

La Lanterne

Soutien aux familles et amis de la personne atteinte de troubles majeurs de santé mentale

Rapport annuel
2023-2024

Table des matières

PRÉSENTATION DE *La Lanterne*

Mot de la présidente Page 3

Mot de la directrice générale Page 4

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2023-2024

Territoires desservis, Aperçu des services offerts Page 6

Problématiques reconnues, Coordonnées

La mission et les objectifs, La philosophie d'intervention, *La Lanterne* est membre de

MEMBRES DE *La Lanterne*

Présentation du 31^e conseil d'administration et leurs réunions Page 9

SERVICES DE PROXIMITÉ MRC DES CHENAUX / MESURE 38

Mesure 38 (comptabilité) Page 10

Interventions psychosociales Page 11

Représentations / Collaborations Page 12

Atelier: Parlons maladie mentale Page 15

Réseau de distribution Page 16

Dossier de presse Page 17

Les outils développés par *La Lanterne* Page 19

Formations pour le personnel Page 20

Membership Page 21

Représentations graphiques Page 23

Composition des membres, Le lien existant avec leur proche atteint

Problématiques reconnues, Catégories d'âge des membres, Suivi médical du proche

Appréciation des services 2023-2024 Page 28

Bénévolat Page 33

Autres sources de financement, Don, CanaDon Page 34

Site Web, Réseaux sociaux, Statistiques, Programme Oasis Page 35

SERVICES DE BASE *La Lanterne*

Interventions psychosociales, Volet Enfance / Jeunesse Page 36

Programme d'informations Page 37

Capsules vidéos d'informations Page 38

Groupes de soutien Page 39

Table des matières *(suite)*

Mot des intervenantes	Page 41
Activités d'informations / Activités de sensibilisation	Page 42
Représentations / Collaborations	Page 44
Activités de ressourcement	Page 45
Service Répit / Dépannage	Page 49
RÉSEAU DE DISTRIBUTION	Page 50
BAILLEURS DE FONDS / FIERs PARTENAIRES / PRIORITÉ D'ACTION 2024-2025	Page 51
PRÉVISIONS BUDGÉTAIRES 2024-2025	Page 52
DOSSIER DE PRESSE	Page 53
CONCLUSION	Page 57
Annexes	
Google Analytics	1 ^{er} avril 2023 au 31 mars 2024
Facebook	1 ^{er} avril 2023 au 31 mars 2024
Instagram	13 juin 2023 au 31 mars 2024

Mot de la présidente

Bonjour chers membres,

Encore une autre belle année qui se termine avec la réussite de beaux projets....

Je m'appelle Lucie Plante, je suis membre de l'entourage car j'ai un fils qui vit avec un trouble de personnalité limite antisocial.

Je suis présidente du conseil d'administration depuis deux ans et demi. Souvent, je me rappelle les premiers instants lors de mon entrée à *La Lanterne* en 2008.... Ouf quel changement. Je ne remercierai jamais assez pour l'aide que cet organisme m'a apporté.

J'encourage les nouvelles familles à participer aux activités et aux rencontres de groupe de soutien.

Je sais pertinemment que c'est difficile au début, vous allez vous rendre compte que plusieurs familles sont comme vous, qu'elles se croyaient seules mais, soyez assurées que ce n'est pas le cas.

Les cours de danse, les ateliers d'art thérapie, les groupes de soutien, les activités de ressourcement, sont pour vous. Ne vous gênez pas d'émettre vos suggestions dans la boîte au bureau prévue à cet effet. Elles sont les bienvenues.

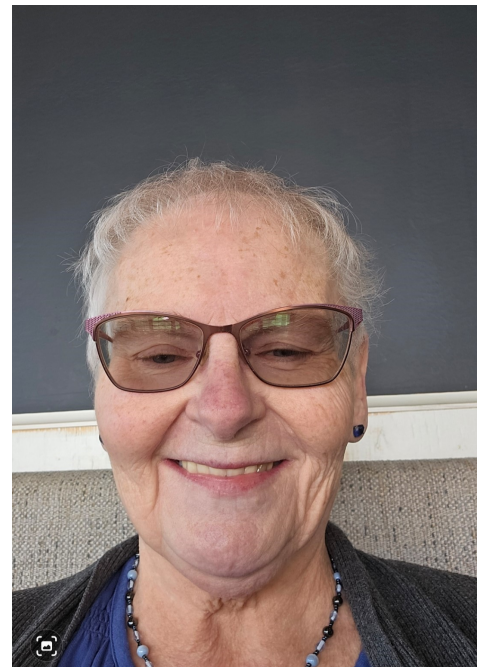
Je profite de l'occasion pour remercier toutes les administratrices pour le temps qu'elles donnent à chaque rencontre du conseil d'administration et pour leurs participations assidûes.

J'aimerais aussi remercier tout le personnel pour son dévouement, son écoute attentive, leur patience et leur créativité à nous concocter de nouvelles activités.

Je suis fière d'être membre de *La Lanterne*.

À bientôt!

Votre présidente, *Lucie Plante*



Mot de la directrice générale

Les années passent, mais ne se ressemblent pas toutes. Bien sûr, les troubles de santé mentale demeurent bien présents, les besoins des personnes qui les accompagnent également, cependant les moyens d'y répondre eux, ont certes beaucoup changé.

Une clientèle plus âgée moins disposée à se déplacer, des jeunes parents, souvent dépassés par les responsabilités familiales et professionnelles aux prises avec des enjeux socio-économiques importants. Des jeunes adolescents modelés par les nouvelles technologies dont la détresse se cache trop souvent derrière un écran. Comment briser l'isolement de toutes ces personnes qui font face à la maladie mentale d'un proche et qui souffrent en silence?

La Lanterne a développé certaines approches telles que la réalisation de capsules vidéo informatives professionnelles dans le but de rejoindre un public le plus large possible. De façon plus stratégique, un nouveau point de rencontre a vu le jour à Ste-Geneviève-de-Batiscan pour des services de proximité dans la MRC des Chenaux. Des visites éducatives dans les écoles ainsi qu'auprès d'autres regroupements sur tout le territoire desservi nous ont permis d'aller à la rencontre de cette communauté.

Les références d'aide psychosociale se multiplient d'année en année sur notre territoire. Près d'une centaine de nouvelles familles ont consulté encore cette année. Les rencontres d'échange en soirée sont toujours aussi sollicitées et viennent combler ce besoin fondamental d'exprimer ses émotions sans peur d'être jugé.

L'équipe de *La Lanterne* expérimente graduellement la nouveauté dans sa programmation de ressourcement. Par exemple, les cours de danse ont fait bouger et danser quelques personnes. C'est au son d'une musique thérapeutique que la légèreté et le lâcher-prise du moment ont eu raison d'une certaine lourdeur chez nos participants. Sans parler des ateliers d'art thérapie qui ont assurément la cote de popularité. Des moments qui favorisent la créativité ainsi qu'une prise de conscience essentielle dans un cheminement aussi complexe et laborieux que celui auquel sont confrontés les accompagnateurs.

À *La Lanterne*, le premier contact s'établit par un accueil chaleureux. L'information pertinente ou encore la référence vers d'autres services plus appropriés font inévitablement partie d'une constance qui, au fil des années, a certes permis à l'organisation de se forger une solide identité, une crédibilité incontestable et de rayonner sur nos territoires.

(Suite à la page suivante)

Mot de la directrice générale (suite)

Naturellement, pour réaliser tout cela, il faut une équipe de travail investie. Merci Lucie Wilson, adjointe administrative, pour ton accueil, ta fidélité, ton professionnalisme. Tu demeures un pilier majeur autant pour la clientèle que pour chacune d'entre nous.

Merci Pierrette Savard pour ton écoute, ton expertise et ta créativité constructive, le lien de confiance que tu installes avec la clientèle est remarquable et déterminant.

Merci Sarah-Marie Blais pour ta compétence et ton savoir-faire dans la création de nouveaux outils essentiels à la compréhension des troubles en santé mentale. Ton souci de sensibiliser, d'informer et de combattre les stigmas au sein de la population est indiscutable. Merci pour ta persévérance, merci d'œuvrer et de poursuivre patiemment tes démarches dans le développement de nos services de proximité.

Merci à chacune des membres du conseil d'administration pour votre écoute, votre support exceptionnel et votre ouverture d'esprit. Vos forces combinées et la synergie qui émanent d'une gouvernance rafraîchissante et actuelle, cadre très bien dans cette toute nouvelle réalité. Sachez que vous avez porté *La Lanterne* bien plus loin que nous l'aurions tous espéré.

*« Derrière chaque entreprise florissante
se cache des personnes ayant pris des décisions courageuses ».*

Peter Drucker, consultant en gestion et enseignant

Josée Bourassa



Rapport d'activité 2023-2024

TERRITOIRES DESSERVIS PAR L'ORGANISME

Soutien aux familles et amis d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale sur tout le territoire de la MRC de Trois-Rivières ainsi que sur le territoire de la MRC des Chenaux.

APERÇU DES SERVICES

L'annonce d'une maladie mentale d'un des leurs fait vivre à la famille et amis toute une gamme d'émotions allant de la peur à la honte en passant par la culpabilité. Du coup, tous les membres de la famille sont touchés par cette déclaration et tous débarquent dans un univers totalement inconnu. Durant la période de crise, les changements sont importants et nombreux, ils seront vécus d'une manière négative, jusqu'à la période d'adaptation. Cette période d'ajustement ne va pas de soi. Il importe de soutenir les familles et amis par différentes mesures pour assurer sa survie et éviter l'épuisement. Idéalement, les membres de l'entourage doivent arriver à développer leurs capacités d'accompagnement et d'adaptation.

Notre mission est d'accompagner tous les membres de l'entourage dans le développement de ses habiletés en leur offrant des services adaptés à leurs besoins.

SERVICES OFFERTS :

- ▶ Interventions psychosociales (rencontres individuelles ou familiales, écoute, accompagnement);
- ▶ Capsules informatives, journal *La Lueur* et centre de documentation;
- ▶ Groupes de soutien toutes problématiques et groupe de soutien pour hommes;
- ▶ Activités d'informations: conférences;
- ▶ Volet Enfance / Jeunesse
- ▶ Activités de sensibilisation et de représentations;
- ▶ Activités de ressourcement;
- ▶ Répit / dépannage, un service de soutien aux familles qui s'inscrit dans un plan de service global.

PROBLÉMATIQUES RECONNUES :

- ▶ Schizophrénie
- ▶ Trouble bipolaire
- ▶ Trouble de la personnalité limite
- ▶ Dépression sévère
- ▶ Trouble obsessionnel-compulsif

La Lanterne

17, rue Fusey local 208
Trois-Rivières Québec G8T 2T4

☎ 819 693-2841

✉ infolanterne@videotron.ca (adjoite administrative)

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi
8 h 30 à 12 h / 13 h à 16 h 30

www.lanterne.org
<https://www.facebook.com/lalanternetr/>
<https://www.instagram.com/lalanternetr/>

La Lanterne (Secteur des Chenaux)

30, rue Saint-Charles
Ste-Geneviève-de-Batiscan Québec G0X 2R0

☎ 873 664-2158

✉ infolanterne@videotron.ca (adjoite administrative)

HEURES D'OUVERTURE

Lundi & Jeudi (sur rendez-vous uniquement)
9 h à 12 h / 13 h à 16 h

www.lanterne.org
<https://www.facebook.com/lalanternetr/>
<https://www.instagram.com/lalanternetr/>

La mission et les objectifs

La Lanterne est un organisme communautaire qui a pour mission de regrouper les familles et amis d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale (schizophrénie, trouble bipolaire, dépression sévère, trouble de la personnalité limite et trouble obsessionnel-compulsif); de leur offrir une gamme de services de soutien afin de leur permettre d'actualiser leur capacité. **Le terme « familles et amis »** implique le parent, un membre de la fratrie, un(e) conjoint(e), l'enfant, l'adolescent ou l'enfant adulte d'une personne atteinte, un(e) ami(e) ou toute personne intéressée.

Les principaux objectifs de *La Lanterne* sont :

- ▶ Apporter du soutien et de l'information aux familles et amis touchés par la maladie mentale, développer des modes d'entraide et amener chaque famille, leurs parents et amis à découvrir et mieux utiliser leur propre capacité.
- ▶ Faire connaître les ressources du milieu, aider à mieux les utiliser et favoriser la communication avec les divers intervenants.
- ▶ Encourager des projets novateurs et le développement d'expertises répondant aux besoins des familles et amis.
- ▶ Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des familles et amis de même qu'à celle de leurs proches atteints de maladie mentale.
- ▶ Promouvoir les intérêts des familles et des amis de la personne atteinte de maladie mentale auprès des partenaires et des instances décisionnelles.
- ▶ Favoriser et protéger l'harmonie entre tous ses membres par le biais des règlements généraux.
- ▶ S'intéresser et collaborer aux recherches sur les maladies mentales.
- ▶ Sensibiliser l'opinion publique aux problèmes reliés à la maladie mentale et aux impacts de ceux-ci sur les familles et amis.
- ▶ Recevoir des dons, legs et autres contributions de même nature en argent, en valeurs mobilières, administrer tels que dons, legs et contributions dans le but de promouvoir les objets de la corporation; organiser des activités de financement dans le but de recueillir des fonds pour des fins charitables et solliciter des dons envers la corporation.

La philosophie d'intervention

Notre approche humaniste comporte certaines valeurs et principes directeurs selon notre code d'éthique. L'intervention et les mesures de soutien permettent à la clientèle de développer une attitude positive et permet d'identifier une stratégie adaptée à la situation familiale difficile.

Les interventions et les actions seront basées sur :

- ▶ Le respect du membre de l'entourage et de son rythme.
- ▶ L'actualisation du potentiel de la personne.
- ▶ Le développement de ses compétences.
- ▶ L'appropriation de son pouvoir. Cette philosophie se base sur les besoins de la clientèle qui évoluent selon la situation.

L'organisme accompagne les familles et amis dans ce processus évolutif. L'ensemble de ces mesures de soutien et d'accompagnement doit devenir pour la personne une occasion de croissance personnelle et un défi à relever.

Puisque la personne est au cœur de la démarche, elle sera considérée capable de :

- ▶ Jouer pleinement son rôle d'accompagnateur;
- ▶ Développer ses capacités à réussir sa vie;
- ▶ Mieux vivre au quotidien;
- ▶ Se développer positivement en dépit du stress vécu;
- ▶ S'impliquer activement à titre de partenaires dans l'organisation des services et de gestionnaires des associations.

De plus, *La Lanterne* travaille en concertation avec les partenaires du réseau communautaire et du réseau de la santé sur **tout le territoire de la MRC de Trois-Rivières ainsi que sur le territoire de la MRC des Chenaux**, offrant ainsi à la clientèle des services professionnels, gratuits et confidentiels adaptés à leur situation dans un esprit de complémentarité.

La Lanterne est membre de:



Membres du 31^e conseil d'administration

Lucie Plante	Présidente	Participante
Sylvie Germain	Vice-présidente	Participante
Danielle Brodeur	Secrétaire	Participante
Nicole Young	Trésorière	Participante
Solange Paris	Administratrice	Participante
Brigitte Paradis	Administratrice	Participante
Diane Tousignant	Administratrice	Participante

Équipe de travail

Josée Bourassa	Directrice générale	Employée
Sarah-Marie Blais	Intervenante psychosociale Volet jeunesse et communication	Employée
Pierrette Savard	Intervenante psychosociale paire aidante	Employée
Lucie Wilson	Adjointe administrative	Employée

Réunions du 31^e conseil d'administration Du 1^{er} avril 2023 au 31 mars 2024

Assemblée générale annuelle	1	1 h 30	23 personnes
Réunions régulières	6	30 h	7 personnes
Vérification comptable (Avril et Mai 2023)	1	15 h	5 personnes
Documents envoyés par courriel ou livrés)			
Réunions avec la présidente et/ou une administratrice	5	8 h	3 personnes
Réunions équipe de travail	9	11 h	4 personnes

GRAND TOTAL : 22 réunions / 65,5 heures / 42 personnes

Services de proximité / MRC des Chenaux

Mesure 38

Plan d'action gouvernemental Personnes Proches Aidantes

REVENU	
Mesure 38	TOTAL
25 288 \$	25 288 \$

DÉPENSES			
Loyer	Location voiture Paiement Essence Assurance Entretien général	Mobilier de bureau Décoration	Fournitures bureau
4 800 \$	5 400 \$	13 400 \$	1 000 \$

DÉPENSES				
Divers	Frais de téléphone	Publicité Matériel promotionnel	Salaire de l'intervenante	TOTAL
400 \$	700 \$	2 500 \$	18 000 \$	46 200 \$

DIFFÉRENCE
25 288 - 46 200 = (20 912 \$)

Interventions psychosociales

Interventions individuelles et/ou familiales où l'aide est reliée au soutien, à la communication, à la résolution de problèmes ou à la référence.

C'est-à-dire que la personne a nécessairement rencontré ou parlé à l'intervenant, que ce soit une intervention qui s'est déroulée au bureau, à domicile ou une intervention téléphonique.

Secteur des Chenaux

INTERVENTIONS INDIVIDUELLES (adultes)		
Adultes différents rencontrés	Interventions effectuées (bureau, domicile, téléphoniques)	Heures
4	20	25

INTERVENTIONS DE GROUPE / ATELIERS ADULTES ET ADOLESCENTS		
Personnes différentes rencontrées	Représentations	Heures
87	5	8

GRAND TOTAL DES INTERVENTIONS INDIVIDUELLES ET DE GROUPE :

91 personnes / 25 interventions ou ateliers / 33 heures



Notre local à Ste-Geneviève-de-Batiscan / Avril 2023

Représentations / Collaborations (secteur des Chenaux)

Date	Endroit / Activité / Représentation	Nombre de personnes de <i>La Lanterne</i>	Nombre de participants	Heures
Avril 2023	Visite de Nadia Armstrong (CDC des Chenaux)	1	1	1
	Visite à l'Immeuble multiservices	1	5	1
	Visite au Centre d'action bénévole Riverain	1	5	1
	Visite à la Maison de transition de la Batiscan	1	1	1
	Visite à la Maison de la famille des Chenaux	1	2	1
	Tournée des municipalités des Chenaux	1	10	7
Mai 2023	Présentation de nos services jeunesse à l'École St-Gabriel	1	1	1
	Présentation de nos services jeunesse à l'École de la Source	1	1	1
	Café rencontre à l'AQDR des Chenaux	1	15	1
	Présentation de nos services jeunesse au Comité des élèves en difficulté	1	10	1
	Présentation de nos services jeunesse à l'École Le Tremplin	1	4	1
	Assemblée générale annuelle de la CDC des Chenaux	1	30	2
Juin 2023	Présentation de nos services jeunesse à l'École St-Charles	1	1	1
	Tournage d'une capsule vidéo de nos services pour les Proches Aidants des Chenaux	1	1	1
Septembre 2023	Communauté de pratiques des Chenaux La Bissonnière	1	22	4
	Rencontre avec Sabrina Lagrois, intervenante, Famille de proximité MRC des Chenaux	1	1	1

Date	Endroit / Activité / Représentation	Nombre de personnes de <i>La Lanterne</i>	Nombre de participants	Heures
Octobre 2023	Séance de photos CDC des Chenaux	1	1	1
	Rencontre avec Karina Paquin, organisatrice communautaire, et Joelle Dandurand, CIUSSS-MCQ, MRC des Chenaux	1	2	1
	Atelier école, 2 groupes: Formation à métier spécialisé (FMS) et Accès DEP	1	30	3
Novembre 2023	Super rendez-vous de la CDC des Chenaux « Impact des ressources communautaires sur la CDC des Chenaux » (virtuel)	1	15	1
Décembre 2023	Communauté de pratique des Chenaux	1	15	4
	Présentation de nos services à l'Association des aidants naturels de la Vallée-de-la-Batiscan	1	6	2
Janvier 2024	Rencontre avec Valérie, intervenante AAOR Vallée-de-la-Batiscan (CLSC Ste-Tite)	1	6	1
	Atelier à l'Association des aidants naturels de la Vallée-de-la-Batiscan	1	36	2
	Rencontre avec Mélie, psycho-éducatrice, École de Mont-Carmel	1	1	1
Février 2024	Tournage d'une capsule vidéo promotionnelle CDC des Chenaux	1	2	1
	Tournée du bonheur	2	2	3
	Communauté de savoir et de pratiques	1	15	4

Représentations / Collaborations (secteur des Chenaux, suite)

Date	Endroit / Activité / Représentation	Nombre de personnes de La Lanterne	Nombre de participants	Heures
Mars 2024	Communauté de savoir et de pratiques	1	15	4
	CAB de la Moraine	1	2	1
	École primaire de Saint-Narcisse	1	1	1
	Sûreté du Québec	1	1	1
	Signature du contrat / Mesure 38	3	2	2

Nombre total de personnes de <i>La Lanterne</i>	Nombre total de représentations et de collaborations	Nombre total de participants	Nombre total des heures
3	33	257	59



Atelier: PARLONS MALADIE MENTALE

Animé par Sarah-Marie Blais

Octobre 2023 / École Le Tremplin

Groupe FMS (formation à un métier spécialisé) et Groupe Accès DEP

22 répondants

	1	2	3	4	5
L'atelier était adapté à mon niveau?	2		7	5	8
Le rythme de l'atelier me convenait?	2	2	4	5	9
L'atelier était pertinent?	2	3	4	4	9
L'animatrice a suscité la participation?	2	1	5	6	8
L'atelier était facile à comprendre?	2		2	1	17
Je recommanderais l'atelier à mes proches?	2	1	10	3	6

Que retiens-tu de l'atelier?

- ▶ Les maladies et mieux les comprendre.
- ▶ De la santé mentale, c'est pas drôle.
- ▶ Que la santé mentale c'est vraiment important et il ne faut pas en rigoler.
- ▶ Que la santé mentale n'est pas contagieuse.
- ▶ Qu'il y a plusieurs maladies et que ça peut affecter beaucoup tout l'entourage.
- ▶ Tout le monde est humain.
- ▶ Je retiens que même si nos proches sont atteints de santé mentale, il faut prendre soin de nous avant.
- ▶ Qu'il y a beaucoup de gens qui ont des difficultés.
- ▶ La différence des maladies mentales.
- ▶ Que les gens avec un trouble mental sont autant intelligents.
- ▶ Qu'il faut consulter, si problème.
- ▶ C'est long, vraiment long.
- ▶ Qu'il y a des maladies que je ne connaissais pas. Donc, ça m'a aidée pour savoir si j'en ai ou si quelqu'un que je connais en a.
- ▶ Comment fonctionnent les maladies mentales.
- ▶ Que c'est normal de ne pas aller bien, mais qu'il y a des ressources pour nous aider.
- ▶ La maladie mentale n'est pas voulue.

Autres commentaires?

- ▶ Merci d'être venue.
- ▶ Merci de la présentation.



Réseau de distribution

Secteur des Chenaux

Dépliants de <i>La Lanterne</i> / Dépliants jeunesse Cartes professionnelles	599 dépliants 50 cartes professionnelles
Tasses à café et/ou stylos (produits promotionnels)	24 tasses et/ou stylos
Pochettes	2 pochettes

Capsule vidéo d'informations (YouTube)

Avril 2023

Visite virtuelle des locaux / MRC des Chenaux

396 vues



À compter du 3 avril 2023
les lundis et jeudis
8h30 à 12h et 13h à 16h30

La Lanterne
MRC des Chenaux
873 664-2158

30, rue St-Charles, porte sud
Sainte-Geneviève-de-Batiscan, G0X 2R0
lalanterne.org |  La Lanterne

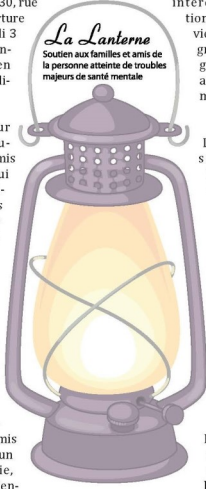


AIDE AUX FAMILLES

TOUCHÉES PAR DES TROUBLES DE SANTÉ MENTALE

(JP) La Lanterne a maintenant un point de service à Sainte-Geneviève-de-Batiscan au 30, rue St-Charles. Son ouverture officielle était le lundi 3 avril. C'est l'augmentation des besoins en santé mentale qui a dirigé leur décision.

L'organisme a pour mission de regrouper les familles et amis d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale (schizophrénie, trouble bipolaire, dépression majeure, trouble de personnalité limite et trouble obsessionnel compulsif); de leur offrir une gamme de services de soutien afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel. Familles et amis impliquent le parent, un membre de la fratrie, un(e) conjoint(e), l'enfant, l'adolescent ou l'enfant



adulte d'une personne atteinte, un(e) ami(e) ou toute personne intéressée. Les interventions psychosociales individuelles ou familiales, le groupe de soutien, le programme info-famille, les activités de ressourcement et le volet jeunesse 5-12 ans et 13-17 ans.

L'intervenante psychosociale, Sarah-Marie Blais, vous accueillera dans les nouveaux locaux de la Lanterne pour vous accompagner dans votre parcours.

Les rencontres se font sur rendez-vous les lundis et jeudis de 9 h à midi et de 13 h à 16 h.

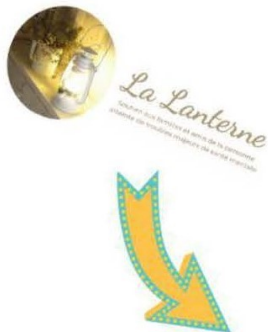
Vous pouvez la contacter au 873 664-2158

Pour avoir plus d'informations, vous pouvez visiter leur site internet lalanterne.com ou suivre leur page Facebook



À gauche, Sarah-Marie Blais (intervenante à *La Lanterne*) et Nadia Armstrong (agente de développement CDC des Chenaux) Avril 2023

Le Bulletin des Chenaux
4 avril 2023



Bulletin de liaison de la CDC des Chenaux
Septembre 2023

Photo prise lors d'une activité de ressourcement
Ottawa (juin 2023).

Dossier de presse



Notre intervenante, Sarah-Marie Blais, (deuxième à gauche sur la photo)

**La communauté de savoir et de pratique de la CDC des Chenaux
pour les ressources professionnelles et les directions/coordinations.
C'est sous le thème «Mieux comprendre les personnalités pour mieux communiquer »
que les participants ont pu échanger.**

19 septembre 2023

Capsules informatives réalisées par Sarah-Marie Blais, intervenante

- ▶ « Nouveau point de service (Ste-Geneviève-de-Batiscan) »
- ▶ « La stigmatisation »
- ▶ « La dépression sévère et saisonnière »
- ▶ « Le trouble bipolaire »
- ▶ « Le deuil en santé mentale »

Publications quotidiennes sur Facebook et/ou Instagram réalisées par Sarah-Marie

- ▶ « Savais-tu? »
- ▶ « Pensée du jour »
- ▶ « Lexique »
- ▶ « Prendre soin de soi »
- ▶ « Loi P-38 » Document explicatif
- ▶ « Affiches »

Plusieurs affiches ont été réalisées afin d'agrémenter le journal *La Lueur*, les pages Facebook / Instagram; les courriels aux membres; entre autres pour annoncer les activités, les congés fériés, les vacances, les souhaits festifs,....

1 personne / 77 heures

Mise à jour des outils promotionnels *La Lanterne*:

- ▶ Dépliant La Lanterne
- ▶ Dépliant La Lanterne / Jeunesse
- ▶ Cartes professionnelles
- ▶ Tasses et stylos
- ▶ Porte-clés mousqueton gravés
- ▶ Enseigne lumineuse pour la porte d'entrée (Enseignes F-X Boisvert Inc.)

2 personnes / 17 heures

GRAND TOTAL : 2 personnes / 94 heures

Formation pour le personnel

Formation présentielle et/ou virtuelle pour la directrice générale	Titre de la formation	Heures
	Loi 25 Protection des renseignements personnels	3
	Cadre normatif (PSOC, ministère de la santé)	3
	Intelligence émotionnelle au travail	3
	L'être humain n'agit pas par hasard	3
Formation présentielle et/ou virtuelle pour l'intervenante Sarah-Marie Blais		
	Programme RECAPS	1
	Nouvelles mesures d'assistance	1
	Proche aidance / Schizophrénie	2
	Table ronde Santé Famille	2
	Les bienfaits du massage Caméléon	4
	Météo intérieure (Comment présenter la météo selon les différents groupes d'âge)	2
	Mise à niveau (météo intérieure)	2
	Détresse et progrès	5
	Webinaire CAP Santé Mentale (Campagne automne 2023)	2
	Intervenir dans les médias	7
	Webinaire: Alternatives à la P-38, Guide: « clic vers l'espoir » (CAP Santé Mentale)	2
	Créer des outils promotionnels efficaces	7
	Mieux comprendre la réalité des personnes qui entendent des voix	3
	Stratégies de communication	7



GRAND TOTAL: 2 personnes / 18 formations / 59 heures

Membership

Les règlements généraux ont été modifiés et adoptés à l'Assemblée Générale Annuelle du 15 juin 2023.

Toute personne intéressée peut être membre de *La Lanterne*.

Un rappel important: Il est nullement obligatoire d'être membre à *La Lanterne* pour avoir accès aux services professionnels de notre organisme. Le membership demeure tout de même très important pour nous.

Il y a 2 catégories de membres:

- 1- membre régulier
- 2- membre sympathisant ou affilié

Chacune des catégories a ses critères définis. La carte de membre demeure tout de même effective du 1^{er} janvier au 31 décembre de l'année en cours.

Lors d'une réunion du conseil d'administration en novembre 2022, il a été convenu d'augmenter le coût de la carte de membre à 20 \$ par année / par personne.

Voici les privilèges s'appliquant aux membres réguliers:

- 1- Emprunter un livre/documents du centre de documentation pour une durée de 4 semaines.
- 2- Droit de vote à l'AGA, après 3 mois d'adhésion.
- 3- Activités de ressourcement à moindre coût.
- 4- Droit de se présenter pour siéger au conseil d'administration, après 1 an d'adhésion.

Les membres de *La Lanterne* sont les familles et amis de la personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, qui habitent sur notre territoire et qui ont payé leur cotisation annuelle.

Voici les catégories de membres selon les règlements généraux:

1- Membre régulier

Toute personne dans l'entourage d'une personne adulte affectée par un trouble majeur de santé mentale, tel que défini dans le cadre normatif et qui satisfait aux critères d'admissibilité de l'article 3.1 des règlements généraux.

2- Membre sympathisant ou affilié

Toute personne ou organisation provenant de la communauté qui n'entre pas dans la catégorie des membres réguliers qui est intéressée à promouvoir et à défendre les objectifs de la corporation et qui satisfait aux critères d'admissibilité de l'article 3.2 des règlements généraux.

Membership (suite)

L'année financière concerne la période du 1^{er} avril au 31 mars. Pour obtenir les résultats mentionnés, il faut donc utiliser la liste des membres de 2023 ainsi que celle de 2024.

Étant donné qu'il faut tout de même placer une limite, il est entendu d'envoyer les communications seulement aux personnes qui ont payé leur adhésion en bonne et due forme avant la parution du journal *La Lueur* du printemps annonçant la programmation de mars, avril et juin. Il faut savoir que le journal est placé sur notre site Web après que les membres aient reçu leur exemplaire.

Au **31 décembre 2023**, *La Lanterne* comptait **97 membres réguliers**, c'est-à-dire qu'ils soutiennent et encadrent de façon régulière un proche atteint; dont **2 membres sympathisants** et **2 membres qui habitent hors territoire**.

Au **31 mars 2024**, pour la cotisation valide du 1^{er} janvier au 31 décembre 2024, **85 personnes** ont manifesté leur intérêt en adhérant à notre organisme ou simplement en renouvelant leur carte.

Parmi eux:

Il y a **2 membres affiliés**, c'est-à-dire qu'ils sympathisent à la cause.

Il y a **2 membres** qui habitent hors du territoire desservi par notre organisme.

Entre le 1^{er} avril 2023 et le 31 mars 2024, nous avons accueilli **26 nouveaux membres**, de ce nombre cependant **20 personnes** n'avaient pas renouvelé leur carte au 31 mars 2024.

Il y a toujours un rappel de l'adjointe administrative concernant le renouvellement de la carte de membre lors de la parution de *La Lueur* à l'automne et un deuxième rappel, dans notre journal paru à l'hiver. En février dernier, celle-ci a téléphoné ou envoyé un courriel à la clientèle qui n'avait pas renouvelé leur cotisation annuelle.

Le membership dépend assurément des personnes qui s'y impliquent et de la conviction qu'elles ont à promouvoir la mission et les objectifs de notre association. Il faut se rappeler l'importance et la force du membership puisque c'est un levier essentiel et cela démontre, entre autres, la vitalité de *La Lanterne*. Votre soutien à la cause est important et significatif.

D'une part, le membership est intimement lié à sa capacité de rassembler les gens de la communauté et de susciter l'adhésion du milieu. D'autre part, un sentiment d'appartenance se développe chez les membres ainsi qu'un esprit de solidarité.

Par son adhésion et par le poids de la représentativité, les membres participent à sensibiliser les autres organisations et les citoyens en général à l'importance du rôle de *La Lanterne* dans la communauté. C'est ensemble que nous ferons entendre la voix des familles.

« *L'expérience est une lanterne qui n'éclaire que celui qui la porte* » (Louis Ferdinand)

Vous voulez devenir:

- Membre régulier (avec un proche atteint)
- Membre affilié (sympathisant à la cause)

20 \$ par année/par personne

**La Lanterne est un organisme de charité
reconnu par les gouvernements
et peut émettre un reçu officiel pour les dons de 10 \$ et plus.**

Membership (suite)

Cependant, une contrainte demeure. Toutes les personnes qui ont reçu des services ne sont pas automatiquement membres. Ces données-là ne sont pas incluses dans ces résultats. Cela aurait sûrement un impact non négligeable dans la lecture des graphiques.

Il est utile de représenter ces données de manière graphique afin d'en faciliter la compréhension et cela permet en un seul coup d'oeil d'en saisir la tendance générale.

Toutes les données graphiques, traitées de façon confidentielles, sont réalisées à partir des renseignements volontairement fournis par les membres lors du paiement de leur adhésion.

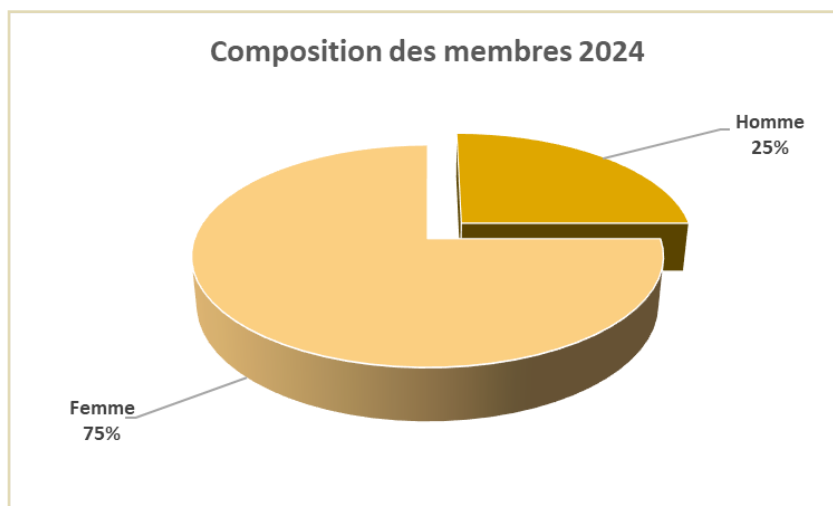
Étant donné que certaines personnes étaient membres en 2023, et que pour toutes sortes de raisons ne le sont plus en 2024, et que d'autres n'étaient pas membres l'an passé mais qu'elles le sont devenues cette année par une nouvelle adhésion, les données graphiques doivent se chevaucher.

La majorité des membres habitent sur le territoire de la MRC de Trois-Rivières. Les femmes demeurent majoritaires, le pourcentage est le même que l'an dernier dans la composition des membres réguliers ou sympathisants.

Il faut tout de même admettre que les hommes démontrent une belle ouverture par rapport à la relation d'aide afin de favoriser l'accompagnement de leur proche atteint. Le pourcentage des hommes qui sont venus consulter a légèrement augmenté cette année (25 %) comparé à 21 % en 2023.

Ils sont de plus en plus nombreux à venir chercher de l'aide. Nous le remarquons depuis quelques années. Le groupe de soutien pour hommes prend de plus en plus d'ampleur et de constance au niveau participatif. Les hommes se sentent écoutés et compris, leurs réticences s'atténuent et leur l'intervenante a développé un lien de confiance avec eux.

Composition des membres

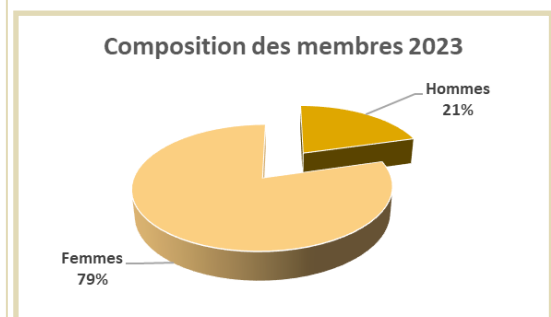


Sur le formulaire d'adhésion, nous avons demandé aux membres s'ils étaient à l'aise en présence d'un ou d'une stagiaire.

En majorité, ils se sentent à l'aise lors d'un groupe de soutien.

Seulement quelques personnes ne sont pas à l'aise surtout lors des interventions psychosociales individuelles.

Nous n'avons pas eu de stagiaire cette année. Cependant, le stage représente pour l'étudiant ou l'étudiante un premier contact avec la pratique afin de développer ses habiletés professionnelles et ses connaissances dans le domaine de la santé mentale.



Membership (suite)

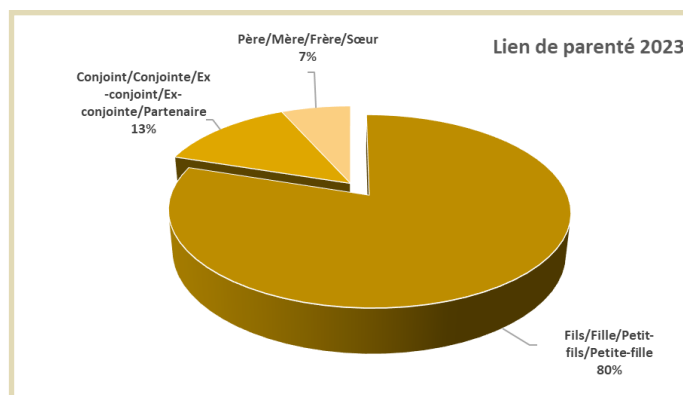
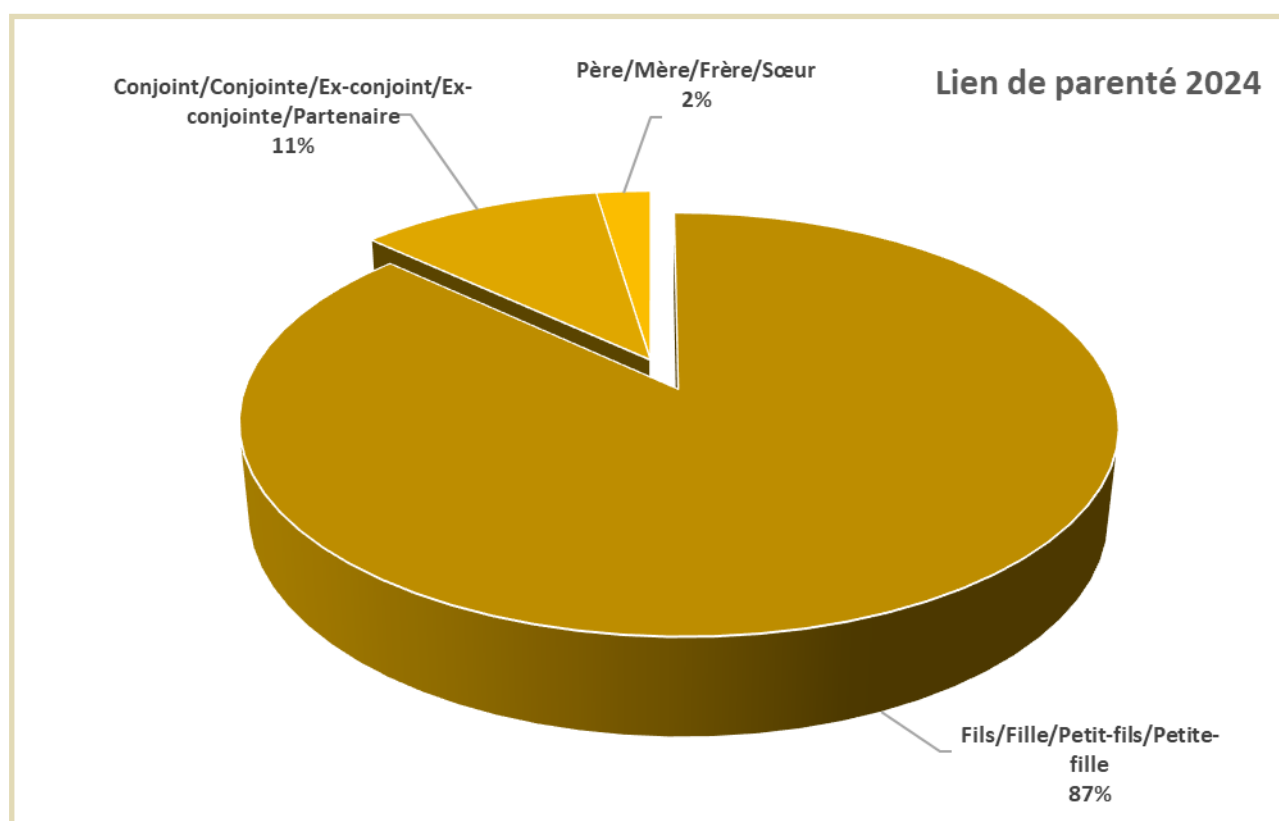
Lien existant entre les membres et leur proche

Ces graphiques représentent le lien existant entre les membres et leur proche atteint. À savoir si les membres accompagnent leur enfant, leur conjoint, leur mère, un ami, etc.....

En 2024, 87 % des membres soutiennent leurs Fils/Fille/Petit-Fils/Petite-Fille. Cette catégorie conserve donc la même cote et le pourcentage demeure élevé par rapport aux autres catégories.

En 2024, 2 % des membres soutiennent leur père, mère, frère, soeur comparé à 7 % en 2023.

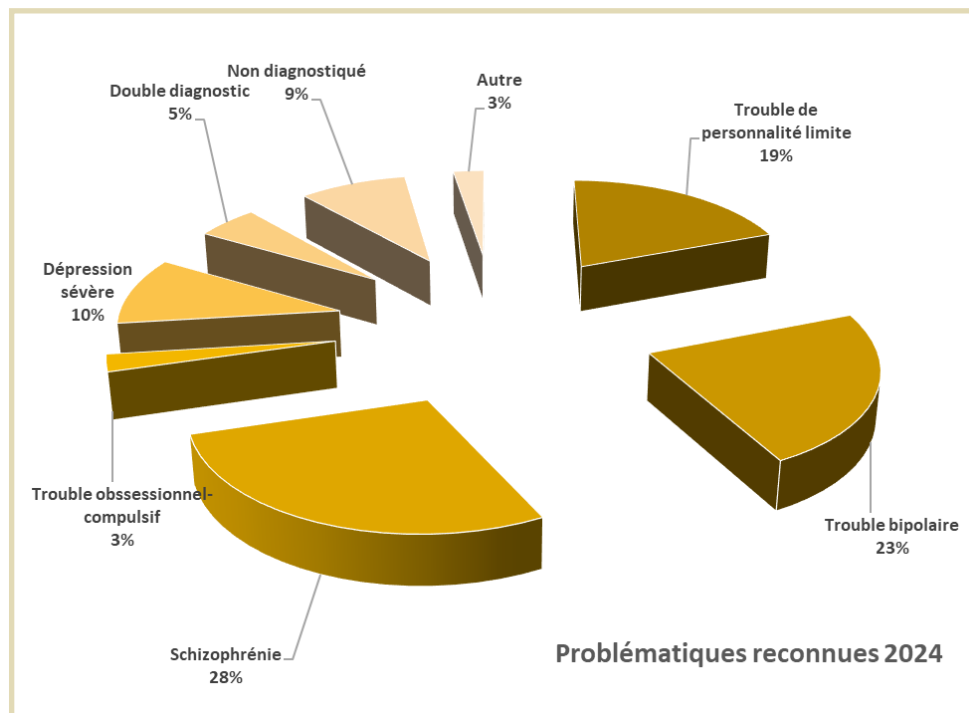
Quelques membres ont plus d'un fils ou d'une fille atteints d'un trouble majeur de santé mentale.



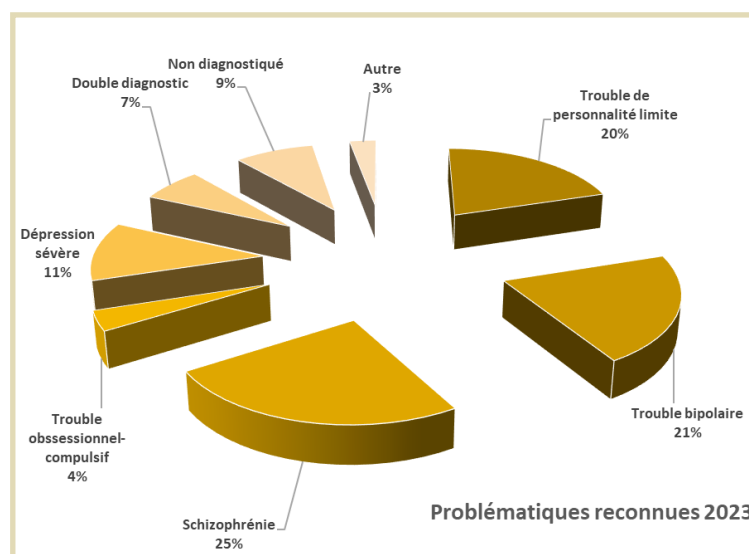
Problématiques reconnues

La schizophrénie (28 %) et le trouble bipolaire (23 %) demeurent des problématiques importantes vécues par leur proche.

Le trouble de personnalité limite est une problématique également importante avec un pourcentage de 19 %

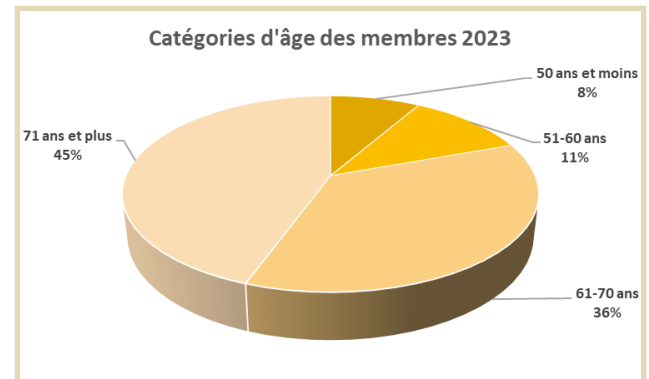
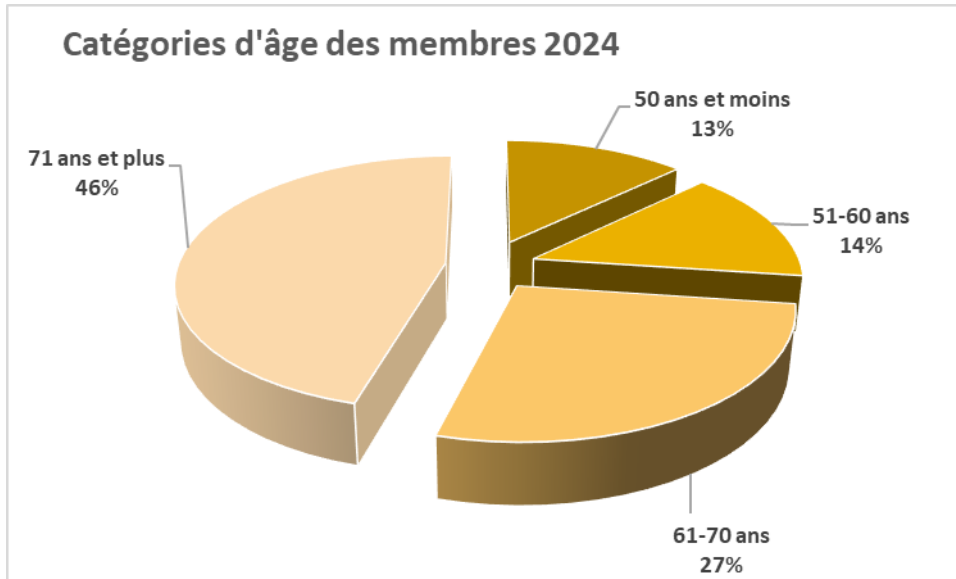


Problématiques reconnues 2024



Problématiques reconnues 2023

Catégories d'âge des membres



La tendance se maintient pour les catégories d'âge 61-70 ans (27 %) et les plus de 71 ans (46 %).

Quelle est l'explication?

Sur le marché du travail, les personnes plus jeunes ont des obligations parentales et/ou familiales. Peut-être qu'elles ont tendance à repousser leurs limites et à retarder le recours aux services d'aide.

Facebook est un média social de choix afin de rejoindre un jeune public et nous offre une vitrine pour atteindre cette clientèle.

Quant aux personnes plus âgées, elles se sentent peut-être bousculées par les événements ou par leur propre état de santé et se retrouvent dans l'urgence d'agir.....

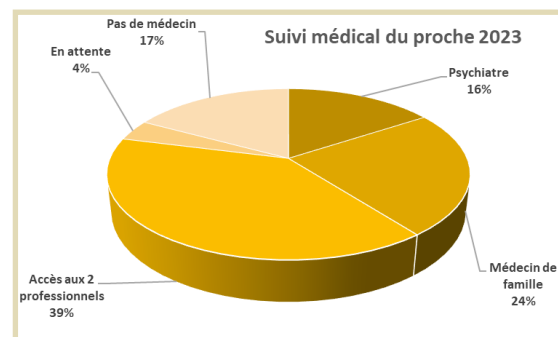
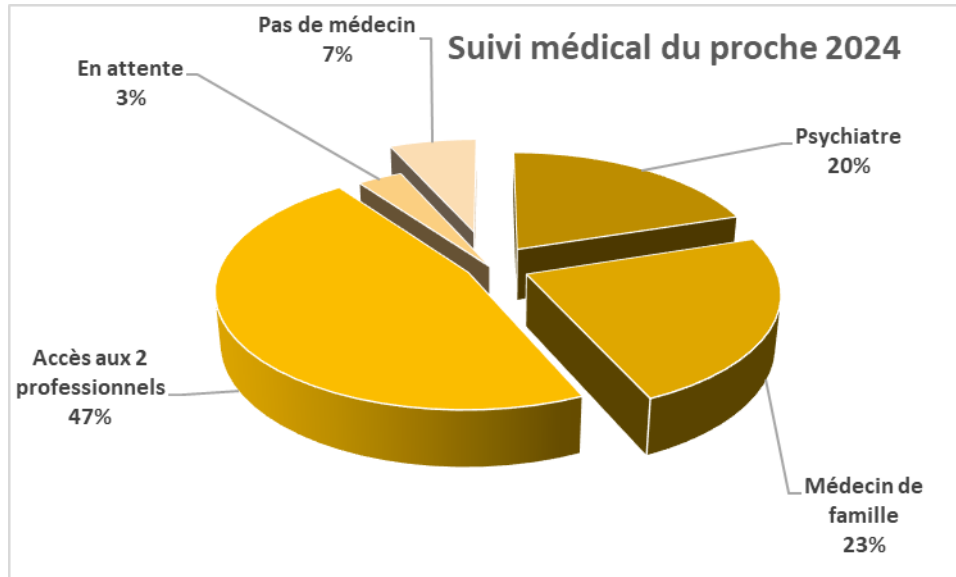
Quoiqu'il en soit, la majorité de la clientèle est âgée de plus de 70 ans.

Certaines personnes ne souhaitent pas répondre au formulaire et/ou ne souhaitent pas recevoir du courrier. Les raisons leur appartiennent et nous respectons cela.

Par contre, cela cause une contrainte dans la cueillette des renseignements et ne permet pas de tirer des conclusions précises sur le membership.

Les informations confidentielles dont il est question ici sont fournies à des fins de références et de statistiques.

Suivi médical du proche



Dans un contexte où il est extrêmement difficile d'avoir un médecin de famille et encore moins un psychiatre, selon les formulaires d'adhésion, 47 % des personnes atteintes ont accès aux deux professionnels de la santé.

Un signe encourageant cependant, c'est que la majorité des proches atteints ont le privilège d'avoir soit un psychiatre (20 %), soit un médecin de famille (23 %).

Appréciation des services 2023-2024

BILAN: 44 répondants sur 90

L'appréciation des services que vous avez reçus en cours d'année est une étape importante. D'une part, elle demeure essentielle pour effectuer un bilan consciencieux et réaliste et d'autre part, cela permet à l'équipe permanente d'adapter ses pratiques en fonction de vos besoins. Finalement, vos commentaires demeurent une source d'informations importantes, rafraîchissantes et stimulantes pour vos professionnels.

Nous vous remercions de participer, il s'agit ici d'une opportunité de demeurer actif au sein de votre association.

Ces statistiques sont strictement confidentielles.

1-

Une **intervention psychosociale** est une rencontre avec l'intervenante en présentiel, en visioconférence ou par téléphone où la clientèle décrit sa situation pour que celle-ci soit en mesure d'évaluer la priorité de vos besoins.

Avez-vous reçu des services en intervention psychosociale?

33 Oui **11** Non

Évaluez le service reçu: 25 Très satisfaisant **6** Satisfaisant

- ▶ Vous êtes essentiel. Merci beaucoup!
- ▶ Elles sont très humaines et prennent le temps de nous écouter. Moi, je me suis sentie vraiment en confiance.
- ▶ C'est difficile d'être très satisfaite car c'est difficile émotivement ces rencontres mais combien aidantes.
- ▶ Mes rencontres ont été d'une grande aide, j'ai vraiment apprécié.
- ▶ Cette année, je n'ai pas eu recours à vos services, mais dans le passé, j'en ai grandement bénéficié et ça me rend sûre de savoir que vous êtes là, au besoin. Merci!
- ▶ Vous vous êtes adaptées à mes besoins. Merci de votre compréhension et soutien. Dans mon cas, c'était plus facile par téléphone et vous avez accepté. Merci encore!
- ▶ On m'a dirigé vers l'urgence St-Joseph pour parler avec une intervenante sociale et après, cela a été rapide dans mon dossier. Merci.
- ▶ J'ai reçu beaucoup d'aide.
- ▶ En février 2024, j'ai rencontré Pierrette pour la première fois et cela m'a fait beaucoup de bien.

2-

Un **groupe de soutien** est une rencontre mensuelle de groupe animée et encadrée par l'intervenante où les participants s'expriment sur leur vécu.

Avez-vous participé au groupe de soutien?

13 Oui **31** Non

Évaluez le service reçu: 12 Très satisfaisant **1** Satisfaisant

- ▶ Ces rencontres m'aident à progresser de façon régulière.
- ▶ Un peu gênée mais ça m'a fait du bien, vraiment.
- ▶ Je n'y vais plus parce qu'il n'y a plus de groupe de soutien de jour.
- ▶ Comme les rencontres de soutien étaient en soirée, je n'aime pas conduire le soir, de jour pour y avoir déjà assisté, très intéressant.
- ▶ Je ne suis pas disponible ces soirs-là.
- ▶ Non pas encore. Peut-être plus tard.

Suite à la page suivante

Appréciation des services 2023-2024

BILAN: 44 répondants sur 90 (suite)

3-

Un **Service Jeunesse** est une démarche bienveillante avec l'enfant d'un parent atteint d'un trouble majeur de santé mentale. Il permet à l'enfant et au parent accompagnateur d'accueillir et de mettre des mots sur ses émotions, d'appivoiser la maladie et d'ouvrir le dialogue sur un sujet complexe.

Avez-vous reçu ce service?

1 Oui 39 Non

Comment évaluez-vous le service reçu?: 1 Très satisfaisant Satisfaisant

- ▶ J'ai orienté mes petits-enfants vers cette ressource, mais ils n'y ont pas donné suite.
- ▶ Pas pour le moment. J'espère un jour y amener mes petites-filles.

4-

Un **Programme d'informations** est une activité permettant la transmission d'informations pertinentes sur un thématique donnée. Ce programme est présenté par la réalisation de capsules d'informations disponibles sur nos plateformes.

Avez-vous visionné une de ces capsules d'informations?

21 Oui 22 Non

Si oui, comment évaluez-vous la qualité de l'outil développé?

- ▶ Sarah-Marie fait bien ça.
- ▶ Très bien expliqué et bien fait. On apprend beaucoup.
- ▶ C'est parfait comme information, c'est très clair.
- ▶ Très utile et compréhensible.
- ▶ Plus enthousiasme serait apprécié, le langage et le ton. Sinon, très apprécié et bénéfique.
- ▶ Très approprié et très bien présenté.
- ▶ Très bien faites, aidantes, informant et dédramatisent la maladie.
- ▶ Je retourne les voir. C'est très intéressant.
- ▶ Très bien fait et bien adapté. Très utiles pour les personnes concernées. Bravo!
- ▶ Ça m'a aidée à déceler les thèmes. La capsule sur le deuil et santé mentale a été un "bon timing" puisque ma fille vit cette problématique. C'est bien vulgarisé.
- ▶ Satisfaisant.
- ▶ Clair, net et précis. Bien présenté.
- ▶ J'en ai retiré de bonnes informations.
- ▶ Très agréable, que l'on peut consulter à notre convenance.

Suite à la page suivante

Appréciation des services 2023-2024

BILAN: 44 répondants sur 90 (suite)

5-

Quelques ateliers ont été offerts cette année: Cours d'initiation de danse en ligne sociale et country; Art Thérapie

Étiez-vous inscrit à l'un ou l'autre de ces ateliers? **9** Oui **34** Non

Lequel?

- | | |
|---|----------|
| ▶ Cours d'Initiation de Danse en Ligne Sociale et Country | 5 |
| ▶ Art Thérapie | 7 |

L'activité a-t-elle répondu à vos besoins?

- ▶ Tout-à-fait, j'ai beaucoup apprécié.
- ▶ Oui, mais je vieillis et danser c'est fatiguant pour moi et stressant. Donc, je vais éviter ce type d'activités.
- ▶ Oui, l'atelier d'art thérapie a tout-à-fait répondu à mes besoins.
- ▶ L'art thérapie a magnifiquement répondu à mes besoins. J'espère qu'il y en aura d'autres.
- ▶ Belle ambiance et de beaux échanges.
- ▶ Ce fut super. Le seul problème c'est que le soir je suis épuisée. Je suis aidante naturelle et je m'occupe de plein de gens. Les professeurs étaient supers.
- ▶ J'ai participé à la danse. Plaisant, ressourçant, un bel échappatoire en quelque sorte. Je ne suis pas disponible pour l'art thérapie, quoique ça a l'air bien intéressant.
- ▶ Je ne sentais pas le besoin.
- ▶ J'ai mon tissage, mon tricot et bientôt, le jardinage.
- ▶ Je n'ai pas de disponibilité.
- ▶ Oui, très satisfaite.
- ▶ Je n'en ressens pas le besoin pour l'instant.
- ▶ Non, je ne savais pas et je n'aurais pas été intéressée.
- ▶ Oui, c'est fou à quel point ça me fait travailler.
- ▶ Je travaille de soir.

Suite à la page suivante

Appréciation des services 2023-2024

BILAN: 44 répondants sur 90 (suite)

6-

Une **activité de ressourcement** est une activité permettant de prendre du temps pour soi, loin de la routine, de se revitaliser, de se reposer et de réduire le niveau d'anxiété.

21 Oui 22 Non

Cochez l'activité à laquelle vous avez participé:

- | | |
|---|----|
| ▶ Cabane à sucre Chez Dany (avril 2023) | 12 |
| ▶ Retraite à Ottawa (juin 2023) | 10 |
| ▶ Déjeuner de la rentrée (septembre 2023) | 19 |
| ▶ Souper des Fêtes (décembre 2023) | 17 |

Cette activité a-t-elle répondu à vos besoins?

- ▶ Bonne façon d'établir des liens et de rencontrer des personnes ayant les mêmes problèmes que moi.
- ▶ J'ai vraiment aimé ça et ça a répondu à mes besoins. Je suis très satisfaite.
- ▶ Oh oui, et avec du monde très intéressant car on vit tous quelque chose de semblable, échanger avec les autres. Quand on est épuisé, l'intervenante et les activités nous reconforte beaucoup et nous donnent des forces.
- ▶ C'est agréable de se rencontrer entre membres et frustrant de ne pouvoir parler davantage.
- ▶ Oh oui, tellement, des liens se créent. Merci!
- ▶ Oui, ce fût très apprécié. Merci. Excellent répit pour moi.
- ▶ De belles occasions pour fraterniser, se connaître et s'amuser.
- ▶ Très bons échanges avec les autres. C'est bon de voir que l'on est pas seul à vivre cette vie.
- ▶ Le souper des fêtes a été très intéressant.
- ▶ J'adore toutes les activités de ressourcement. Ça me ravive et c'est très bien organisé. Merci!
- ▶ J'ai participé à toutes ces activités qui permettent de belles rencontres et de bonnes discussions. Ça fait toujours du bien.
- ▶ Certainement, de belles rencontres.

Appréciation des services 2023-2024

BILAN: 44 répondants sur 90 (suite et fin)

7-

Considérez-vous que les interventions et les actions à votre endroit ont été respectueuses de vos droits (le droit d'être informé, droit à l'intimité, droit à la dignité et au respect?)

44 Oui

Non

Sinon, veuillez brièvement nous faire part des raisons:

8-

Comment appréciez-vous l'ensemble des services mis en place pour répondre aux besoins de nos membres?

38 Très satisfait

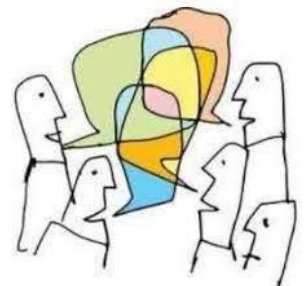
6 Satisfait

- ▶ Bon été à vous toutes.
- ▶ Je m'ennuie de certaines personnes que je ne vois plus.
- ▶ Cette année, j'ai eu la chance que ma fille aille très bien.
- ▶ Remerciement spécial à Lucie, la réceptionniste, vraiment géniale.
- ▶ Merci pour tout le bien que vous faites.
- ▶ Un gros merci à l'équipe de La Lanterne.
- ▶ Je suis très satisfaite. Vous êtes un filet psychologique indispensable pour les familles et leurs membres. Merci!
- ▶ Merci beaucoup d'être présentes pour nous lorsque le besoin se fait sentir.
- ▶ Ce service répond beaucoup aux questionnements des membres qui ont un proche en santé mentale. De plus, leur soutien est réconfortant, sécurisant lorsqu'on est en détresse. Merci.
- ▶ Je suis nouvellement membre. Je suis impressionnée par tous les services offerts ainsi que la bibliothèque. Merci!

Quelques personnes ont omis de répondre à une ou plusieurs questions.

Nous remercions tous les répondants de leur précieuse collaboration!

N'hésitez pas à communiquer avec **Lucie Wilson**, adjointe administrative, soit par téléphone au 819 693-2841 ou à l'adresse courriel: infolalanterne@videotron.ca



Bénévolat

C'est le moment parfait pour remercier chaleureusement les membres du conseil d'administration pour leur engagement et leur participation au développement de *La Lanterne*.

Ils ont offert généreusement de leur temps tout au long de l'année.

Total: 7 bénévoles / 297 heures

Il faut également souligner plusieurs heures de bénévolat effectuées par la présidente, **Lucie Plante**, lors des vacances de l'adjointe administrative, qui est venue au bureau afin d'assurer une présence pour accueillir la clientèle et/ou pour répondre au téléphone.



Autres sources de financement

La vente de la Collection La Lanterne de Clémence gagne du terrain et l'intérêt pour ces contes est manifeste dans notre région et ailleurs au Québec (5 contes pour enfants expliquant la maladie mentale de leur proche, soit la schizophrénie, le trouble bipolaire, la dépression sévère, le trouble obsessionnel-compulsif, le trouble de la personnalité limite).

Depuis la parution de la Collection au printemps 2021, plus de **145** contes pour l'une ou l'autre des thématiques ont été vendus.

Grand total pour 2023-2024: 412 \$

Dons

Différentes personnes, organismes ou fondations ont fait un don à *La Lanterne*.

Total des dons pour l'année: 3 874 \$



CanaDon:



CanaDon est un guichet unique de dons en ligne pour les organismes de bienfaisance canadiens enregistrés.

Faire un don avec CanaDon est facile et sécuritaire!

Visitez leur site au : <https://www.canadahelps.org/fr>

La Lanterne est sur Facebook et sur Instagram.

Suivez-nous!

<https://www.facebook.com/lalantetr/>

<https://www.instagram.com/lalantetr/>

Site Web, Réseaux sociaux et Statistiques

Notre site Web est un investissement puisqu'il est accessible en tout temps et sans frontières; cela augmente notre visibilité et accroît notre crédibilité. Nous avons su concevoir un site de grande qualité à la hauteur de notre réputation. Nous sommes à même de le constater, car c'est en visitant notre site que la clientèle ou les collaborateurs potentiels se renseignent au sujet de *La Lanterne*.

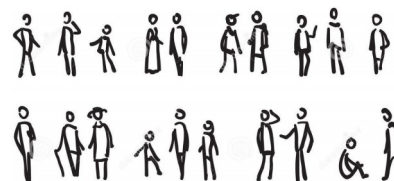
Les médias sociaux **Facebook** et **Instagram** sont une tendance incontournable pour rejoindre un jeune public. D'une part, cela accentue la notoriété et la visibilité de l'entreprise et devient complémentaire à notre site, et d'autre part, nous y ajoutons du contenu pertinent et qualitatif dans le but de tirer profit des statistiques.

Placées en annexe, une vue d'ensemble de ces informations pertinentes:

Google Analytics 1^{er} avril 2023 au 31 mars 2024

Facebook 1^{er} avril 2023 au 31 mars 2024

Instagram 13 juin 2023 au 31 mars 2024



Les statistiques sont compilées à chaque mois par chacune des employées.

Statistiques annuelles	Nombre
Appels organisationnels	579
Appels à la clientèle	633
Appels reçus	733
Visites au bureau	553
Contactés avec les partenaires/collaborateurs/organismes (courriels)	2 146
Contactés avec les partenaires/collaborateurs/organismes	475
Documents empruntés (centre de documentation)	37

PROGRAMME OASIS 2023-2024

Ligne 42 Total des personnes différentes 468 personnes

Ligne 43 Total des personnes différentes et/ou service
répit dépannage / activités de ressourcement 59 personnes

GRAND TOTAL: 527 personnes différentes

Que se soit par une visite au bureau, un contact par téléphone ou par courriel, ces personnes sont venues chercher des services, elles ont demandé une information ciblée, elles veulent en connaître davantage sur notre organisme ou pour l'achat des contes.

De ce nombre, 121 hommes ont contacté *La Lanterne*.

Services de base

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1- Interventions psychosociales | 5- Activités d'informations / Activités de sensibilisation |
| 2- Volet Enfance / Jeunesse | 6- Représentations / Collaborations |
| 3- Programme d'informations | 7- Activités de ressourcement |
| 4- Groupes de soutien | 8- Service Répit / Dépannage |

1- Interventions psychosociales

Interventions individuelles et/ou familiales où l'aide est reliée au soutien, à la communication, à la résolution de problèmes ou à la référence.

C'est-à-dire que la personne a nécessairement rencontré ou parlé à l'intervenant, que ce soit une intervention qui s'est déroulée au bureau, à domicile ou une intervention téléphonique.

Interventions psychosociales	Nombre	Heures
Rencontres individuelles	212	307
Rencontres familiales au bureau ou à domicile	9	19
Relations d'aide et/ou entrevues téléphoniques	496	137

GRAND TOTAL: 717 interventions psychosociales / 463 heures

Interventions psychosociales et référencement

Nous avons accueilli cette année 81 nouvelles familles référées par des intervenants du CIUSSS-MCQ ou d'autres ressources, par la ligne INFO-Social /INFO-Santé 811, par la sécurité publique, par d'autres partenaires ou collaborateurs en santé mentale, mais aussi par des amis, et parfois, par la personne atteinte.

Notre site internet, notre page Facebook et Instagram, YouTube, la publicité dans les médias locaux sont des moyens de communication sociale nécessaires permettant de sensibiliser une audience bien plus large.

2- Volet Enfance / Jeunesse

Pour favoriser une saine gestion des émotions et la pleine conscience chez l'enfant, le programme **ARBRE EN CŒUR**, fondé par Manon Jean et reconnu par le CIUSSS-MCQ, est un service dédié aux enfants de 5 à 12 ans ayant un membre de l'entourage qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale.

« La météo intérieure, pour accueillir le temps qu'il fait en soi ».

Faire découvrir aux enfants leur "moi" intérieur, qu'ils se sentent en sécurité avec leurs émotions, qu'ils se sentent compris et soutenus.

L'intervenante (Sarah-Marie Blais) a reçu **9 enfants et 1 adolescent**, toujours avec l'autorisation des parents ou d'un accompagnateur significatif et en leur présence.

Près de trente (30) heures ont été accordées en intervention individuelle.



Services de base (suite)

3- Programme d'informations

Courtes vidéos dont l'objectif est de communiquer de manière condensée des informations essentielles et des messages de prévention à retenir. Ces capsules sont diffusées sur You Tube, sur Facebook et sur le site Web.

Programme d'informations

Comme la clientèle a déjà accès à un grand nombre d'informations via Internet sans avoir à quitter le confort de leur foyer, d'autres outils ont été élaborés telles que nos capsules vidéos mises en ligne et nos publications intitulées **SAVAIS-TU** préparées par notre intervenante Sarah-Marie, succèdent donc aux PIF.

Ces capsules ont été décrites à la page 8 du présent rapport, onglet "Outils développés par *La Lanterne*"



Que ce soit sur notre site Web, sur notre page Facebook & Instagram, sur YouTube, dans notre journal *La Lueur*, dans une publicité affichée à la porte du local ou envoyée par courriel à tous nos membres, nos partenaires et aux médias locaux, toutes les activités de grand public ou offertes à notre clientèle sont décidément vues et lues par **toute la population desservie sur le territoire de la MRC de Trois-Rivières ainsi que sur le territoire de la MRC des Chenaux.**

Services de base (suite)

3- Programme d'informations

Courtes vidéos dont l'objectif est de communiquer de manière condensée des informations essentielles et des messages de prévention à retenir. Ces capsules sont diffusées sur You Tube, sur Facebook et sur le site Web.

Capsules vidéos d'informations

Octobre 2023	La stigmatisation	175 vues
Novembre 2023	La dépression sévère et saisonnière	127 vues
Janvier 2024	Le trouble bipolaire	132 vues
Février 2024	Le deuil en santé mentale	94 vues

Entre le 1^{er} avril 2023 et le 31 mars 2024, les capsules vidéos d'informations, mises en ligne sur notre site, sur YouTube et sur nos pages Facebook & Instagram, sont devenues un incontournable pour susciter l'intérêt de la clientèle.

Dans le but de transmettre à la population des informations dynamiques tout aussi pertinentes que variées, les capsules vidéo sont réalisées pour traiter de manière condensée un thème donné.

Par le nombre de vues sur chacune des capsules présentées et par les commentaires reçus, force est de constater que la présentatrice s'est démarquée.

GRAND TOTAL DU NOMBRE DE VUES DES CAPSULES D'INFORMATIONS SUR YOUTUBE:

4 capsules vidéo / 528 vues



Services de base (suite)

4- Groupes de soutien

Activités qui consistent en des moments d'entraide entre pairs.

Les groupes de soutien sont animés et encadrés par l'intervenante.

Les groupes de soutien ont lieu d'octobre à mai, inclusivement. Durant l'été, il n'y a pas de groupe de soutien. Il est toutefois possible de rencontrer l'intervenante en mode individuel en prenant un rendez-vous avec elle.

L'intervenante a procédé à l'évaluation de quelques rencontres, voici un bref résumé: **10 répondantes**

Critères \ Cote	1 Excellent	2 Très bien	3 Bien
Accueil	8	2	
Animation	8	2	
Lieux physiques	8	2	
Fréquence	4	4	2
Heure	5	3	1
Durée	5	3	1



Critères \ Cote	1 Excellent	2 Très bien
Mes attentes sont comblées	5	5
Lors de ces rencontres, je me sens bien et à l'aise	5	5
L'ambiance et le climat des groupes me conviennent	5	5

- ▶ Venir à ces rencontres, c'est ma récompense mensuelle.
- ▶ Beau groupe, sans jugement. C'est parfait.
- ▶ Madame Savard est une très bonne animatrice et elle répond très bien à nos attentes, elle est à l'écoute de nos problèmes.
- ▶ Merci du fond du cœur.
- ▶ Très bien, beau climat, ouverture et partage d'expérience. Merci!

Services de base (suite)

4- Groupes de soutien pour hommes

Activités qui consistent en des moments d'entraide entre pairs.
Les groupes de soutien sont animés et encadrés par l'intervenante.

Les groupes de soutien pour hommes ont lieu d'octobre à mai, inclusivement. Durant l'été, il n'y a pas de groupe de soutien. Il est toutefois possible de rencontrer l'intervenante en mode individuel en prenant un rendez-vous avec elle.

L'intervenante a procédé à l'évaluation de quelques rencontres, voici un bref résumé: **12 répondants**

Critères	Cote	1 Excellent	2 Très bien
Accueil		12	
Animation		12	
Lieux physiques		11	1
Fréquence		9	3
Heure		10	2
Durée		11	1



Critères	Cote	1 Excellent	2 Très bien
Mes attentes sont comblées		11	1
Lors de ces rencontres, je me sens bien et à l'aise		11	1
L'ambiance et le climat des groupes me conviennent		10	2

- ▶ Ne changez pas votre recette. Je repars d'ici régulièrement plus calme, plus léger.
- ▶ Bonne écoute, bon partage, approche humaine.
- ▶ Bon déroulement lors des discussions. Beaucoup de respect de la part des participants.
- ▶ J'aimerais avoir le temps de pouvoir parler avec les autres hors rencontres.

- ▶ 7 rencontres du groupe de soutien de soir / 25 personnes / 21 heures
- ▶ 8 rencontres du groupe de soutien pour hommes / 28 personnes / 24 heures

GRAND TOTAL DES GROUPES DE SOUTIEN (soir, hommes):
15 rencontres des groupes de soutien / 53 personnes / 45 heures

Mot de l'intervenante

Bonjour chers membres,

Une année si vite passée!

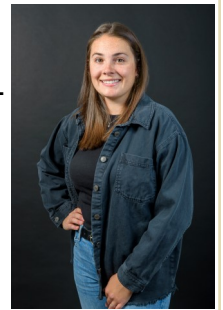
Cette dernière année a été pour moi remplie de première fois. Premier ressourcement de groupe, premier groupe de soutien, première rencontre avec plusieurs d'entre vous et j'en passe... Elle a été enrichissante.

Avec le développement de notre point de service dans la MRC des Chenaux, *La Lanterne* a été sur la route pour aller à la rencontre de la population afin de lui offrir des services de proximité. C'est beaucoup de travail et d'efforts qui se cachent derrière ce magnifique point de service.

Je vous remercie de votre confiance à mon égard.

Au plaisir de vous accueillir dans notre chaleureux local situé à Ste-Geneviève-de-Batiscan!

Sarah-Marie Blais



Mot de l'intervenante paire aidante

Je profite de cette fin d'année pour remercier tous ceux et celles qui, dans les moments difficiles, m'ont accordé leur confiance.

Sachez que c'est un immense honneur et bonheur de vous accompagner lors de nos rencontres.

Merci au groupe d'hommes de leur fidélité, leur partage ainsi que leur accueil à chaque nouveau qui se présente. Vous me laissez sans voix et je suis impressionnée par votre humanité.

Je remercie toutes les personnes qui participent à mes groupes d'art thérapie. Chaque rencontre est un bijou précieux de confiance.



Sincèrement, merci à toute notre magnifique clientèle de *La Lanterne*.

Pierrette Savard

5- Activités d'informations / Activités de sensibilisation

Activités d'informations permettant aux participants d'acquérir des connaissances sur les problématiques en santé mentale et de développer des meilleures pratiques auprès des personnes atteintes.

Date	Endroit Activité Représentation	Nombre de personnes de La Lanterne	Nombre de participants	Heures
Avril 2023	Présentation de nos services jeunesse École l'Envolée	1	1	1
	Présentation de nos services jeunesse École Ste-Thérèse	1	1	1
	Présentation de nos services jeunesse École Marguerite-Bourgeois	1	1	1
	Présentation de nos services jeunesse École Ami-Joie	1	1	1
	Présentation de nos services au département de psychiatrie au CHAUR (Nancy Jacob T.E.S.) (avril & juin 2023))	1	7	2
Mai 2023	Présentation de nos services jeunesse École Louis-de-France	1	1	1
	Session d'information virtuelle L'aide financière d'urgence pour violence sexuelle ou conjugale	1		3
	Table Enfance Jeunesse Famille	1	1	2
	Accueil psychosocial à St-Joseph	1	1	1
Octobre 2023	Rencontre avec 2 étudiantes en Technique de travail social du CEGEP TR	1	2	1
	Atelier école / CEGEP TR	1	6	1
Décembre 2023	Visite de Équijustice	3	2	2
	Remise de la subvention par le Fonds d'Aide des Bingos de Trois-Rivières	1	15	1
	Présentation Cap Santé Mentale Marie-Ève Caron	1	1	1

GRAND TOTAL DES ACTIVITÉS D'INFORMATIONS ET DE SENSIBILISATION :

3 personnes / 14 représentations ou collaborations / 40 participants / 19 heures

5- Activités d'informations / Activités de sensibilisation

Activités d'informations permettant aux participants d'acquérir des connaissances sur les problématiques en santé mentale et de développer des meilleures pratiques auprès des personnes atteintes.

Atelier :

PARLONS MALADIE MENTALE

Animé par Sarah-Marie Blais

28 septembre 2023 / École Bel Avenir

BILAN DE L'ÉVALUATION:

21 répondantes sur 24 (infirmières auxiliaires)

	1	2	3	4	5
L'atelier était adapté à mon niveau?	1				20
Le rythme de l'atelier me convenait?	1			2	18
L'atelier était pertinent?	1				20
L'animatrice a suscité la participation?	1			1	19
L'atelier était facile à comprendre?	1			1	19
Je recommanderais l'atelier à mes proches?	1				20

Que retiens-tu de l'atelier?

- ▶ Que les problèmes mentaux soient plus fréquents qu'on le pense et qu'il y a de l'aide pour les proches touchés.
- ▶ Une maladie mentale ne te définit pas en tant que personne.
- ▶ Que la santé mentale est importante pour tout le monde.
- ▶ Je comprends mieux la maladie mentale. Comment interagir avec eux et comment reconnaître les signes un peu.
- ▶ Ça m'a aidée à comprendre la maladie.

Autres commentaires :

- ▶ J'ai beaucoup aimé.
- ▶ Excellente présentation, très intéressant. Merci!
- ▶ C'était très pertinent.
- ▶ Très belle présentation sur les maladies mentales. Aide à mieux comprendre.



6- Représentations / Collaborations

Collaborateurs	Endroit Activité Représentation	Nombre de personnes de La Lanterne	Heures
CIUSSS-MCQ			
	Table régionale en proche aideance (juin 2023)	1	7
	Entente spécifique avec le PSOC Mesure 38 PAG-PPA (virtuel, octobre 2023)	1	7
	Table de concertation santé mentale adulte (SRAADD, novembre 2023)	1	7
TAME ET ROBSM			
	Réunion des directions (avril 2023)	1	7
	Réunion pour la typologie (mai 2023)	1	7
	Réunion des intervenants (La Passerelle, septembre 2023)	1	3
	Réunion à APPAMM Drummondville (septembre 2023)	1	7
	Réunion à Louiseville (novembre 2023)	1	7
	Rencontre virtuelle avec le PSOC Mesure 38 (janvier 2024)	1	1
	Réunion des intervenants (février 2024)	2	7
	Réunion à <i>La Lanterne</i> (février 2024)	1	7
ROBSM			
	Assemblée Générale Extraordinaire (février 2024)	2	7
CAP Santé Mentale (RADC)			
	Journée d'orientation cadre normatif (virtuel, 20 et 21 avril 2023)	2	9
	Assemblée Générale Annuelle (virtuel, juin 2023)	1	4
CDC de Trois-Rivières			
	Colloque Table Enfance-Jeunesse-Famille	1	7



**GRAND TOTAL DES REPRÉSENTATIONS / COLLABORATIONS:
15 représentations et collaborations / 2 personnes / 94 heures**

Services de base (suite)

7- Activités de ressourcement

Plusieurs recherches révèlent des avantages clairs reliés aux activités de ressourcement: les bienfaits de prendre du temps pour soi, loin de la routine, surtout lorsque nous nous sentons dépassés par les responsabilités de la prise en charge d'un proche.

Donc, outre les répit individuels, les activités de ressourcement sont très importantes et procurent plusieurs bénéfices: se revitaliser, briser l'isolement, se détendre, s'énergiser, s'éloigner de la situation, socialiser, participer aux activités, créer un sentiment d'appartenance et enfin, réduire le niveau d'anxiété.

ACTIVITÉ DE RESSOURCEMENT:

▶ Cabane à sucre (avril 2023)	24 personnes	3 heures
▶ Rencontre d'information pour le ressourcement de juin	13 personnes	1 heure
▶ Ressourcement culturel (juin 2023)	20 personnes	60 heures
▶ Brunch de la rentrée (septembre 2023)	40 personnes	4 heures
▶ Souper des Fêtes (décembre 2023)	35 personnes	5 heures

Lors de l'activité qui a eu lieu en juin, les participants ont été invités à répondre, de façon confidentielle, à une évaluation écrite. Voici un bref résumé révélateur:

Quels étaient vos objectifs reliés au ressourcement:

- ▶ Réussir à apprécier les belles choses, événements, sans ressentir la pitié envers ma fille qui ne profite de rien et ne peut ressentir la joie. Apprivoiser un voyage de quelques jours en groupe, après une période d'isolement.
- ▶ Prendre du temps pour moi et prendre du recul constructif face à mon fils. Échanger avec les autres.
- ▶ Profiter de ce ressourcement pour faire le vide dans ma tête. Malgré que tout va mieux pour mon fils, j'ai quand même de la difficulté à lâcher prise et à faire taire mes appréhensions.

La formule retraite vous a-t-elle permis de répondre à vos objectifs:

- ▶ Oui, ce détachement m'a permis de discerner les étapes à compléter, surtout dans le calme.
- ▶ Les activités étaient captivantes et enrichissantes. Cette retraite m'a donné un sentiment d'évasion.
- ▶ Les activités en alternance avec repos. Ça m'a donné une certaine liberté.

Qu'avez-vous apprécié le plus de votre séjour:

- ▶ C'est cette belle joie omniprésente durant ces journées. De faire connaissance avec des personnes de grand cœur, avec une belle ouverture et une grande humanité;
- ▶ J'apprécie beaucoup le séjour. Merci Josée, Pierrette et Sarah-Marie pour vous être démenées contre les imprévus.
- ▶ Changement d'endroit, ça fait du bien. Je suis partie négative et je suis revenue positive.

Quel est le mot qui définit le mieux l'état d'esprit dans lequel vous repartez?

- ▶ Ressourcé pour un petit bout, vraiment apprécié. Vive La Lanterne!
- ▶ Gratitude. Détendue. Acceptation.
- ▶ Esprit plus calme. Cœur rempli de bons souvenirs.
- ▶ Reposé et j'ai compris qu'il y en a plus que je pensais dans ma situation. Merci beaucoup. Vous êtes un besoin essentiel pour moi et je vous apprécie.



Services de base (suite)

7- Activités de ressourcement

Plusieurs recherches révèlent des avantages clairs reliés aux activités de ressourcement: les bienfaits de prendre du temps pour soi, loin de la routine, surtout lorsque nous nous sentons dépassés par les responsabilités de la prise en charge d'un proche. Donc, outre les répit individuels, les activités de ressourcement sont très importantes et procurent plusieurs bénéfices: se revitaliser, briser l'isolement, se détendre, s'énergiser, s'éloigner de la situation, socialiser, participer aux activités, créer un sentiment d'appartenance et enfin, réduire le niveau d'anxiété.

Pour l'activité de ressourcement **SOUPER DES FÊTES**, les participants ont également été invités à répondre, de façon confidentielle, à une évaluation écrite. Voici un bref résumé révélateur:

En un mot, décrivez l'émotion avec laquelle vous repartez et ajoutez un commentaire:

- ▶ Retrouvailles très agréables. Bien heureuse de pouvoir m'évader l'esprit et endosser l'esprit des Fêtes. Merci!
- ▶ Plus que satisfait. Très belle activité festive, bel accueil, bon moment.
- ▶ Coeur et tête plus léger. Que du gros bonheur, des échanges amicaux.
- ▶ Très chaleureux, j'ai rencontré des gens super, de belles conversations.
- ▶ Gratitude. Merci beaucoup pour l'excellente organisation qui nous fait vraiment du bien.
- ▶ Fraternité et amitié. Merci mille fois pour tout ce que vous faites pour moi et pour plusieurs autres personnes, si je regarde les sourires dans la salle.
- ▶ Je suis contente de connaître vos services et d'y participer.
- ▶ Merci à la belle équipe énergique.



« Quelle belle soirée ce fut, Micheline et moi vous remercions! Nous avons comme objectif d'être joyeux.... et ça a marché!... par contre, même en dansant, je n'ai pas perdu une seule once... alors je suis un gros joyeux!!!

Sérieusement, nous avons eu beaucoup de plaisir et ça nous a fait un grand bien.

Merci à chacune d'entre vous! Merci aux membres du CA également!....

Et je reviens avec des fleurs en plus!!! »

Micheline et Jacques

Services de base (suite)

7- Activités de ressourcement

Plusieurs recherches révèlent des avantages clairs reliés aux activités de ressourcement: les bienfaits de prendre du temps pour soi, loin de la routine, surtout lorsque nous nous sentons dépassés par les responsabilités de la prise en charge d'un proche.

Donc, outre les répit individuels, les activités de ressourcement sont très importantes et procurent plusieurs bénéfices: se revitaliser, briser l'isolement, se détendre, s'énergiser, s'éloigner de la situation, socialiser, participer aux activités, créer un sentiment d'appartenance et enfin, réduire le niveau d'anxiété.

Dans le but d'ajouter des éléments dans leur boîte à outils, de nouvelles activités agréables ont été planifiées afin d'en faire bénéficier la clientèle.

Favorisant les échanges, le partage, la création de liens et ainsi, éviter l'isolement dont le seul prérequis relié à ces activités est de « **se faire du bien et avoir le cœur plus léger** ».

L'art thérapie vous permet un moment d'introspection, de découvrir ce que vous devenez pendant un processus de création.... **Les ateliers sont animés et encadrés par Pierrette Savard.**

Atelier Art-Thérapie

Art thérapie 3

16 octobre au 13 novembre (p.m., 1 fois semaine)

4 personnes 13 heures

Art thérapie 2

18 octobre au 15 novembre (p.m., 1 fois semaine)

3 personnes 13 heures

Art thérapie 1 (nouvelle cohorte)

19 octobre au 16 novembre (a.m., 1 fois semaine)

2 personnes 13 heures

Résumé du bilan de l'évaluation de l'atelier **ART THÉRAPIE** / 6 répondantes

1- Objectifs personnels?

► Me changer les idées; continuer ma démarche pour être bien; me détendre et travailler sur moi.

2- Objectifs atteints?

► Mon objectif est loin d'être atteint mais chaque atelier « *est venu peser sur un piton* » qui m'a fait travailler comme jamais.

3- Climat propice à la détente et à l'enrichissement?

► Peu de participante, pas de performance exigées; vraiment, liberté de s'ouvrir et d'échanger sans gêne; on oublie et on se concentre sur ce que l'on fait;

4- Décrivez votre état d'esprit dans lequel vous repartez?

► Encore et encore; sérénité; gratitude; amicalement satisfaite.

GRAND TOTAL : 7 activités de ressourcement / 141 personnes / 112 heures

Services de base (suite)

7- Activités de ressourcement

Plusieurs recherches révèlent des avantages clairs reliés aux activités de ressourcement: les bienfaits de prendre du temps pour soi, loin de la routine, surtout lorsque nous nous sentons dépassés par les responsabilités de la prise en charge d'un proche.

Donc, outre les répit individuels, les activités de ressourcement sont très importantes et procurent plusieurs bénéfices: se revitaliser, briser l'isolement, se détendre, s'énergiser, s'éloigner de la situation, socialiser, participer aux activités, créer un sentiment d'appartenance et enfin, réduire le niveau d'anxiété.

Dans le but d'ajouter des éléments dans leur boîte à outils, de nouvelles activités agréables ont été planifiées afin d'en faire bénéficier la clientèle.

Favorisant les échanges, le partage, la création de liens et ainsi, éviter l'isolement dont le seul prérequis relié à ces activités est de « **se faire du bien et avoir le cœur plus léger** ».

Les cours d'initiation de danse en ligne sociale ou country améliore l'équilibre, la posture, la souplesse et le souffle. Ça favorise l'endurance tout en stimulant l'oreille interne.

Au delà de ses bienfaits physiques et combinés aux bienfaits cognitifs, l'aspect thérapeutique de la danse nous invite à nous réapproprier notre corps et à développer une meilleure estime de soi. La musique permet de laisser place à l'expression de notre sensibilité.

Les cours ont été donnés par Manon Pitre et Claude Fortin. Des professeurs expérimentés, passionnés et dotés d'une impressionnante culture musicale et chorégraphique.

Cours d'initiation de danse en ligne sociale et country

5 octobre au 14 décembre 2023 (aux 2 semaines)

10 personnes 6 heures



Manon Pitre & Claude Fortin

Services de base (suite)

8- Service Répit / Dépannage

Le service répit / dépannage est un service de soutien aux familles qui s'inscrit dans un plan de service global.

Service Répit / Dépannage

Nouvelles demandes	Membres
8	8

Suivi individuel

Nouvelles familles (adultes)	Nouvelle clientèle jeunesse	Membres	Nouveaux suivis
81	10	21	91

Service Répit / Dépannage Bilan

Nombre de personnes rejointes uniquement par le service Répit / Dépannage	Nombre de personnes qui ont participé à une ou l'autre des activités de ressourcement	Nombre de personnes rejointes au service Répit / Dépannage et au moins un autre service
16	51	16

Total des dossiers en suivi individuel: 500

Total des dossiers répit / dépannage: 16

GRAND TOTAL DES DOSSIERS ACTIFS: 516

Lorsqu'une famille se présente à *La Lanterne* la première fois, l'intervenante lui remet une pochette explicative selon la maladie du proche atteint.

Lors de représentations de nos services, ou lors de la visite dans nos locaux de collaborateurs et/ou partenaires, des pochettes d'informations générales sont remises:

Pochettes d'informations sur la maladie Pochette d'informations générales	91 pochettes
--	---------------------



Réseau de distribution

Avis / Lettre / Communiqué (postal ou courriel)	344 envois
Publicité pour la Collection La Lanterne de Clémence (parue dans La Lueur)	418 affiches
Pour l'assemblée générale annuelle de juin 2023	97 invitations
L'envoi du journal <i>La Lueur</i> (3 parutions, postal ou courriel) (Aux membres, aux partenaires, aux collaborateurs)	678 envois
Dépliants de <i>La Lanterne</i> Dépliants du programme jeunesse Cartes professionnelles	213 dépliants <i>La Lanterne</i> 549 dépliants Arbre en cœur 223 cartes professionnelles
Rapport annuel et états financiers 2023	47 documents
Tasses à café / stylos (produits promotionnels)	333 tasses / stylos

Que se soit pour offrir à la clientèle des activités toutes aussi diversifiées qu'importantes, mais également pour bénéficier de conseils utiles, **il va de soi que les contacts sont nombreux et salutaires**:

Sûreté du Québec; Vitro Services; Riotel Gaspé; Maison de la Famille des Chenaux; Immeuble multi-services des Chenaux (Aide chez soi; Fonds communautaires; AQDR; APEVAH); Université de Montréal (Centre international de criminologie); Rouge FM Mauricie (radiodiffusion commerciale); Amis de la santé mentale; Sonia Lebel (députée de Champlain); Palais de Justice de TR; Association des Aidants de la Vallée-de-la-Batiscan; Fonds d'Aide des Bingos de Trois-Rivières; Floriculture Gauthier; Université du Québec à Trois-Rivières; AFEAS Mauricie; Café-Bar Le Zénob; Accord Mauricie; Cap santé mentale (Réseau avant de craquer); Équijustice; Marie-Andrée Lemire de CPA Dessureault et associés (firme comptable); Auberge Godefroy; Auberge du Lac-St-Pierre; Auberge du Lac à l'Eau Claire; Le Baluchon; Enseignes FX Boisvert; Hyundai Shawinigan; Club de hockey Les Lions de TR (Olivier Denis); Ramada Plaza (Ottawa); Revenu Canada; Revenu Québec; Arborescence; La Croisée; Équipe Multiservices Beloeil; Les Parents Partenaires Inc.; National Pen; Statistiques Canada; Centre de justice de proximité; Pitney Bowes; Pitney Works; Purolator; SAGE Canada (logiciel comptable, soutien technique); CISSS Montérégie-Ouest (Équipe des Premiers Épisodes Psychotiques); CEGEP de La Pocatière; Écoles primaires du service scolaire Chemin-du-Roy; AQDR St-Maurice; Maison de transition de Batiscan; CAB des Riverains; CEGEP de Shawinigan; Ordivert; Cabane à sucre Chez Dany; Collège Laflèche; CEGEP de Trois-Rivières; Sécurité publique de Trois-Rivières; ROBSM; Écoles primaire et secondaire de la MRC des Chenaux; École Bel Avenir; CFCM; Les Éditions communautaire des Chenaux; CDC des Chenaux; Municipalité des Chenaux; Le Bulletin des Chenaux; Fondation Groupe AGF (Longueuil); Groupe AGF (Trois-Rivières);



Grâce à notre site Internet, nos pages Facebook et Instagram, YouTube, les autres organismes communautaires de la région et/ou ceux de l'extérieur, La Collection La Lanterne de Clémence (contes pour enfants), aux nombreux contacts téléphoniques et/ou électroniques et à tout le matériel distribué, assurément **plus d'un millier de personnes** ont été rejointes par **nos activités grand public**.

Nos bailleurs de fonds

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec

Québec 

Fiers partenaires financiers



Sonia Lebel, députée de Champlain
Coalition Avenir Québec



Priorité d'action 2024-2025

**Le développement du nouveau point de service
situé sur le territoire de la MRC des Chenaux
est établi comme la seule priorité pour l'année 2024-2025.**

Prévisions budgétaires 2024-2025

Les prévisions budgétaires ont été adoptées
par le conseil d'administration
23 mars 2024

REVENUS DE LA MISSION

Subvention PSOC	Bingo de T.-R	Cotisation des Membres	Collection Autres revenus	Activité de Ressourcement (contribution des participants)	Dons	15 % frais administratifs; Mesure 38; Revenu d'intérêts	Total
330 000 \$	2 000 \$	500 \$	1 500 \$	1 500 \$	1 500 \$	6 322 \$	343 322 \$

DÉPENSES DE LA MISSION

Salaires Avantages sociaux Assurance collective	Formations	Loyer T.R.	Loyer Batiscan	Électricité	Téléphone Internet	Assurances entreprise	Entretien général
230 000 \$	2 500 \$	20 000 \$	4 800 \$	1 500 \$	5 000 \$	1 250 \$	3 000 \$

DÉPENSES DE LA MISSION (suite)

Frais déplacements	Documentation	Fournitures/ Mobilier de bureau/ Matériel informatique	Frais postaux	Honoraires professionnels	Intérêts Frais bancaires CanaDon	Activité de ressourcement Adulte + transport	Activité de ressourcement Jeune + transport
500 \$	1 000 \$	8 000 \$	2 000 \$	8 000 \$	300 \$	40 000 \$	1 250 \$

DÉPENSES DE LA MISSION (suite)

Taxes/Permis/Licences	Publicité Matériel promotionnel	Frais activité Vie associative	Abonnements cotisations	Divers	Répit individuel Dépannage
2 500 \$	3 000 \$	3 000 \$	1 500 \$	3 000 \$	20 000 \$

DÉPENSES DE LA MISSION (suite)

Activité Reconnaissance Connaissance	Voiture (paiement, essence, entretien, assurance)	Total des dépenses
10 000 \$	7 000 \$	379 100 \$

Différence entre les revenus et les dépenses

343 322 \$ - 379 100 \$ = (35 778 \$)

DÉCOUVREZ LA MERVEILLEUSE



Collection La Lanterne de Clémence

**L'OUTIL ESSENTIEL À AVOIR SOUS LA MAIN
POUR INFORMER ET SENSIBILISER L'ENFANT
SUR LES MALADIES MENTALES.**

LE TROUBLE BIPOLAIRE, LA DÉPRESSION SÉVÈRE, LA SCHIZOPHRÉNIE,
LE TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE ET LE TROUBLE OBSESSIONNEL-COMPULSIF.



AU COÛT DE 13\$ CHACUN

PROMOTION

**ACHETEZ LA COLLECTION
COMPLÈTE ET OBTENEZ
UN RABAIS.**

5 CONTES POUR 60\$*

**POUR COMMANDER 819.693.2841
OU INFOLANTERNE@VIDEOTRON.CA**

*LES COÛTS D'EXPÉDITION NE SONT PAS INCLUS



Dossier de presse



**Activité de ressourcement / Cabane à sucre Chez Dany
Avril 2023**



**L'équipe de travail et les membres
du conseil d'administration
Assemblée générale annuelle / Juin 2023**

Dossier de presse



SANTÉ MENTALE

La Lanterne

Soutien aux familles et amis de la personne atteinte de troubles majeurs de santé mentale

- Interventions psychosociales • Groupes de soutien • Programme d'informations
- Activités de sensibilisation • Activités de ressourcement

👐 Programme enfance / jeunesse 👐

819 693-2841
17, rue Fusey, local 208
Trois-Rivières G8T 2T4

873 664-2158
30, rue Saint-Charles
Sainte-Geneviève-de-Batiscan G0X 2R0

Publicité parue dans l'Outil de Travail Quotidien des Enseignants.es Membres
Syndicat de l'Enseignement des Vieilles-Forages (FSE-CSQ)
2023-2024



La Lanterne

Soutien aux familles et amis de la personne atteinte de troubles majeurs de santé mentale

- Interventions psychosociales
- Groupes de soutien
- Programme d'informations
- Activités de sensibilisation
- Activités de ressourcement

👐 Programme enfance / jeunesse 👐

819 693-2841
17, rue Fusey, local 208
Trois-Rivières QC G8T 2T4

873 664-2158
30, rue Saint-Charles
Sainte-Geneviève-de-Batiscan QC G0X 2R0

Publicité parue dans Fonds Humanitaire de l'Association des Policiers-Pompiers de T.-R.
Revue annuelle de l'APPTR / Tome 18—Volume 2—Édition 2023



De gauche à droite,
Josée Bourassa, directrice générale;
Sarah-Marie Blais, intervenante psychosociale;
Pierrette Savard, intervenante psychosociale paire aidante;
Lucie Wilson, adjointe administrative.

Septembre 2023



**Notre intervenante, Sarah-Marie Blais, (au centre),
à l'occasion de la remise d'un chèque
pour une subvention de la part
des Fonds d'aide du Bingo de Trois-Rivières**

6 décembre 2023

Conclusion

L'année 2023-2024 se termine par le 32^e rapport annuel.

Ne pas oublier que derrière toutes ces statistiques, il y a surtout des gens. Et que prendre conscience de sa détresse et formuler une demande d'aide sont des gestes responsables, empreints d'altruisme et d'espoir.... Comme on sait que les hommes sont moins enclins à chercher de l'aide, je souhaite les valoriser ici justement, car je remarque une hausse de leur présence soit en consultation individuelle, le groupe de soutien exclusif aux hommes ou pour les activités offertes par *La Lanterne*.

C'est entre frénésie et bonheur qu'un nouveau point de service est ouvert sur le territoire de la MRC des Chenaux depuis avril 2023. C'est une excellente nouvelle pour les citoyens de ce secteur qui pourront désormais y être accueillis et accompagnés avec empathie et bienveillance. De nombreux efforts sont déployés afin de promouvoir ce nouvel emplacement aux ressources déjà existantes: présentation de nos services; distribution de matériels promotionnels; multiples rencontres et participation active à des comités; ateliers école;
Au plaisir de vous rencontrer!

Chaque année, *La Lanterne* fait évoluer ses façons de faire et s'engage quotidiennement à progresser sur la voie de la performance et de l'innovation. D'une part, en proposant à l'équipe permanente des formations qui correspondent aux objectifs de l'organisme dans le but d'acquérir de nouvelles compétences, de parfaire nos connaissances et de se perfectionner (protection des renseignements personnels, météo intérieure,)....

D'autre part, en présentant aux membres de l'entourage des activités qui sortent de l'ordinaire (art thérapie, danse en ligne, retraite culturelle, ...), permettant ainsi une vie associative vivante et intéressante, qui sont axées sur les bienfaits personnels, cognitifs et physiques parce que le corps et le cerveau travaillent en équipe. Des activités qui offrent des occasions uniques: tisser des liens, établir de nouveaux contacts, élargir ses horizons, briser l'isolement, ...

À la lecture du présent rapport, force est de constater qu'en plus des activités de ressourcement, la compilation des données statistiques des services de base traduisent bien l'année qui vient de passer: interventions psychosociales, capsules vidéos, groupes de soutien, ateliers d'art thérapie, représentations, collaborations et partenariat, ...

Notre association est soucieuse de répondre aux besoins de sa clientèle toujours grandissante. Nous nous démarquons par la recherche de l'excellence et de l'intégrité en matière de services rendus, par la complémentarité et la coopération, l'engagement et le professionnalisme. Faire de la prévention et de la sensibilisation est un travail de longue haleine. Il faut continuer de lutter contre les préjugés souvent associés à la santé mentale.

C'est donc avec fierté que nous vous avons présenté notre rapport annuel qui rend compte du travail accompli et qui illustre le dynamisme qui habite les membres de l'équipe permanente ainsi que les membres du conseil d'administration.

Nous sommes là pour vous. Nos services sont gratuits et professionnels. N'hésitez pas à communiquer avec nous pour toute demande d'aide, de support ou d'information au **819 693-2841** à Trois-Rivières et au **873 664-2158** à Sainte-Genève-de-Batiscan.

Lucie Wilson, adjointe administrative

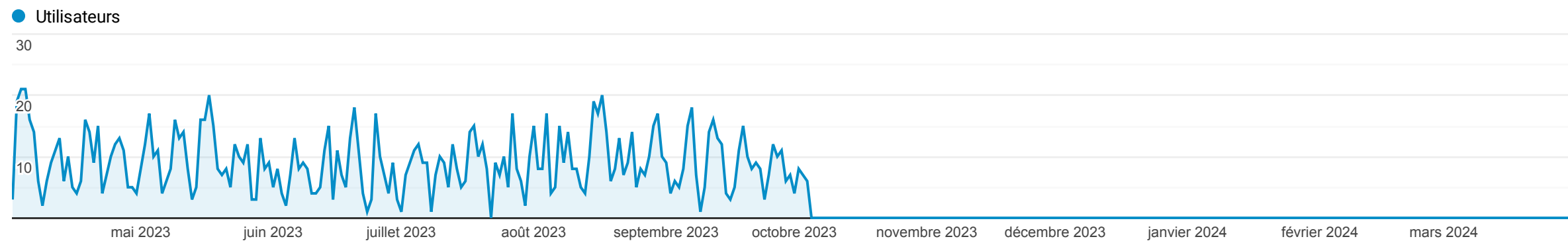


Vue d'ensemble de l'audience

1 avr. 2023 - 31 mars 2024

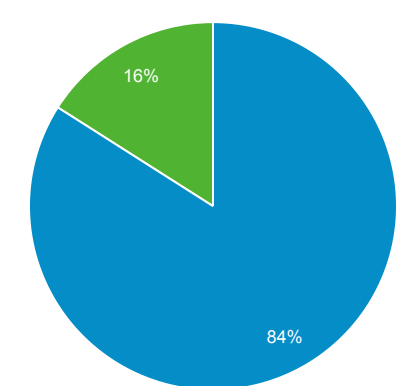
Tous les utilisateurs
100,00 %, Utilisateurs

Vue d'ensemble



Utilisateurs 1 419	Nouveaux utilisateurs 1 377	Sessions 1 864	Nombre de sessions par utilisateur 1,31
Pages vues 4 707	Pages/session 2,53	Durée moyenne des sessions 00:01:41	Taux de rebond 49,36 %

■ New Visitor ■ Returning Visitor



Langue	Utilisateurs	% Utilisateurs
1. fr-ca	753	52,99 %
2. fr-fr	347	24,42 %
3. en-us	196	13,79 %
4. fr	76	5,35 %
5. en-ca	29	2,04 %
6. en-gb	6	0,42 %
7. zh-cn	5	0,35 %
8. en	2	0,14 %
9. it	2	0,14 %
10. zh-cn,zh	2	0,14 %

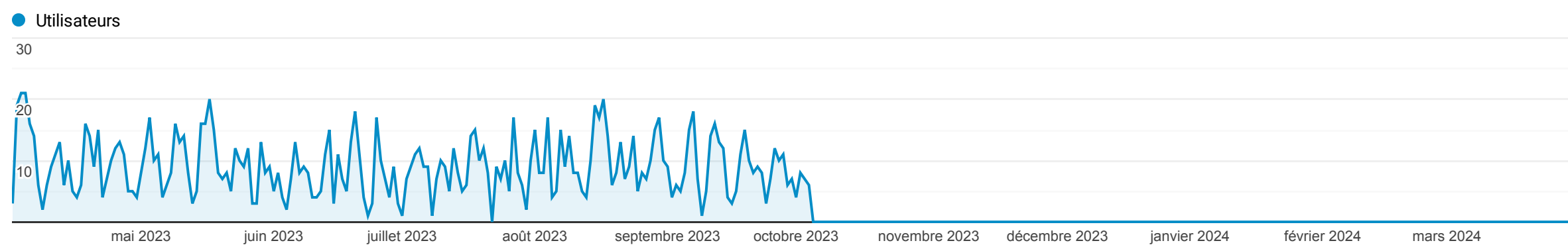
Nouveaux vs connus

1 avr. 2023 - 31 mars 2024

Tous les utilisateurs
100,00 %, Utilisateurs

Explorateur

Récapitulatif



Type d'utilisateur	Acquisition			Comportement			Conversions		
	Utilisateurs ↓	Nouveaux utilisateurs	Sessions	Taux de rebond	Pages/session	Durée moyenne des sessions	Taux de conversion par objectif	Objectifs réalisés	Valeur de l'objectif
	1 419 % du total: 100,00 % (1 419)	1 377 % du total: 100,00 % (1 377)	1 864 % du total: total: 100,00 % (1 864)	49,36 % Valeur moy. pour la vue: 49,36 % (0,00 %)	2,53 Valeur moy. pour la vue: 2,53 (0,00 %)	00:01:41 Valeur moy. pour la vue: 00:01:41 (0,00 %)	0,00 % Valeur moy. pour la vue: 0,00 % (0,00 %)	0 % du total: 0,00 % (0)	0,00 \$US % du total: 0,00 % (0,00 \$US)
1. New Visitor	1 377 (84,01 %)	1 377 (100,00 %)	1 377 (73,87 %)	49,89 %	2,54	00:01:30	0,00 %	0 (0,00 %)	0,00 \$US (0,00 %)
2. Returning Visitor	262 (15,99 %)	0 (0,00 %)	487 (26,13 %)	47,84 %	2,48	00:02:10	0,00 %	0 (0,00 %)	0,00 \$US (0,00 %)

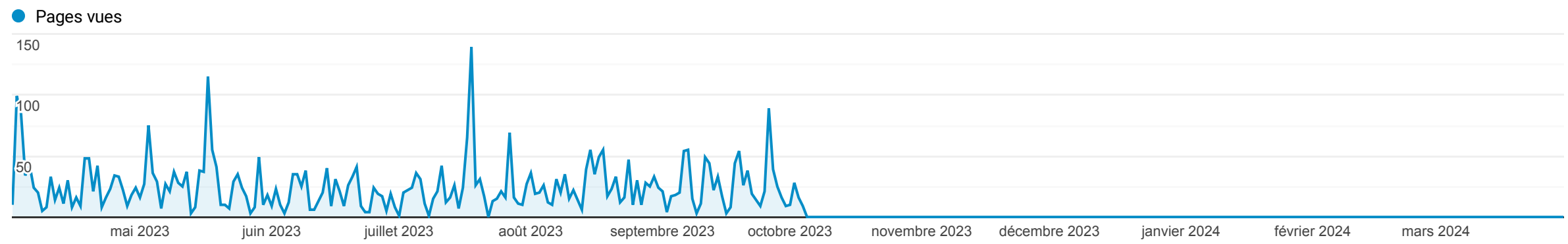
Lignes 1 à 2 sur 2

Vue d'ensemble

1 avr. 2023 - 31 mars 2024

Tous les utilisateurs
100,00 %, Pages vues

Vue d'ensemble



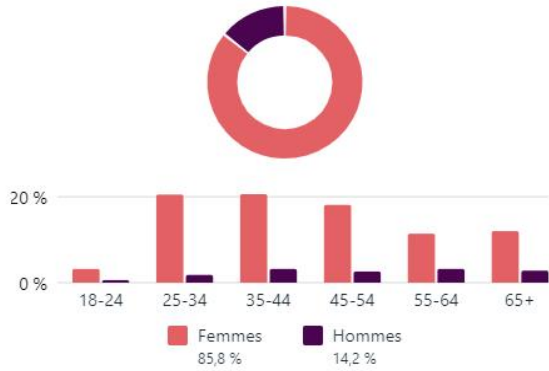
Pages vues 4707	Vues uniques 3721	Temps moyen passé sur la page 00:01:06	Taux de rebond 49,36 %	Sorties (en %) 39,60 %
---------------------------	-----------------------------	--	----------------------------------	----------------------------------

Page	Pages vues	% Pages vues
1. /	1699	36,10 %
2. /service.html	905	19,23 %
3. /mission.html	407	8,65 %
4. /joindre.html	352	7,48 %
5. /index.html	326	6,93 %
6. /maladie.html	237	5,04 %
7. /lien_utilite.html	201	4,27 %
8. /calendrier.html	193	4,10 %
9. /video.html	166	3,53 %
10. /tpl.html	87	1,85 %

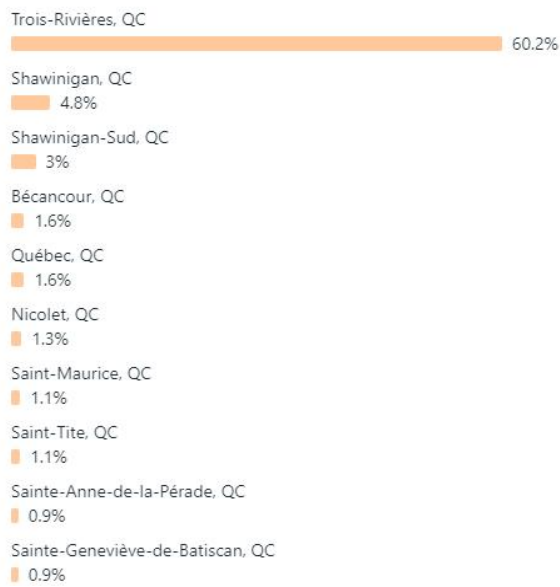
Followers Facebook ⓘ

558

Genre et âge ⓘ



Principales villes



Abonné(e)s Instagram ⓘ

43

Genre et âge ⓘ



Pour voir ces données démographiques, vous devez avoir 100 followers

Pour protéger la vie privée des personnes qui suivent votre compte, ces statistiques ne sont visibles qu'à partir de 100 followers Instagram.

Principales villes



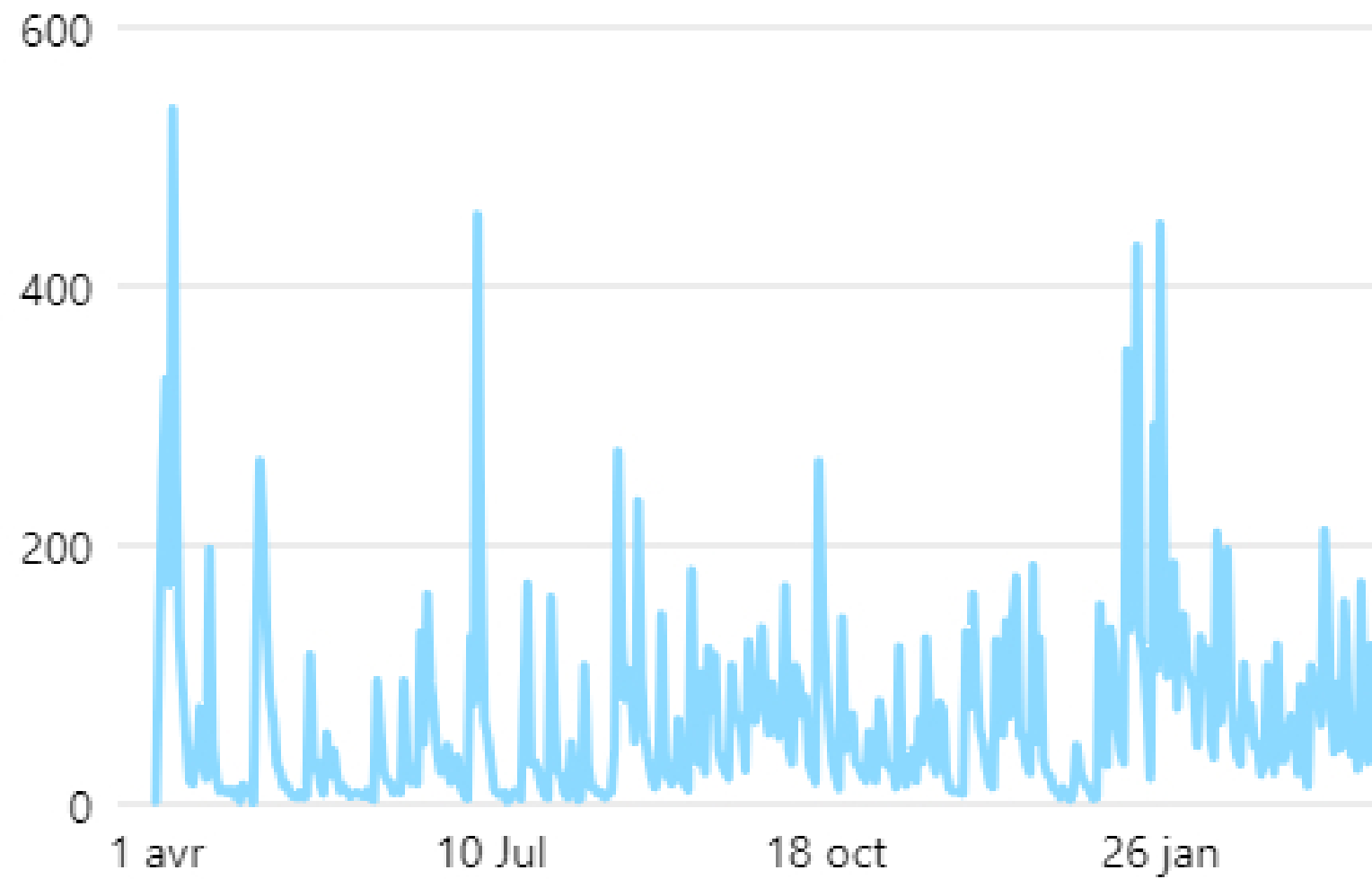
Pour voir ces données démographiques, vous devez avoir 100 followers

Pour protéger la vie privée des personnes qui suivent votre compte, ces statistiques ne sont visibles qu'à partir de 100 followers Instagram.

Couverture

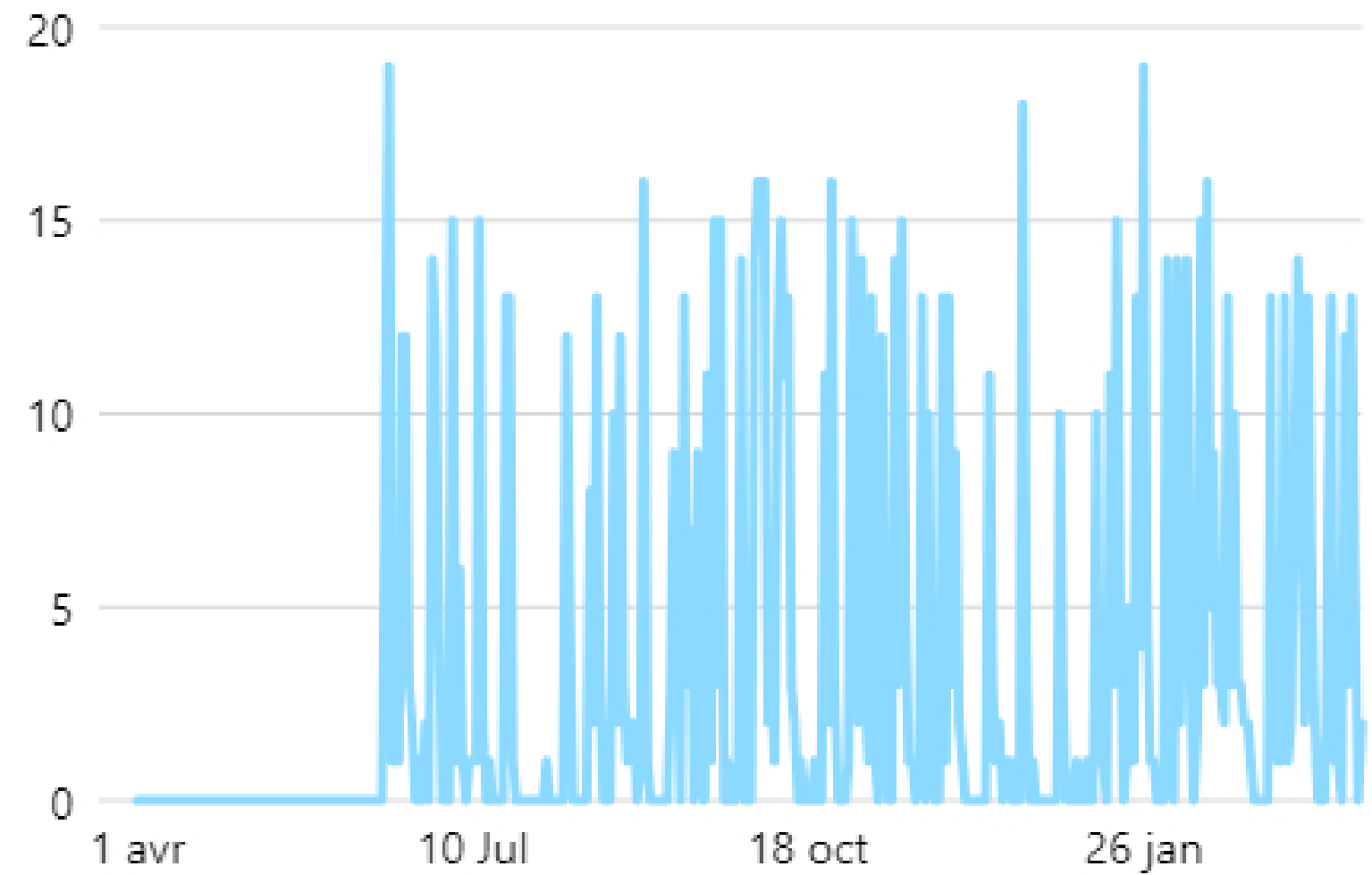
Couverture Facebook ⓘ

6,9 k ↑ 198,7



Couverture Instagram ⓘ

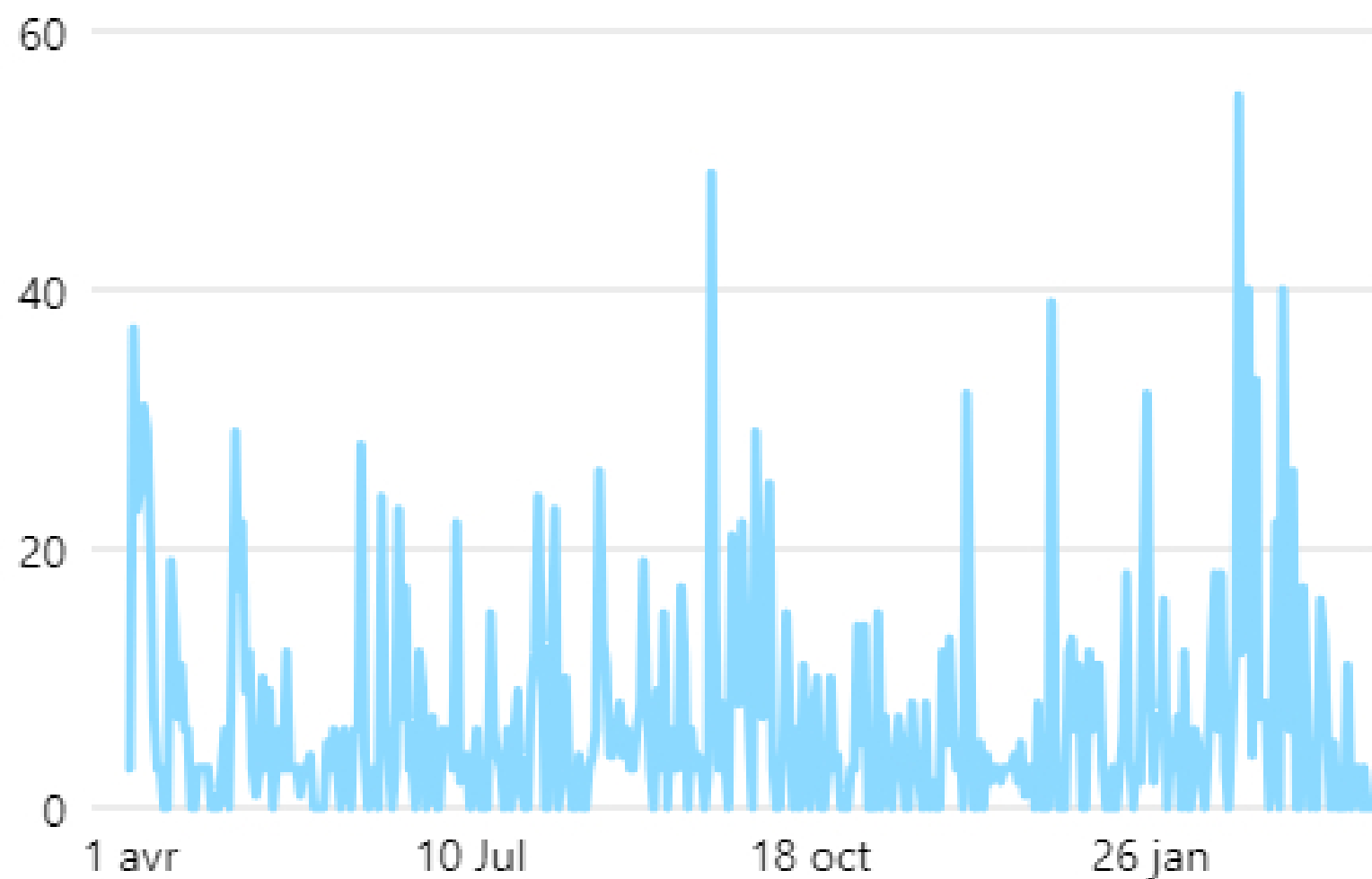
73 ↑ 100



Visites

Visites de la Page Facebook ⓘ

2,5 k ↑ 121,3



Visites de profil Instagram ⓘ

196 ↑ 100

