

# À L'AVANT- GARDE

RAPPORT D'IMPACT 2018



Association canadienne  
pour la santé mentale  
*La santé mentale pour tous*



ans dans la  
communauté

# C'est un moment déterminant pour le mouvement communautaire de la santé mentale au Canada. Pour l'Association canadienne pour la santé mentale, qui célèbre ses 100 ans en 2018, c'est le moment d'apprendre du passé et de façonner l'avenir.

---

C'est un avenir où les écoles favorisent la résilience chez nos enfants, où les campus et nos milieux de travail sont psychologiquement sains, où les communautés sont diverses. Où les gens s'épanouissent.

La promotion de la santé mentale et la prévention des maladies mentales peuvent être les mesures de protection du siècle prochain.

Aujourd'hui est une période charnière; le moment où notre premier siècle et le suivant se rencontrent. Au cours de ses cent premières années, l'ACSM a marqué l'histoire de la santé mentale. Nous avons illuminé des coins très sombres. Nous avons contribué à faire naître

la compassion, la bienveillance et le respect des personnes ayant une expérience vécue de maladie mentale, incluant les dépendances, en les intégrant et en les reconnaissant comme des experts dans le travail de l'ACSM. Nous avons déployé des efforts pour placer les gens au cœur d'un système qui les traitait avec indifférence. Nous avons élevé la voix et avons agi. Et quand on ne nous entendait pas, nous parlions plus fort. Nous avons provoqué le changement.

Nous étions en avance sur notre temps. Notre vision a cent ans, mais elle n'est pas dépassée et nous persévérons. Depuis 100 ans, notre voix résonne et nous entraîne vers le futur.

# IL EST TEMPS DE CHANGER LES CHOSES

**Au Canada, le système de santé mentale actuel est basé sur l'intervention de situations de crises et des besoins urgents, le plus souvent dispensé aux personnes atteintes de maladies mentales plus complexes.**



**53 %**

des Canadiens considèrent l'anxiété et la dépression comme une « **épidémie** » au Canada.



**2/3**

de ceux qui sont aux prises avec des problèmes de santé mentale n'ont pas accès à l'aide nécessaire, principalement en raison de la **stigmatisation**.



**85 %**

des Canadiens pensent que les services en santé mentale sont parmi **les services les plus sous-financés** de notre système de santé.

**Il est possible d'en faire tellement plus, et ce, plus tôt.**

Les services communautaires de santé mentale, la promotion de la santé mentale, les programmes d'intervention précoce, les programmes de soutien par les pairs, l'accompagnement au rétablissement et la technologie de santé mentale en ligne sont économiques et très efficaces.

**86 %** des Canadiens sont d'accord

pour dire que le gouvernement du Canada devrait offrir à la santé mentale le même financement qu'il accorde à la santé physique.

**1 personne sur 5** au Canada a une maladie ou un problème de santé mentale chaque année, mais **5 personnes sur 5** au Canada ont une santé mentale qui mérite d'être célébrée, protégée et encouragée.

Chacun d'entre nous mérite de se sentir bien, quel que soit son état de santé mentale. Et nous avons tous besoin d'un réseau de soutien sur lequel nous pouvons compter.

# OUVRIRE LA VOIE

## Nous identifions et répondons aux priorités actuelles les plus urgentes en matière de santé mentale.

En tant que seul organisme national qui traite de tous les aspects de la santé mentale et de la maladie mentale, l'ACSM offre une perspective stratégique et globale des besoins des Canadiens en matière de santé mentale. Au niveau communautaire, les Canadiennes et les Canadiens comptent sur la vaste présence locale de l'ACSM.



**1 bureau national,**  
**11 divisions provinciales**  
**et territoriales**  
**75 régions et filiales locales**



**5 000 employés** et **11 000 bénévoles**  
et **membres** sur le terrain dans plus de  
**330 communautés**, partout  
au Canada.

Programmes et activités de  
**PROMOTION DE LA SANTÉ ET**  
**PRÉVENTION DES MALADIES**  
dans 294 communautés

**PROGRAMMES FONDÉS SUR**  
**DES ÉLÉMENTS PROBANTS**  
dans 291 communautés

Services pour les **JEUNES** dans  
216 communautés

Initiatives de **PRÉVENTION DU**  
**SUICIDE** dans 201 communautés

Services d'intervention d'urgence,  
réadaptation et soutien pour  
**LES ANCIENS COMBATTANTS, LE**  
**PERSONNEL MILITAIRE ET LEURS**  
**FAMILLES** dans 68 communautés

Programmes et services de **LUTTE**  
**AUX DÉPENDANCES ET À LA**  
**CONSOMMATION DE DROGUES**  
dans 207 communautés

**L'ACSM** est la source incontournable d'informations accessibles et fiables sur la santé mentale et de ressources pour aider tous les Canadiens rester en bonne santé mentale.



PLUS DE

**5 440 000**

UTILISATEURS DU SITE WEB au cours de la dernière année. La ressource la plus populaire est Information rapide : La santé mentale / la maladie mentale.



PLUS DE

**65 000**

ABONNÉS SUR LES MÉDIAS SOCIAUX – et ce nombre est en croissance.



PLUS DE

**130 000**

BROCHURES IMPRIMÉES achetées portant sur tous les sujets, depuis les jeunes et l'automutilation jusqu'au stress et aux troubles anxieux.



@CMHA.ACSM.National



@CMHA\_NTL



@cmhanational



Canadian Mental Health Association

---

[www.acsm.ca](http://www.acsm.ca)

[info@acsm.ca](mailto:info@acsm.ca)

## Initiatives

la Semaine de la santé mentale de l'ACSM

# #Parlerhautetfort

7 au 13 mai

Chaque mois de mai depuis 67 ans, les Canadiens de plusieurs communautés, écoles, milieux de travail et même à la Chambre de communes se mobilisent pour la Semaine de la santé mentale de l'ACSM. En 2018, nous vous avons tous demandé de #ParlerHautEtFort pour démystifier la santé mentale. La santé mentale ce n'est pas seulement parler de la maladie mentale. Être en bonne santé mentale, ce n'est pas être heureux tout le temps. La bonne santé mentale consiste à nous sentir bien dans notre peau, à avoir un équilibre dans notre vie et à être en mesure de gérer les hauts et les bas du quotidien.



#ParlerHautEtFort (#GetLoud)  
et #SemaineDeLaSanteMentale  
(#MentalHealthWeek)

**ONT ÉTÉ DEUX  
MOTS-CLICS LES PLUS  
POPULAIRES AU CANADA**



**PLUS DE  
300 MILLIONS**  
d'impressions des mots-clics



**PLUS DE  
13 500**

**TROUSSES**  
téléchargées (hausse de  
1 262 % depuis 2017)



**PLUS DE  
151 000**  
visites sur [semainedelasantementale.ca](http://semainedelasantementale.ca)  
(hausse de 433 % depuis 2017)



**PLUS DE  
1 300**  
**NOUVELLES** et  
**113 MILLIONS**  
d'impressions  
médias acquis



« Cette semaine, j'encourage les Canadiens à s'exprimer et à #parlerhautetfort de santé mentale. À l'initiative de l'Association canadienne de la santé mentale, la Semaine de la santé mentale nous invite à partager nos histoires, à écouter celles des autres et à veiller à ce que ceux qui sont aux prises avec des problèmes de santé mentale sachent qu'ils ne sont pas seuls. »

- Premier ministre Justin Trudeau



Association canadienne  
pour la santé mentale  
*La santé mentale pour tous*



ans dans la  
communauté

Tout au long de notre centième année, nous avons établi des partenariats avec des organismes aux missions et aux mandats qui chevauchent les nôtres pour marquer les étapes importantes et #ACSM100.



**PRÉSENTÉ SUR LE COMPTE TWITTER NONPROFITS** pour le « Global Moment » de la #JMPS



# JE NE ME reconnais PAS®

*Je ne me reconnais pas* est une solution pratique et appuyée par des données probantes qui aide les entreprises à améliorer la santé mentale au travail. Grâce à du contenu attrayant, des activités clés en main et un bon nombre d'outils et de ressources, le programme contribue à sensibiliser les gens à la santé mentale, à réduire la stigmatisation et à favoriser des milieux de travail inclusifs. *Je ne me reconnais* s'adresse aux organisations publiques, privées et à but non lucratif.

« La trousse d'outils nous permet d'aborder un sujet difficile sans être intimidant, et grâce aux statistiques canadiennes, elle aide à montrer comment la santé mentale nous affecte tous. »

- Participant à la campagne *Je ne me reconnais pas*

**275** ENTREPRISES

comptant **311 350 EMPLOYÉS** dans les six premiers mois de 2018-2019

**321** ENTREPRISES

comptant **329 064 EMPLOYÉS** en 2017-2018 ont participé à *Je ne me reconnais pas* :

Amélioration de la sensibilisation et de la connaissance des employés au sujet de la santé mentale

 **96 %**

Incitation au dialogue au sujet de la santé mentale en milieu de travail

 **98 %**

Création d'un environnement de travail plus favorable

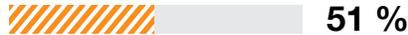
 **91 %**

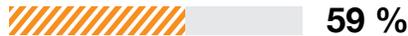
Le Groupe de collaboration de la santé mentale en milieu de travail de l'ACSM fournit aux employeurs et aux syndicats une formation approfondie, des ressources pratiques et du soutien pour les aider à aborder et améliorer la santé et la sécurité psychologiques en milieu de travail.

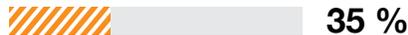
**NOUS AVONS ACCRÉDITÉ 454 CONSEILLERS EN SANTÉ ET SÉCURITÉ PSYCHOLOGIQUES** depuis le début du programme en 2015

**Grâce à leur formation, les conseillers accrédités ont été en mesure de :**

Éduquer et informer les employeurs  
 **67 %**

Appuyer les initiatives actuelles en santé mentale  
 **51 %**

Engager les leaders dans la discussion et la planification  
 **59 %**

Soutenir les évaluations organisationnelles des facteurs de risque psychosociaux  
 **35 %**



## Peer Support Canada

Un pair aidant a vécu une expérience de problèmes de santé mentale ou de dépendances et est formé pour offrir un soutien émotionnel et pratique pour accompagner d'autres personnes dans leur cheminement vers le rétablissement. En 2017, Soutien par les pairs Canada a transféré ses activités à l'ACSM dans le but d'élargir sa portée et renforcer la capacité à soutenir les pairs partout au pays.

**65 %**

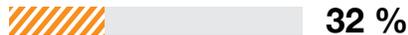
des sites de l'ACSM offrent un programme structuré de soutien par les pairs.

**63 PERSONNES**

désignées comme pairs aidants certifiés à ce jour.

**64 PERSONNES**

en voie d'obtenir leur certification.

Élaborer un plan pour améliorer la santé et la sécurité  
 **32 %**

Mettre en œuvre de nouvelles initiatives ou des mécanismes de protection psychologique  
 **35 %**

« Je crois que [la formation] constitue un pas de géant dans la bonne direction pour gérer efficacement le personnel, mais aussi pour sensibiliser à la santé mentale de chacun et chacune dans le milieu de travail. »

**- Participant à la formation sur l'intervention de la direction**

## De l'innovation numérique pour les 100 prochaines années

### Écosystème numérique

De nombreux Canadiens n'ont pas accès aux ressources ni aux services pour soutenir leur santé mentale et leur bien-être en raison d'obstacles tels que la stigmatisation, l'emplacement géographique et les longs délais d'attente. L'ACSM est aux premières étapes de la création d'une **innovation numérique de premier plan visant à combler cette lacune**. Cette nouvelle offre transformera la façon dont les Canadiens prennent soin de leur santé mentale et de leur bien-être, en inspirant, soutenant et habilitant les citoyens à atteindre des niveaux plus élevés de bonne santé mentale et comprendra :

- ▶ Des outils d'auto-évaluation de la santé mentale et du bien-être
- ▶ Une communauté numérique en ligne de soutien par les pairs
- ▶ Un *Recovery College* et un centre d'apprentissage de l'ACSM virtuels
- ▶ Des ressources et des outils de santé mentale organisés et validés

Cet écosystème national de santé mentale numérique viendra compléter et appuyer la gamme variée de programmes et services offerts dans l'ensemble de notre fédération.

### Les *Recovery Colleges* et les *Well-Being Learning Centres*

Les ***Recovery Colleges* et les *Well-Being Learning Centres*** de l'ACSM sont des environnements d'apprentissage novateurs, où les personnes ayant une expérience vécue de problèmes de santé mentale, les pairs, les membres des familles et les professionnels de la santé mentale travaillent ensemble à la production et prestation de cours qui favorisent le bien-être et le rétablissement. Il est rare qu'une innovation dans le domaine de la santé mentale présente de telles possibilités pour la transformation du système. En vue de la réalisation de notre **objectif de 20 centres** d'apprentissage partout au Canada, nous avons :

- ▶ Développé en collaboration une trousse d'outils pour aider les ACSM et les partenaires à établir leurs propres *Recovery Colleges* et centres d'apprentissage.
- ▶ Créé une communauté de pratique canadienne et sommes membres actifs du *Recovery College Network* international.
- ▶ Fait des partenariats avec des leaders mondiaux en développement et innovation des *Recovery Colleges*.

# UNE VOIX PUISSANTE

À titre d'organisme communautaire du secteur de la santé mentale le plus vaste et le mieux établi au Canada, l'ACSM est un acteur majeur dans le paysage de la santé mentale.

L'ACSM a fait partie de la délégation canadienne à la 73<sup>e</sup> session de l'Assemblée générale des Nations Unies (AGNU)

À la réunion de l'AGNU portant sur la santé mentale, la ministre de la Santé Petitpas Taylor a désigné l'ACSM comme le « principal allié » du gouvernement du Canada dans le domaine de la santé mentale.

## Leadership intellectuel

L'ACSM siège à différentes tables partout au Canada et dans le monde entier. Elle est régulièrement invitée à formuler des commentaires dans les médias, à offrir des témoignages et des conseils au gouvernement et à collaborer avec d'autres chercheurs et intervenants qui se penchent sur diverses questions d'importance dans le domaine de la santé mentale.



Nous offrons notre **COLLABORATION DANS 18 COMITÉS, ALLIANCES OU GROUPES DE TRAVAIL**, dont l'Alliance canadienne pour la maladie mentale et la santé mentale (ACMMSM), la Coalition nationale pour la prévention du suicide et le Réseau de mieux-être des Premières Nations.



**PLUS DE  
8 500  
REPORTAGES** dans  
l'ensemble du Canada



**PLUS DE  
1,65 MILLIARD**  
d'impressions médias acquis



**PARTENAIRE DANS LE  
CADRE DE 8 PROJETS DE  
RECHERCHE EXTERNES**  
en 2018



Le Congrès *La santé mentale pour tous* de l'ACSM est un important lieu de convergence, où les professionnels de soins de santé, les intervenants de première ligne, les chercheurs, les bailleurs de fonds, les politiciens et les personnes vivant ou ayant vécu avec des problèmes de santé mentale s'unissent pour prendre la parole. Le thème de 2018 est **Prêts pour un autre siècle : façonner l'avenir** en réponse au thème de 2017, **Vers une société concertée**. Faisons que l'avenir en matière de santé mentale repose sur le fait d'agir en amont, de miser sur la promotion de la santé mentale et la prévention de la maladie mentale.

## À notre Congrès SMPT 2017 :



**90 %**

ont trouvé le congrès bénéfique

**85 %**

ont déclaré que leurs objectifs d'apprentissage personnels ont été atteints

- ▶ Ginette Petitpas Taylor a prononcé son premier discours public à titre de ministre de la Santé

« Toujours bien organisé, conférenciers d'excellente qualité, richesse d'information et espoir pour l'avenir. Merci. »

- Participant au Congrès SMPT



**La Conférence nationale sur le soutien par les pairs 2018** a réuni près de 400 pairs aidants, dirigeants du secteur à but non lucratif, professionnels de soins de la santé, dirigeants du système de santé, influenceurs et innovateurs pour échanger des idées et partager des pratiques prometteuses, des programmes efficaces et des outils pour développer et renforcer le soutien par les pairs.

**99 %**

des participants ont acquis de nouvelles idées et se sont sentis stimulés et inspirés

**92 %**

ont déclaré que l'événement a comblé ou même dépassé leurs attentes

## L'ACSM est déterminée à réaliser les objectifs de la Commission de vérité et réconciliation.

Nous sommes déterminés à tirer des leçons de nos partenaires autochtones et à travailler avec eux, dans le cadre d'un processus de respect mutuel et d'humilité culturelle, afin de faire en sorte que nos programmes soient efficaces et adaptés à leur réalité culturelle.



Nous avons établi un Conseil consultatif des aînés autochtones



Nous avons commencé le travail de partenariat avec les communautés autochtones afin de mieux comprendre leurs besoins en matière de bien-être mental.

## Documents politiques

En août 2017, la position de l'ACSM sur **l'assistance médicale à mourir** a souligné que la mort médicalement assistée pour les patients psychiatriques devrait demeurer illégale, et que, avec le soutien et les services appropriés, le rétablissement à la suite d'une maladie mentale est possible. Cette position a été appuyée publiquement par l'Association canadienne pour l'intégration communautaire (ACIC) et le Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH).



En réponse au nombre croissant de **méfais associés à la consommation d'opioïdes au Canada** et compte tenu des liens qui existent entre ceux-ci, la maladie mentale et les dépendances, l'Association canadienne pour la santé mentale a élaboré un document d'orientation fondé sur des données probantes à l'intention du gouvernement, des décideurs politiques et des organismes de santé.



- ▶ Présenté dans un éditorial de The Lancet en 2018 (en anglais)
- ▶ Cité lors du Congrès national 2018 du Parti libéral du Canada

Le document politique sur la parité en santé exhorte le gouvernement fédéral d'adopter une **loi sur la parité en santé mentale** pour répondre aux besoins non satisfaits en matière de santé mentale et faire en sorte que les services en santé mentale et en santé physique soient sur un pied d'égalité.



- ▶ Cité lors du tout premier événement des Nations Unies sur la santé mentale
- ▶ Prévu pour une présentation au Caucus parlementaire sur la santé mentale

« Notre système de santé universel est une source de fierté pour les Canadiens. Or, en réalité, ce n'est pas un système de santé universel que nous avons, mais bien un système médical universel qui ne garantit pas l'accès à certains des services les plus fondamentaux en santé mentale. »

- D<sup>r</sup> Patrick Smith, chef de la direction nationale

# MERCI POUR VOTRE SOUTIEN



La randonnée à vélo annuelle, dont l'objectif est de recueillir des fonds, anéantit la stigmatisation de la maladie mentale et exige que la santé mentale soit vue, acceptée et traitée simplement comme une autre partie de l'expérience humaine diversifiée.

**\$1,89M**

de dollars recueillis pour des programmes et services essentiels en santé mentale.

**17 308**  
donateurs.

**30**  
sites communautaires de randonnée.

Plus de  
**8 000**  
cyclistes.

## COLLECTEURS DE FONDS

36 personnes et organisations formidables qui ont, généreusement et sans relâche, recueilli des fonds en notre nom, notamment MindCycle, Home Trust et Ernst & Young Canada.

## BÉNÉVOLES

Conseil d'administration national

Conseil national de personnes ayant une expérience vécue

## PARTENAIRES STRATÉGIQUES



## BAILLEURS DE FONDS

LA  
**Great-West**  
COMPAGNIE  D'ASSURANCE-VIE

*Lundbeck* 

 **RBC Foundation**  
**RBC Fondation**

 **COMPAGNIE HOME TRUST**

  
Commission de  
la santé mentale  
du Canada

FONDATION POUR LA SANTÉ  
**MEDAVIE**

**janssen** 

 *the co-operators*

  
Centre canadien sur  
les dépendances et  
l'usage de substances  
*Données. Engagement. Résultats.*

 **Bell**  
Cause pour  
la cause

 **Robert Half**

**ADAPT**  
PHARMA.

 **Wawanesa**  
*Assurance*

PHARMACIE  
**Medicine Shoppe** 

**Guardian**

**I.D.A.**

**Remedy'sRx.**

 **Fondation  
Graham Boeckh  
Foundation**

The Nosreap Family  
Foundation

**CGI**

 **CRM Dynamics**

  
OTIP RAEQ

Les références et les états financiers sont accessibles au [www.acsm.ca](http://www.acsm.ca).

# 100

# ANS DE :

**FORCE**

**ESPOIR**

**ENTRAIDE**

**PROGRÈS**

**COMMUNAUTÉ**



Association canadienne  
pour la santé mentale  
*La santé mentale pour tous*



*ans dans la  
communauté*