

RAPPORT  
ANNUEL  
2024-2025



Confédération des associations  
de proches en santé mentale  
du Québec

CAP santé mentale  
219-1990, rue Cyrille-Duquet  
Québec QC G1N 4K8  
Ligne administrative : 418 687-0474  
[info@capsantementale.ca](mailto:info@capsantementale.ca)  
[www.capsantementale.ca](http://www.capsantementale.ca)

# Table des matières

<b>A. La gouvernance corporative .....</b>	<b>7</b>
1. La gestion organisationnelle .....	7
Orientation 1. Avoir des politiques, normes et procédures complètes et à jour .....	7
Orientation 2. Planifier les activités corporatives .....	7
2. Les ressources humaines .....	8
Orientation 3. Offrir des conditions de travail stimulantes et attrayantes .....	8
3. Les ressources financières .....	9
Orientation 4. Saisir les opportunités de financement .....	9
Orientation 5. Assurer une gestion financière rigoureuse .....	11
4. Le positionnement corporatif .....	11
Orientation 6. Assurer la visibilité corporative .....	11
Orientation 7. Veiller à l'image de l'entreprise .....	14
Orientation 8. Assurer un leadership .....	14
<b>B. La vie confédérative .....</b>	<b>18</b>
1. Le membership .....	18
Orientation 1. Maintenir et renforcer le membership .....	18
2. Le fonctionnement de la confédération .....	20
Orientation 2. Assurer une gestion démocratique .....	20
Orientation 3. Assurer l'écoute des besoins et attentes des membres .....	21
Orientation 4. Assurer l'information aux membres .....	23
3. La coopération entre les membres .....	24
Orientation 5. Favoriser la mise en commun du vécu, des expertises et des outils .....	24
<b>C. Le positionnement collectif .....</b>	<b>29</b>
1. La clientèle .....	29
Orientation 1. Soutenir les proches dans leurs rôles de client, accompagnateur et partenaire .....	29
Orientation 2. Assurer une approche inclusive auprès des proches .....	37
Orientation 3. Favoriser une référence précoce des proches .....	39
Orientation 4. Collaborer au développement des connaissances des diverses réalités des proches .....	42
2. Les services .....	42
Orientation 5. Intervenir en s'appuyant sur des approches éprouvées et efficaces .....	42
Orientation 6. Offrir des services de base dans toutes les régions .....	43
Orientation 7. Offrir des services ancrés dans la communauté .....	44

Orientation 8. Contribuer à l'amélioration des services pour les proches.....	44
3. Les ressources humaines .....	46
Orientation 9. Favoriser l'enrichissement des compétences des ressources humaines. ....	46
Orientation 10. Encourager le bénévolat et l'entraide. ....	49
4. Le rayonnement.....	50
Orientation 11. Utiliser les tribunes disponibles pour sensibiliser. ....	50
Orientation 12. Assurer un rôle de chef de file concernant les proches en santé mentale. .	53
Orientation 13. Créer et renforcer les alliances.....	54
Orientation 14. Assurer une saine gouvernance et la qualité des services. ....	58

## 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 CAP santé mentale pour soutenir ses associations membres et porter la voix des proches de personnes ayant un problème de santé mentale.

Notre modèle CAP demeure la pierre d'assise de nos actions et de nos représentations. Il décrit les rôles des proches en tant que Client, Accompagnateur et Partenaire. Nos actions visent à ce que les proches soient de plus en plus considérés, intégrés et outillés dans ces rôles.

D'abord, soulignons l'adhésion d'une nouvelle association membre, soit Les Parents Partenaires, portant notre membership à 53 associations. Nous couvrons toutes les régions du Québec.

L'année a été marquée par l'adoption, par le conseil d'administration, du Plan stratégique 2024-2029 qui orientera les actions de CAP santé mentale pour les 5 prochaines années sur la gouvernance corporative, la vie confédérative et le soutien à la réalisation du Positionnement collectif adopté par les associations membres en juin 2023.

Nous avons progressé dans les projets d'envergure qui ont un impact bénéfique majeur pour les proches en santé mentale. Mentionnons « Aider sans filtre, pour les jeunes, avec les jeunes » visant à soutenir les jeunes proches, « Clic de l'Espoir » un guide aux familles sur les alternatives aux requêtes de garde, « Je suis vigie » visant à rejoindre les jeunes proches, ainsi que « CAP Mieux-Être » un outil d'autogestion en ligne.

Nous avons poursuivi plusieurs services appréciés de nos membres, comme la certification des associations, le développement de formations pour les intervenants, la campagne annuelle de sensibilisation, les webinaires du mercredi midi, les activités de réseautage entre les membres, les communautés de pratique, les réseaux sociaux, la revue de presse quotidienne et les balados.

De plus, nous avons investi dans le développement de la pair-aidance famille, le soutien aux proches en situation de crise et le soutien aux

proches de la diversité ethnoculturelle et des minorités linguistiques.

Les partenariats avec les chercheurs ont continué d'augmenter, contribuant au développement des connaissances et des outils pour les proches. En plus des collaborations à leurs projets concernant les proches en santé mentale, des ententes ont permis d'appuyer scientifiquement nos propres projets.

Afin de pouvoir réaliser ces nombreux services aux membres, nous avons le privilège de compter sur une équipe compétente et engagée, composée de personnes d'expérience et de jeunes qui apportent un regard neuf.

Enfin, nous tenons à remercier chaleureusement nos administrateurs, nos employé·es, nos bénévoles, nos partenaires, nos ambassadeurs et nos porte-parole, Jean-Philippe Dion et Livia Martin, 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 !



---

Sylvie Sélesse, présidente



---

René Cloutier, directeur général

## CAP santé mentale

La Confédération des associations de proches en santé mentale du Québec (CAP santé mentale) 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 sur le plan national.

Fondé en 1986, CAP santé mentale est le seul regroupement au Québec exclusivement dédié aux proches de personnes ayant un problème de santé mentale. Ses 53 associations membres, réparties dans toutes les régions du Québec, offrent du soutien psychosocial à plus de 30 000 proches annuellement par une approche psychoéducatrice incluant de l'information, de l'entraide, des services professionnels, de la formation, de l'accompagnement et du répit.

CAP santé mentale offre une gamme de services répondant aux besoins évolutifs de ses associations membres, dans le respect de leur autonomie et de leur autodétermination, afin qu'elles puissent assurer une offre de services de qualité et adaptés aux caractéristiques de leur clientèle, leur développement continu et une gestion rigoureuse et efficiente.

CAP santé mentale privilégie des relations de partenariat auprès des instances communautaires, gouvernementales et de recherche afin de développer les connaissances, les services et les outils requis pour améliorer la réponse aux diverses réalités des proches.

Enfin, CAP santé mentale réalise des activités nationales de sensibilisation 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 basées sur des valeurs de bienveillance, d'ouverture, de solidarité et d'excellence.

# A. LA GOUVERNANCE CORPORATIVE

## A. La gouvernance corporative

*CAP santé mentale vise à assurer la réalisation de la mission et la pérennité de la Corporation, selon 4 axes : la gestion organisationnelle, les ressources humaines, les ressources financières et le positionnement corporatif.*

### 1. La gestion organisationnelle

Défi : Assurer une saine gestion.

#### **Orientation 1. Avoir des politiques, normes et procédures complètes et à jour**

CAP santé mentale effectue la révision continue de ses politiques selon un calendrier qui prévoit des mises à jour au moins aux cinq ans. Durant l'année, nous avons fait les analyses requises à la révision des politiques suivantes : la gestion des ressources humaines, la délégation de pouvoirs au personnel de direction et aux employés, compensation salariale et remboursement des frais de déplacement, de séjour et de repas. Les travaux de révision du cadre normatif de certification se sont poursuivis, notamment par la rédaction des sections portant sur la procédure de certification, l'évaluation de la conformité et le suivi de la certification.

#### **Orientation 2. Planifier les activités corporatives**

Le Plan stratégique 2019-2024 étant arrivé à son terme, le conseil d'administration a adopté le nouveau plan stratégique 2024-2029. Celui-ci contient 3 grands chantiers :

- La gouvernance corporative : CAP santé mentale vise à assurer la réalisation de la mission et la pérennité de la corporation, selon 4 axes : la gestion organisationnelle, les ressources humaines, les ressources financières et le positionnement corporatif.
- La vie confédérative : CAP santé mentale vise à favoriser une vie confédérative au sein du regroupement, selon les 3 axes : le membership, le fonctionnement de la confédération et la coopération entre les membres.
- Le positionnement collectif : CAP santé mentale vise à soutenir les associations membres dans la réalisation du « Positionnement collectif » adopté lors de l'assemblée générale des membres le 15 juin 2023, selon les 4 axes : la clientèle, les services, les ressources humaines et le rayonnement.

Le conseil d'administration a aussi adopté le Plan d'action annuel 2024-2025 qui identifie les actions qui permettront d'actualiser le Plan stratégique durant la première année de sa mise en œuvre.

Des réunions d'équipe bimensuelles assurent la coordination des différents chantiers pilotés par l'équipe de CAP santé mentale.

## 2. Les ressources humaines

Défi : Maintenir et recruter des employés compétents et engagés.

### Orientation 3. Offrir des conditions de travail stimulantes et attrayantes

Comme dans toute organisation, CAP santé mentale 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.

Au 31 mars 2025, l'équipe de CAP santé mentale était composée de :

- Équipe permanente :
  - René Cloutier, directeur général
  - Manon Dion, directrice, événementiel et développement
  - Daniel Valois, directeur administratif
  
- Personnel contractuel :
  - Grace Dickner chargée de projet « Je suis vigie »
  - Diane Godmaire, technicienne en administration
  - Yasmina Lahlou, chargée des communications du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes » et du projet sur la pair-aidance famille
  - Émilie Lenoble, chargée de projet, événementiel et développement
  - Maude Lupien-Montesinos, chargée de projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
  - Joane Rochefort, chargée de projet, services aux membres (certification, formations, communautés de pratique)
  - Seynabou Touré, chargée de projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes » et du projet sur les communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques
  - Tamara Nunez Cledon, emploi d'été

### Bénévoles

À la suite du départ à la retraite de Claudette Rousseau (Arborescence), une personne bénévole a généreusement contribué aux réalisations de CAP santé mentale pour la modération du groupe d'entraide virtuel *Toujours là, malgré tout !* Il s'agit de :

- Vincent Arseneault, pair-aidant famille (Arborescence)

### Experts-conseils et autres collaborateurs

CAP santé mentale confie des mandats à des collaborateurs externes ou s'appuie sur l'expertise de consultants qui possèdent le savoir expérientiel, les connaissances ou les compétences recherchées pour offrir des conseils ou mener à bien certains projets. En 2024-2025, ces experts étaient :

- David Couturier - Soutien-conseil aux stratégies politiques et médiatiques
- Nancy Gagnon - Webinaires sur la gouvernance, interprétation des règlements généraux, préparation et animation des journées d'orientation, animation de l'assemblée générale
- Jean-Paul Huard - Comité de certification
- Renée Levaque - Comité de certification
- Michel Gilbert - Comité de certification
- Suzanne Péloquin - Responsable du projet « Alternatives aux requêtes de garde »
- Marie-Renée Tremblay - Projet « Alternatives aux requêtes de garde »
- Michel Huard - Soutien-conseil sur le référencement
- Kelly Vetri - Courtière de connaissances pour le projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »

- Temitayo Sodunke - Expertise sur les jeunes proches des communautés ethnoculturelles
- Pierre-Daniel Beaudry - Image de marque de CAP santé mentale
- Marie Côté - Réalisation de vidéos pour Aider sans filtre
- Ludovic Armand - SEO | Outil numérique
- Gabrielle Brind'Amour - Gestion de contenu | Outil numérique
- Marie-Ève Caron - Gestion de contenu | Outil numérique
- Éric Guénard - Production multimédia
- François Hamel - Gestion du site Web et amélioration des fonctionnalités
- Pierre-Luc Lafrance - Création de contenu
- Éric Lamirande et Josiane Picard - Accompagnement pour les stratégies Web et réseaux sociaux
- Mylène Laroche - Outil numérique
- Jonathan L'Heureux - Infographie
- Christopher Meadows-Côté - Outil numérique
- Maxime Pelletier-Huot - Réalisation des vidéos
- Myreille St-Onge - Projet CAP Mieux-Être
- Serge Tracy - Projet CAP Mieux-Être
- Geneviève Simard - Ambassadrice Aider sans filtre

### 3. Les ressources financières

Défi : Avoir les ressources financières nécessaires à la pleine réalisation de notre mission.

#### Orientation 4. Saisir les opportunités de financement

CAP santé mentale 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 gouvernemental

CAP santé mentale 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 - Bureau du ministre de la Santé, Christian Dubé
- Ministère de la Santé et des Services sociaux - Bureau du ministre responsable des Services sociaux, Lionel Carmant
- Ministère de la Santé et des Services sociaux - Bureau de la ministre déléguée à la Santé et aux Aînés, Sonia Bélanger
- Ministère de la Santé et des Services sociaux - Action 3.4 du plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026
- Ministère de la Santé et des Services sociaux - Action 4.6 du plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026
- Député de Vanier-Les Rivières, Mario Asselin
- Gouvernement du Canada (programme Emplois d'été Canada)

## Autres types de financement

CAP santé mentale reçoit également des subventions rattachées à la réalisation de projets spécifiques en provenance de sources non gouvernementales :

- L'APPUI pour les proches aidants - Projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, avec les jeunes » et projet « Autogestion en ligne pour un mieux-être des proches aidants en santé mentale »
- Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec - Projet « Soutenir un réseau de jeunes vigies pour un changement de culture en santé mentale chez les jeunes »
- Community Health & Social Services Network - Fonds accordés pour la traduction de nos outils

## Évaluation du financement gouvernemental requis

Afin d'évaluer les besoins financiers de nos associations membres, nous avons documenté le financement gouvernemental qu'elles ont reçu. Nous avons ensuite estimé leurs besoins financiers en tenant compte des coûts de fonctionnement de base et de la population à desservir par chacune des associations. Ces données permettent de quantifier les besoins réels de CAP santé mentale et de ses membres lors de dépôts de demandes de rehaussement collectif.

## Activités reliées au financement

CAP santé mentale a fourni un appui à la Campagne CA\$\$\$H! (Communautaire autonome en santé et services sociaux - hausser 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.

Bien que les fonds générés par nos activités d'autofinancement ne soient pas encore très significatifs, on constate une augmentation de 65 % des dons reçus comparativement à l'année précédente. Les dons proviennent, notamment, des sources suivantes :

- Université Laval - Fashion Show (30 000\$)
- Rio Tinto Alcan (10 000\$)
- IA Groupe Financier (4 000\$)

De plus, la participation de Jean-Philippe Dion à l'émission Le Tricheur nous a permis de récolter une somme de 2 125\$. Nous comptons poursuivre notre implication afin de développer un réseau de donateurs potentiels.

## Commanditaires et donateurs

CAP santé mentale tient à remercier ses précieux commanditaires, sans lesquels nous n'aurions pas les ressources nécessaires pour mener à bien tous nos projets :

- Catégorie Diamant (valeur de 15 000\$ et plus)
  - Groupe Jean Coutu - Campagne de sensibilisation
  - Fondation FMSQ - Projet *Je suis vigie*
  - CHSSN - Traduction site Web, outil interactif et balados spécial campagne
- Catégorie PLATINE (valeur de 10 000\$ et plus)
  - AbbVie - Campagne de sensibilisation
  - Sigmund - Projet CAP Mieux-Être
  - VIA Rail Canada - Transporteur officiel
- Catégorie OR (8 000\$ et plus)
  - Lafrance Communication - Plan de communication
  - API Photo - Conception graphique

- Catégorie ARGENT (5 000\$ et plus)
  - Otsuka-Lundbeck - Campagne de sensibilisation
  - Association québécoise des infirmières et infirmiers en santé mentale - Campagne de sensibilisation
  - Raise Solutions - Stratégies médias sociaux
  - Johnson & Johnson - Campagne de sensibilisation
  - David Communication - Stratégies médiatiques
- Catégorie BRONZE (3 000\$ et plus)
  - Desjardins
  - Cina
- Catégorie - Dons majeurs
  - Rio Tinto Alcan
  - IA Groupe financier

### **Orientation 5. Assurer une gestion financière rigoureuse**

CAP santé mentale fournit des renditions de comptes aux bailleurs de fonds afin de présenter et de faire valoir la bonne gestion des fonds publics qui sont octroyés.

En ce sens, la Confédération produit des états financiers qui font l'objet d'un audit (rapport d'un auditeur indépendant) et qui permettent de rendre compte des différents projets réalisés en cours d'année.

## **4. Le positionnement corporatif**

Défi : Maintenir et renforcer notre positionnement en tant que leader pour les proches en santé mentale et les organismes concernés.

### **Orientation 6. Assurer la visibilité corporative**

CAP santé mentale 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.

#### **Interventions médiatiques**

En plus de nombreuses mentions sur les réseaux sociaux et sur notre site Web, CAP santé mentale a fait les interventions médiatiques suivantes :

27 mars 2024

TVA / entrevue préenregistrée de René Cloutier avec Julie Marcoux sur les requêtes de garde multiples d'une famille.

25 avril 2024

Le Nouvelliste / entrevue de René Cloutier avec Paule Vermot Desroches sur l'accès aux services et la P-38.

26 avril 2024

Entrevue de Jean-Philippe Dion - Balado vie sociale « Jean-Philippe Dion s'implique beaucoup en santé mentale et il nous explique pourquoi cette cause est aussi importante pour lui. ».

2 mai 2024

Activité de lancement du projet Aider sans filtre par L'Ancre à Montmagny / Entrevues de René Cloutier avec les médias locaux.

24 mai 2024

Webothon : participation de René Cloutier à une table ronde en webinaire animée par Jean-François Lacasse.

14 juin 2024

Radio-Canada Trois-Rivières / Entrevue de René Cloutier avec Julie Grenon sur la famille d'Isaac Brouillard-Lessard.

12 août 2024

Rencontre de René Cloutier avec Stéphanie Pouliot, chercheuse pour une série documentaire de Paul Arcand et Monic Néron sur les proches aidants en santé mentale.

25 septembre 2024

Participation de René Cloutier à la conférence de presse de l'association Le Contrevent à Lévis sur le projet « Aider sans filtre » :

<https://www.journaldelevis.com/jdl/27/Communaut%C3%A9.html?id=40432>

4 octobre 2024

Lancement de l'outil d'autogestion en ligne à Montréal.

Communiqué sur Newswire et nos réseaux sociaux :

<https://www.newswire.ca/fr/news-releases/cap-mieux-etre-une-nouvelle-application-numerique-pour-soutenir-les-proches-en-sante-mentale-840412295.html>

Lancement de CAP Mieux-Être et campagne de sensibilisation. Trois communiqués de presse ont été diffusés : un pour le lancement de l'outil qui a profité d'une reprise et un pour le lancement de la campagne. Mis en commun, ils ont été consultés à 1 423 reprises.

9 octobre 2024

Entrevue de Jean-Philippe Dion, porte-parole de CAP Santé mentale, avec Ève-Marie Lortie durant l'émission Salut Bonjour sur les ondes de TVA.

Entrevue de Jean-Philippe Dion - 7jours « Une application utile pour aider son prochain ». Des mentions ont également été partagées dans les éditions du 17 octobre des magazines 7 Jours, La Semaine et Échos Vedettes et dans l'édition du 24 octobre de TV-Hebdo.

Entrevue de Jean-Philippe Dion – Le Québec Maintenant, 98,5 FM.

10 octobre 2024

Entrevue avec Jean-Philippe Dion - Le Journal de Montréal « Santé mentale : « Si je n'avais pas été sensibilisé, peut-être que je serais rentré dans un mur ».

Promotion de CAP Mieux-Être - Cahier spécial santé mentale du Canada français grâce à l'un de nos membres, Entourage santé mentale.

Présence de René Cloutier à la conférence de presse du ministre Lionel Carmant sur l'implantation de l'axe 6 du PAISM au CIUSSS de la Capitale-Nationale.

Communiqué sur nos réseaux sociaux le 11 octobre :

<https://www.journaldequebec.com/2024/10/10/de-nouveaux-services-pour-lacces-a-la-sante-mentale-a-quebec>

17 octobre 2024

Entrevue de Jean-Philippe Dion avec Sophie Durocher à Qub Radio « Santé mentale : Jean-Philippe Dion interpelle le ministre de la Santé ! » et TVA +.

18 octobre 2024

Congrès de CAP santé mentale.

Communiqué sur Newswire, avec citation du ministre Carmant :

<https://www.newswire.ca/fr/news-releases/ouvrons-le-dialogue-plus-de-350-proches-et-experts-en-sante-mentale-se-reunissent-pour-briser-les-tabous-829145737.html>

<https://www.indexsante.ca/nouvelles/1997/cap-sante-mentale-organise-le-premier-congres-intersectoriel-sur-les-proches-en-sante-mentale.php>

27 novembre 2024

L'Appui pour les proches aidants | CAP Mieux-Être : une application pour briser l'isolement des proches aidants en santé mentale dans La Presse+ et lapresse.ca, générant plus de 1 000 000 d'impressions.

28 novembre 2024

La Presse - Lettre ouverte de l'AMPQ cosignée par CAP santé mentale.

Réforme du droit civil pour une approche plus humaine en santé mentale :

<https://www.lapresse.ca/dialogue/opinions/2024-11-27/reforme-du-droit-civil/pour-une-ap-proche-plus-humaine-en-sante-mentale.php>

13 au 17 janvier 2025

Participation de Jean-Philippe Dion à l'émission Le Tricheur. 2 125\$ récoltés en don pour notre organisme.

## Orientation 7. Veiller à l'image de l'entreprise

En novembre 2023, nous avons franchi une étape marquante en adoptant officiellement une nouvelle dénomination : Confédération des associations de proches en santé mentale du Québec (CAP santé mentale).

Ce changement de nom s'est accompagné d'un rafraîchissement de notre image de marque, incluant la création d'un nouveau dépliant corporatif et d'un visuel distinctif destiné aux associations certifiées. Une trousse de transition a été transmise aux membres afin de faciliter la mise à jour progressive de leurs outils et plateformes, incluant l'intégration du nouveau logo et du nom de domaine *capsantementale.ca*. L'ancien domaine, *avantdecraquer.com*, demeure toutefois accessible pour une période de transition.

Afin de faire rayonner notre nouvelle identité, nous avons poursuivi le déploiement d'une stratégie de communication à grande échelle, incluant une veille web visant à assurer l'uniformité de l'image de marque sur les diverses plateformes en ligne.

Notre campagne Google Ads a également été optimisée. Bien que le nombre d'impressions soit demeuré stable par rapport à l'année précédente, le taux de clics a connu une hausse significative, atteignant 8,93 % (comparativement à 5,56 % en 2022). Cette progression s'explique par une segmentation plus ciblée de la campagne francophone et par l'excellente performance de la campagne anglophone, qui a généré plus de la moitié des clics. Résultat : une augmentation de 59 % du nombre total de clics, témoignant d'un engagement accru envers notre nouvelle identité.

Sachant qu'il faut généralement environ trois ans pour ancrer durablement une nouvelle dénomination dans l'esprit du public et des partenaires, particulièrement dans un contexte communautaire, nous poursuivrons nos efforts de communication au cours de la prochaine année.

## Orientation 8. Assurer un leadership

### 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.
- Implantation de la 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'assurer le financement de projets majeurs, soit notamment :

- Le projet « Aider sans filtre, pour les jeunes, avec les jeunes ».
- Le projet « Clic de l'Espoir » visant des alternatives aux requêtes de garde.
- L'outil d'autogestion CAP Mieux-Être.
- Le projet « Je suis vigie ».

Voici les instances rencontrées et les principales activités de positionnement portées par la direction générale en 2024-2025 :

- Instances politiques
  - Ministre Lionel Carmant : rencontre à ses bureaux de Québec (11 avril et 13 janvier)
  - Cabinet du ministre Lionel Carmant
  - Cabinet de la ministre Sonia Bédard
- Instances et comités du MSSS :
  - Comité exécutif et comité national de l'action 7.7.2 du PAISM
  - Direction services sociaux, santé mentale et réadaptation
  - Observatoire québécois sur la proche aidance
  - Comité sur les services à domicile
  - Comité sur l'axe 6 du PAISM
  - Action 5.6 du PAISM sur la hiérarchisation des services en psychiatrie légale
  - Consultation sur le cadre RI-RTF
  - Santé publique
- Bailleurs de fonds :
  - Appui pour les proches aidants
  - Fondation de la FMSQ
  - Fondation Saputo
- Organismes gouvernementaux :
  - INESSS, comité consultatif sur les troubles anxieux
  - Comité sur l'évaluation du PAG-PPA de l'INESSS
  - Curateur public
  - Coroner : témoignages
- Organismes communautaires nationaux :
  - Regroupement des organismes nationaux en santé mentale
  - RPQF : comité de pilotage, présentation webinaire le 17 mai, comité Conciliation proche aidance - famille
  - COFAQ : conseil d'administration, planification stratégique
  - Proche aidance Québec
  - Comité des partenaires du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
  - AGIDD-SMQ
  - Croisière des Alysés
  - SQS : 35<sup>e</sup> anniversaire en présence du ministre Carmant (23 mai à Montréal)
  - AMI-Québec : revendications politiques pour les JPPA
  - AQPS : lancement de la semaine de prévention du suicide (présence du ministre Carmant)
- Organismes publics :
  - Aires ouvertes
  - CIUSSS de la Capitale-Nationale : comité sur le Guide de bonnes pratiques, webinaires
  - Institut québécois de la réforme du droit et de la justice (IQRDJ) : mémoire
- Associations professionnelles :
  - Association des médecins psychiatres du Québec

- Organismes privés :
  - LIXI logiciels
  - L'Associé : soutien à l'organisation du congrès de CAP santé mentale
- Recherche :
  - Pierre Marquet, CERVO
  - Catherine Briand, CASR-MITACS, UQTR
  - Caroline Favron-Godbout, Université de Montréal
  - Michel Perreault, Université McGill, présentation webinaire (12 mars)
  - Marie-Hélène Morin, UQAR
  - Amal Abel-Baki PAIR-PEP, Université de Montréal
  - Marc Boily, UQAR
  - Stéphane Vial, Mentallys
  - Laboratoire vivant sur les personnes proches aidantes
  - Carmen Lemelin, CEGEP Drummond
  - Bernadette Dallaire, Université Laval
- Congrès, colloques, forums :
  - Forum P-38 : comité organisateur et participation (18 avril à Montréal)
  - Congrès CAP santé mentale (18 et 19 octobre à Québec)
  - Journée du directeur national de santé mentale (14 juin à Montréal)
  - Congrès de l'AMPQ (6, 7 et 8 juin à La Malbaie)
  - Colloque de l'AQRP (27, 28 et 29 mai à Lévis)
  - Journée sur la proche aidance de l'équipe PAIR-PEP (3 octobre à Montréal)
  - Journées d'orientation de CAP santé mentale (9 et 10 mai)
  - Journée nationale sur la proche aidance du MSSS (1<sup>er</sup> octobre à Saint-Hyacinthe)
- Divers :
  - Doctorat honoris causa remis à Luc Vigneault par l'Université Laval (19 juin)

# B. LA VIE CONFÉDÉRATIVE

## B. La vie confédérative

*CAP santé mentale vise à favoriser une vie confédérative au sein du regroupement, selon les 3 axes : le membership, le fonctionnement de la Confédération et la coopération entre les membres.*

### 1. Le membership

#### Orientation 1. Maintenir et renforcer le membership

Défi : Regrouper les organismes soutenant les proches en santé mentale au Québec.

Un nouveau membre s'est joint à notre regroupement en cours d'année, soit Les Parents Partenaires. À noter que nos 53 associations membres couvrent toutes les régions du Québec !

Au 31 mars 2025, CAP santé mentale regroupait les 53 associations suivantes :

*\* indique un nouveau membre*

- 01 - Bas-Saint-Laurent  
La lueur de l'espoir du Bas-Saint-Laurent
- 02 - Saguenay/Lac-Saint-Jean  
Centre de rétablissement Le Renfort  
Centre de santé mentale L'ArrimAge  
Centre Nelligan  
Le Maillon
- 03 - Capitale-Nationale  
L'Arc-en-Ciel  
La Boussole  
Le Cercle Polaire  
La Marée
- 04 - Mauricie  
Anna et la Mer  
Le Gyroscope du Bassin de Maskinongé  
La Lanterne  
Le Périscope  
Les Parents Partenaires \*
- 05 - Estrie  
Espace Allié  
OASIS santé mentale Granby et région
- 06 - Montréal  
Amis de la santé mentale  
AMI-Québec  
APSM Saint-Laurent-Bordeaux-Cartierville  
Arborescence  
PABEMSOM  
La Parentrie  
Répit Une Heure pour Moi  
Société québécoise de la schizophrénie
- 07 - Outaouais  
L'Apogée
- 08 - Abitibi-Témiscamingue  
La Bouée d'espoir  
Le Portail  
La Rescousse  
Le Résilient  
Maison Les 4 Saisons du Témiscamingue
- 09 - Côte-Nord  
L'Ancre Baie-Comeau  
APAME de l'Est de la Côte-Nord
- 10 - Nord-du-Québec  
Le Zéphir

- 11 - Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine  
Centre communautaire l'Éclaircie  
Nouveau Regard Gaspésie
- 12 - Chaudière-Appalaches  
L'Ancre  
Le Contrevent  
La Croisée  
Le Sillon
- 13 - Laval  
ALPABEM
- 14 - Lanaudière  
La lueur du phare de Lanaudière
- 15 - Laurentides  
La Halte des Proches  
Maison Clothilde
- 16 - Montérégie  
L'Accolade Santé mentale  
Carrefour en santé mentale pour les familles et l'entourage (CSMFE)  
Entourage santé mentale  
Le Phare, Saint-Hyacinthe et régions Inc.  
Pont du Suroît  
Le Vaisseau d'Or
- 17 - Centre-du-Québec  
APPAMM-Drummond  
Association Le PAS  
La Passerelle
- Services virtuels  
SantéFamille

## 2. Le fonctionnement de la Confédération

Défi : Assurer l'application des principes démocratiques.

### Orientation 2. Assurer une gestion démocratique

CAP santé mentale 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 s'est tenue le 13 juin 2024 en visioconférence. 30 membres réguliers, pour un total de 37 participants, y ont assisté. L'ordre du jour incluait notamment :

- la présentation du rapport financier ;
- la nomination de l'auditeur pour l'année 2024-2025 ;
- la présentation du rapport d'activités 2023-2024 ;
- les perspectives 2024-2025 ;
- l'élection des administrateurs/administratrices des sièges à désignation paire.

#### Conseil d'administration

En 2024-2025, le conseil d'administration a tenu sept rencontres, soit :

- le 14 mai 2024 - en visioconférence ;
- le 3 juin 2024 (spéciale) - en visioconférence ;
- le 13 juin 2024 (spéciale) - en visioconférence ;
- le 9 septembre 2024 - en présence ;
- le 5 novembre 2024 - en mode hybride ;
- le 20 janvier 2025 - en visioconférence ;
- le 24 mars 2025 - en visioconférence.

Le conseil d'administration de CAP santé mentale 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 2025, le conseil d'administration de *CAP santé mentale* était composé des administrateurs suivants :

- Siège 1 : vacant (proche et administrateur d'une association membre)
- Siège 2 : Lyne Larose, vice-présidente (proche et administratrice d'une association membre)
- Siège 3 : Joanne Roy, administratrice (proche et administratrice d'une association membre)
- Siège 4 : Sylvie Sélesse, présidente (proche et administratrice d'une association membre)
- Siège 5 : Linda Manzo, administratrice (proche et administratrice d'une association membre)
- Siège 6 : David Ford Johnson, administrateur (employé d'une association membre)
- Siège 7 : Hélène Tessier, secrétaire (employée d'une association membre)
- Siège 8 : Danièle Bédard, administratrice (employée d'une association membre)
- Siège 9 : Stephen Bourgoïn, administrateur (employé d'une association membre)
- Siège 10 : Nathalie Savard, administratrice (cooptée par le conseil d'administration)
- Siège 11 : Sylvie Maréchal, trésorière (cooptée par le conseil d'administration)

Soulignons le départ de Renée Levaque de ses fonctions de présidente et de son siège d'administratrice en octobre 2024 après plus de 5 ½ années d'engagement. Merci, Renée, pour ton leadership apprécié au sein du conseil d'administration et de ta contribution remarquable à l'évolution de notre confédération !

### **Comités de gouvernance**

Le conseil d'administration peut constituer des comités afin de soutenir son rôle de gouvernance. En 2024-2025, le Conseil avait les comités suivants :

- Comité de gouvernance
  - Composé au 31 mars 2025 de Sylvie Maréchal, Nathalie Savard, Sylvie Sélesse, Hélène Tessier et René Cloutier.

Le Comité a comme mandat :

- d'établir le profil de compétences actuelles et recherchées des administrateurs ;
  - d'évaluer les besoins actuels du Conseil en fonction des priorités et des stratégies ;
  - de créer une banque d'administrateurs potentiels ;
  - de recruter et de recommander au Conseil les administrateurs à coopter pour combler les sièges vacants ;
  - de préparer les élections à l'assemblée générale annuelle.
- Comité sur les politiques
    - Composé au 31 mars 2025 de Linda Manzo, Joanne Roy, Nathalie Savard, Sylvie Sélesse et René Cloutier.

Le Comité a comme mandat d'analyser les politiques, normes, procédures et de faire des recommandations au Conseil en vue de leur révision et adoption.

- Comité sur la planification stratégique
  - Composé au 31 mars 2025 de Danièle Bédard, Stephen Bourgoïn, David Ford Johnson, Linda Manzo et René Cloutier.

Le Comité a comme mandat de faire le bilan du plan d'action de l'année précédente et d'analyser et recommander au Conseil le plan d'action de l'année en cours. Cette année, le Comité a analysé le nouveau plan stratégique 2024-2029 et a fait des recommandations au Conseil en vue de son adoption.

- Comité d'évaluation du rendement du directeur général
  - Composé au 31 mars 2025 de Lyne Larose, Linda Manzo, Sylvie Sélesse et Hélène Tessier.

Le Comité a comme mandat d'assurer l'évaluation du rendement du directeur général.

## **Orientation 3. Assurer l'écoute des besoins et attentes des membres**

### **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. Un comité a été formé en 2024-2025.

- Comité sur la campagne de sensibilisation
  - Composé au 31 mars 2025 de Manon Dion (CAP santé mentale, responsable du comité), David Couturier (stratégies politiques et médiatiques), Pierre-Luc Lafrance (communications et animation), Éric Lamirande (stratégies sur les médias sociaux) et Jonathan L'Heureux (graphisme).

Ce comité de conseillers experts a soutenu CAP santé mentale dans la préparation et la réalisation de la campagne de sensibilisation annuelle. Le Comité s'est réuni à deux reprises au cours de l'année, sans compter de nombreux échanges informels.

## Consultations

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

- lors des rencontres de réseautage des présidents, des directeurs et des intervenants ;
- lors des journées annuelles d'orientation (9 et 10 mai 2024) ;
- lors de l'assemblée générale annuelle (13 juin 2024) ;
- par webinaires ;
- par sondage sur le Web ;
- par téléphone ;
- lors de visites dans les associations.

Les consultations ont porté notamment sur :

- la satisfaction des services reçus de CAP santé mentale en 2023-2024 ;
- le projet « Alternatives à la P-38 » ;
- les besoins de formations et d'outils d'intervention ;
- les sujets des webinaires (lors des sondages de satisfaction après chaque présentation) ;
- les attentes et besoins pour la suite du projet « Aider sans filtre » ;
- le nouvel outil d'autogestion CAP santé mentale.

Dans un souci d'amélioration continue, CAP santé mentale a sollicité l'opinion de ses membres en regard des travaux de la dernière année. Dans le but d'élargir la consultation, toutes les personnes œuvrant auprès d'un organisme membre de CAP santé mentale ont été invitées à compléter le sondage, qu'il s'agisse d'un administrateur, d'un directeur, d'un coordonnateur, d'un intervenant ou de toute autre personne ayant utilisé nos services entre le 1<sup>er</sup> avril 2024 et le 31 mars 2025.

Le sondage était entièrement anonyme. Pour chacune des questions, les répondants étaient invités à indiquer leur niveau de satisfaction selon l'échelle suivante : *très satisfaisant*, *satisfaisant*, *insatisfaisant*, *très insatisfaisant* et à laisser des commentaires et des suggestions à la fin de chacune des sections.

Les résultats ont été transmis lors de l'assemblée générale annuelle. Voici un aperçu des résultats de l'évaluation annuelle des services.

### ▪ SERVICES RATTACHÉS À L'INFORMATION

- Niveau de satisfaction du site Web capsantementale.ca :  
38 % très satisfaisant | 48 % satisfaisant / 6 % insatisfaisant / 8 % N/A
- Niveau de satisfaction relativement à la présence de CAP santé mentale sur les médias sociaux :  
30 % très satisfaisant | 40 % satisfaisant / 4 % insatisfaisant / 26 % N/A
- Niveau de satisfaction relativement aux informations transmises aux membres :  
24 % très satisfaisant | 70 % satisfaisant | 2 % insatisfaisant / 4 % N/A
- Niveau de satisfaction relativement à la réponse fournie aux demandes des membres :  
42 % très satisfaisant | 32 % satisfaisant / 26 % N/A

- **SERVICES RATTACHÉS À LA FORMATION CONTINUE**
  - Niveau de satisfaction relativement à l'offre des formations :  
28 % très satisfaisant | 48 % satisfaisant | 6 % insatisfaisant | 2 % très insatisfaisant  
16 % N/A
  - Niveau de satisfaction relativement aux activités de formation et de soutien aux pratiques :  
20 % très satisfaisant | 47 % satisfaisant | 6 % insatisfaisant / 27 % N/A
- **SERVICES RATTACHÉS À LA VIE CONFÉDÉRATIVE**
  - Niveau de satisfaction relativement aux activités démocratiques :  
14 % très satisfaisant | 20 % satisfaisant | 2 % insatisfaisant / 64 % N/A
  - Niveau de satisfaction relativement aux consultations :  
10 % très satisfaisant | 64 % satisfaisant | 6 % insatisfaisant / 20 % N/A
- **SERVICES RATTACHÉS À LA SENSIBILISATION ET LA PROMOTION**
  - Niveau de satisfaction relativement à la campagne de sensibilisation annuelle :  
18 % très satisfaisant | 62 % satisfaisant | 4 % insatisfaisant / 16 % N/A
  - Niveau de satisfaction relativement à la visibilité médiatique de CAP santé mentale :  
20 % très satisfaisant | 56 % satisfaisant | 12 % insatisfaisant | 4 % très insatisfaisant  
8 % N/A
- **SERVICES RATTACHÉS AU POSITIONNEMENT**
  - Niveau de satisfaction relativement au positionnement politique de CAP santé mentale :  
30 % très satisfaisant | 50 % satisfaisant | 4 % insatisfaisant / 16 % N/A

### **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 courrier électronique ou en présence physique.

## **Orientation 4. Assurer l'information aux membres**

### **Information aux membres**

Divers outils permettaient de faire circuler des informations inhérentes aux dossiers politiques, associatifs ou sur tout sujet susceptible d'intéresser les membres : Info-Flash, alerte Web, correspondance informelle. Compte tenu du nombre croissant de communiqués, CAP santé mentale a intégré tous les communiqués dans une infolettre hebdomadaire à partir de janvier 2024.

Nombre d'infolettres diffusées en 2024-2025 : 47

Le contenu des infolettres inclut notamment les résumés des rencontres du conseil d'administration, des offres de participation à des sondages internes, des consultations ou à des enquêtes à plus large spectre, des invitations à participer à nos webinaires ou à des formations, des appels à contribuer à des projets de recherche, des nouvelles du milieu communautaire, des partenaires et du gouvernement.

Les membres ont également la possibilité de faire paraître des annonces ponctuelles au sein du regroupement.

## Revue de presse

Tous les matins de semaine, 356 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.

## 3. La coopération entre les membres

Défi : Offrir une vie confédérative à valeur ajoutée pour nos membres.

### Orientation 5. Favoriser la mise en commun du vécu, des expertises et des outils

#### Réseautage entre les associations

CAP santé mentale soutient le réseautage entre les associations membres. Le réseautage permet aux présidents et aux directeurs des associations d'échanger sur des problématiques communes, des stratégies de positionnement, des démarches de partenariat et leurs services.

Le réseautage permet aux intervenants 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, ainsi que sur leurs besoins et leurs priorités. Le soutien aux membres s'est traduit par :

- le soutien à l'organisation de trois rencontres du Rendez-vous réseautage des directeurs et coordonnateurs tenues le 17 octobre 2024 en présence, à Québec, le 6 décembre 2024 en visioconférence et le 17 février 2025 en visioconférence ;
- le soutien à l'organisation d'une rencontre de la Table des présidents tenue en visioconférence, le 17 octobre 2024 ;
- l'organisation et l'animation d'une communauté de pratique pour les intervenantes et intervenants, dont les rencontres ont eu lieu les 28 mai, 25 septembre, 30 octobre, 27 novembre et 18 décembre 2024, ainsi que les 30 janvier, 26 février et 26 mars 2025 ;
- l'animation avec trois panélistes invitées, Suzanne Letarte (Apaiser et prévenir des situations de crise), Karine Gaudreault et Louise Lachance (programme RECAPS) le 17 octobre 2024 d'une rencontre pour les intervenantes et intervenants au précongrès « Ouvrons le dialogue pour créer un avenir meilleur » 2024. Il y a eu 18 participantes et participants qui ont discuté de l'importance de préserver sa santé mentale en contexte de relation d'aide et de l'intervention de crise.
- la gestion d'une page Facebook privée pour les présidents ;
- la gestion d'une page Facebook privée pour les directeurs et coordonnateurs ;
- l'accès à une plateforme de diffusion en ligne (babillard) permettant la diffusion de communiqués par les membres à l'ensemble des autres associations membres (nouvelles, appels à tous, nominations).

## **Communauté de pratique - Volet Intervention**

Parmi ses mandats, CAP santé mentale 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 et intervenantes constituait une stratégie efficace pour répondre à la demande et au besoin, échanger régulièrement entre pairs de leurs expériences, partager leurs connaissances et développer de meilleures pratiques.

Voici les dates et les sujets discutés lors des 8 rencontres (durée de 1 h 30 ou 2 h) tenues en visioconférence :

- 28 mai 2024  
Sujet : Discussion ouverte - Hospitalisation, hébergement et situations de crise (10 participants·es)
- 25 septembre 2024  
Sujet : Formation sur l'outil d'autogestion CAP Mieux-Être (21 participants·es)
- 30 octobre 2024  
Sujet : Discussion ouverte - Intervention de couple (5 participants·es)
- 27 novembre 2024  
Sujet : Discussion ouverte - Répét et ressourcement (7 participants·es)
- 18 décembre 2024  
Sujet : La confidentialité, les partenariats et les référencement (6 participants·es)
- 30 janvier 2025  
Sujet : Le développement d'un programme de formation continue multicomposante (13 participants·es)
- 26 février 2025  
Sujet : L'importance des limites. Savoir les reconnaître et les respecter (19 participants·es)
- 26 mars 2025  
Sujet : Les troubles concomitants (8 participants·es)

En 2024-2025, il y a eu 89 personnes aux rencontres de la communauté de pratique, provenant de 23 associations membres et 10 régions administratives. Afin de répondre plus spécifiquement aux besoins des participantes et participants actifs, certaines rencontres ont laissé libre cours à l'inspiration du moment en proposant une discussion ouverte ou en laissant le choix du sujet à discuter aux personnes présentes pour la rencontre suivante.

Rappelons que la communauté de pratique est accessible à toutes les personnes œuvrant en intervention dans une association membre. Il n'y a pas de procédure d'inscription et les invitations sont effectives sur demande. Les rencontres respectent les règles usuelles de la confidentialité des échanges. Nos remerciements à toutes les personnes qui se sont impliquées pour le partage de leurs expertises auprès de leurs collègues.

CAP santé mentale offre chaque année 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.

## **Communauté de pratique – Agents de sensibilisation et de soutien**

La communauté de pratique des agents et agentes de sensibilisation et de soutien vise à assurer le transfert des connaissances, le développement des compétences spécifiques de ceux et celles qui interviennent auprès des jeunes dans le cadre du projet Aider sans filtre. Via la communauté de pratique, les agents de sensibilisation et de soutien bénéficient d'un espace d'échanges, de partages et de coconstruction entre pairs. Cette communauté de pratique permet aussi aux agents et agentes de bénéficier de l'expertise de collaborateurs, contribue au développement de liens entre les agents et d'un sentiment d'appartenance au projet Aider sans filtre.

Voici les dates et les sujets discutés lors des 5 rencontres (durée de 1 h 30) tenues en visioconférence :

- 10 juin 2023  
Sujet : Première rencontre de la communauté de pratique des agents et agentes (12 participant·es)
- 2 octobre 2023  
Sujet : L'intervention auprès des jeunes proches (20 participant·es)
- 6 novembre 2023  
Sujet : Comment rejoindre les jeunes proches (15 participant·es)
- 11 décembre 2023  
Sujet : Les pratiques de *reaching out* auprès des jeunes proches (17 participant·es)
- 25 janvier 2024 (18 participant·es)  
Invité : Mouvement Santé Mentale Québec  
Sujet : Présentation d'un outil d'intervention
- 22 février 2024 (19 participant·es)  
Invité : Mouvement Santé Mentale Québec  
Sujet : Présentation d'un outil d'intervention

## **Section extranet du site Web capsantementale.ca**

À l'usage exclusif de nos membres, cette section contient les éléments suivants :

- Une page d'accueil dynamique mettant en avant les publications internes les plus récentes.
- Tous les communiqués publiés par CAP santé mentale.
- Un babillard interactif pour des communications rapides avec les autres associations.
- Une section regroupant les documents utiles produits par CAP santé mentale, tels que les sondages, mémoires, etc.
- Des webinaires internes, y compris les formations dispensées.
- Une rubrique « Nouvelles » présentant les publications des associations membres, telles que les appels à tous, le partage de documents, etc.
- Un répertoire de ressources comprenant des liens vers des centres de recherche, des formations, etc.
- Des informations détaillées sur la campagne de sensibilisation en cours.
- Un onglet dédié aux congrès, incluant la programmation, les formulaires d'inscription, etc.
- Toutes les informations pertinentes concernant le plan stratégique et les plans d'action annuels visant à son actualisation.

- Une section consacrée à la certification.
- Un espace dédié au projet Jeunesse « Aider sans filtre, pour les jeunes, avec les jeunes » accessible à tous les agents de sensibilisation.
- Un onglet dédié au projet de virage numérique.

# C. LE POSITIONNEMENT COLLECTIF

## C. Le positionnement collectif

*CAP santé mentale vise à soutenir les associations membres dans la réalisation du « Positionnement collectif » adopté lors de l'assemblée générale des membres le 15 juin 2023, selon les 4 axes : la clientèle, les services, les ressources humaines et le rayonnement.*

### 1. La clientèle

Défi : Accueillir et soutenir les proches de personnes ayant un problème de santé mentale et s'adaptant à leurs besoins évolutifs.

#### **Orientation 1. Soutenir les proches dans leurs rôles de client, accompagnateur et partenaire**

**Portail multicanal CAP santé mentale | Une vitrine numérique au service de notre mission**  
Dans la continuité de notre vision, nous renforçons notre présence en ligne avec détermination, dans le but de devenir un acteur clé dans une multitude de secteurs : soutien aux proches, vie communautaire, santé et services sociaux, éducation, travail, sécurité publique, recherche, et bien d'autres encore.

Notre portail numérique capsantementale.ca se démarque par la richesse de ses contenus : articles, témoignages, boîte à outils, activités interactives, balados, capsules Web; un écosystème complet pensé pour informer, soutenir et inspirer.

Mettant en valeur l'expertise de nos associations membres, le site intègre une foule de contenus créés par celles-ci, en plus de ressources pertinentes couvrant un large éventail de thématiques.

En prévision du lancement de notre nouvel outil d'autogestion CAP Mieux-Être et de l'arrivée prochaine de Clic vers l'espoir, nous avons entièrement repensé la page d'accueil. L'objectif étant d'offrir une expérience utilisateur plus fluide, mettre en valeur nos outils phares et orienter plus efficacement les visiteurs vers les bonnes ressources.

En 2024-2025, notre site a enregistré plus de 372 000 événements pour 60 000 utilisateurs actifs. Bien que le nombre de visiteurs ait légèrement diminué, cette baisse s'explique par notre stratégie de communication orientée vers la promotion de CAP Mieux-Être. À elle seule, notre campagne de bannières numériques (réseau Display) a généré plus de 1,4 million de clics, redirigeant efficacement le trafic vers notre nouvel outil.

Fait marquant : plus de 5 300 personnes ont consulté notre page dédiée aux ressources d'aide, en faisant la quatrième page la plus visitée du site. Une donnée qui confirme l'efficacité de nos actions pour encourager la demande d'aide et connecter les proches avec nos associations membres.

## Médias sociaux

Les réseaux sociaux sont devenus un outil indispensable offrant aux associations membres et au public un contenu numérique qu'ils peuvent partager. Au cours de la dernière année, nous avons ouvert un compte sur LinkedIn pour rejoindre davantage le réseau des professionnels.

### Facebook

#### Profil de l'audience :

86,2 % de femmes et 13,8 % d'hommes

45-54 ans - 27,3 %

35-44 ans - 24,8 %

55-64 ans - 18,5 %

25-34 ans - 15,1 %

#### Abonnés :

9150 abonnés

#### Visites de la page Facebook :

17K personnes différentes (353 480 vues)

#### Couverture de la page Facebook :

147K personnes différentes

#### Interactions :

7K

### Instagram

#### Profil de l'audience

85,7% de femmes et 14,3 % d'hommes

25-34 ans - 33,4 %

35-44 ans - 26,6 %

45-54 ans - 20,3 %

55-64 ans - 8,3 %

#### Abonnés :

1857 abonnés

#### Couverture de la page Facebook :

7K personnes différentes - 21K de vues

#### Visites du profil Instagram :

1K

#### Interactions avec le contenu :

640

### Twitter (X)

#### Abonnés :

995 abonnés

À noter que dans la dernière année, nous avons moins utilisé Twitter (X) dans nos stratégies de communication.

## TikTok

589 abonnés

Profil :

35-44 ans - 42,8 %

45-54 ans - 28,6 %

25-34 ans - 28,6 %

Portée :

Vues de vidéos 9 210

Public atteint 4 376

Vues du profil 286

Engagement :

J'aime 102

Commentaires 112

## LinkedIn (début à l'automne 2024)

Impressions 25 892

Réactions 409

Commentaires 30

Republications 25 892

Abonnés 327

Niveau hiérarchique :

Premier emploi - 35,2 %

Expérimenté - 29,7 %

Directeur - 9,2 %

Manager - 5,5 %

VP1- 5,5 %

PDG - 2,1 %

Propriétaire - 1,8 %

Partenaire - 1,0 %

Non Payé - 1,0 %

Stagiaire - 1,0 %

Taille d'entreprise :

Plus de 10 000 - 15,0 %

11 à 50 - 14,7 %

1 à 10 - 14,4 %

1 001 à 5 000 - 8,9 %

5 001 à 10 000 - 5,8 %

51 à 200 - 4,9 %

501 à 1 000 - 13,4 %

201 à 500 - 2,8 %

Autres - 30,3 %

Selon Google Analytics, une bonne partie du trafic est actuellement dirigé vers le site web de CAP Mieux-Être (nouvel outil d'autogestion), ce qui est conforme à notre stratégie de communication de la dernière année.

Résultats du 1<sup>er</sup> avril 2024 au 31 mars :

Recherche naturelle (réseau de recherche) 46 000

Directe - 7 800

Sites référents - 1 600

Recherche payante (campagnes) - 917

Réseaux sociaux organiques - 638

Réseaux sociaux payants - 68

Display - 33

Total 57 056

### **Page Facebook : groupe privé *Toujours là, malgré tout !***

Créé en mars 2021, ce groupe Facebook privé constitue un espace d'échange sécuritaire et bienveillant destiné aux proches de personnes vivant avec un trouble de santé mentale. Il rassemble aujourd'hui plus de 1 700 membres.

Au cours de la dernière année, 111 publications ont été partagées, principalement par les membres eux-mêmes. Ces publications ont suscité 734 commentaires et 1 573 réactions, témoignant de l'engagement actif et du sentiment de communauté au sein du Groupe.

Nous avons également reçu 322 demandes d'adhésion, dont 214 ont été approuvées. Les autres ont été refusées, car elles ne correspondaient pas au public cible visé par le Groupe.

Ce lieu d'échange démontre, année après année, sa pertinence et son utilité en tant qu'outil de soutien par les pairs.

Sous la supervision de CAP santé mentale, ce groupe dynamique favorise des interactions actives entre les proches, qu'ils soient basés au Québec ou même ailleurs (France, Belgique, etc.). Certaines associations membres, notamment Arborescence, qui ont été impliquées dès les débuts en tant que modératrices, continuent d'assurer une surveillance régulière.

Bien que la plupart des nouveaux membres n'aient pas encore recours aux services des associations, leur intégration au Groupe et leurs échanges avec les autres membres leur permettent de découvrir un réseau de soutien étendu. On observe une augmentation significative des recommandations internes vers les associations au sein des discussions du Groupe. De nombreux membres témoignent des bénéfices du soutien offert par ces associations.

### **Lancement de CAP Mieux-Être : un outil d'autogestion pour les proches en santé mentale**

Grâce à un financement de 300 000\$ provenant de L'Appui pour les proches aidants (2022-2024), nous avons officiellement lancé notre nouvel outil d'autogestion en ligne destiné aux proches en santé mentale à l'occasion de notre campagne de sensibilisation automnale marquée par une conférence de presse tenue à Montréal.

Développé en collaboration avec L'Appui, cet outil novateur répond aux besoins spécifiques des proches qui soutiennent une personne vivant avec un trouble de santé mentale en leur offrant un accompagnement virtuel personnalisé. Intégré dans une approche complémentaire aux services offerts par nos associations membres, l'outil propose une expérience numérique interactive, structurée selon différents profils d'utilisateurs et pensée pour un accompagnement à long terme.

Avant son lancement, une présentation en avant-première a été offerte à nos associations membres et à notre comité consultatif composé de proches, d'intervenants, de gestionnaires et de partenaires externes :

- Philippe Saint-Laurent, Le Portail
- Catherine Cliche, Le Sillon
- Marie-Soleil Gauthier, Le Gyroscop

- Nathalie Croteau, Entourage santé mentale
- Chantale Daigneault, Pont du Suroît
- Isabel Andrade, PABEMSOM
- Émilie Lenoble, proche
- Cathy Martineau, proche

Résultats cinq mois après le lancement :

- 7 134 utilisateurs, dont 4 400 uniques
- 2 880 utilisateurs (65 % des visiteurs uniques) ont complété la Boussole pour une personnalisation optimale
- 11 414 sessions enregistrées
- 32 552 pages vues
- 38 046 événements clés identifiés

Parmi ces interactions :

- 461 ajouts au coffre personnalisé
- 340 formulaires d'autogestion complétés dans la section « À vous de jouer »
- 563 visites au bottin des ressources
- 132 utilisateurs ont activé la version audio de la plateforme
- 316 personnes ont interagi avec leur coffre personnalisé à plusieurs reprises

CAP Mieux-Être a reçu un accueil très favorable de la part des proches et des intervenants du milieu. Lors des premières Journées annuelles en santé mentale numérique, en novembre 2024, notre kiosque a remporté un prix d'appréciation du public.

### **Guide de bonnes pratiques pour l'implication des proches**

L'origine du Guide vient du constat que les proches en santé mentale se plaignent de ne pas être écoutés, impliqués et informés. Issu de l'idée d'une association membre, le *Guide de bonnes pratiques pour l'implication des proches en santé mentale* contribuera à un changement de culture à leur égard. L'implantation du Guide dans les établissements du réseau de la santé, coordonnée par le CIUSSS de la Capitale-Nationale qui a été mandaté par le MSSS, vise à désormais considérer, intégrer et outiller les proches en santé mentale.

CAP santé mentale a participé à la conception du Guide et fait maintenant partie du comité d'implantation. Il a participé à plusieurs ateliers de sensibilisation auprès de gestionnaires et agents multiplicateurs désignés pour soutenir l'implantation.

### **Mesure d'assistance**

Dans une perspective de soutenir ses associations membres, CAP santé mentale collabore depuis 2020 avec le Curateur public du Québec dans le cadre du projet de loi n°18 visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité. La loi, entrée en vigueur le 1<sup>er</sup> novembre 2022, inclut une nouvelle mesure d'assistance qui représente une reconnaissance officielle de la proche aidance au Québec. Rappelons que la mesure d'assistance permet à une personne qui vit une difficulté d'être assistée par une ou deux personnes de son choix pour prendre des décisions, exercer ses droits civils et administrer son patrimoine. Présent sur le comité consultatif des organismes de défense et de représentation auprès du Curateur public, CAP santé mentale a participé à plus de 23 rencontres à ce jour.

En 2024-2025, CAP santé mentale s'est à nouveau impliquée pour faire connaître la mesure d'assistance et soutenir ses associations membres dans la promotion et l'implantation de ce service aux proches, via des communiqués et courriels, les médias sociaux, l'infolettre et le calendrier saisonnier.

### **Formation « Partenaire »**

Initiée en 2018, la Formation Partenaire a pour objectif de permettre aux proches d'être des acteurs engagés et crédibles dans l'amélioration des services en santé mentale. Elle vise à renforcer leurs compétences, structurer leurs interventions et leur offrir un cadre propice à l'expression de leur vécu, en lien avec les principes du modèle CAP.

Cette formation complète comprend six blocs structurés :

- Bloc 0 : Définir son rôle, clarifier ses attentes et comprendre ses responsabilités en tant que proche engagé.
- Bloc 1 : Comprendre au nom de qui l'on s'exprime et maîtriser les enjeux liés à la représentation.
- Bloc 2 : Transformer son vécu en savoir utile et en expertise reconnue.
- Bloc 3 : Acquérir des connaissances solides sur les discours en santé mentale pour être crédible et pertinent en rencontre.
- Bloc 4 : Développer ses compétences en communication et en prise de notes, avec des exercices pratiques.
- Bloc 5 : Identifier les ressources et arguments pour appuyer ses idées et structurer ses interventions.

Alignée avec les valeurs de bienveillance, d'ouverture, de solidarité et d'excellence portées par CAP santé mentale, cette formation s'inscrit dans une démarche participative qui reconnaît le rôle central des proches dans le rétablissement et le soutien aux personnes vivant avec un trouble de santé mentale.

Elle soutient concrètement la mesure 3.3 du Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM 2024-2026), qui vise à faire des proches des partenaires à part entière dans la planification et l'organisation des services. Elle contribue également à la mise en œuvre des principes du Positionnement collectif 2024 de CAP santé mentale.

Après une phase de rédaction marquée par plusieurs ajustements organisationnels, la formation est aujourd'hui en voie d'être finalisée. Elle comprendra :

- Un guide pour le formateur destiné aux associations membres
- Un guide d'autoformation par bloc pour le participant
- Une présentation PowerPoint pour accompagner chaque module

Cette formation sera bientôt accessible via l'espace extranet de notre site web, capsantementale.ca, afin de soutenir encore davantage le pouvoir d'agir des proches dans tous les milieux.

### **Le Clic de l'Espoir : un guide numérique interactif**

Dans le cadre du Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026, le ministère de la Santé et des Services sociaux a confié à CAP santé mentale la réalisation de l'action 3.4 : outiller les familles et l'entourage des personnes présentant des troubles mentaux ainsi que les intervenants pour favoriser l'utilisation de pratiques permettant d'éviter le recours aux mesures exceptionnelles.

L'objectif principal du projet vise à réduire le nombre de requêtes de garde provisoire en vue d'une évaluation psychiatrique effectuée par les familles, les proches ou l'entourage des personnes présentant des troubles mentaux tout en préservant les liens familiaux et affectifs.

L'implication des proches joue un rôle central dans le rétablissement des personnes ayant un problème de santé mentale et le maintien de celles-ci dans la communauté. Il arrive que les familles et l'entourage se retrouvent dans des situations de dangerosité ou à haut risque pour eux ou pour la personne soutenue. Faute d'options, ils se résignent à enclencher des recours légaux afin d'assurer leur sécurité et celle de la personne qu'ils soutiennent. Devant le nombre de demandes de garde en établissement présentées devant la Cour supérieure ou la Cour du Québec (estimé à 6 059 en 2019) et qui ne cesse de croître depuis la pandémie, les travaux intersectoriels et de consultation en cours permettront d'identifier de meilleures approches et des alternatives aux requêtes de garde.

Bien plus qu'un site Web d'information, *Le Clic de l'Espoir* est un guide numérique interactif et évolutif, conçu pour soutenir les proches principalement dans la prévention de la violence, des situations à risques ou de crise. Ce guide numérique renforce leur capacité à anticiper et à désamorcer les crises, tout en soutenant une prise de décision judicieuse. Il les accompagne avant, pendant et après la crise.

#### Objectifs du Clic de l'Espoir (phase 2023-2026)

- Offrir un accompagnement interactif et personnalisé grâce à des outils modulables et partageables (fiches d'autoréflexion, questionnaires, quiz, cartes réseau, plans d'action, vidéos explicatives, boîtes à outils thématiques, etc.), accessibles sur ordinateur ou téléphone mobile.
- Soutenir l'autonomie des proches, en leur permettant d'évaluer leur situation, de préciser leurs besoins prioritaires et de recevoir des recommandations concrètes pour bâtir leur propre plan d'action personnalisé.
- Outiller les proches pour prévenir, désamorcer et traverser une crise, avec des contenus pratiques, ancrés dans des parcours réels et des situations vécues.
- Favoriser le développement des compétences des proches aidants grâce au Modèle ES-POIR (Empowerment, Savoir expérientiel, Posture de dialogue, Outils, Itinéraire, Réseau de soutien), un cadre structurant construit à partir de témoignages et de récits de personnes proches aidantes et du modèle CAP, de l'approche par les forces et de l'approche dialogique.
- Proposer des alternatives concrètes aux mesures d'exception, pour renforcer le pouvoir d'agir des proches et leur permettre de vivre une expérience plus humaine et constructive dans leurs interactions avec les systèmes de soins, de justice et de sécurité publique.
- Amorcer le développement d'un espace pour les intervenants de partage des connaissances, d'outils en soutien à leurs rôle et intervention.

#### Mise en place du projet

- Démarrage officiel et formation d'une équipe multidisciplinaire.
- Création d'une structure de gouvernance, de communication et d'approbation.
- Élaboration du plan de travail 2022-2026.
- Reddition de comptes.

## Participation active et mobilisation

- Déploiement d'une stratégie de consultation structurée, inclusive et continue.
- Cueillette d'information et entrevues en profondeur avec des proches aidants et des intervenants et des partenaires.
- Rencontres individuelles ciblées selon les expertises intersectorielles.
- Activités de co-construction avec des chercheurs, cliniciens et organismes partenaires.
- Validation de contenus et de solutions émergentes.

## Avancées numériques – Vers un guide interactif et intelligent

- Collaboration avec Sigmund, une entreprise spécialisée en développement technologique, pour concevoir une plateforme innovante.
- Programmation d'une logique d'organisation dynamique des contenus, permettant une navigation personnalisée selon le profil, les besoins et la situation de l'utilisateur (en cours).
- Définition des fonctionnalités, du gestionnaire de contenu, des outils numériques intégrés.
- Création d'un environnement d'essai numérique permettant la validation des interfaces et de l'ergonomie (en cours).
- Mobilisation d'experts de contenu pour rédaction et production de vidéo (en cours).
- Tests utilisateurs (en cours).
- Consultation ciblée auprès de proches pour valider les contenus et prioriser les outils (en cours).
- Production des outils éditoriaux en soutien à la rédaction (en cours).

## Orientation 2. Assurer une approche inclusive auprès des proches

### Projet Aider sans filtre, pour les jeunes, avec les jeunes

Ce projet permet la réalisation de l'action 4.6 du *Plan d'action interministériel en santé mentale 2022- 2026*, soit de créer des conditions favorables au mieux-être des jeunes touchés par les troubles mentaux, notamment les jeunes proches aidants, avec une approche pour et avec les jeunes.

Le Projet est financé par le ministère de la Santé et des Services sociaux (7,5 M\$) et L'Appui pour les proches aidants (1,725 M\$) pour une durée de quatre ans. Se sont joints au projet comme partenaires : Proche Aidance Québec, Mouvement Santé mentale Québec, l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale, LaPProche et la Fondation Jeunes en Tête. Ces partenaires accompagnent l'équipe de CAP santé mentale grâce à des rencontres du comité des partenaires. Trois rencontres ont eu lieu, en mai et en octobre 2022, puis en décembre 2023 afin de présenter l'avancée des travaux de déploiement.

Le projet Aider sans filtre est coordonné par une équipe de jeunes chargées de projet. Deux chargées de projet sont responsables de soutenir et d'accompagner les directions des associations dans le déploiement et le développement du projet et une chargée des communications complète l'équipe.

Un bilan du Projet est produit sur une base trimestrielle afin de permettre un suivi de son évolution par les parties prenantes : ces bilans ont été réalisés en juin, septembre, décembre 2024 et mars 2025. Dans le but de faciliter la réalisation de ces bilans, CAP santé mentale a conclu une entente avec l'entreprise LIXI visant le développement d'un logiciel de gestion des données. Cette entente, conclue en octobre 2022, permettra la mise en place de cet outil dans plusieurs associations membres. À ce jour, 26 associations participent à la première cohorte. Nous serons ainsi en mesure de compiler des données standardisées, ce qui facilitera le suivi statistique du projet.

En mars 2022, nous avons conclu une entente afin de développer une plateforme collaborative pour faciliter les échanges entre les agents de sensibilisation et de soutien tout au long du projet. Cette plateforme sera intégrée au logiciel de gestion des données.

Toujours dans l'optique d'aller plus loin avec le projet pour les jeunes et avec les jeunes, nous avons également signé des ententes avec divers autres partenaires. Une entente a été conclue avec des chercheur(e)s de LaPProche afin de développer des modules des formations, des outils pour soutenir les jeunes agent(e)s de sensibilisation et de soutien dans leur mandat. Pour ce faire, une agente de recherche travaille en étroite collaboration avec l'équipe de projet.

Des ententes ont également été conclues avec deux équipes de l'Université du Québec à Rimouski. L'une de ces équipes aura la responsabilité de développer une programmation jeunesse et l'autre de réaliser l'évaluation des effets et impacts du projet dans les différentes régions du Québec. L'entente menant au développement d'une programmation jeunesse émane d'une suggestion d'une association afin de mieux accompagner les associations dans le déploiement de services aux jeunes.

La création d'une programmation jeunesse contribuera à outiller les associations qui désirent poursuivre leurs efforts pour déployer et bonifier des services aux jeunes proches ancrés dans les bonnes pratiques dans un avenir proche, en plus de poursuivre la mise en place du projet Aider sans filtre.

Le Projet a été déployé de manière progressive et est maintenant sur la bonne voie avec :

- 538 activités de sensibilisation
- 16 539 jeunes sensibilisés
- 476 milieux différents visités
- 1 226 jeunes soutenus dans les associations

Tel que souligné ci-haut, dans le cadre du Projet, des communautés de pratiques sont tenues régulièrement avec les agent(e)s de sensibilisation et de soutien.

Tableau 2 - État d'avancement du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »

Région	Jeunes agent(e)s			
	ETC attribués	Nombre d'associations participantes	Nombre d'agent(e)s en poste	Heures par semaine couvertes par le projet
Bas Saint-Laurent	3	1	3	97,5
Saguenay / Lac Saint-Jean	2,5	4	4	84,5
Capitale-Nationale	3	4	6	97,5
Mauricie / Centre-du-Québec	3	6	4	97,5
Estrie	1,5	2	2	48,75
Montréal	8	5	8	260
Outaouais	1,5	1	2	48,75
Abitibi-Témiscamingue	2,5	4	1	81,25
Côte-Nord	2	2	2	65
Nord-du-Québec	1	1	0	32,5
Gaspésie / Îles-de-la-Madeleine	1,5	2	1	48,75
Chaudière-Appalaches	3,7	4	7	120,25
Laval	2	1	2	65
Lanaudière	2	1	1	65
Laurentides	1	1	1	32,5
Montérégie	6,2	5	4	201,50
<b>TOTAL</b>	<b>43,5</b>	<b>44</b>	<b>48</b>	<b>1 446,25</b>

Le nombre d'équivalents temps complet (ETC.) représente le nombre de postes à temps complet que CAP santé mentale est en mesure de compenser pour chaque région administrative. Ce nombre a été établi selon une approche populationnelle sur le plan national. Au niveau régional, les associations membres se sont réparti les banques d'heures associées au nombre d'ETC afin de favoriser le développement des services jeunesse selon leur réalité régionale et associative. Ainsi, il est possible que plus d'une personne soit embauchée par ETC résultant de la division des heures entre associations ou d'une préférence pour des emplois à temps partiel en fonction des besoins.

### Communautés ethnoculturelles et minorités linguistiques

La diversification de la société québécoise a conduit à une plus grande hétérogénéité des besoins et attentes en matière de soins et de soutien. Cette diversification a aussi introduit des défis et des enjeux complexes, à l'intersection des enjeux du réseau de la santé et de services sociaux et des expériences de personnes immigrantes, racisées ou parlant une autre langue que le français. La réalité des proches aidants issus des communautés ethnoculturelles au Québec comporte des défis uniques en matière de santé mentale, exacerbés par des facteurs sociaux et culturels spécifiques, des barrières linguistiques, un manque d'accès à des services adaptés,

ainsi que des différences culturelles dans la perception de l'aide et des soins. La littérature recense des incidences de stress, d'anxiété, d'épuisement et de dépression chez les personnes proches aidantes des communautés ethnoculturelles et de minorités linguistiques, complexifiées par leurs conditions de vie ou leur trajectoire d'immigration. Les résultats issus des travaux de recherche de l'Institut Sherpa en lien avec la mesure 30 du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 montrent une nécessité d'adaptation des services qui sont offerts aux personnes proches aidantes de ces communautés afin de mieux répondre à leurs besoins. Ainsi, un projet intitulé « CAP vers la diversité : Pour une offre de services inclusifs et adaptés aux réalités et besoins de chaque proche » est pensé afin d'accompagner les associations membres en termes de ressources et de soutien pour mieux répondre aux besoins de ces communautés.

Cette initiative vise à offrir et assurer, à travers une approche communautaire novatrice, des services adaptés aux réalités des proches en santé mentale issus des diverses communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques, partout au Québec. Pour ce faire, quatre (4) axes principaux ont été identifiés et un (1) axe complémentaire afin de faire le suivi et l'évaluation des éléments issus du projet :

- Renforcer les partenariats et la collaboration entre les organismes communautaires spécialisés dans l'accompagnement des populations des communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques et les organismes communautaires en proche aide afin d'adapter les services offerts.
- Contribuer à développer une offre de services adaptés aux réalités des communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques et à favoriser l'accessibilité aux services pour les proches aidants de ces communautés.
- Améliorer la capacité d'agir des acteurs intersectoriels face aux réalités des proches issus des communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques.
- Réduire la stigmatisation en santé mentale des proches des communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques auprès de la population générale et des intervenant(e)s.
- Renforcer les connaissances sur les proches en santé mentale issus des communautés ethnoculturelles et des minorités linguistiques au Québec afin d'orienter le développement futur des services par le suivi et l'évaluation des résultats, effets et impacts de cette action.

### **Orientation 3. Favoriser une référence précoce des proches**

#### **Ligne de référence 1 855 272-7837**

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.

L'utilisation d'un système de « guide parlé » permet aux appelants de choisir leur destination pour accéder directement à leur association locale (nonobstant leur position géographique) et il est possible d'obtenir des données précises relatives à l'utilisation de la ligne à l'échelle du Québec.

La ligne de référence fait partie des services offerts gratuitement à toutes nos associations membres.

Nous avons poursuivi notre offensive en misant sur des campagnes par mots-clés et en images sur Google Display.

Un objectif immédiat (impacts à court terme) :

- Promouvoir la ligne 1 855 272-7837 auprès de la population québécoise et favoriser la demande d'aide auprès des associations membres de CAP santé mentale.

Objectif spécifique :

- Augmenter le nombre d'appels reçus via la ligne de référence pour les proches.

Campagne numérique

- Google Display : 48 707 clics.

En douze mois d'activité, nous avons enregistré 1719 appels, totalisant 5861,6 minutes de conversation. La durée moyenne des appels est de 3,37 minutes. Les appels proviennent de toutes les régions du Québec, y compris de l'extérieur de la province.

Fait à noter, lors de chacune de nos actions de sensibilisation ciblées durant l'année (octobre, janvier, mars), nous avons systématiquement observé une augmentation de la fréquentation de la ligne de référence. Il en va de même lors des apparitions de notre porte-parole. Cela confirme que nous devons demeurer proactifs afin de faire davantage rayonner cette ligne unique qui favorise la demande d'aide directe auprès de l'une de nos associations membres.

### Projet « Je suis vigie »

En 2024-2025 nous avons pris un virage stratégique quant au projet *Je suis vigie*. Après une première phase de développement amorcée en 2023, cette année a été consacrée à la consolidation des apprentissages, à la refonte des contenus et à la mise en œuvre d'une formation 2.0 adaptée au contexte collégial, avec comme point d'ancrage le projet pilote réalisé au Cégep de Granby. Au total, au courant de cette dernière année, 23 409 jeunes vigies ont été sensibilisées au rôle de proche en santé mentale.

Réalisations phares

Formation 2.0 - Cégep de Granby

- Implantation officielle de *Je suis vigie* dans le plan d'action en santé mentale du cégep.
- Intégration directe dans le cours obligatoire de psychologie de la santé mentale, permettant une diffusion à grande échelle et une légitimation institutionnelle du contenu.

Cette implantation marque un tournant important, validant :

- La pertinence du contenu auprès des jeunes et des enseignants de niveau collégial.
- La faisabilité d'une intégration formelle dans les milieux scolaires.
- Le besoin d'une plateforme numérique plus robuste pour soutenir ce type de déploiement.

Repositionnement stratégique

À partir des constats issus du terrain et du projet pilote, l'année a permis de redéfinir l'architecture du Projet :

- Refonte complète des modules autour de trois axes :
  - *Vigie pour soi-même*
  - *Vigie pour les autres*
  - *Vigie leader*
- Révision des groupes d'âge cible pour mieux refléter les réalités du secondaire, du cégep et du milieu communautaire.
- Conception d'un plan de migration vers une nouvelle plateforme numérique, mieux adaptée que Genially pour héberger les formations et les outils interactifs.

## Perspectives et plan d'action

Cette année, nous avons travaillé activement à la conception d'un plan de déploiement 2026-2031 visant notamment :

- Le développement d'une nouvelle plateforme évolutive.
- L'implantation de *Je suis vigie* dans plusieurs cégeps, institutions d'enseignement et leur Plan d'action en santé mentale respectif.
- L'intégration dans les programmes liés à la santé mentale (soins infirmiers, travail social, psychologie).
- Le renforcement du réseau de partenaires institutionnels et communautaires.

Ce repositionnement s'inscrit dans une vision durable et structurante, en phase avec les priorités actuelles des milieux jeunesse et des milieux de l'enseignement.

### **Site Internet pour les jeunes proches - Projet Aider Sans Filtre**

L'année a été marquée par un virage stratégique dans le développement numérique du projet *Aider sans filtre*. Alors que l'idée de créer une application mobile est actuellement en pause, notre équipe concentre ses efforts sur la création d'un site Internet interactif, inclusif et accessible, pensé pour les jeunes proches en santé mentale.

Afin de nourrir ce nouveau site de contenu pertinent et vivant, des capsules vidéo ont été créées en collaboration avec nos agents de sensibilisation, qui y présentent leur rôle et partagent leurs expériences de terrain. Ce contenu vise à démystifier l'intervention, favoriser le sentiment de légitimité chez les jeunes proches et renforcer leur sentiment d'appartenance à la communauté.

Parallèlement, une nouvelle initiative a émergé : la production de capsules explicatives avec un médecin collaborateur dans le but de rendre l'information sur les troubles de santé mentale claire, rassurante et vulgarisée. Cette série contribuera à briser les tabous et à offrir aux jeunes des outils concrets pour mieux comprendre ce qu'ils vivent ou ce que vivent leurs proches.

Cette réorientation numérique est née de constats récurrents formulés sur le terrain : le besoin d'un espace où les jeunes puissent trouver de l'information fiable, dans un langage qui leur ressemble. Le virage vers un site interactif permet également une meilleure pérennité du Projet, une mise à jour plus agile des contenus et une accessibilité multiplateforme, sans dépendre des contraintes techniques des App Store.

Nous sommes présentement en attente de certains contenus qui nous permettra ensuite d'harmoniser le tout avec les actions globales de CAP santé mentale et de faire du site *Aider sans filtre* un carrefour numérique cohérent, chaleureux et utile.

Ce repositionnement vise à offrir un espace évolutif, interactif et soutenant, à l'image des jeunes qu'il veut rejoindre. C'est avec enthousiasme que nous poursuivons ce chantier, convaincus que cette nouvelle approche permettra de mieux répondre aux besoins d'une génération connectée, mais souvent en quête d'un espace où se déposer.

## **Orientation 4. Collaborer au développement des connaissances des diverses réalités des proches**

Afin de contribuer au développement des connaissances sur les proches par de nombreux partenariats de recherche, CAP santé mentale avait, au 31 mars 2025, pas moins de 39 collaborations et ententes avec des équipes de recherche.

Ces partenariats portent notamment sur la proche aidance en santé mentale, les impacts de la judiciarisation et les jeunes proches.

## **2. Les services**

Défi : Répondre aux besoins des proches dans toutes les régions du Québec.

## **Orientation 5. Intervenir en s'appuyant sur des approches éprouvées et efficaces**

### **Projet CASR-MITACS**

Dans une perspective de soutien aux associations membres, CAP santé mentale, en collaboration avec le CÉRRIS et l'UQTR, a poursuivi pour une troisième année le projet de développement d'un programme de formation continue multicomposante.

En 2024-2025, dans le but finaliser le portrait des pratiques d'intervention offertes, des différentes expertises et des défis rencontrés par nos associations membres, deux groupes de discussion ont eu lieu afin de permettre à l'équipe de recherche de présenter leurs résultats préliminaires et valider les résultats de leur analyse. Les intervenantes et intervenants œuvrant en relation d'aide dans une association membre furent invités à participer (incluant les paires-aidantes famille et les pairs-aidants famille).

Le 12 septembre 2024, il y a eu 9 participants de 8 associations membres de 6 régions administratives, permettant de bonifier l'analyse des données du projet, pour faire ressortir des besoins liés à des services spécialisés et des modalités en transfert de connaissances.

Le 30 janvier 2025, il y a eu 13 participants de 9 associations membres de 7 régions administratives, permettant de valider les résultats des analyses portant sur les défis et facteurs facilitant l'intervention. Afin de favoriser la participation, cette rencontre a été offerte dans le cadre de la rencontre mensuelle de la communauté de pratique des intervenantes et intervenants.

Rappelons que l'issue du projet de recherche permettra d'identifier les meilleures approches communautaires auprès des proches en santé mentale et de développer un programme de formation continue pour nos associations membres, adaptée à la complexité des réalités vécues.

### **Cadre de référence jeunesse (UQAR)**

Les travaux se sont poursuivis afin de doter les associations membres d'un cadre de référence pour guider le développement de services aux jeunes proches. Le but de ce cadre de référence est d'assurer la réponse aux divers besoins des jeunes proches et des jeunes proches aidants en santé mentale. Ce cadre vise à guider, harmoniser et encadrer les initiatives pour assurer l'efficacité, la cohérence et la qualité des services offerts aux jeunes proches au sein des associations membres de CAP santé mentale. Le cadre de référence vise à promouvoir le développement et le déploiement de services communautaires fondés sur des données probantes et des approches innovantes. Ce document vise aussi à soutenir les associations membres de CAP santé mentale à développer des services spécifiques aux jeunes proches en santé mentale et à harmoniser les services offerts aux jeunes concernés à travers le Québec. Le cadre de référence se base sur une mixité des savoirs, dont des savoirs scientifiques, expérientiels et pratiques.

## Orientation 6. Offrir des services de base dans toutes les régions

### Pair aideance famille

Au cours de la dernière année, un travail a été amorcé pour documenter et soutenir la Pair aideance famille (PAF) à l'échelle du Québec dans nos associations membres. À travers une cueillette de données menée par questionnaire auprès des associations membres, CAP santé mentale a pu brosser un portrait actuel des pratiques et des réalités vécues sur le terrain.

Les résultats révèlent une forte volonté du réseau de continuer d'intégrer les PAF dans les équipes, mais aussi une série de défis récurrents : des postes souvent financés de façon temporaire, un manque de clarté quant aux rôles et à l'arrimage avec les équipes existantes, des défis de recrutement et un besoin largement exprimé de formation continue, d'outils concrets et d'une reconnaissance plus formelle de cette fonction.

Dans cette foulée, CAP santé mentale a formulé une proposition complète dans le cadre du Plan d'action interministériel en santé mentale (PAISM) 2026–2031, sous l'axe « Proches ». Cette proposition vise à favoriser la reconnaissance de la PAF comme un levier essentiel dans l'accompagnement des proches, en misant sur :

- l'intégration de modèles d'arrimage adaptés aux réalités communautaires ;
- la pérennisation de la ligne d'écoute PAF, animée par des pairs aidants famille ;
- soutenir un programme de mentorat PAF ;
- la formation continue spécialisée pour les PAF ;
- déploiement en milieux sous-desservis ;
- trousseau d'intégration pour les milieux ;
- projet pilote PAF jeunesse ;
- plateforme numérique pour PAF ;
- projet d'évaluation d'impact ;
- création de capsules vidéo ou balados par des PAF ;
- campagne de communication pour visibilité provinciale de la PAF.

Bien qu'une demande de financement pour la ligne PAF soit incluse dans la proposition du prochain PAISM, les enjeux l'entourant sont actuels. La ligne d'écoute PAF représente un vecteur clé de soutien aux proches, tout en servant de tremplin pour les futurs PAF. Or, certaines heures de permanence disparaissent en raison de coupures de financement régional. Dans ce contexte, CAP santé mentale travaille activement à la recherche de solutions transitoires pour éviter une rupture de service et consolider ce qui s'est bâti avec rigueur et engagement au fil des années. Parallèlement, plusieurs pistes de financement complémentaires sont à l'étude, dont des approches auprès de fondations.

Ce travail se poursuit dans une volonté d'assurer à la Pair Aideance Famille une place solide, reconnue et soutenue, au cœur de l'écosystème communautaire. Plus qu'un rôle d'accompagnement, la PAF représente une voie d'humanisation des services, ancrée dans le vécu et riche d'un potentiel transformateur.

### Projet intervenant de crise famille

Une association membre, Carrefour en santé mentale pour les familles et l'entourage, a mis en œuvre un projet visant à soutenir les familles en situation de crise par l'embauche d'un intervenant qui leur est dédié. Ce projet a donné des résultats remarquables, notamment une diminution de plus de 90 % des requêtes de garde faites par les proches et une approche intersectorielle améliorée en situation de crise.

CAP santé mentale a comme objectif d'étendre ce projet par le financement d'intervenants de crise famille dans toutes les régions du Québec. Plusieurs interventions auprès du ministre Lionel Carmant ont été effectuées à cet égard en cours d'année, dont le dépôt du projet.

## Orientation 7. Offrir des services ancrés dans la communauté

### Financement des associations

CAP santé mentale a procédé à une cueillette d'information nationale auprès de ses membres afin de quantifier les sommes plancher requises pour un fonctionnement de base permettant d'offrir des services de proximité aux proches en santé mentale du Québec. Les résultats du sondage permettent de quantifier le manque à gagner des associations et de CAP santé mentale à 30,1 M\$.

## Orientation 8. Contribuer à l'amélioration des services pour les proches

### Partenariats de recherche

CAP santé mentale a conclu des ententes avec des équipes de recherche afin de soutenir l'amélioration des services et des pratiques auprès de proches. Voici un résumé des ententes en vigueur en 2024-2025 :

Chercheur-es	Organismes de recherche	Objectifs
Anne Crocker	Université de Montréal Institut national de psychiatrie légale Philippe-Pinel	Documenter le vécu des proches et identifier les meilleures pratiques dans le cadre de l'action 3.4 du PAISM
Aude Villatte Geneviève Piché	Université du Québec en Outaouais	Documenter les outils disponibles et les approches probantes auprès des jeunes proches aidants en santé mentale
Catherine Briand	Centre d'apprentissage Santé Rétablissement (CASR) Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) Centre d'études sur la réadaptation, le rétablissement et l'insertion sociale (CÉRRIS) Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal (CRIUSMM)	Soutien au développement d'un programme de formation continue multi-composantes pour et par CAP santé mentale
Marc Boily	Université du Québec à Rimouski	Élaborer une programmation pour les services à offrir aux jeunes proches en santé mentale (JPSM) dont les jeunes proches aidants en santé mentale (JPASM) dans les associations membres
Marie-Hélène Morin	Université du Québec à Rimouski	Évaluation des résultats, effets et impacts du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »

## Évaluation des services aux jeunes

Une entente a été conclue avec l'équipe de recherche de l'UQAR de Marie-Hélène Morin afin de réaliser l'évaluation du projet « Aider sans filtre ». Les travaux ont démarré depuis le mois de juin 2024. Il a été convenu dans un premier temps de se concentrer sur le volet 1 du déploiement des services dispensés par les agents et agentes de sensibilisation et de soutien. L'objectif général est de documenter la mise en œuvre du volet 1 (agent(e)s de sensibilisation et de soutien du projet dans les associations membres de CAP santé mentale qui ont déployé les services aux jeunes personnes proches ou proches aidantes).

Les objectifs spécifiques de cette étude sont :

- documenter le processus de mise en œuvre et les composantes des interventions déployés par les agent(e)s de sensibilisation et de soutien ;
- évaluer les effets des services reçus par les jeunes personnes ou proches aidantes (bons coups, opportunités et défis rencontrés) ;
- évaluer les effets du déploiement des agent(e)s de sensibilisation et de soutien (bons coups, opportunités et défis rencontrés) ;
- identifier des pistes d'amélioration et formuler des recommandations en vue de l'évaluation continue du projet « Aider sans filtre » et éclairer les pistes de décisions de l'organisme porteur.

En ce qui concerne l'échantillonnage et les modalités de recrutement :

- un devis mixte (à prédominance qualitative) ;
- les personnes visées par la collecte de données (les directions d'associations, les agent(e)s de sensibilisation et de soutien et les jeunes - 14 à 29 ans).

Afin de soutenir l'équipe de recherche dans cette étude, un comité consultatif composé de l'équipe de recherche, une direction d'association, un(e) agent(e) de sensibilisation et de soutien, un(e) représentant(e) des jeunes et un membre de l'équipe de projet a été constitué. Ce comité a pour mandat de conseiller, de formuler des avis ou de faire des recommandations à l'équipe de recherche, à différentes étapes du projet de recherche, en se réunissant en moyenne trois à quatre fois par année. Cette démarche consultative vise à :

- favoriser la co-construction ;
- reconnaître et considérer l'expertise de chacun et chacune ;
- développer une vision commune (un sens partagé).

De plus, une demande de financement a été déposée par l'équipe de recherche à la Société Inclusive afin d'évaluer un second volet du projet qui vise à requérir le point de vue des jeunes qui ont bénéficié du programme « Aider sans filtre » déployé par les associations de CAP santé mentale en vue d'une adaptation des services de soutien offerts aux jeunes personnes proches ou proches aidantes (JPPA). Les objectifs spécifiques sont les suivants : (1) comprendre les expériences et les besoins des JPPA qui ont reçu des services reçus par le programme « Aider sans filtre », (2) documenter l'appréciation des jeunes et l'impact des services reçus, (3) outiller les agents-es de sensibilisation et de soutien en fonction des recommandations et des besoins des JPPA.

### 3. Les ressources humaines

Défi : Avoir et maintenir des ressources humaines compétentes, autant rémunérées que bénévoles.

#### Orientation 9. Favoriser l'enrichissement des compétences des ressources humaines

##### Formation de formateurs « 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, CAP santé mentale offre gratuitement la formation de formateurs et formatrices *Apaiser et prévenir des situations de crise* aux intervenantes et intervenants des associations membres et aux proches, formant ainsi des dyades aux savoirs cliniques et expérientiels.

Cette formation de 21 h est animée par Suzanne Letarte, une proche, à laquelle s'est jointe à nouveau cette année une coanimatrice, Ginette Godin, paire aidante famille certifiée de l'AQRP, de même qu'une collaboratrice, Cynthia Labonté, intervenante au Cercle Polaire. Afin de faciliter la participation de toutes les régions administratives, la formation est offerte en visioconférence.

À l'automne 2024, il y a eu une cohorte permettant de former 13 personnes habilitées à offrir cette formation aux familles de leur territoire, provenant de 9 associations membres et 7 régions administratives. 6 personnes ont répondu au sondage d'évaluation pour un taux d'appréciation de 100% *très satisfaits* ou *satisfaits* concernant la journée et les documents de la formation. Les répondants ont également exprimé un haut taux de satisfaction (83 %) concernant la plage horaire et la formule de coanimation. Certains répondants ont signifié des améliorations souhaitables concernant les exercices pratiques et les exemples, l'animation, les échanges et la durée de la formation. Les répondants ont exprimé un haut taux de satisfaction (83 %) pour la formation dans son ensemble.

De plus, 83% des répondants estiment avoir acquis les compétences nécessaires pour donner la formation *Apaiser et prévenir des situations de crise* aux proches de leur organisme.

Une communauté de pratique dédiée exclusivement aux formateurs et formatrices a eu l'occasion de partager ensemble leurs meilleures pratiques à l'heure du dîner (durée 1 h 30) les 19 avril 2024 (12 participants), 3 octobre 2024 (10 participants) et 14 février 2025 (11 participants). Les participantes et participants présents ont exprimé verbalement encore cette année leur satisfaction de la tenue de ces rencontres ponctuelles.

Actuellement, il y a 97 formateurs et formatrices d'*Apaiser et prévenir des situations de crise*, provenant de 32 associations membres de 14 régions administratives.

##### Formation de formateurs et formatrices du programme RECAPS

Dans une perspective de soutien à la formation et à l'amélioration des pratiques adaptées aux besoins de plus en plus complexes des familles, CAP santé mentale offre la formation de formateurs et formatrices du programme RECAPS pour les proches de personne ayant un trouble psychotique et un trouble d'utilisation de substance (PTP-TUS). Cette formation est offerte gratuitement aux intervenantes et intervenants des associations membres et aux proches, permettant de former des dyades aux savoirs cliniques et expérientiels.

Cette formation de 15 h est animée par la cocréatrice du programme, Karine Gaudreault, Ph.D., chercheure, professeure adjointe au service de dépendance à la Faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke, récipiendaire d'une distinction honorifique

pour la qualité de son enseignement octroyée par les étudiants et étudiantes, décernée par l'Université de Sherbrooke (2024). Un projet de recherche associé permettra ultérieurement de décrire les facilitateurs et barrières liées à l'implantation du programme dans nos associations, de mesurer l'efficacité du programme chez les proches et de décrire leurs vécus. Afin de faciliter la participation de toutes les régions administratives, la formation est offerte en visioconférence.

Déjà le 19 septembre 2024, une formation brève (2 h 30) de sensibilisation au programme a été offerte à 14 participantes et participants, de 13 associations membres et 9 régions administratives. 5 personnes ont répondu au sondage d'évaluation, pour un taux d'appréciation de 100 % *très satisfait* ou *satisfait* de la formation dans son ensemble.

À l'automne 2024, une troisième cohorte a permis de former 12 formateurs et formatrices. 10 personnes ont répondu au sondage d'évaluation pour un taux d'appréciation de 100% *très satisfait* ou *satisfait* concernant la durée de la formation (3 semaines), la journée et la plage horaire, les documents de la formation, les exercices pratiques et les exemples, l'animation, les échanges et la formation dans son ensemble.

De plus, 100% des répondants estiment avoir acquis les compétences nécessaires pour donner le programme RECAPS aux proches de leur organisme.

Une communauté de pratique dédiée exclusivement aux formateurs et formatrices du programme RECAPS permet de soutenir assidûment son implantation dans les associations, comme de poursuivre la coconstruction du programme selon les besoins des proches. Les rencontres mensuelles se sont poursuivies encore cette année : soit le 29 avril, 27 mai, 30 septembre, 28 octobre et 25 novembre 2024, de même que le 27 janvier, 24 février et 31 mars 2025.

Actuellement, il y a 48 formateurs et formatrices habilités à offrir le programme RECAPS aux familles de leur territoire, provenant de 25 associations membres de 11 régions administratives.

### **Formation brève « Mieux comprendre la réalité des personnes qui entendent des voix »**

Dans une perspective de soutien à la formation et à l'amélioration des services adaptés aux besoins spécifiques des familles, CAP santé mentale offre à nouveau gratuitement la formation *Mieux comprendre la réalité des personnes qui entendent des voix*, aux intervenantes et intervenants des associations membres et aux proches.

Cette formation de 3h est animée par Myreille St-Onge, Ph.D., psychologue, professeure associée à l'École de travail social et de criminologie de l'Université Laval à Québec et par Serge Tracy, M.Ps., auteur, conférencier, formateur et entendeur de voix. Afin de faciliter la participation de toutes les régions administratives, la formation est offerte en visioconférence.

Une formation a eu lieu le 16 mai 2024. Il y a eu 22 personnes formées pour mieux intervenir auprès des proches de personnes qui entendent des voix, provenant de 13 associations membres de 8 régions administratives. 12 personnes ont répondu au sondage d'évaluation, pour un taux d'appréciation de 100 % *très satisfait* ou *satisfait* de la formation dans son ensemble. 68 % souhaitaient une suite à cette formation.

Un second volet de cette formation a donc eu lieu le 5 décembre 2024 pour explorer plus en profondeur les causes et fonctions des voix, de même que découvrir de nouveaux outils. Il n'était pas nécessaire d'avoir suivi la première formation comme prérequis. Il y a eu 30 personnes formées pour cette cohorte, provenant de 18 associations membres de 12 régions administratives. 12 personnes ont répondu au sondage d'évaluation, pour un taux d'appréciation de 83% *très satisfait* ou *satisfait* de la formation dans son ensemble.

### **Formation « Miser sur les forces : appliquer le modèle dans sa pratique de travail social »**

Dans une perspective de soutien à la formation et à l'amélioration des compétences des intervenantes et intervenants des associations membres pour développer des approches axées sur le rétablissement individuel et familial, CAP santé mentale offre une formation en collaboration avec l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP) et l'École de travail social et de criminologie de l'Université Laval : *Miser sur les forces : appliquer le modèle dans sa pratique de travail social*.

Cette formation de 7 h est animée par Myreille St-Onge, Ph.D., psychologue, professeure associée à l'École de travail social et de criminologie de l'Université Laval à Québec, accompagnée de deux collègues, Andréanne Ledoux-Bérubé, TS, M.S.S., conseillère cadre en travail social au CIUSSS de la Capitale-Nationale et Marie-Ève Côté, BAC en enseignement et paire aidante certifiée de l'AQRP. Dans le dessein de faciliter la mise en application des stratégies et des outils au sein des associations, cette formation est disponible à une équipe de travail (direction générale, coordination clinique, intervention, paire aidance famille). Des coûts de 50\$ par personne sont perçus pour couvrir certains frais afférents. Afin de faciliter la participation de toutes les régions administratives, la formation est offerte en visioconférence.

La formation a eu lieu le 24 octobre 2024. Actuellement, il y a 22 personnes formées pour appliquer le modèle des forces auprès des proches, provenant de 12 associations membres de 9 régions administratives. Une évaluation détaillée a été envoyée par l'équipe de formatrices à laquelle 15 personnes ont répondu. Globalement, les répondants estiment que les objectifs ont été atteints à un niveau *excellent* pour 47 % et *bien* pour 27 %. De plus, 80 % recommanderaient la formation à des collègues.

### **Formations externes du Centre d'apprentissage Santé et Rétablissement**

Dans le cadre d'un partenariat avec le Centre d'apprentissage Santé et Rétablissement (CASR), CAP santé mentale diffuse aux associations membres des formations subventionnées gratuites pour toute la population, dont les sujets portent sur la santé mentale, le mieux-être et le rétablissement.

En 2024-2025, il y a eu 48 formations offertes au cours des quatre sessions (avril, juin, novembre et février). Un maximum de trois places de formation est réservé pour chaque partenaire. Au total, il y a eu 34 places occupées par nos associations membres en avril et juin. Depuis la session de novembre 2024, un nouveau portail de gestion numérique (du Service de formation continue et formation hors campus de l'UQTR), facilite les inscriptions via la création d'un compte utilisateur. Toutefois, il n'y a plus de période de préinscription pour les partenaires avant l'ouverture des inscriptions au grand public et cela ne permet plus pour l'instant de connaître le nombre de participants issus de nos associations membres. En 2024-2025, le taux de satisfaction globale de l'ensemble des apprenants du CASR est de 95 %.

Rappelons que depuis le tout début de notre collaboration avec le CASR pour offrir des formations de type Recovery College, incluant l'initiative du premier projet pilote à l'automne 2020 par le Centre d'étude sur la réadaptation, le rétablissement et l'insertion sociale (CÉRRIS) et du second volet du projet pilote au printemps 2021, ce sont plus de 352 places de formation qui ont été occupées par nos associations membres (2020 à juin 2024).

En tant que partenaire, CAP santé mentale participe également au Comité de pilotage initié par le CASR, permettant des échanges réflexifs entre les partenaires multisectoriels (MSSS, CIUSSS, organismes communautaires, institution d'enseignement, etc.), soutenant les activités du CASR pour l'amélioration continue des formations. Rappelons que CAP santé mentale a participé au codéveloppement de la formation « Comprenons ensemble les réalités et les rôles des proches » et à sa récente mise à jour à l'hiver 2025.

### Activités midis « À la rencontre des savoirs »

Ce service d'information de CAP santé mentale s'est poursuivi pour une sixième année consécutive, soutenant les associations membres dans l'amélioration continue de leurs services. Voici les titres des 5 présentations offertes virtuellement en 2024-2025, sous forme de rencontres conviviales (incluant audio et vidéo) :

- 17 avril 2024  
Pour une vie associative saine et dynamique !  
Panéliste : Nancy Gagnon, formatrice et consultante
- 5 juin 2024  
Présentation d'un jeu de cartes réflexif pour 12+ ans  
Panélistes : Victoria Parmentier, responsable des programmes de formation, chargée de projets jeunesse et Audrey-Anne Frenette, art-thérapeute et responsable du programme jeunesse, L'Apogée
- 11 septembre 2024  
Dossiers stratégiques de CAP santé mentale et *Guide de bonnes pratiques*  
Panélistes : René Cloutier, directeur général, CAP santé mentale  
Dominique Houde, CIUSSS de la Capitale-Nationale, Dominique Stibre et Geneviève Lessard, MSSS
- 2 octobre 2024  
Les rôles et responsabilités du conseil d'administration et de la direction  
Panéliste : Nancy Gagnon, consultante et formatrice
- 20 novembre 2024  
Bilan du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »  
Panélistes : Maude Lupien-Montesinos et Seynabou Touré, Chargées de projet, CAP santé mentale

Une présentation a été coordonnée par un organisme partenaire et offerte en collaboration :

- 12 mars 2025  
Services pour les proches de personnes aux prises avec un trouble de santé mentale et de dépendance  
Panélistes : René Cloutier, directeur général, CAP Santé mentale  
Zeineb Sellami et Bianka Parent, intervenantes en dépendance, Drogue : aide et référence

La majorité des présentations ont été offertes en direct et seulement une présentation a été enregistrée, qui est disponible dans la section extranet de CAP santé mentale. Les documents de présentation sont transmis aux personnes inscrites et demeurent disponibles sur demande.

Un calendrier des activités est diffusé chaque saison et ponctuellement mis à jour. On y retrouve également des suggestions d'activités, événements, formations externes, références ou publications autour de la santé mentale et concernant des enjeux sociaux actuels. Il est diffusé dans l'infolettre « CAP santé mentale vous informe ! ».

Un rapport synthèse des activités midis est rédigé annuellement et demeure disponible pour les associations membres. Il inclut les résultats des évaluations de satisfaction.

### Orientation 10. Encourager le bénévolat et l'entraide

Le bénévolat et l'entraide constituent l'essence du milieu communautaire. CAP santé mentale promeut l'implication bénévole sous toutes ses formes (comme l'implication au conseil d'administration), ainsi que l'entraide dont notamment la pair-aidance famille.

## 4. Le rayonnement

Défi : Maintenir et développer notre crédibilité et la reconnaissance de notre expertise spécifique.

### Orientation 11. Utiliser les tribunes disponibles pour sensibiliser

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 proches, ainsi qu'à faire connaître CAP santé mentale et les services de ses associations membres. On souhaite contribuer notamment à la sensibilisation de la maladie mentale sans filtre et sans tabou.

#### Campagne de sensibilisation

Dans un esprit de continuité avec les campagnes précédentes, la campagne de sensibilisation 2024 visait à éveiller les proches à leurs propres besoins, à les outiller pour favoriser leur mieux-être et à faciliter l'accès aux ressources grâce à notre nouvel outil d'autogestion en ligne.

Inspirée par l'outil d'autogestion CAP Mieux-Être, la Campagne adoptait une approche multicible, reflétant le fait que la santé mentale concerne tout le monde – quel que soit l'âge, le lien de proximité ou le trouble de santé mentale concerné.

Le lancement de CAP Mieux-Être, fruit de deux années de travail, a été au cœur de cette campagne. Cet outil d'autogestion novateur pour les proches en santé mentale s'est imposé comme la pièce maîtresse de notre stratégie 2024.

Nos associations membres ont été mises à l'honneur avec l'initiative « Les rayons de réconfort », permettant à chacune d'elles de partager un mot porteur de sens lié au mieux-être mental et d'exprimer sa personnalité régionale. Résultat : plus de 40 000 vues sur Facebook pour l'ensemble des publications.

Pour souligner la 30<sup>e</sup> édition de notre campagne, nous avons organisé un concours sur les réseaux sociaux qui a rejoint plus de 3 000 personnes sur Facebook, Instagram et TikTok. Plusieurs nouveaux membres ont ainsi rejoint notre communauté.

La Campagne a aussi proposé deux webinaires ouverts à tous. Le 10 octobre, une journée de sensibilisation jeunesse a été animée sur nos plateformes, portée par notre porte-parole jeunesse Livia Martin. Sa mobilisation a généré plus de 119 000 vues sur Instagram. Une vidéo de L'Ancre, conçue pour encourager les jeunes à demander de l'aide, a aussi été largement relayée.

#### Un succès collectif

La force de CAP santé mentale, c'est la mobilisation de ses 53 associations membres à travers tout le Québec. Cette année, 22 d'entre elles ont contribué activement à la Campagne, démontrant l'importance de notre réseau dans le rayonnement de notre message.

Associations participantes :

- Amis de la santé mentale
- APPAMM-Drummond
- APPAMM-Estrie (Espace Allié)
- Arborescence
- Association Le PAS
- Centre Nelligan
- Entourage santé mentale
- La Boussole
- La Lueur
- La Lueur du Phare de Lanaudière
- La Marée
- La Passerelle
- La Rescousse
- Le Cercle Polaire
- Le Contrevent
- Le Gyroscope

- Le Périscope
- Le Sillon
- Le Vaisseau d'Or
- L'Ancre
- L'Ancrage
- SantéFamille

### Activités médiatiques

CAP santé mentale a contribué à la promotion et au rayonnement des associations membres par les activités médiatiques suivantes :

Octobre 2024

- Lancement de CAP Mieux-Être et Campagne de sensibilisation : trois communiqués de presse ont été diffusés, un pour le lancement de l'outil qui a profité d'une reprise et un pour le lancement de la campagne. Mis en commun, ils ont été consultés à 1 423 reprises.

9 octobre 2024

- Entrevue de Jean-Philippe Dion, porte-parole de CAP santé mentale avec Ève-Marie Lortie durant l'émission Salut Bonjour sur les ondes de TVA.
- Entrevue de Jean-Philippe Dion - 7 jours « Une application utile pour aider son prochain ». Des mentions ont également été partagées dans les éditions du 17 octobre des magazines 7 Jours, La Semaine et Echos Vedettes, et dans l'édition du 24 octobre de TV-Hebdo.
- Entrevue de Jean-Philippe Dion - Le Québec Maintenant, 98,5 FM

10 octobre

- Entrevue avec Jean-Philippe Dion - le Journal de Montréal « Santé mentale : « Si je n'avais pas été sensibilisé, peut-être que je serais rentré dans un mur ».
- Promotion de CAP Mieux-Être - Cahier spécial santé mentale du Canada français grâce à l'un de nos membres, Entourage santé mentale.

17 octobre 2024

- Entrevue de Jean-Philippe Dion avec Sophie Durocher à Qub Radio « Santé mentale : Jean-Philippe Dion interpelle le ministre de la Santé ! » et TVA +

27 novembre 2024

- L'Appui pour les proches aidants | CAP Mieux-Être : une application pour briser l'isolement des proches aidants en santé mentale dans La Presse+ et lapresse.ca, générant plus de 1 000 000 d'impressions.

13 au 17 janvier 2025

- Participation de Jean-Philippe Dion à l'émission Le Tricheur. 2 125\$ récolté en don pour notre organisme.

### Autres activités majeures de sensibilisation ou de promotion

Tout au long de l'année, différentes stratégies sont élaborées dans le but d'obtenir de la visibilité et de promouvoir CAP santé mentale et les services de nos associations membres.

Au-delà de nos différentes publications visant la promotion des semaines thématiques, nous avons pu profiter de très belles opportunités pour faire rayonner la cause des proches en santé mentale.

24 mai 2024 - Premier WEB-O-THON pour la santé mentale au profit de cinq organisations, dont CAP santé mentale.

Cette activité novatrice a été initiée par Jean-François Lacasse (MAYDAY M'AIDER) était accompagné par Manon Paquette, Jean-Sébastien Boudreault et Nathan Fortin pour 18 heures de programmation en direct sur les réseaux sociaux. Plus de 15 775\$ ont été amassés pour cette première édition. Au-delà de ce montant récolté, cet événement novateur a permis de faire rayonner la cause de la santé mentale, y compris le vécu des proches.

20 août 2024 - Enregistrement d'une présentation de CAP Mieux-Être pour le cours Interventions numériques en santé mentale - Cycles supérieurs (Diffusion à partir d'octobre 2024) - Université de Montréal

12 novembre 2024 - Présentation du modèle CAP

Présentation du modèle CAP lors de la Formation pair-aidant famille organisée par l'Association québécoise pour la réadaptation psychosociale.

28 novembre 2024 - Conférence-Midi du Centre Axel (Institut universitaire en santé mentale de Montréal) - Présentation de CAP Mieux-Être à leurs réseaux de chercheurs.

18 Mars 2025 - Journées de la Schizophrénie

Dans le cadre des Journées de la Schizophrénie, un webinaire a été présenté soit CAP Mieux-Être, notre nouvel outil d'autogestion en ligne pour les proches.

### Colloques & kiosques d'information

En 2024-2025, CAP santé mentale a participé aux colloques suivants :

- 22 novembre 2025 - Journée annuelle en santé mentale numérique - Présentation de CAP Mieux-Être
- L'Appui 25 et 26 mars 2024 - Présentation de CAP Mieux-Être

**CAP vers mon mieux-être**

**Note à moi-même...**

- Je développe mes connaissances sur le trouble mental
- Je me familiarise avec les ressources en santé mentale
- Je m'autorise à mettre mes limites
- J'apprends à mieux communiquer mes besoins
- Je construis mon réseau de soutien
- Je développe mon plan de match sur [capmieuxetre.ca](http://capmieuxetre.ca)
- Je demande de l'aide à mon association locale

**1 855 272-7837**

**J'accompagne une personne vivant avec un trouble de santé mentale et j'apprends à prendre soin de moi...**

**cap**  
santé mentale  
[capsantementale.ca](http://capsantementale.ca)

**Découvrez cap Mieux-Être**  
un outil d'autogestion pour les proches en santé mentale

- Basé sur le vécu expérientiel des proches
- Élaboré en collaboration avec des experts en santé mentale
- Respectueux de la vie privée
- Accessible aux proches de tout âge
- Complémentaire aux services pour les proches au Québec

**capmieuxetre.ca**

Une initiative de **cap** santé mentale  
Développé grâce à la contribution financière de **Appui** proches aidants



## Formation Campagne de sensibilisation

En prévision de la campagne de sensibilisation automnale, une séance d'information/formation a été organisée via la plateforme Zoom. Celui-ci visait à présenter en avant-première la programmation de la semaine de sensibilisation. L'objectif était de favoriser une compréhension commune des initiatives de la campagne 2024 et de susciter une mobilisation à l'échelle provinciale.

## Orientation 12. Assurer un rôle de chef de file concernant les proches en santé mentale

### Congrès 2024

En octobre dernier se tenait le 25e congrès de CAP santé mentale sous le thème « Ouvrons le dialogue pour créer un avenir meilleur », le tout premier Congrès intersectoriel sur les proches en santé mentale. Plus de 350 proches et experts en santé mentale étaient présents pour briser les tabous. Ce fut un grand rassemblement rempli de moments enrichissants, de retrouvailles et de solidarité.

Ces deux jours ont été fertiles en témoignages touchants, en partage d'expertises, en visions inspirantes ainsi que par la présence de Lionel Carmant, député de Taillon à l'Assemblée nationale et ministre responsable des Services sociaux.

Cet événement ouvert sur le dialogue intersectoriel a contribué à forger un avenir meilleur pour les proches en santé mentale.

### REMERCIEMENTS AUX ORGANISATIONS PARTENAIRES DU CONGRÈS

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à Johnson & Johnson, partenaire du jeu Dialogue, et à l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ). Plusieurs partenaires ont également tenu un kiosque et ont ainsi enrichi notre événement en partageant leurs outils et services avec les participants. Merci à :

- Agence du revenu du Canada
- AQRP - Association québécoise pour la réadaptation psychosociale
- L'Appui pour les proches aidants
- Association des centres d'écoute téléphonique du Québec
- Arborescence
- CIUSSS de la Capitale-Nationale
- CHSSN - Community Health and Social Services Network
- Concilivi - Expertise famille-travail

- Curateur public du Québec
- Observatoire québécois de la proche aidance
- Proche aidance Québec
- Viatris
- Association Vox Québec
- CIRUSSS / UQAR - Université du Québec à Rimouski
- Communauté de pratique PAF
- Espace Allié
- CÉGEP Drummondville / Santé mentale / Psychiatrie
- Centre d'apprentissage Santé et Rétablissement - Recovery College Québec
- Centre de recherche - Institut universitaire en santé mentale de Montréal
- Fondation Douglas - Douglas Foundation
- Laboratoire de recherche en neurophotonique et psychiatrie
- Reflex-Aidance

Leur soutien a permis de faire de ce congrès un moment fort pour tous ceux qui se mobilisent pour les proches en santé mentale.

### **Orientation 13. Créer et renforcer les alliances**

Au cours de l'année, CAP santé mentale a fait de nombreuses démarches pour établir, renforcer et formaliser des partenariats dans les secteurs gouvernemental (public et parapublic), communautaire, professionnel, universitaire et de la 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 partenaire capital de CAP santé mentale, tant pour le volet de la santé mentale que pour la proche aidance. Ce partenariat s'est traduit par le financement et la poursuite de projets majeurs :

- La poursuite du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes » (7,5 M\$ sur 5 ans). Le projet est réalisé par l'embauche de plus de 50 jeunes agents de sensibilisation et de soutien dans nos associations membres. Il inclut aussi un volet développement des approches et outils pour sensibiliser et soutenir les jeunes qui côtoient une personne ayant un problème de santé mentale.
- La poursuite du projet sur les « Alternatives aux requêtes de garde » (650 000\$ sur 5 ans). Le projet vise à réduire les recours aux requêtes de garde faites par les familles.

L'approche de partenariat s'est aussi actualisée par diverses activités :

- Échanges avec le ministre Carmant et son cabinet sur divers dossiers, dont le Plan d'action interministériel en santé mentale, la loi P-38 et les projets : « Aider sans filtre » « Alternatives à la P-38 », « intervenants de crise famille ».
- Participation aux comités et consultations du MSSS :
  - sur le Plan d'action interministériel en santé mentale :
    - action 7.7.2 (partenariat CISSS/CIUSSS et organismes communautaires)
    - axe 6 (services à domicile et dans la communauté)
    - action 5.6 (hiérarchisation des services en psychiatrie légale)

- sur la proche aidance :
  - o Comité des partenaires sur la proche aidance, créé par la Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes, représenté par Sylvie Maréchal
  - o Observatoire québécois sur la proche aidance
- autres dossiers :
  - o Santé publique
  - o cadre RI-RTF
  - o services à domicile

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

### **Organismes publics**

CAP santé mentale entretient des relations de partenariat avec différents organismes publics :

- Curateur public : collaboration à l'implantation de la Loi visant la protection des personnes vulnérables et la mesure d'assistance
- Association paritaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur affaires sociales : entente pour la formation « Apaiser et prévenir des situations de crise »
- Ministère de l'Enseignement supérieur, Initiative sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur : collaboration dans le cadre du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- Aires ouvertes : collaboration dans le cadre du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- CIUSSS de la Capitale-Nationale : comité d'implantation du Guide de bonnes pratiques, webinaires
- Institut québécois de la réforme du droit et de la justice (IQRDJ) : dépôt d'un mémoire, journée de consultation
- INESSS : comité d'évaluation du plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes, comité consultatif sur les troubles anxieux
- Coroner : témoignages à des enquêtes à titre d'expert

### **Organismes communautaires et à but non lucratif**

CAP santé mentale entretient des collaborations avec plusieurs organismes communautaires nationaux dans les domaines de la santé mentale, de la proche aidance et de la famille :

- L'Appui pour les proches aidants :
  - L'Appui a accordé 1,7 M\$ sur quatre ans pour permettre la réalisation du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes ».
  - L'Appui a accordé 300 000\$ pour le développement d'un service novateur d'auto-gestion en ligne pour les proches aidants en santé mentale - le projet sera réalisé en 2024.
  - L'Appui est membre du comité des partenaires du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes ».
- Regroupement d'organismes communautaires nationaux en santé mentale : participation à la coalition constituée par les 15 organismes nationaux
- Confédération des organismes familiaux du Québec (COFAQ) : membre du conseil d'administration de la COFAQ
- Réseau pour un Québec famille : comité de pilotage, présentation webinaire le 17 mai, comité Conciliation proche aidance - famille

- Observatoire Famille Immigration de l'Alliance des communautés culturelles pour l'égalité dans la santé et les services sociaux
  - Collaboration au projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- Association québécoise pour la réadaptation psychosociale (AQRP) :
  - Participation au comité national sur les pairs aidants famille
  - Participation au Groupe provincial sur la stigmatisation et la discrimination en santé mentale
  - Participation au comité scientifique du congrès de l'AQRP
  - L'AQRP est membre du comité des partenaires du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- Proche aide Québec : Proche aide Québec est membre du comité des partenaires du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB)
- Mouvement Santé mentale Québec (MSMQ) : MSMQ est membre du comité des partenaires du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- Community Health and Social Services Network (CHSSN)
  - Le CHSSN a financé la traduction en anglais de plusieurs outils et de la formation « Apaiser et prévenir des situations de crise »
- Fondation Jeunes en Tête (FJeT) : la FJeT est membre du comité des partenaires du projet « Aider sans filtre, pour et avec les jeunes »
- Croisière des Alysés : collaboration à un projet incluant les parents de jeunes avec un trouble alimentaire.

### **Associations professionnelles**

CAP santé mentale entretient des collaborations avec des associations professionnelles impliquées en santé mentale.

- Association des médecins psychiatres du Québec (AMPQ) : cosignature d'une lettre ouverte
- Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec (FFMSQ) : la FFMSQ finance le développement du projet « Je suis vigie » (150 000\$)
- Association québécoise des infirmières et infirmiers en santé mentale (AQIISM)

### **Organisations internationales**

CAP santé mentale entretient des relations et des collaborations avec différentes organisations afin de faire rayonner son expertise hors Québec.

- Positive Minders
  - Pour la sixième année consécutive, nous avons renforcé notre partenariat avec cette association qui coordonne les Journées de la schizophrénie au niveau international. Cette année, notre engagement s'est manifesté à travers une initiative virtuelle : la présentation de CAP Mieux-Être, notre nouvel outil d'autogestion pour les proches en santé mentale.
  - L'impact des Journées de la schizophrénie dépasse largement les frontières des réseaux sociaux pour toucher également les médias internationaux et québécois. Des dizaines de médias ont couvert cet événement, que ce soit au Québec, en France, en Suisse, en Belgique ou dans d'autres pays francophones d'Afrique. En parallèle à cette semaine thématique, nous avons également collaboré à l'identification de partenaires potentiels sur divers sujets pour les entrevues médiatiques.

- 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.
- Association francophone de psychoéducation Profamille
  - Nous entretenons des liens de collaboration avec ProFamille depuis 2021.
- Association PromesseS (une association de proches de personnes atteintes de troubles schizophréniques en France)
  - Nous entretenons des liens de collaboration avec eux depuis octobre 2022.

### Milieus de l'enseignement et 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 proches en santé mentale. En 2024-2025, CAP santé mentale comptait 39 partenariats de recherche, dont 5 ententes, avec des équipes de recherche des différentes universités du Québec, portant sur les thèmes suivants :

Thèmes	Nombre	Collaborations	Ententes
Proche aidance SM	16	16	
Justice	6	5	1
Jeunes proches	5	2	3
Interventions	5	4	1
Santé mentale	7	7	
TOTAL	39	34	5

### Compagnies pharmaceutiques

- AbbVie
  - Financement en soutien à la campagne de sensibilisation.
- Otsuka/Lundbeck
  - Financement en soutien à la campagne de sensibilisation.
- Johnson & Johnson
  - Financement en soutien à la campagne de sensibilisation.

### Organismes privés

- LIXI Logiciels
  - Entente pour l'implantation du logiciel de gestion dans les associations membres et le développement d'une plateforme collaborative pour les jeunes agent(e)s de sensibilisation et de soutien.

### Affiliations

CAP santé mentale est membre des organisations suivantes :

- Table des regroupements provinciaux d'organismes communautaires et bénévoles
- Réseau québécois de l'action communautaire autonome
- Confédération des organismes familiaux du Québec
- Réseau pour un Québec famille

Catégorie | Or



Catégorie | Argent



Catégorie | Bronze



Donateurs corporatifs



Partenaires corporatifs



Merci à tous nos partenaires et donateurs pour leur soutien!

## Orientation 14. Assurer une saine gouvernance et la qualité des services

### Soutien-conseil aux associations

Une des fonctions importantes de CAP santé mentale 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.

### Certification des membres

La certification est un service offert gratuitement aux associations de CAP santé mentale, inscrite dans le *Positionnement collectif* adopté lors de l'assemblée générale des membres le 15 juin 2023. Basée sur le *Cadre normatif des associations membres* de notre regroupement 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 de CAP santé mentale atteste de cette reconnaissance auprès de la population, des décideurs et des partenaires communautaires et institutionnels.

Le comité de certification est actuellement composé de trois évaluateurs et évaluatrices externes : Linda Manzo, administratrice au conseil d'administration de CAP santé mentale et proche, Jean-Paul Huard, directeur d'une association membre certifiée et Michel Gilbert, retraité ayant œuvré comme directeur du Centre national d'excellence en santé mentale (CNESM). Au cours de l'année 2024-2025, deux associations ont bénéficié d'un renouvellement de leur certification.

D'autres associations bénéficient d'un soutien de CAP santé mentale dans la progression de leur dossier de certification. Actuellement, une association a finalisé leur démarche, six associations ont amorcé le renouvellement de leur certification et quatre associations amorcent une toute première certification. Au total, douze associations ont une demande officielle de certification résolue par leur conseil d'administration.

L'état de situation de la certification étant spécifique à chaque association, une lettre personnalisée est acheminée chaque année à toutes les associations, soit dans le premier ou le dernier trimestre de l'année financière. Selon les cas, la missive félicite les associations certifiées pour la constance de leur engagement, encourage les associations en cours de renouvellement à compléter les dernières étapes vers leur certification, rappelle aux associations concernées l'importance d'entreprendre leur démarche pour renouveler leur certification ou encourage les associations non certifiées à bénéficier de cette reconnaissance distinctive dans le milieu communautaire en santé mentale.

Par conséquent, plusieurs associations ont signifié encore cette année leur intention de prioriser la certification lors de leur prochaine planification stratégique. La certification demeure un service très apprécié de nos associations membres. CAP santé mentale met donc tout en œuvre pour en accélérer la réalisation, tout en assurant la rigueur du processus et le respect du rythme de chaque association.