

# RAPPORT D'ACTIVITÉS

1er avril 2023 au 31 mars 2024



Nouveau  
Regard

GASPÉSIE



# TABLE DES MATIÈRES



Introduction	<b>2</b>
Notre organisme	<b>3</b>
Vie associative et démocratique	<b>9</b>
Représentations et partenaires	<b>10</b>
Activités, interventions et personnes rejointes	<b>13</b>
Perspectives de l'année à venir	<b>25</b>
Priorité 2024-2025	<b>27</b>

# Introduction

Chers membres,

Nous sommes heureux de vous présenter notre récapitulatif de l'année 2023-2024.

Un moment privilégié pour faire le point sur les réussites obtenues grâce à notre engagement et à notre mission, qui ont permis de réaliser des avancées significatives et d'atteindre nos objectifs.

Cette opportunité nous permet de reconnaître les efforts de chacun, d'apprécier les résultats obtenus et de renforcer notre détermination à poursuivre notre chemin avec la même passion et le même dévouement.

Votre participation en tant que membre de l'organisme est cruciale pour le succès de notre mission. Chaque retour, suggestion et engagement contribue à enrichir nos services .

Nous sommes impatients de continuer à vous offrir des services de qualité et à développer de nouvelles initiatives qui répondent à vos besoins.

Votre bien-être et celui de vos proches restent notre priorité, et nous nous engageons à poursuivre notre travail avec le même professionnalisme et la même passion.

Merci de l'intérêt que vous manifestez envers l'organisme Nouveau Regard Gaspésie.

*Mélanie Arsenault*

*Directrice, Nouveau Regard Gaspésie*

&

*Les membres du conseil d'administration*

## Les critères de l'action communautaire autonome



Avoir le statut d'un organisme à but non lucratif;



Être enraciné dans sa communauté;



Entretenir une vie associative et démocratique;



Être libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses approches et ses pratiques.



Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;



Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale;



Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées;



Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.

# Notre organisme

Nouveau Regard Gaspésie s'adresse aux **proches** (famille, amis, collègues, etc.) des personnes présentant des troubles de santé mentale de partout en Gaspésie, auxquelles il propose gratuitement de l'information et du soutien. L'organisme les aide à prendre du recul et les guide afin qu'ils fassent des choix éclairés pour reprendre le contrôle de leur vie et mieux vivre avec la situation. Confidentiels, les services sont offerts par une équipe humaine, chaleureuse et compétente. Les rencontres peuvent avoir lieu dans les bureaux de New Richmond et de Gaspé, par téléphone ou visioconférence, et l'équipe peut également se déplacer sur le territoire gaspésien.

## Historique

En 1987, un groupe de parents, confrontés aux défis d'isolement, d'insécurité, d'impuissance et de culpabilité liés à la maladie mentale d'un proche, a fondé l'association. Cette initiative a reçu le soutien précieux des travailleurs sociaux de la clinique externe en santé mentale du Centre hospitalier de la Baie-des-Chaleurs.

Au fil des ans, l'organisme a évolué et s'est affirmé comme un acteur clé dans la région. En 2000, cette reconnaissance s'est concrétisée par l'octroi d'un mandat régional, permettant à l'association d'élargir son champ d'action et d'étendre son soutien à un plus grand nombre de familles. Cette mission élargie a considérablement renforcé l'impact de l'organisme, lui offrant les moyens de répondre aux besoins diversifiés des communautés locales.

Depuis mars 2014, Nouveau Regard Gaspésie est membre de CAP Santé Mentale, la confédération des associations de proches en santé mentale du Québec. Ce partenariat a permis à l'association de bénéficier d'un réseau élargi, de partager des connaissances et des pratiques, et de renforcer son engagement envers les familles et les proches.





# Nouvelle identité visuelle

Nous avons développé une nouvelle identité visuelle pour préciser notre rôle, souvent mal connu, et pour clarifier la nature de l'accompagnement que nous offrons.

Cette nouvelle identité vise à rendre notre mission plus claire et accessible. Nous nous consacrons à soutenir les proches de personnes présentant des troubles de santé mentale en leur offrant une relation d'aide adaptée à leurs défis. Notre équipe d'intervenants est dédiée à les accompagner avec bienveillance et écoute.

Ce projet a été possible grâce à la collaboration de Marie-Ève Forest de Communication Antilope, Marilou Levasseur d'Idéation & Design, Jonathan Desjarlais, David Langlois de La Boite Flexible, ainsi que l'équipe de Nouveau Regard Gaspésie et notre conseil d'administration.

Mélanie Arsenault, la directrice, a eu deux présences à la télévision dans l'émission La Vitrine avec M. Michel Roussel. Lors de la première apparition, le 23 janvier 2024, elle a parlé de l'organisme en générale et invité la population à notre soirée de dévoilement qui avait lieu le 25 janvier 2024 au siège social de New Richmond et au point de service de Gaspé.

Lors de la seconde apparition, le 9 février 2024, elle a présenté notre nouvelle identité visuelle et détaillé les moments forts de notre soirée de dévoilement.



Nouveau  
Regard

GASPÉSIE

Soutenir les **proches** des personnes  
présentant des troubles de santé mentale

## Définition du Nouveau Logo

*L'image de deux silhouettes de visages orientés vers la même direction qui démontre le soutien, l'accompagnement, la bienveillance et la solidarité entre les proches de personnes présentant un trouble de santé mentale. Mettant en lumière l'importance de ne pas rester seule dans les moments difficiles.*

*Les courbes et les contours de la ligne du logo qui mènent jusqu'aux trois feuilles, illustrent que le chemin que nous empruntons n'est pas une ligne droite, mais plutôt une série de hauts et de bas, de virages et de détours.*

*Les feuilles signifient la croissance, l'évolution, l'équilibre et un message d'espoir. Elles soulignent également l'importance de la croissance personnelle afin de prendre soin de soi et favoriser le bien-être global.*

## Nos Valeurs

Respect

Intégrité et transparence

Esprit d'équipe

Professionalisme

## Services

- Intervention
- Ateliers d'information
- Activités de sensibilisation
- Groupe d'entraide
- Accompagnement pour une demande de garde provisoire
- Prévention du suicide
- Soutien aux personnes endeuillées par le suicide
- Et plus encore !
- Services Gratuits & bilingues
- Pas de liste d'attente
- Pas besoin d'un diagnostic d'un.e proche
- Sur rendez-vous en personne, par téléphone ou par visioconférence
- Point de service à New Richmond et Gaspé
- L'équipe peut se déplacer sur le territoire

## Mandats

- Se doter d'objectifs aux fins purement charitables et sans intention pécuniaire pour ses membres.
- 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, parent et ami à découvrir et mieux utiliser leur potentiel.
- Encourager les 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 amis de la personne atteinte de maladie mentale auprès des partenaires et des instances décisionnelles.
- Appuyer les 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 ou immobilières, administrer tels dons, legs et contributions; organiser des campagnes de souscription dans le but de recueillir des fonds pour des fins charitables et solliciter des dons envers la corporation.

# Accessibilité et territoire

Nouveau Regard Gaspésie est heureux d'annoncer que notre présence sur le territoire est désormais renforcée, incluant une couverture élargie des cinq MRC gaspésiennes, avec une attention particulière à la MRC Rocher-Percé. Notre siège social est situé à New Richmond, avec un point de service à Gaspé et une présence mensuelle à Sainte-Anne-des-Monts.



Pour assurer une large diffusion de nos activités, nous utilisons divers médias locaux tels que CHNC, CIEU-FM, Radio Gaspésie, et Bleu-FM, à des fins publicitaires et de sensibilisation. Nous publions également sur les réseaux sociaux et sollicitons des médias tels que Télévag, l'agenda à CHAU-TV et l'émission La Vitrine . Des dépliants sont distribués gratuitement sur le territoire, notamment dans les organismes communautaires, les CISSS de la Gaspésie et parmi nos membres.

Nous tenons à exprimer notre sincère gratitude envers nos partenaires communautaires ainsi que ceux du réseau de la santé et des services sociaux, qui mettent parfois leurs locaux à notre disposition gratuitement. Votre soutien est précieux pour nous.

## Horaire

**Horaire** : Lundi au jeudi, 9h à 16h ; vendredi sur rendez-vous.

**Disponibilité** : Toute l'année, présence constante.

**Services supplémentaires / ateliers ou événements** : Soirée et week-end sur demande.

**Emplacements** : New Richmond, Gaspé ; interventions à distance ou par téléphone.

**Déplacements** : Sur le territoire selon les besoins.

**Présence mensuelle** : Saint-Anne-des-Monts.

**Objectif** : Services de qualité, accessibles et flexibles pour la population gaspésienne.



# Membres de l'équipe



**Mélanie Goulet**  
Intervenante



**Mélanie Arsenault**  
Directrice



**Jérôme Gagnon**  
Intervenant



**Annie Arsenault**  
Agente au soutien  
administratif et au  
développement



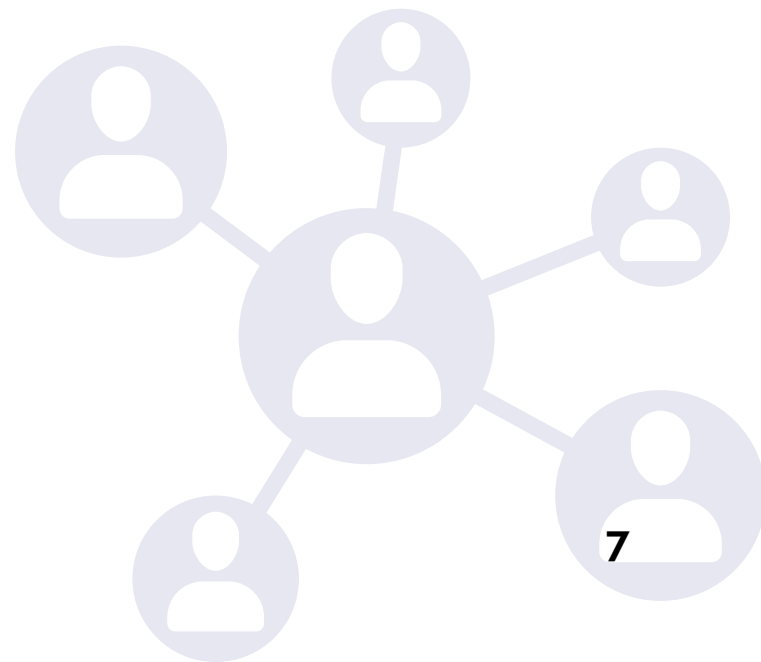
**Audrée Dubé**  
Intervenante



**Anabel Cyr**  
Travailleuse  
sociale &  
Consultante en  
santé mentale

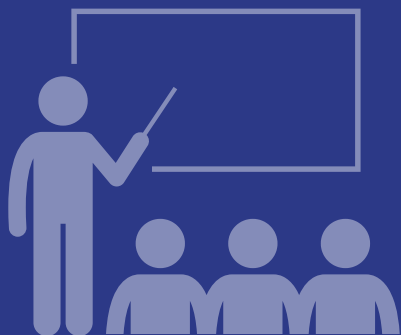


**Joanie Rivière**  
Intervenante  
jeunesse



# Formations suivis

## EN INTERVENTION



- Deuil et traumatismes : favoriser la croissance personnelle (8h)
- Comment gérer mes limites de manière réaliste (3,5h)
- Formations droits des locataires 101 (3h)
- Prévenir le suicide le plus tôt possible (1h)
- Adolescence et TPL (2h)
- Pouvoir d'agir - UQTR (6h)
- Anxiété de performance - UQTR (6h)
- Approche orientée vers les solutions (14h)
- Conférence connexion (15h)
- Gestion des limites (3h)
- Intervenir auprès de la personne suicidaire (21h)
- Réticence vers l'utilisation des services (4h)
- Cyberviolence (4h)
- Employabilité avec le CIRADD
- Désamorcer une situation de crise (4h)
- Appui - proche aidant (6h)
- Santé mentale - diagnostique (3h)

## EN ADMINISTRATION ET GESTION

- Rédaction du rapport d'activité (2h30)
- loi 25 (3h)
- L'administration du régime de retraite (3h)
- Feuille fiscale du régime de retraite (2h)
- Formation CANVA (7h)
- Rôle et responsabilité du CA - Cap santé mentale (1h)

## PAR LA DIRECTION

- Intensif en leadership (30h)
- Loi 25 avec le centre de justice de proximité (2h)
- Formation Règlements généraux (ROCGÎM-CDC)
- Colloque RH SADC BDC
- Formation en ligne avec La planificatrice "Planifier pour se réaliser"

# Accueil de stage

L'accueil de deux étudiants en stage de la technique en criminologie au sein de notre organisme s'est révélé une opportunité enrichissante. Leurs compétences en travail d'équipe et leur implication dans des projets répondant à nos besoins ont grandement contribué à notre mission. Dans le cadre de leur projet d'équipe, ils ont choisi de créer une capsule vidéo éducative sur la dépression, un trouble de santé mentale, qu'ils ont publiée sur les réseaux sociaux de notre organisme.



# Vie associative et démocratique

## Notre conseil d'administration 2023-2024

- Mme Audrey Gagnon-Caron, présidente,
- Mme Julie Babin, vice-présidente,
- Mme Noémie Lévesque, secrétaire/trésorière
- Mme Monique Morrison, administratrice,
- Mme Huguette Arsenault, administratrice,
- Mme Colette Goyette, administratrice,
- Mme Dany Cayouette, administratrice,

Le conseil d'administration s'est rencontré 7 fois en rencontre régulière et 4 fois en rencontre spécial durant la période du 1er avril 2023 au 31 mars 2024.

L'assemblée générale annuelle 2022-2023 a eu lieu le 20 septembre 2023 en mode hybride. Les membres avaient le choix d'être en présence aux locaux de Nouveau Regard à New Richmond au 189, boul. Perron Ouest ou par visioconférence via Zoom. Un total de 13 personnes étaient présentes.

## Membres

Au 31 mars 2024, notre organisme compte **158 membres**.



20 septembre 2023, lors de notre AGA 2022-2023

# Représentation et partenaires

(Associations et regroupements)



## Régional

### ROCGÎM-CDC

L'organisme fait partie du regroupement et participe activement aux campagnes de mobilisation. Plusieurs rencontres, appels et courriels vers les membres ont été faits afin de favoriser leur mobilisation. Une présence a été assurée à l'Assemblée générale annuelle et l'AGs du ROCGÎM-CDC.

### ROCASM-GÎM

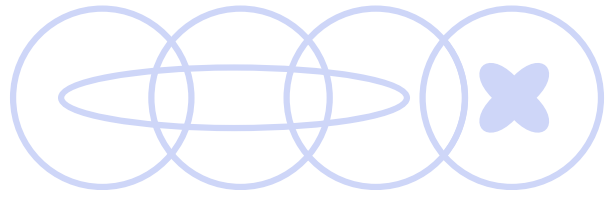
Regroupement d'organismes communautaires alternatifs en santé mentale, Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine. La présence à ce regroupement est importante afin de recevoir de l'information sur les dossiers concernant la santé mentale. Au cours de l'année 2023-2024, il y a eu 6 rencontres.

### RDS-GÎM

Le réseau de développement social de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine est une formule de réseautage entourant plusieurs acteurs sur le territoire gaspésien et les Îles-de-la-Madeleine. L'objectif de ce réseau est de créer des partenariats pour de futurs projets en développement social afin de répondre au besoin de la communauté. 2023-2024, il y a eu 4 rencontres.

### CISSS Gaspésie & la direction de la Santé Publique

Des rencontres ont été organisées avec le département de la santé mentale et la direction de la santé publique, permettant aux intervenantes d'établir des contacts avec divers professionnels pour faciliter le référencement et mieux comprendre les missions respectives. De plus, des ententes de collaboration ont été conclues, incluant un soutien financier pour la prévention du suicide et soutien aux endeuillées par le suicide. 2023-2024, 5 rencontres ont eu lieu.



## **TOC (TABLES D'ORGANISMES COMMUNAUTAIRES)**

La mission des tables d'organismes communautaires est de promouvoir la collaboration, l'échange de services, la formation, la concertation, la circulation de l'information et la solidarité entre les organismes communautaires autonomes, le ROCGÎM-CDC (Regroupement des Organismes Communautaires de Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine - Centre de Développement Communautaire) et d'autres instances.

Notre organisme n'est pas membre des TOC Rocher-Percé, car il est requis d'avoir une présence physique dans la MRC pour y adhérer. En revanche, nous avons intégré le TOC Haute-Gaspésie en assurant une présence mensuelle à Sainte-Anne-des-Monts.

### **NBR de rencontres**

**TOC Avignon : 4 TOC Bonaventure : 3 TOC Côte-de-Gaspé : 4 TOC haute-Gaspésie : 4**

## **Table de concertation en santé mentale**

Un réseau de collaboration réunissant des organismes communautaires, des acteurs du réseau public, ainsi que la Sûreté du Québec et les centres de services scolaires. L'objectif est d'harmoniser nos efforts pour mieux identifier et répondre aux besoins et enjeux de santé mentale au sein de notre communauté.

En mettant en commun les ressources et les expertises des différents acteurs — organismes communautaires, institutions publiques, forces de l'ordre, et établissements scolaires — nous pourrions maximiser notre impact et apporter des changements significatifs.

**Table de concertation en Santé Mentale Rocher-Percé : 3**

**Table de concertation en santé mentale Baie-des-Chaleurs : 2**

**Table de concertation en santé mentale jeunesse -chantier BDC : 3**

# National



## Mouvement Santé Mentale Québec

Regroupement québécois d'organisme communautaire voué spécifiquement à la promotion et la prévention.

## AQPS

L'association québécoise de prévention du suicide

## CAP santé mentale

La confédération des associations de proches en santé mentale du Québec.

# Autres

## Télévag

La télévision communautaire

## SADC

SADC de Baie-des-Chaleurs

## Radio CIEUFM

## CCIBDC

La chambre de commerce et d'industrie de la Baie-des-Chaleurs



11 novembre 2023  
Le gala reconnaissance 2023 de la chambre de commerce et d'industrie Baie-des-chaleurs. Joanie Rivière, intervenante jeunesse ; Mélanie Arsenault, directrice et Monique Morrison, administratrice sur le conseil d'administration.



# Activités, interventions et personnes rejointes

**Nouveau Regard Gaspésie** est un organisme régional dédié au soutien des proches de personnes atteintes de troubles de santé mentale. Nous offrons une gamme complète de services gratuits, incluant des interventions personnalisées, du soutien émotionnel, des conseils pratiques, des ateliers ainsi que des sessions d'informations pour aider les familles à mieux comprendre et gérer les défis liés à la santé mentale.

Nous rejoignons des personnes de tous âges et de tous horizons, en leur fournissant les outils et les ressources nécessaires pour naviguer dans des situations souvent difficiles, tout en favorisant une meilleure compréhension et une réduction de la stigmatisation.



- Interventions
- Activités d'information et de sensibilisation
- Activités de l'année : Thématiques et sujets abordés
- Présentation des services & partenaires
- Autres services
- Projets porteurs & entente de collaboration \$
- Moyen de communication et présence dans les médias

# Interventions

Nous proposons des interventions sur mesure pour aider les proches à faire face aux défis liés à la santé mentale de leurs êtres chers. Nos intervenants qualifiés fournissent un soutien émotionnel, des conseils pratiques et des stratégies efficaces pour gérer le stress et les situations complexes.

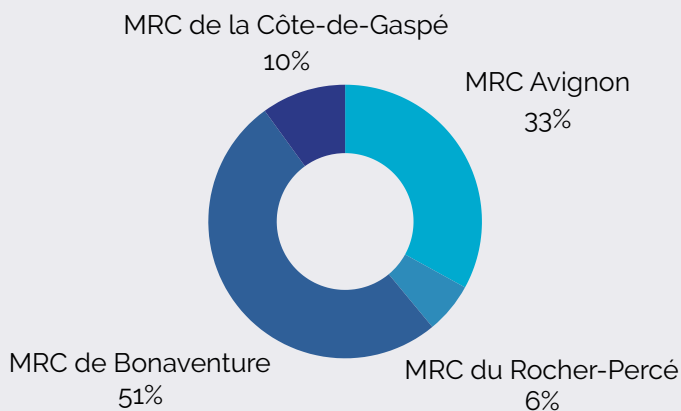
Chaque intervention est soigneusement adaptée aux besoins particuliers de chaque famille ou individu concerné.

Nombre de personnes rejointes

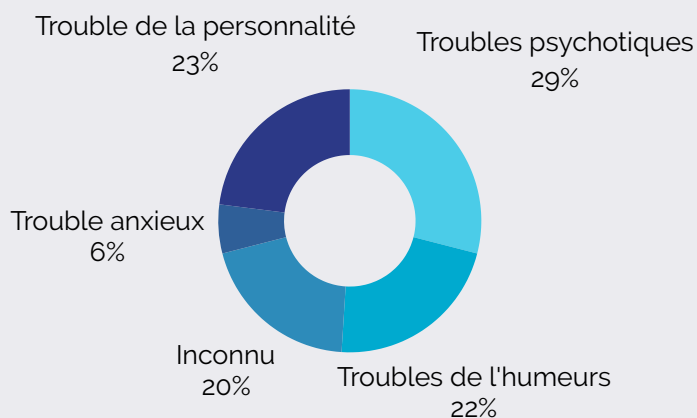
58

## Représentations des personnes rejointes par ce service

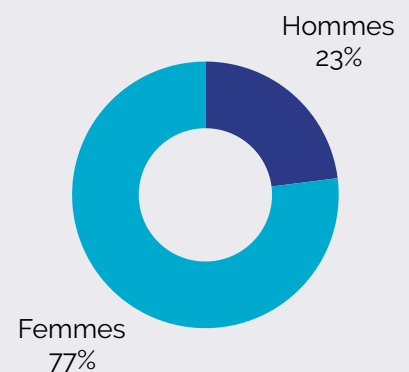
### Provenance



### Diagnostic du proche



### Identité de genre





# Activités de sensibilisation et d'informations

Nous mettons en place régulièrement des événements de sensibilisation et des sessions d'information pour informer le public sur les troubles de santé mentale et leurs répercussions sur les familles. Ces initiatives abordent divers aspects et thématiques liés à la santé mentale.

Notre mission est de réduire la stigmatisation, de favoriser une meilleure compréhension et de fournir des ressources précieuses aux familles et aux proches concernés.

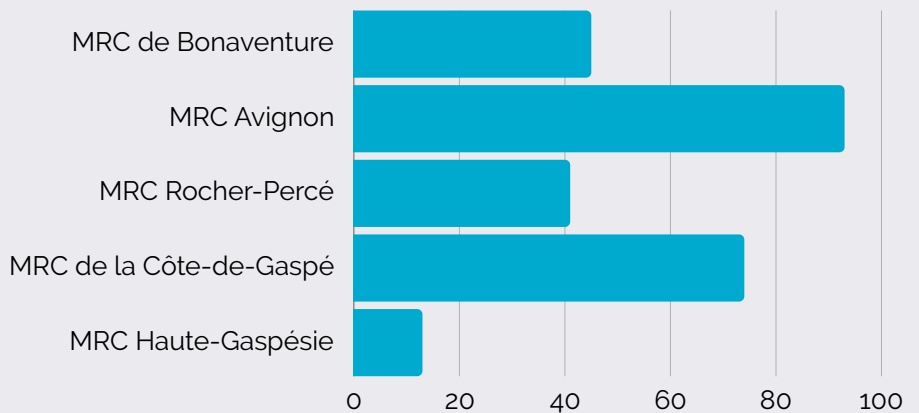


Nos intervenantes en visites à Pointe-à-la-croix pour rencontrer la population

## Nombres de personnes rejointes

266

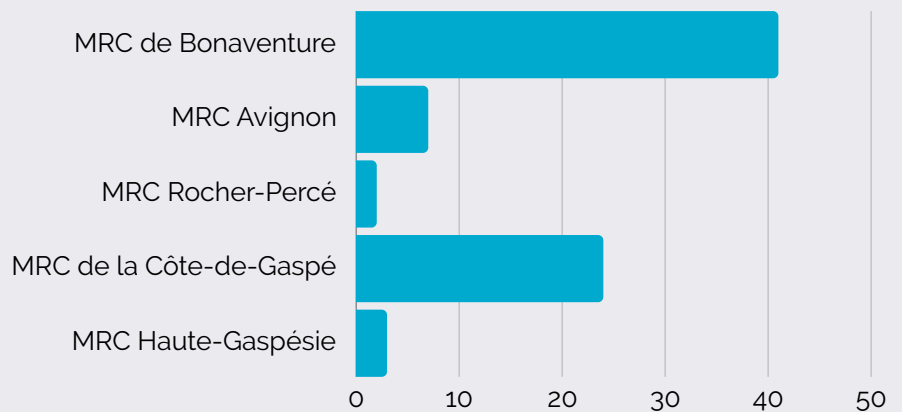
### Nbr de personnes rejointes par MRC



## Nombre d'activités offertes

77

### Nbr d'activité offertes par MRC



# Activités de l'année : Thématiques et sujets abordés

- Le stress et l'anxiété
- La pauvreté et la santé mentale
- Initiation au yoga sur chaise
- Les bienfaits du plein air sur la santé mentale
- Apprendre à mettre ses limites
- Documentaire « comme des papillons » suivi d'une discussion sur les problèmes de santé mentale.



## Confection de chandelles

20 novembre 2023 – 1 participant

Pour souligner la 21<sup>e</sup> journée mondiale de **prévention du suicide**, qui avait pour thème « **ravivons la flamme** », les gens étaient invités à allumer une chandelle le 10 septembre à 20h afin de démontrer leur soutien et leur engagement à garder vivante la flamme de vivre.

Nous avons donc invité nos membres pour une activités de confection de chandelles suivi d'une discussion entourant ce sujet.

Cette activité a permis au participant de briser l'isolement et de s'offrir un moment pour elle au travers ses semaines chargées.

## Atelier avec Mi-chemin Gaspé Inc sur les dépendances:

20 novembre 2023 – 3 participants

L'organisme Mi-Chemin est venu nous présenter ses services ainsi que les enjeux liés à la dépendance et ses impacts sur les proches. Ils ont également fourni des outils concrets pour mieux comprendre et gérer ces situations.

Les participants ont apprécié cette première rencontre avec l'organisme et ont été satisfaits de savoir comment les contacter en cas de besoin.



# Présentations des services & partenaires

Nombre de présentations

23

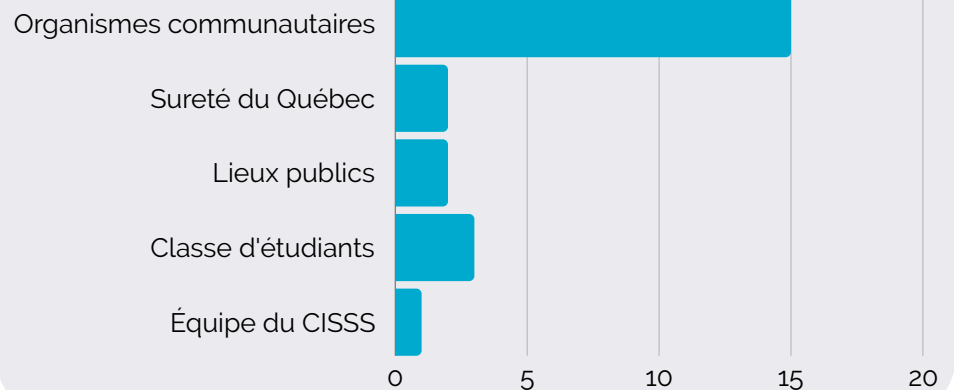
Nous offrons des présentations détaillées de nos services pour informer les nouvelles familles et les proches des ressources disponibles. Ces présentations peuvent être faites en personne, via des sessions en ligne ou dans des endroits publics sous forme de kiosques.

Elles permettent de mieux comprendre comment accéder à nos services et comment nous pouvons aider dans différentes situations.

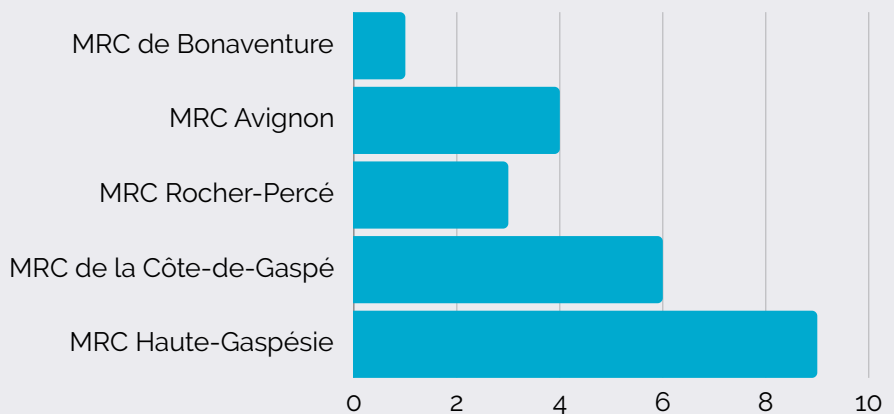
**Nous estimons que nos présentations de services nous ont permis de rejoindre plus de 300 personnes directement**



## Endroits où ont lieux les présentations



## Nbr de présentation offertes par MRC



## Présence de nos intervenants dans les lieux publics

La présence de nos intervenants dans les lieux publics nous permet d'aller à la rencontre de nouvelles personnes pour leur parler de nos services et les sensibiliser aux troubles de santé mentale.

Plus de 100 personnes ont été rencontrées lors de ces présences et cela a permis pour certaines d'entre-elles de créer le premier contact pour prendre rendez-vous pour une intervention individuelle.



*Images de quelques unes de nos présentations de nos services*



# Autres services

## Accompagnement pour une Demande de Garde Provisoire (3)

Notre équipe est dédiée à fournir un soutien et un accompagnement qui est essentiels aux familles qui envisagent une demande de garde provisoire pour un proche présentant un trouble de santé mentale. Nous comprenons les défis complexes auxquels les proches sont confrontés et nous sommes là pour les guider à chaque étape du processus, tout en préservant la confidentialité de leur situation personnelle.

## Prêt de nos locaux

Nous mettons à disposition nos locaux pour le prêt exclusif à des organismes communautaires, pour des réunions d'équipe, des conseils d'administration ou des comités. Cette offre vise à soutenir activement le développement communautaire en fournissant un espace sécurisé et confortable pour des discussions stratégiques, des sessions de planification et des rencontres importantes.



## Bibliothèque spécialisée

Nous mettons à votre disposition une bibliothèque spécialisée riche en ressources sur les troubles de santé mentale. Vous pouvez emprunter nos livres pour approfondir vos connaissances et découvrir des stratégies pratiques pour mieux gérer les défis que vous rencontrez. Notre collection comprend une variété d'ouvrages traitant de la gestion du stress, des techniques efficaces de communication, ainsi que des témoignages poignants de familles ayant vécu des expériences similaires. Ces ressources sont conçues pour vous fournir un soutien précieux et vous aider à naviguer au mieux à travers les difficultés liées à la santé mentale.



# Projets porteurs

# 1

## **Projet jeunesse financé par CAP Santé mentale et Nouveau Regard Gaspésie (2022-2026)**

Le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) est un partenaire clé du Cap Santé Mentale, soutenant à la fois la santé mentale et la proche aidance.

Le projet jeunesse 2022-2026 « Aider sans filtre, pour les jeunes, avec les jeunes » implique le recrutement de 35 jeunes agents de sensibilisation et d'intervention à travers le Québec, incluant des associations comme Nouveau Regard Gaspésie.

Nous avons une intervenante jeunesse au sein de l'organisme pour couvrir les 5 MRC du territoire Gaspésien.

Ce projet comprend également le développement de méthodes et d'outils pour sensibiliser et soutenir les jeunes en contact avec des personnes ayant des problèmes de santé mentale.



Joanie Rivière  
Intervenante jeunesse



Anabel Cyr  
Travailluse Sociale &  
Consultante en Santé Mentale

# 2

## **Projet du développement social de la MRC Avignon et la MRC Bonaventure financé par les MRC & développement social et Nouveau Regard Gaspésie (2022-2025)**

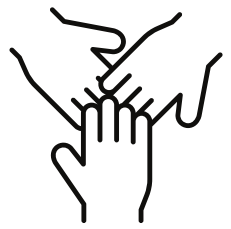
L'action vise à rendre accessible une travailleuse sociale consultante en santé mentale pour les intervenant.es des organismes communautaires de la MRC Avignon et de la MRC Bonaventure qui sont intéressé.es d'être accompagné.es dans leur réflexion lorsque des situations psychosociales complexes se présentent à eux.

Elle offre des rencontres confidentielles, sur une base volontaire avec ou sans rendez-vous. En plus, elle peut faire des rencontres individuelle ou rencontre d'équipe en lien avec une situation psychosociale spécifique. Elle peut agir en tant que facilitatrice et créatrice de contenu en lien avec la santé mentale.

Ce soutien permet de réduire le sentiment d'isolement des intervenants et d'améliorer la qualité des interventions, tout en renforçant l'empowerment individuel et communautaire.

# 3

## Nouveau Regard Gaspésie avec la collaboration de l'organisme l'OGPAC financé par l'APPUI proches aidants (2023-2025)



Deux organismes communautaires régionaux unissent leurs forces afin de mieux soutenir les proches de personnes présentant un trouble de santé mentale ET ayant reçu un diagnostic de cancer.

Les ateliers d'exploration artistique ont fourni aux proches des personnes atteintes de cancer et présentant un trouble de santé mentale des outils précieux pour mieux gérer leur stress et leurs émotions, tout en favorisant un sentiment de communauté et de soutien mutuel.

### Objectifs des ateliers:

- Favoriser l'expression émotionnelle : Aider les participants à exprimer et gérer leurs émotions à travers l'art.
- Créer un espace de partage : Offrir un environnement sécurisé pour échanger avec d'autres personnes dans une situation similaire.
- Réduire le stress : Utiliser l'art comme moyen de relaxation et de soulagement du stress.
- Développer des capacités d'adaptation : Expliquer les techniques pour faire face aux défis émotionnels et psychologiques.



# Entente de collaboration avec soutien financier & CISSS-Santé publique Gaspésie

## Soutien aux proches endeuillés par suicide et prévention du suicide (2023-2027)

- Sensibiliser et outiller les intervenants des organismes communautaires aux besoins des proches de la personne qui pense au suicide ou qui a fait une tentative.
- Renforcer le soutien des personnes endeuillées par suicide.
- Prévenir la fatigue de compassion les intervenants des organismes communautaires oeuvrant auprès de personnes qui pensent au suicide.
- Sensibiliser la population générale sur le suicide et sur les moyens de le prévenir.
- Sensibiliser et outiller les intervenants des organismes communautaires aux besoins des proches de la personne qui pense au suicide ou qui a fait une tentative.
- Renforcer le soutien des personnes endeuillées par suicide

**Ce projet vise à soutenir la population générale, les personnes à risque suicidaire, et les proches endeuillés par suicide.**



### Les objectifs incluent :

- Renforcement des activités existantes : distribution de matériel de promotion, prévention et information sur les ressources.
- Formation des intervenants : offrir une formation en suivi de deuil après suicide pour les intervenants qui soutiennent les proches endeuillés.
- Identification et soutien : identifier les organismes et intervenants nécessitant cette formation et leur fournir un soutien.
- Sensibilisation : outiller les intervenants aux besoins spécifiques des proches de personnes à risque ou ayant tenté de se suicider.

## Allumez une chandelle le 10 septembre à 20h

Chaque année, le 10 septembre, à 20h, nous vous invitons à allumer une chandelle pour montrer votre soutien et votre engagement à garder vivante la flamme de la vie.

Nous publierons également des messages de sensibilisation sur nos réseaux sociaux pour encourager la participation. De plus, nous offrirons une activité spéciale à nos membres pour marquer cette journée importante.





# Moyens de communication et présence dans les médias

## Réseaux sociaux



Facebook

**Nombres d'abonnées : 955**

**Nombres de publications au cours de l'année : 285**



Instagram

**Nombres d'abonnées : 143**

**Nombres de publications au cours de l'année : 52**

## Infolettre

Que contiennent nos infolettres :

- des suggestions de lecture;
- des informations sur nos activités;
- des informations sur l'organisme;
- des liens utiles;
- des trucs/conseils;
- et plus encore !

**Nombre d'abonnées : 202**

**Nombres d'infolettre envoyé : 5**

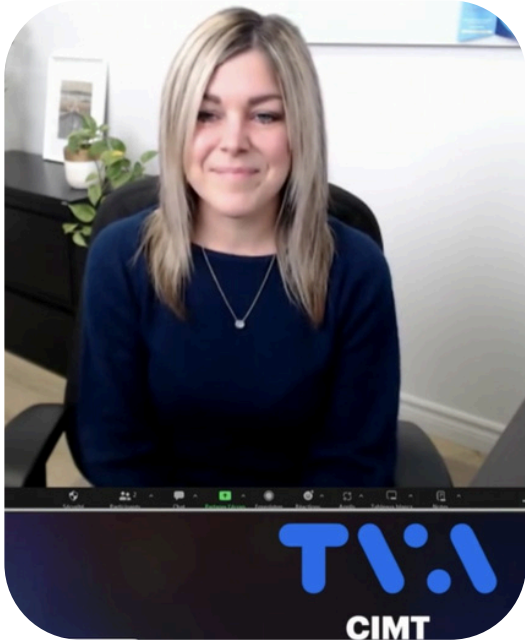
**Taux moyen d'ouverture de nos infolettres : 46 %**





## Médias traditionnels (radio et télévision)

Grâce à l'envoi de communiqués de presse lors d'événements spéciaux, nous avons pu bénéficier de plusieurs apparitions dans les médias traditionnels. De plus, un partenariat avec Télévag a permis de diffuser notre programmation d'activités tout au long de l'année. Ces actions ont contribué à accroître notre visibilité et ont suscité un vif intérêt autour de notre organisation.



### Nombre de présence dans les différents médias :

- Télévag : 7
- Cieu Fm : 4
- CHNC : 2
- Radio Gaspésie : 1
- CHAU : 2
- Émission LaVitrine TVA CIMT : 2



Mme Chantal Rouleau et Mme Catherine Blouin au Centre Culturel de Paspébiac en rencontre avec les organismes de la BDC



Entrevues avec TéléVag



# Perspectives de l'année à venir

## **Renforcement du soutien aux Proches Aidants :**

Accroître les services de soutien psychosocial, d'information et d'éducation destinés aux proches aidants dans la région. Cela pourrait inclure des groupes de soutien, des séances d'information sur les troubles de santé mentale spécifiques, et des ateliers pour le développement des compétences en gestion de crise.

## **Élargissement de l'accessibilité aux Services :**

Travailler sur l'accessibilité géographique et financière des services, notamment dans les régions éloignées du siège social situé à New Richmond, il est essentiel d'explorer des partenariats avec des organismes communautaires locaux. En outre, le développement d'initiatives de soutien à distance via des plateformes en ligne pourrait jouer un rôle clé dans l'élargissement de l'accès aux services.

## **Sensibilisation et réduction de la stigmatisation :**

Poursuivre les campagnes de sensibilisation pour réduire la stigmatisation associée aux troubles de santé mentale et promouvoir une meilleure compréhension et acceptation au sein de la population Gaspésienne.

## **Formation et développement professionnel :**

Offrir des formations régulières aux intervenants pour renforcer leurs compétences dans le soutien aux proches aidants et dans la gestion des défis spécifiques aux troubles de santé mentale.

Pour garantir des interventions de qualité et des services irréprochables, il est essentiel d'engager ou à contrat une ressource experte ou un superviseur en travail social ou en psychologie.

Cette démarche vise à assurer le respect des bonnes pratiques et à maintenir la qualité des services offerts. L'embauche d'un professionnel qualifié dans ce domaine permettra non seulement de renforcer l'équipe en place, mais aussi de répondre de manière efficace et pertinente aux besoins des utilisateurs de nos services. En investissant dans cette expertise, l'organisation s'engage résolument vers l'excellence et le respect des normes élevées en matière d'intervention sociale et psychologique.

## Formation et développement du conseil d'administration :

Mettre en place des formations régulières et ciblées pour les membres du conseil d'administration afin de renforcer leur compréhension de la mission de l'organisation, des meilleures pratiques en gouvernance, et des compétences nécessaires pour assurer une bonne santé financière.

Inclure des sessions sur la gestion financière responsable, la compréhension des rapports financiers, et les stratégies de collecte de fonds efficaces.

Faciliter des discussions stratégiques pour aligner les décisions du conseil avec les objectifs à long terme de Nouveau Regard Gaspésie et assurer une gouvernance transparente et éclairée.

### CONSTATS

Identification des besoins spécifiques des proches aidants en termes de soutien émotionnel, d'information sur les ressources disponibles, et de stratégies pour faire face à l'épuisement et au stress..

### APPRENTISSAGES

Importance de la flexibilité dans l'adaptation des services aux besoins diversifiés des proches aidants, ainsi que l'importance de l'écoute active et de la compréhension des dynamiques familiales et sociales particulières.

## ADAPTATIONS POSSIBLES

- **Développement de nouveaux ateliers ou partenariats avec des organismes communautaires** : Explorer la possibilité de nouveaux services répondant aux besoins émergents des proches de personnes présentant des troubles de Santé mentale.
- **Renforcement des partenariats** : Collaborer étroitement avec les professionnels de la santé mentale, les services sociaux, la santé publique et les autres organismes communautaires pour améliorer l'arrimage des services et l'accès aux ressources.

En conclusion, l'année à venir pour Nouveau Regard Gaspésie pourrait être marquée par un engagement continu à répondre aux besoins spécifiques des proches de personnes présentant de troubles de santé mentale, en renforçant les services existants, en développant de nouvelles initiatives, et en consolidant les partenariats stratégiques dans la région de la Gaspésie.

# Priorité en 2024-2025

Pour renforcer la présence de Nouveau Regard Gaspésie auprès de la population sur tout le territoire gaspésien, voici un plan d'action structuré en **5 étapes** :

## 1

### **Renforcer la présence et les partenariats dans la MRC Haute-Gaspésie et Rocher-Percé:**

- Établir un nouveau point de service dans la MRC Haute-Gaspésie avec un intervenant à temps complet.
- Assurer que ce point de service soit bien identifié et accessible à la communauté locale.
- Répondre de manière proactive aux besoins spécifiques de la population de la MRC Haute-Gaspésie et de la MRC Rocher-Percé.
- Consolider les partenariats existants et établir de nouveaux avec des organisations locales, des établissements scolaires, des entreprises et d'autres entités clés dans la région.

## 2

### **Faire connaître les services de Nouveau Regard Gaspésie à la population et aux partenaires :**

- Participer activement aux tables, comités, et regroupements locaux.
- Collaborer avec les organismes communautaires pour les campagnes publicitaires.
- Accroître la couverture médiatique à travers les médias locaux.
- Être présents lors d'événements de réseautage clés dans la région.

## 3

### **Bonification et maintien de l'offre de service**

- Maintenir les services à la population anglophone et les projets en cours.
- Pérenniser les services via des ententes de collaboration avec soutien financier.
- Pérenniser les services des deux projets porteurs développés en collaboration avec Cap santé mentale et adaptés aux besoins spécifiques des communautés locales en développement social
- Assurer la continuité et l'efficacité des services offerts, répondant ainsi de manière durable aux besoins spécifiques.
- Développer et organiser des ateliers thématiques en réponse aux besoins identifiés

# 4

## Stabilité et croissance de l'équipe

- Consolider l'équipe existante incluant les postes des projets porteurs et agrandir pour couvrir les 5 MRC avec un intervenant par MRC.
- Promouvoir le maintien et le développement des compétences de l'équipe.
- Identifier et recruter des intervenants qualifiés et alignés avec la mission de Nouveau Regard Gaspésie pour chaque MRC.
- Assurer une diversité de compétences et d'expériences pour répondre aux besoins variés pour les proches de personnes présentant des troubles de santé mentale.
- Offrir un soutien et un mentorat régulier aux membres de l'équipe pour les aider à progresser dans leur carrière et à s'adapter aux défis spécifiques de leur rôle dans les différentes MRC.
- Promouvoir un environnement propice au développement professionnel continu et à l'excellence dans la prestation de services communautaires offerts à la population Gaspésienne.

# 5

## Développement d'outils de promotion

- Distribution des articles promotionnel : Diffuser ces articles dans les médias imprimés locaux, sur les plateformes en ligne et lors d'événements communautaires pour toucher un large public.
- Maintenir une présence proactive sur les réseaux sociaux, à la télévision et dans les médias locaux.



**En conclusion, nous vous remercions chaleureusement d'avoir pris le temps de lire notre rapport d'activités 2023-2024.**

**Votre attention et votre intérêt sont grandement appréciés et essentiels pour nous permettre de continuer à vous offrir des services de qualité.**

**Nous espérons que ce bilan vous a permis de constater les avancées réalisées et de partager notre enthousiasme pour l'année 2024-2025.**

**Votre participation et votre confiance sont précieuses pour nous et nous inspirent à poursuivre notre mission avec détermination.**

**Merci encore pour votre présence parmi nous.**

**Au plaisir de continuer à vous accompagner tout au long de l'année à venir.**

**Mélanie Arsenault**

**Directrice, Nouveau Regard Gaspésie**

**&**

**Les membres du conseil d'administration**

**Audrey Gagnon-Caron ,Présidente**

**Julie Babin , Vice-Présidente**

**Noémie Lévesque ,Secrétaire-Trésorière**

**Dany Cayouette ,administratrice**

**Monique Morrison , administratrice**



**Nouveau  
Regard**

**GASPÉSIE**