainsi que Jean-Philippe Dion. Merci à Cathy Villeneuve de La Marée (Charlevoix), Maude Bouchard du Sillon (Beauce-Etchemin) et Gabrielle Brind'Amour de L'Accolade Santé mentale (Châteauguay) qui ont grandement contribué à la réalisation du projet, incluant le guide pédagogique.

Activités médiatiques

En tant que porte-parole, Jean-Philippe Dion s'est impliqué en de nombreuses occasions, entre autres, lors du lancement virtuel de la Campagne et par la diffusion d'un nouveau message sur nos plateformes Web.

Un communiqué de presse a été diffusé sur le réseau de distribution de contenu Newswire pour souligner le lancement officiel de la campagne de sensibilisation. Voici quelques présences médiatiques :

- 3 octobre 2021
Santé mentale : se soigner pour mieux aider avec la participation de Marie Poulin - Journal de Québec et Journal de Montréal
- 3 octobre 2021
Jean-Philippe Dion à LCN - Le Québec matin week-end
- 3 octobre 2021
Jean-Philippe Dion à TVA Nouvelles (Québec)
- 5 octobre 2021
Joany Roussel à LCN avec Jean-François Guérin
- Cahier spécial dans le Journal Le Canada Français grâce à la collaboration de L'Éclusier du Haut-Richelieu

Partenariats

Différents partenaires ont poursuivi leur collaboration lors de la Campagne 2021 en partageant nos différents outils promotionnels au sein de leur organisation. Nous avons continué à élargir notre réseau de contacts par l'entremise des réseaux sociaux, des écoles, cégeps et universités. La campagne de sensibilisation a eu des retombées multiples et le Réseau Avant de Craquer a développé une nouvelle collaboration avec une cheffe chercheuse de chez KOTV pour un documentaire à paraître en 2022.

Autres activités de sensibilisation ou de promotion

Différentes stratégies ont été élaborées tout au long de l'année dans le but d'obtenir de la visibilité et de promouvoir les services de nos associations membres lors des différentes semaines thématiques ayant un lien avec notre mission :

- Avril 2021
Lancement d'un balado lors de la Journée mondiale de la santé ayant pour thème « Entre ouverture et limites, comment maintenir notre relation ».
- Mai 2021
Participation à la Semaine de la santé mentale.

- Mai 2021
 Participation à la Semaine québécoise de la famille et à la Semaine de la profession infirmière avec la publication d'un message de la présidente du Réseau Avant de Craquer et la diffusion d'une série de capsules Web (Marie-Ève Caron, infirmière en santé mentale, chargée de cours à l'UQAR, Jean-François Lacasse et MAYDAY M'AIDER, Être là pour les familles – Vision de deux chercheuses qui font une différence ! avec Aude Villatte et Geneviève Piché et Madisson Monfette, infirmière et membre de l'Escouade sans filtre).
- Juin 2021
 Participation de Suzanne Letarte, vice-présidente du Réseau Avant de Craquer et formatrice pour le programme « Apaiser et prévenir des situations de crise » au webinaire « Troubles psy et mise en danger... la prévenir et s'en sortir » (Positive Minders) - 1 264 vues.
- Juin 2021
 Participation de Christiane Germain, ex-directrice de La Parentrie à Montréal et proche collaboratrice du Réseau Avant de Craquer à un panel ayant pour thème « Le rétablissement : regards croisés - France Québec » - Colloque de l'UNAFAM.
- Octobre 2021
 Participation lors du lancement du livre de Richard Langlois, auteur et conférencier.
- Octobre 2021
 Participation à la Semaine d'information sur la santé mentale (France) - Comment la famille peut-elle accompagner l'usager dans le respect de ses droits ? - 276 vues en rediffusion.
- Novembre 2021
 Lancement d'un balado, édition spéciale pour le Movember, avec la collaboration Philippe Saint-Laurent, directeur à l'association Le Portail de Rouyn-Noranda.
- Novembre 2021
 Semaine de la proche aidance - Participation de Gabrielle Brind'Amour à un panel de discussion organisé par Proche aidance Québec avec la participation du Réseau Avant de Craquer. Le panel a discuté des enjeux soulevés par deux extraits du documentaire « Dehors Serge dehors ».
- Novembre 2021
 Participation à la promotion du film « La Forest de mon père » réalisé par Véro Cratzborn (Belgique) dans le cadre du Festival du film de Toronto avec identification du Réseau Avant de Craquer dans le dossier pédagogique.
- Novembre 2021
 Participation à la promotion du film « Dehors Serge dehors » avec présence de représentants d'associations membres lors des projections. Certains ont eu l'opportunité de parler brièvement des services offerts par les associations. Les associations membres du Réseau Avant de Craquer ont pu bénéficier de deux billets gratuits pour une représentation dans les villes suivantes: Beloeil, Sherbrooke, Québec, Saint-Adèle, Montréal, Saint-Eustache, Saint-Hyacinthe, Saint-Jean-sur-Richelieu, Drummondville, Sorel-Tracy et Joliette).
- Janvier 2022
 Participation à la campagne Bell Cause pour la cause.
- Janvier 2022
 Participation à la promotion du documentaire de Jessica Barker « Maman, pourquoi tu pleures » avec la participation de Jean-Philippe Dion.
- Janvier 2022
 Présentation du Réseau Avant de Craquer lors d'un webinaire de Positive Minders - 1 512 vues.

- Février 2022
Lancement d'un balado ayant pour titre « L'importance de parler du suicide » lors de la semaine nationale de prévention du suicide.
- Mars 2022
Participation aux Journées internationales de la schizophrénie par la présentation d'une conférence portant sur « La codépendance : entre proximité et fusion » avec la participation de Gabrielle Brind'amour de L'Accolade Santé mentale - 156 vues en rediffusion.
- Mars 2022
Participation de Diane Riendeau, modératrice du groupe Toujours là, malgré tout ! au webinaire « Patients et proches : des *coachs* du mieux-être ? » - 127 vues en rediffusion.
- Mars 2022
Participation à la Journée internationale de la bipolarité avec le lancement d'un balado ayant pour thème « Pratique en émergence : la paire aidance famille » avec la collaboration de Julie Coulombe, paire aidante famille pour la Société québécoise de la schizophrénie.

Enfin, suite à une collaboration avec la maison de production MC2 pour la promotion de la série 1 de « Parfaitement imparfaite », nous avons accepté d'écrire une lettre d'appui au Fonds Telus pour la production de la saison 2 de cette série documentaire produite par MC2 Communication Média.

Colloques & kiosques d'information

En raison de la pandémie, le Réseau Avant de Craquer n'a participé à aucun colloque ni kiosque d'information en présence. Par contre, nous avons participé au colloque de l'Association québécoise des infirmières et infirmiers en santé mentale avec un kiosque d'information en virtuel.

Parce que tu comptes toi aussi,

GARDE LE CAP

Tu côtoies au quotidien une personne ayant un trouble de santé mentale?

Sache que c'est normal d'éprouver toutes sortes d'émotions qui peuvent te faire vivre une grande fatigue mentale et physique. C'est pourquoi il est important de prendre soin de toi.

Tu veux découvrir comment garder ton équilibre tout en accompagnant une personne dans son processus de rétablissement? Fais appel à nous!




avantdecraquer.com/gardelecap

Nous sommes là pour t'aider à Garder le CAP

Contacte-nous sans tarder! 1 855 272-7837



Réseau Avant de Craquer

1 855 CRAQUER (272-7837)

Que vous soyez un parent, un enfant, un frère, une sœur, un conjoint.e, un ami, etc., qui vivez avec une personne présentant un problème de santé mentale, n'hésitez pas à utiliser cette ligne de référence pour rejoindre l'association de votre région.

Vous pouvez compter sur l'appui de 43 associations qui sont réparties dans différentes régions du Québec. Elles travaillent en collaboration avec le réseau de la santé. Faites appel à nos services! Une aide à votre portée en toute confidentialité.

Voici quelques bénéfices dont vous pourrez profiter en contactant votre association locale via notre ligne unique de référence

- Recevoir des informations sur les problèmes de santé mentale et mieux comprendre la problématique.
- Obtenir de précieux conseils pour améliorer votre façon de communiquer et améliorer votre relation avec votre proche.
- Développer de nouvelles attitudes et apprendre à lâcher prise.
- Apprendre à mieux composer avec les troubles de comportement de votre proche et être plus en contrôle de votre situation.
- Effectuer l'inventaire des solutions qui sont à votre portée et arriver à des résultats concrets et réalistes.


Une initiative du Réseau Avant de Craquer! Pour en savoir davantage : Avantdecraquer.com

Consultez les heures pour accéder à notre association locale spécialisée pour parler gratuitement. À noter que cette ligne de référence n'est pas un service d'urgence ni une ligne d'écoute. Les associations seront en mesure de répondre aux appels à l'extérieur de leurs heures de bureau. Pour toute urgence, composez le 911 ou 989.




Parce que tu comptes toi aussi,

GARDE LE CAP




DAVE

Les deux dernières années ont été une expérience de vie qui ont fait passer Dave et son épouse à un autre stade de leur vie. Bien qu'il soit aujourd'hui séparé, pour lui ce n'est pas un problème de santé mentale. Les deux vivent de belles aventures qui l'ont fait grandir et lui ont permis de...

Parce que tu comptes toi aussi,

GARDE LE CAP



Comment concilier vie à deux et problème de santé mentale?

Comment gérer un problème de santé mentale?

avantdecraquer.com

Nous sommes là pour t'aider à Garder le CAP

Une initiative du Réseau Avant de Craquer

JOANY ET MATHIEU

occasionnelles par le trouble de santé mentale de son frère. Très jeunes, elles ont compris que les sœurs ont une frustration, colère, culpabilité, remise en question. Pour l'autre, ce n'est pas l'envie de revenir en arrière, car c'est grâce à elle qu'elle est aujourd'hui. Toutes les deux étaient préférées se débrouiller seules. Convaincues seules, elles ont compris plus tard qu'on ne peut pas...

Si j'ai besoin de parler à quelqu'un, qui peut m'aider?


On me dit d'éprouver l'important d'adulte

Nous sommes là pour t'aider à Garder le CAP

Une initiative du Réseau Avant de Craquer

Parce que tu comptes toi aussi,

GARDE LE CAP



Depuis plusieurs décennies, des organisations comme la nôtre mettent en place des activités pour arriver à faire tomber les préjugés. Nous espérons ainsi aider les gens qui vivent avec un trouble mental et leurs membres de l'entourage à être mieux accueillis dans notre société. Nos objectifs collectifs sont certes louables. D'ailleurs, si vous interrogez la population, la majorité des gens vous diront qu'ils démontrent ouverture et compassion. Alors, pourquoi vivons-nous encore entourés de stigmas autour de cette question?

Voici un petit exercice de réflexion qui te permettra peut-être de comprendre pourquoi les préjugés sont si persistants.

À l'inverse, si c'était toi...

- Qui doit vivre avec un parent ayant un problème de santé mentale.
- Qui doit vivre avec le sentiment d'être invisible, car le trouble mental de ton frère ou ta sœur occupe toute la place dans la vie de tes parents.
- Qui doit vivre avec un conjoint qui vient d'apprendre qu'il est atteint d'une maladie mentale.
- L'ami qui veut être là pour l'autre, mais qui ne sait pas quoi faire, car la personne ne veut pas en parler.
- Crois-tu que tu pourrais être réticent à en parler de peur que les gens pensent que toi aussi tu es affecté par le même problème de santé mentale?
- Penses-tu que vous pourriez être gênés par certains comportements de ton proche?
- Serait-il possible que tu puisses être en colère envers ton frère ou ta sœur et ta famille pour ce sentiment d'invisibilité qui t'habite?
- Aurais-tu peur que la situation devienne trop envahissante, au point de vouloir t'éloigner de cette personne?

Prends quelques minutes pour te mettre dans la peau de l'autre... Tu verras que peu importe notre statut, notre âge, notre sexe, notre profil de santé, nous avons sensiblement les mêmes besoins et les mêmes aspirations. Le stigma autour des problèmes de santé mentale existait, tout du moins en partie, le « mal-être » des familles de même que celui des personnes qui vivent avec un trouble mental. En ce sens, nous avons tous une petite responsabilité.

Travaillons ensemble pour que les parents, les enfants, les frères et sœurs, les conjoints, les amis, etc., puissent vivre heureux et marcher la tête haute.

avantdecraquer.com/gardelecap

Nous sommes là pour t'aider à Garder le CAP

Pour obtenir des réponses : 1 855 272-7837

Une initiative du Réseau Avant de Craquer

GARDE LE CAP

En haut, à gauche :
affiche de la campagne de sensibilisation 2021

En bas, à gauche :
fiches promotionnelles de la campagne de sensibilisation 2021

En haut, à droite :
affiche promotionnelle de la ligne de référence 1 855 CRAQUER

Un nouveau portail incontournable pour les proches AvantdeCraquer.com

Réseau Avant de Craquer

AvantdeCraquer.com devient le portail de référence pour les proches qui accompagnent une personne vivant avec un trouble de santé mentale et quiconque intéressé par leur vécu.

Que vous soyez un.e conjoint.e, un membre de la fratrie, un parent, un.e ami.e, un.e professionnel.le ou autre, vous trouverez de l'information spécifique pour vous.

Une seule visite vous convaincra de mettre ce nouveau portail spécialisé dans vos favoris pour y revenir chaque fois que vous aurez une question concernant les proches.

1 855 CRAQUER (272-7837)

Toujours là, malgré tout!

Groupe de discussion et de partage

UN ESPACE DEDIE A L'USAGE EXCLUSIF DES MEMBRES DE L'ENTOURAGE QUI ACCOMPAGNENT UN PROCHE ATTEINT DE MALADIE MENTALE.

Projet-pilote | Groupe de discussion virtuel

Le salon des mères

Le troisième mardi du mois à 19h

Groupe fermé | Aucune inscription spontanée n'est acceptée.

Ci-dessus : affiche promotionnelle du portail multicanal avantdeCraquer.com

Ci-dessous : affiche promotionnelle du documentaire Garder le CAP

En haut, à droite : bannière du groupe Facebook Toujours là, malgré tout !

Au centre, à droite : bannière promotionnelle du Salon des mères

En bas, à droite : message pour la semaine québécoise des familles

RÉALISATION Maxime Pelletier-Huot

COLLABORATION SPÉCIALE Jean-Philippe Dion

PRODUCTION Réseau Avant de Craquer

Le 4 octobre 2021

GARDER LE CAP

Ce documentaire vise à changer le regard de la société à l'égard de ces jeunes qui vivent avec une personne ayant un trouble de santé mentale.

Avec la participation de Joany, Marie, Davy, Maro-André, Lisa, Élodie, Roxanne, Catherine, Gabrielle, Héloïse, et Veronique

De court-métrage d'une durée de 30 minutes permet de mieux comprendre les défis liés aux différentes facettes de leur vie d'accompagnement. Il met à l'avant-plan leur propre responsabilité dans la recherche de l'équilibre ainsi que leurs responsabilités collectives quant à leur avenir en tant qu'adulte de demain.

Pour en savoir davantage : AvantdeCraquer.com

Credits photos: April Baboy et Maxime Pelletier-Huot

Réseau Avant de Craquer

« Au Réseau Avant de Craquer, nous sommes là pour contribuer au mieux-être des familles et faire reconnaître leur rôle essentiel dans le processus de rétablissement de leur proche vivant avec un trouble de santé mentale. »

Renée Levaque
Présidente

Être là pour les familles

Réseau pour un Québec Famille

10 au 16 mai 2021

www.quebecfamille.org

Semaine québécoise des familles

AXE 4



POSITIONNEMENT

Le Réseau Avant de Craquer vise à occuper les sphères d'influence politiques et médiatiques et ainsi être un porte-parole incontournable et un partenaire de choix en ce qui concerne les proches de personnes ayant un problème de santé mentale.

Dossiers politiques

Nos représentations ont été centrées sur les dossiers gouvernementaux ayant un impact majeur sur les proches en santé mentale et le financement de nos associations membres :

- Plan d'action interministériel en santé mentale.
- Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes.
- Loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité (incluant la nouvelle mesure d'assistance).

Nous avons poursuivi nos représentations afin d'améliorer le financement de nos associations membres et d'obtenir le financement de projets majeurs, soit notamment :

- Le projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes ».
- Le projet « Alternatives aux requêtes de garde ».
- Le virage numérique.

Ainsi, nous avons fait des représentations auprès des instances suivantes :

- Ministère de la Santé et des Services sociaux, dont :
 - le cabinet du ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux,
 - le cabinet de la ministre responsable des Aînés et des Proches aidants,
 - la Direction générale adjointe des services en santé mentale, en dépendance et en itinérance,
 - la Direction des services aux aînés, aux proches aidants et en ressources intermédiaires et de type familial.
- Secrétariat à la Jeunesse
- Curateur public
- CIUSSS de la Capitale-Nationale
- Participation à des consultations sur des politiques, programmes ou plans d'action du gouvernement :
 - 13 rencontres et ateliers du Curateur public sur l'implantation de la loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité, dont la mesure d'assistance.
 - Dépôt d'une mesure au MSSS en vue de la stratégie nationale de prévention du suicide.
 - Consultation sur le projet de déploiement des éclaireurs.
 - Démarche pour le Curateur public afin d'identifier une dyade dans le but de faire une vidéo sur l'entrevue lors d'une demande de mesure d'assistance.
 - Recrutement de candidats pour l'Observatoire et le Comité des partenaires du MSSS sur la proche aidance.
 - Avis au cabinet du MSSS concernant le déploiement de jeunes pairs aidants en santé mentale dans les Aires ouvertes.
 - Commentaires sur le Plan d'action interministériel en itinérance.

- Rencontre de la députée Julie Vignola de la circonscription Beauport-Limoilou.
- Projet d'entente avec le MSSS en vue de l'application de la mesure 38 du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes visant le financement équitable des associations membres.
- Rencontre de présentation du PAISM aux regroupements nationaux communautaires.
- Rencontre du cabinet avec d'autres regroupements sur le financement annuel de 15 M\$ prévus pour les organismes communautaires en santé mentale.
- Présence à l'annonce du Plan Santé du ministre Dubé.
- Participation à des démarches collectives d'organismes communautaires nationaux auprès du gouvernement :
 - Rencontre du Collectif pour une stratégie nationale de prévention du suicide.
 - Lettre conjointe sur le soutien aux familles.
 - Lettre ouverte sur le sous-financement du personnel des organismes communautaires.
 - Lettre conjointe concernant les crédits d'impôts pour les proches aidants.
 - Lettre conjointe sur les enjeux de recrutement et de rétention du personnel dans les organismes communautaires.
 - Participation au Collectif des regroupements nationaux communautaires en santé mentale en vue de la campagne électorale 2022.
- Correspondance sur différents sujets en lien avec notre mission :
Lettres annonçant notre campagne de sensibilisation à différents ministres : premier ministre, ministre de la Santé et des Services sociaux, ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux, ministre des Aînés et des Proches aidants, ministre de la Famille, ministre de l'Enseignement supérieur, ministre de l'Éducation, ministre déléguée à l'Éducation, ministre de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, ministre du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale.

Interventions médiatiques

En plus de nombreuses mentions sur les réseaux sociaux et sur notre site Web, le Réseau Avant de Craquer a fait les interventions médiatiques suivantes :

- 22 avril 2021 | Communiqué sur les réseaux sociaux | Politique nationale pour les personnes proches aidantes : une politique pour tous les proches aidants... incluant ceux en santé mentale
- 28 avril 2021 | Communiqué sur les réseaux sociaux | Des services en santé mentale pour accompagner les étudiants
- 30 mai 2021 | Communiqué sur les réseaux sociaux | Listes d'attente en santé mentale : le Réseau Avant de Craquer fait partie de la solution
- 2 septembre 2021 | Communiqué sur les réseaux sociaux | Soutien des étudiants pour leur santé mentale : ne pas oublier les familles
- 3 septembre 2021 | Communiqué sur le fil de presse | Garder le CAP : un nouveau documentaire lève le voile sur le rôle des jeunes en santé mentale
- 3 octobre 2021 | Entrevue de René Cloutier et Marie Poulin avec Marie-Pier Roy du Journal de Québec et Journal de Montréal | Campagne de sensibilisation
- 3 octobre 2021 | Jean-Philippe Dion à LCN - Le Québec matin week-end | Campagne de sensibilisation
- 3 octobre 2021 | Jean-Philippe Dion à TVA Nouvelles (Québec) | Campagne de sensibilisation

- 5 octobre 2021 | Joany Roussel à LCN avec Jean-François Guérin | Campagne de sensibilisation
- 6 octobre 2021 | Entrevue de René Cloutier avec Roch Harvey de la Radio de la Baie-des-Chaleurs (94,9 CIBU-FM) | Campagne de sensibilisation
- 27 octobre 2021 | Communiqué sur les réseaux sociaux | Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes : où sont les proches aidants en santé mentale dans ce plan d'action ?
- 12 novembre 2021 | Lettre ouverte dans le Journal de Montréal | Santé mentale : nous devons en faire une priorité nationale
- 12 novembre 2021 | Entrevue de René Cloutier avec Marie-Anne Lapierre sur LCN | PAISM : soutien aux familles, aux jeunes et aux associations
- 11 janvier 2022 | Entrevue de René Cloutier avec Marie-Pier Gagnon du Canada Français | La détresse psychologique ne faiblit pas dans la région
- 24 janvier 2022 | Communiqué de presse | PAISM : les familles touchées enfin entendues
- 26 janvier 2022 | Entrevue de René Cloutier avec Geneviève Abran de Québecor | « J'avais atteint le fond du gouffre » : pas facile de grandir avec un parent souffrant d'un trouble mental
- 8 mars 2022 | Entrevue de René Cloutier avec Benoît Michaud de Radio-Canada | La loi P-38
- 29 mars 2022 | Communiqué de presse | Plan Santé : les familles et les jeunes qui accompagnent une personne ayant un trouble mental seront mieux soutenus

AXE 5



RESSOURCES FINANCIÈRES

Le Réseau Avant de Craquer fait des représentations gouvernementales afin d'assurer un financement correspondant aux besoins des associations membres et du regroupement pour réaliser pleinement leur mission et favoriser leur développement et leur pérennité.

Sommaire du financement reçu

Le Réseau Avant de Craquer reçoit une subvention annuelle du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC). En complément à ce financement de base, des sommes ont également été encaissées en provenance, entre autres, des instances gouvernementales suivantes :

- Ministère de la Santé et des Services sociaux (enveloppe discrétionnaire et fonds d'urgence COVID)
- Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale (enveloppe discrétionnaire)
- Cabinet du premier ministre (enveloppe discrétionnaire)
- Affaires autochtones (enveloppe discrétionnaire)
- Députés de Vanier-Les Rivières et Lotbinière-Frontenac (enveloppe discrétionnaire)
- Gouvernement du Canada (programme Emplois d'été Canada)

Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)

Les besoins financiers des membres ont été documentés en tenant compte des coûts de fonctionnement de base et de la population à desservir par chacune des associations. Ces données sont mises à jour annuellement et permettent de quantifier les besoins réels du Réseau Avant de Craquer et de ses membres lors de dépôts de demandes de rehaussement collectifs.

Les associations membres ont reçu une augmentation de leur subvention de base issue de l'action 3.1 du PAISM en fin d'année 2021-2022 correspondant à 2/12 des sommes récurrentes qui leur seront versées au cours des années suivantes.

Des discussions sont en cours avec le MSSS concernant l'application de la mesure 38 du PAG-PPA visant la bonification du soutien financier de nos associations membres.

Activités reliées au financement

Le Réseau Avant de Craquer a fourni un appui à la Campagne CA\$\$\$H! (communautaire autonome en santé et services sociaux - Haussez le financement !) de la Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles. Les revendications de la Campagne CA\$\$\$H! portent sur les aspects financiers, de même que sur l'indexation annuelle et l'encadrement du PSOC.

Pour une deuxième année, nous avons participé à la Journée mondiale dédiée à la générosité et à la solidarité. Lors de cette journée, nous avons encouragé le don local et profité de l'occasion pour promouvoir les services de nos associations membres.

Bien que les dons récoltés lors de cette activité d'autofinancement ne soient pas encore très significatifs, nous avons vu une croissance de 90 % des dons reçus. Par ailleurs, nous avons reçu en cours d'année un don substantiel provenant du Fonds de bienfaisance Canada au nom de la Fondation Famille Lévesque Demers. Nous comptons poursuivre notre implication afin de développer un réseau de donateurs potentiels.

Commanditaires

Le Réseau Avant de Craquer tient à remercier ses précieux commanditaires, sans lesquels nous n'aurions pas les ressources nécessaires pour mener à bien tous nos projets :

- Catégorie PLATINE (valeur de 10 000\$ et plus)
 - Groupe Jean Coutu - Campagne de sensibilisation
 - AbbVie - Campagne de sensibilisation (nouveau partenariat)
 - VIA Rail Canada - Transporteur officiel
- Catégorie OR (valeur entre 7 000\$ et 9 999\$)
 - Éric Lamirande - Stratégies médias sociaux
 - Lafrance Communication - Plan de communication
 - API Photo - Conception graphique
- Catégorie ARGENT (valeur entre 4 000\$ et 6 999\$)
 - Association québécoise des infirmières et infirmiers en santé mentale (AQIISM) - Campagne de sensibilisation
 - David Communication – Stratégies médiatiques
 - Numérika MKTG – Marketing numérique
- Catégorie BRONZE (valeur entre 1 000\$ et 3 999\$)
 - Caisse Desjardins du Plateau Montcalm - Concours
 - Maxime Pelletier-Huot - Soutien technique pour les balados et le documentaire

AXE 6



RESSOURCES HUMAINES

Comme dans toute organisation, le Réseau Avant de Craquer et ses associations membres ont des enjeux d'attraction, de rétention et d'expertise du personnel rémunéré et bénévole, que favorisent une approche humaniste et des conditions de travail mobilisatrices.

Personnel

Grâce au financement obtenu pour le projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes », plusieurs personnes se sont jointes à l'équipe. Au 31 mars 2022, l'équipe du Réseau Avant de Craquer était composée de :

- Équipe permanente
 - René Cloutier, directeur général
 - Manon Dion, directrice événementiel et développement
 - Daniel Valois, directeur administratif

- Personnel contractuel
 - Marie-Eve Leblond, directrice générale adjointe
 - Émilie Lenoble, adjointe à la gestion de projets événementiels
 - Maude Lupien-Montesinos, chargée de projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes »
 - Joane Rochefort, chargée de projets, services aux membres
 - Audrey Simard, chargée de projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes »

Bénévoles

Une équipe de bénévoles a généreusement contribué aux réalisations du Réseau Avant de Craquer pour la modération du groupe d'entraide virtuel Toujours là, malgré tout ! Ces bénévoles sont :

- Lyna Fortin (Le Sillon)
- Anne-Marie Pelletier (AQPAMM)
- Diane Riendeau (AQPAMM)

Experts conseil et autres collaborateurs

Au besoin, le Réseau Avant de Craquer confie des mandats à des collaborateurs ou s'appuie sur l'expertise de consultants qui possèdent l'expérience et les compétences recherchées pour mener à bien certains projets :

- Laurie Bussièrès-Cloutier - chargée de formation « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes »
- Monique Carrière - visites de certification
- Natacha Castonguay - gestion d'Instagram
- David Couturier - soutien conseil aux stratégies politiques et médiatiques
- Nancy Gagnon - modification aux règlements généraux
- Christiane Germain - révision de la formation des membres de l'entourage pour le rôle de partenaire
- Jean-Paul Huard - réflexion sur le devenir de la fédération et des associations, visites de certification
- Pierre-Luc Lafrance - création de contenu
- Éric Lamirande - accompagnement pour les stratégies Web et réseaux sociaux
- Renée Levaque - visites de certification
- Jonathan L'Heureux - infographie
- Maxime Pelletier-Huot - réalisation d'un documentaire sur la réalité des proches

AXE 7



PARTENARIAT

Au cours de l'année, le Réseau Avant de Craquer a fait de nombreuses démarches pour établir, renforcer et formaliser des partenariats dans les secteurs gouvernemental (public et parapublic), communautaire, professionnel, universitaire et de recherche. Ces partenariats visent à établir des actions convergentes, des relations gagnant-gagnant, en reconnaissance de la complémentarité et de l'interdépendance de nos missions.

Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)

Le MSSS est un interlocuteur majeur du Réseau Avant de Craquer, notamment avec les instances suivantes :

- le cabinet du ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux,
- le cabinet de la ministre responsable des Aînés et des Proches aidants,
- la Direction générale adjointe des services en santé mentale, en dépendance et en itinérance,
- la Direction des services aux aînés et aux proches aidants.

Cette collaboration s'est traduite par le financement et la réalisation de projets majeurs :

- Le développement d'une formation pour les proches sur leur rôle de partenaire (30 000\$). Le projet est réalisé en partenariat avec l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP) et l'Association des personnes utilisatrices des services de santé mentale de la région de Québec (APUR).
- Le projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes » (7,5 M\$). Le projet sera réalisé par l'embauche de 35 jeunes agents de sensibilisation et de soutien dans nos associations membres.
- Le projet sur les « Alternatives aux requêtes de garde » (650 000\$). Le projet vise à réduire les recours aux requêtes de garde faites par les familles.
- L'amélioration et la promotion de notre ligne de référence 1 855 CRAQUER (45 000\$) afin d'augmenter l'efficacité des liens téléphoniques vers nos associations membres et la promotion de la ligne.

Des discussions se poursuivent avec le MSSS sur le rehaussement du financement des associations en vertu de la mesure 38 du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes (PAG-PPA).

Le Réseau Avant de Craquer a contribué au recrutement de membres à l'Observatoire et au Comité des partenaires sur la proche aide. Il a collaboré à la validation du Programme d'accompagnement justice et santé mentale (PAJ-SM), coporté par le MJQ et le MSSS.

À souligner : le ministre Lionel Carmant, la ministre Marguerite Blais et le ministre Christian Dubé ont accordé chacun un budget discrétionnaire permettant de maintenir d'importants services aux associations membres : certification, webinaires, formations, communauté de pratique.

Organismes publics

Le Réseau Avant de Craquer entretient des relations de partenariat avec différents organismes publics :

- Curateur public
Participation à 13 ateliers de consultation sur l'implantation de la loi modifiant les régimes de protection; recrutement d'une dyade pour réaliser une vidéo sur la mesure d'assistance.
- CIUSSS de la Capitale-Nationale
Participation au comité directeur du projet sur les bonnes pratiques concernant l'implication des familles au processus de rétablissement.

Organismes communautaires et bénévoles

Le Réseau Avant de Craquer entretient des relations et des collaborations avec plusieurs organismes communautaires nationaux :

- L'APPUI pour les proches aidants, dans le contexte de son mandat élargi à l'ensemble des proches aidants, a accordé 1,7 M\$ pour permettre la réalisation du projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes ».
- L'Appui s'est engagé à financer le développement d'un service novateur d'autogestion en ligne pour les proches aidants en santé mentale, projet qui se réalisera en 2022-2024.
- Le projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes » est réalisé en partenariat avec :
 - Appui pour les proches aidants,
 - Proche aidance Québec,
 - Mouvement Santé mentale Québec,
 - Association québécoise pour la réadaptation psychosociale,
 - LaPProche.
- Participation au collectif pour une stratégie nationale de prévention du suicide, démarche initiée par l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS).
- Participation au Regroupement d'organismes communautaires nationaux en santé mentale. Ce regroupement a fait des représentations auprès du MSSS en vue du PAISM et sur le financement des organismes communautaires en santé découlant du PAISM et a formé une coalition afin d'influencer les plateformes des partis politiques en vue de la campagne électorale de l'automne 2022.
- Membre du conseil d'administration de la Confédération des organismes familiaux du Québec (COFAQ). Contribution au comité sur le positionnement de la COFAQ et au comité sur la révision des règlements généraux.
- Réseau pour un Québec famille (RPQF) : cosignataire d'une lettre ouverte durant la semaine québécoise des familles; participation à un atelier sur l'accessibilité des services en vue de la campagne électorale; consultation sur leur plan stratégique.
- Participation au Comité national sur les pairs aidants famille coordonné par l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP).
- Participation à la Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB) : rencontres du conseil d'administration, consultation sur les impacts des nouveaux critères de l'ACA chez les OCASSS.
- Proche Aidance Québec : collaboration à la démarche collective auprès du ministère des Finances sur les crédits d'impôt pour les proches aidants; soutien à un sondage auprès de nos associations membres.
- Community Health and Social Services Network (CHSSS) : financement de la traduction en anglais de notre plateforme Web (20 000\$).
- COSME : cosignature d'une lettre sur les enjeux de recrutement et de rétention du personnel dans les organismes communautaires.
- Association québécoise Plaidoyer-Victimes : contact sur un projet portant sur les droits et les recours des victimes lorsque la personne est non criminellement responsable.

Associations professionnelles

Le Réseau Avant de Craquer entretient des collaborations avec des associations professionnelles impliquées en santé mentale, dont notamment :

- Association des médecins psychiatres du Québec (AMPQ) : présentation au colloque destiné aux médecins de famille.
- Commentaires fournis à l'Association des psychiatres du Canada concernant l'aide médicale à mourir.

Organisations internationales

Le Réseau Avant de Craquer entretient des relations et des collaborations avec différentes organisations afin de faire rayonner son expertise :

- Positive Minders
Pour une troisième année, nous avons fait équipe avec cette association qui coordonne, au niveau international, les Journées de la schizophrénie. Cette année, notre engagement a pris la forme d'une conférence au sein de la Maison virtuelle de la schizophrénie ayant pour thème « La codépendance : entre proximité et fusion ». Cette conférence a été vue par des gens en provenance d'une dizaine de pays différents.

La portée des Journées de la schizophrénie ne se limite pas uniquement aux réseaux sociaux, mais aussi à travers les médias internationaux et québécois. Ce sont des dizaines de médias qui ont parlé de la Semaine, que ce soit au Québec, en France, en Suisse, en Belgique ou dans des pays francophones d'Afrique. En plus de cette semaine thématique, nous avons collaboré au repérage de collaborateurs potentiels selon différents sujets.

- Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM)
Nous entretenons des liens de collaboration avec l'UNAFAM depuis le début des années 2000. Cette année, le Réseau Avant de Craquer a participé à un panel ayant pour thème « Le rétablissement : regards croisés - France Québec ».
- Réseau ProFamille
Dans le cadre de la Semaine d'information sur la santé mentale (France), nous avons présenté le modèle CAP lors d'une rencontre virtuelle ayant pour thème « Comment la famille peut-elle accompagner l'utilisateur dans le respect de ses droits ».
- Communauté de partage d'expertise France-Suisse-Belgique-Luxembourg (volet jeunesse)
Suite à la campagne automnale où nous avons invité différents partenaires à se joindre à nous pour organiser une conférence, l'équipe de JEFpsy a accepté notre invitation visant à partager nos expériences respectives et à évaluer les possibilités de partenariat pour le volet jeunesse de nos sites Web respectifs.

Un comité composé de 14 représentants de différents pays de la francophonie a été activé en début d'année 2022; deux rencontres exploratoires ont eu lieu. Nous poursuivrons nos travaux de réflexion durant la prochaine année.

Milieu de la recherche

Les partenariats avec les chercheurs permettent de collaborer à l'avancement des connaissances et au développement d'approches ou d'outils d'intervention concernant les membres de l'entourage :

- Participation au comité directeur du projet visant à développer les « Bonnes pratiques pour l'implication des membres de l'entourage » dirigé par le CIUSSS de la Capitale-Nationale.

- Entente de partenariat avec le Centre d'apprentissage Santé-Rétablissement (CASR) dirigé par la chercheuse Catherine Briand de l'Université du Québec à Trois-Rivières afin d'offrir annuellement deux places de formation continue gratuites (selon l'approche du Recovery College) à chaque association membre.
- Partenariat avec la chercheuse Catherine Briand du CASR permettant l'obtention d'un financement de MITACS afin de réaliser une étude sur les approches communautaires auprès des proches en santé mentale. Cette étude permettra d'identifier les approches probantes et d'alimenter le programme de formation continue destiné aux intervenants des associations membres.
- Partenariat avec la chercheuse Aude Villatte de l'Université du Québec en Outaouais sur le projet de recherche Photovoice concernant les jeunes transitant vers l'âge adulte dont au moins un parent a reçu un diagnostic de trouble de santé mentale.
- Entente de partenariat avec la chercheuse Geneviève Piché de l'Université du Québec en Outaouais visant à développer une plateforme Web pour les jeunes, hébergée sur notre site Web.
- Collaboration avec la chercheuse Geneviève Piché de l'Université du Québec en Outaouais pour le recrutement de participants à l'enquête sur l'Approche centrée sur la famille.
- Lettre d'appui à la chercheuse Caroline Cellard de l'Université Laval pour un projet de plateforme interactive sur la vulgarisation des fonctions du cerveau.
- Appui à la chercheuse Catherine Briand de l'Université du Québec à Trois-Rivières pour un projet de transfert de connaissances financé par le CRSH.
- Lettre d'appui à la chercheuse Aude Villatte de l'Université du Québec en Outaouais pour la demande de fonds au CRUJeF en vue d'un projet de recherche sur les jeunes de parent ayant un trouble mental.
- Appui à la chercheuse Marie-France Demers pour un projet de chaire en psychopharmacologie pour les jeunes.
- Collaboration avec Ginette Aubin, chercheuse de l'Université du Québec à Trois-Rivières, concernant un projet de recherche visant à favoriser la participation sociale et l'inclusion d'aînés vivant avec une problématique de santé mentale dans les centres communautaires de loisirs.
- Participation au lancement d'un ouvrage collectif de chercheurs sur les jeunes ayant un parent avec un trouble mental, coordonné par Geneviève Piché et Aude Vilatte de l'Université du Québec en Outaouais.
- Appui à Ginette Aubin, chercheuse de l'Université du Québec à Trois-Rivières, concernant un projet de recherche sur la conciliation de la parentalité et de la vie amoureuse chez les couples de personnes retraitées aidantes de leur enfant adulte non autonome.

Fondations et organismes de financement

- Fondation Lucie et André Chagnon : rencontres visant à obtenir un financement complémentaire au projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, par les jeunes ».
- Programme de partenariats pour le développement social (PPDS) - Enfants et familles - Inclusion sociale des enfants et des jeunes vulnérables (programme fédéral) : suivi de la demande de financement soumise.
- Fondation Hewitt : contact en vue d'une demande de financement concernant les jeunes proches en santé mentale.

Organismes privés

- AbbVie : financement en soutien à la campagne de sensibilisation (10 000\$); opportunités de porter la voix des proches lors des consultations de l'INESSS.
- LIXI : poursuite de l'entente en vue d'implanter un logiciel de gestion efficient pour les associations membres.

Affiliations

Le Réseau Avant de Craquer est membre des organisations suivantes :

- Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB)
- Réseau québécois de l'action communautaire autonome (RQ-ACA)
- Confédération des organismes familiaux du Québec (COFAQ)
- Réseau pour un Québec famille (RPQF)

Le Réseau Avant de Craquer remercie ses partenaires :

