



RAPPORT ANNUEL 2021 - 2022



**Canadian Mental
Health Association**
New Brunswick
Mental health for all

**Association canadienne
pour la santé mentale**
Nouveau-Brunswick
La santé mentale pour tous



TABLE DES MATIÈRES

| | |
|-----------------------------------|----|
| MESSAGE EXÉCUTIF | 3 |
| À PROPOS DE NOUS | 4 |
| RENCONTREZ NOTRE ÉQUIPE | 5 |
| PROGRAMME CPC | 6 |
| TRAVAIL: PLUS FORT ENSEMBLE | 7 |
| SOUTIEN PAR LES PAIRS | 7 |
| RETROUVER SON ENTRAIN | 8 |
| CENTRE DE BIEN-ÊTRE..... | 8 |
| FINANCES | 9 |
| RÉSEAUX SOCIAUX..... | 10 |
| PARTENARIAT COMMUNAUTAIRE..... | 11 |
| COLLECTES DE FONDS & ÉVÉNEMENTS . | 12 |
| NITIATIVES ANTI-STIGMA..... | 13 |

Conseil d'administration

Amanda O'Sullivan / *Présidente*

Gail Asbell / *Vice-présidente*

Dr. Rice Fuller / *Secrétaire*

Angela Ellis / *Trésorière*

Roger Stoddard / *Ancien président*

Christa Baldwin / *Directrice exécutive*

Ken Critchley / *Membre hors cadre*

Sean Kinney / *Membre hors cadre*

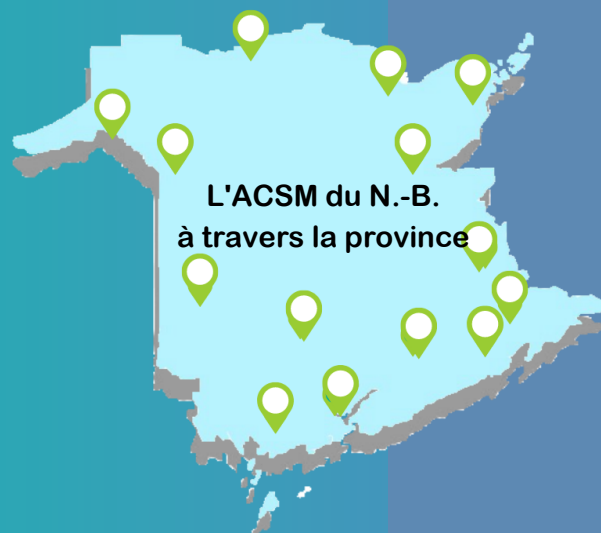
Erin Fredericks / *Membre hors cadre*

Susanna DeWolfe / *rep. du Nord-Est*

Paulette Levesque / *Rep. du Sud-Ouest*

Sylvette Rousselle / *Le Réseau des Bénéficiaires en Santé Mentale du*

Nouveau-Brunswick



MESSAGE EXÉCUTIF



Nous reconnaissons respectueusement que l'Association canadienne pour la santé mentale du Nouveau-Brunswick travaille sur les terres traditionnelles non cédées des Mi'kmaq, Wolastoqiyik, Passamaquoddy et Penobscot, qui forment tous la Confédération abénaquise en tant que signataires du Traité de paix et d'amitié de 1752.

Cette année 2021-2022, ce fut encore une année différente de ce à quoi nous sommes habitués en raison de la poursuite de la pandémie de COVID-19. L'Association canadienne pour la santé mentale du Nouveau-Brunswick (ACSM du N.-B.) a accueilli les opportunités et surmonté les défis, ce qui nous permet d'offrir un soutien aux personnes vivant au N.-B.

Le lien humain, le bien-être personnel et un soutien opportun en matière de santé mentale sont essentiels à notre bien-être mental général. La pandémie a détruit cela à certains égards et continue de nuire à la santé mentale des Néo-Brunswickois, maintenant plus que jamais, la société doit être là les unes pour les autres. La bonne nouvelle est que l'ACSM du N.-B. s'est considérablement intensifiée, au début de la pandémie lorsque nous sommes passés aux services en ligne dans les sept jours, tout au long de la pandémie, notre niveau de services a augmenté et a répondu aux besoins spécifiques de nos communautés ; et à mesure que la pandémie se poursuit et que les gens tentent de revenir à une sorte de normalité, l'ACSM du Nouveau-Brunswick sera également là pour eux, évaluant toujours les besoins de nos communautés pour s'assurer que nos programmes et services sont adaptés à ces besoins.

Nous pensons que l'intervention précoce et l'éducation en matière de santé mentale sont essentielles pour réduire la stigmatisation et les temps d'attente dans le système de santé officiel. Les programmes et services que l'ACSM du N.-B. a mis au point au fil du temps ont fait leurs preuves pour soutenir les Néo-Brunswickois ayant des problèmes de santé mentale légers à modérés.

Notre association locale a fait preuve de flexibilité et de créativité non seulement dans nos offres de programmes et de services, l'ACSM du NB continue de repousser les limites et de plaider auprès du gouvernement du Nouveau-Brunswick pour de bien meilleurs soins de santé mentale.

L'ACSM du Nouveau-Brunswick préconise depuis des années la parité en matière de santé mentale avec le gouvernement et dans le travail de politique publique, et bien que des améliorations aient été apportées, nous, collectivement en tant que société, pouvons et ferons mieux. Nous comprenons que les gens ont besoin à la fois de santé physique et mentale pour leur bien-être général. L'ACSM du N.-B. continuera d'utiliser nos plateformes et nos voix pour apporter des changements et des améliorations.

La pandémie n'est pas terminée et nous reconnaissons son impact sur la santé mentale et le bien-être général des gens. Nous remercions les personnes travaillant à l'ACSM du N.-B. pour les appels virtuels du lundi matin et pour l'ouverture de notre personnel aux apprentissages, aux changements et à la croissance. Nous avons beaucoup appris et l'avons appliqué à notre travail quotidien, les deux dernières années ont rendu l'ACSM du NB plus forte à bien des égards. Merci à nos précieux humains qui travaillent à l'ACSM du NB. ENSEMBLE, nous AVONS UN IMPACT et faisons une DIFFÉRENCE dans le secteur de la santé mentale. Notre engagement est plus fort que jamais, ET nous sommes prêts à saisir l'opportunité de servir tous les Néo-Brunswickois dans les années à venir avec une concentration encore plus forte.

Nous sommes tous connectés et nous avons tous un droit humain fondamental au bien-être.



Amanda O'Sullivan
Présidente



Christa Baldwin
Directrice exécutive



À PROPOS DE NOUS

MISSION

À titre de leader et de champion provincial en santé mentale, l'ACSM du N.-B. facilite l'accès aux ressources dont les gens ont besoin pour maintenir et améliorer leur santé mentale et leur intégration communautaire, pour renforcer leur résilience et pour favoriser le rétablissement après avoir souffert d'une maladie mentale.

QUI NOUS SOMMES

l'ACSM du N.-B. investit des efforts importants pour sensibiliser le public à la santé mentale et le renseigner sur la maladie mentale, ce qui fait tomber les préjugés et permet aux gens de demander de l'aide sans se sentir discriminés.

Nous sentons que la société prend un virage positif, mais il reste encore beaucoup à faire. Nous sommes soucieux d'offrir des programmes et services de qualité, et bien décidés à promouvoir notre vision de personnes mentalement saines dans une société saine.

CE QUE NOUS FAISONS

Nous sommes une organisation de base qui fournit des services à toutes les communautés de la province, par exemple des présentations, des programmes, des groupes de soutien, des ateliers ainsi que des services de défense des intérêts à l'intention des enfants, des jeunes, des adultes et des aînés qui sont atteints d'une maladie mentale ou qui se préoccupent de leur mieux-être mental.

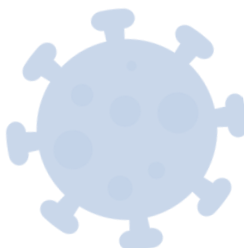
NOTRE RAISON D'ÊTRE

Nous travaillons à changer les choses dans la vie de ceux qui sont aux prises avec des problèmes de santé mentale et leur famille, et à promouvoir la santé mentale dans nos communautés. Par l'entremise de l'éducation et de la sensibilisation, nous nous efforçons d'éliminer le stigmate.

Notre Vision:

Des personnes mentalement saines dans une société saine.

4



Au plus fort de la pandémie, l'ACSM du N.-B. a aidé 205 022 Néo-Brunswickois avec leur santé mentale. Alors que la pandémie commence à se normaliser en 2021-2022, 94 506 personnes ont participé à nos programmes et services pour les aider dans leur parcours de santé mentale, un nombre qui continue d'augmenter d'année en année.

RENCONTREZ NOTRE ÉQUIPE

Bureau de Fredericton

Christa Baldwin, directrice exécutive
Kimberly Somerville, directrice des finances et des ressources humaines
Kristen Barnes, directrice des opérations
Lori Wheeler, directrice des communications
Corey Ferguson, coordonnatrice du programme communautaire
Connie Locke, administratrice de la paie et des avantages sociaux
Camille Maynard, chef de bureau
Tristan Williams, analyste de recherche
Marco Bonadie, analyste des politiques

Retrouver son entrain (Fredericton)

Dima Devana, gestionnaire du programme Retrouver son entrain
Brittany Tabor, Coach Retrouver son entrain
Chloe McKenzie, navigatrice de pairs Retrouver son entrain
Sophie Beaudette, Coach Retrouver son entrain
Marc Gervais, coach Retrouver son entrain
Ola Abuzayed, Coach Retrouver son entrain
Jocelyn Mabson, Coach Retrouver son entrain
Shadi Bleiken, Coach Retrouver son entrain
Emma St Onge, Coach Retrouver son entrain

Bureau de Saint John

Dawn O'Dell, coordonnatrice des programmes communautaires
Nicole McLean, coordonnatrice des relations communautaires

Bureau de Moncton

Julie Allain, gestionnaire des programmes
Luc Couturier, coordonnateur des programmes communautaires
Diana Gregory, coordonnatrice principale des relations communautaires
Jordan Farquharson, coordonnatrice des relations communautaires

Travail: Plus fort ensemble (comté de Charlotte)

Jennifer Price, conseillère en emploi

Michelle Deveau, conseillère en emploi

Soutien par les pairs

Lauren White, consultante en soutien par les pairs

Isabelle Hébert, consultante en soutien par les pairs

Coordonnateurs des programmes communautaire rural

Denise Miller, Albert & Westmorland Co
Marie-Cecile Leger, Kent Co & Shediac
Lisa Cheney, Charlotte Co
Martha Chown, Sussex

Dustin Day, Woodstock
Jean-Paul Soucy, Grand-Sault
Kimberley Hanot, Edmundston
Cécile Goulette, région de Restigouche
Lucie Robichaud, Péninsule acadienne
Sébastien Belzile, Bathurst
Natalie Thibeau-Rector, Miramichi

Programme des coordonnateurs de programmes communautaires

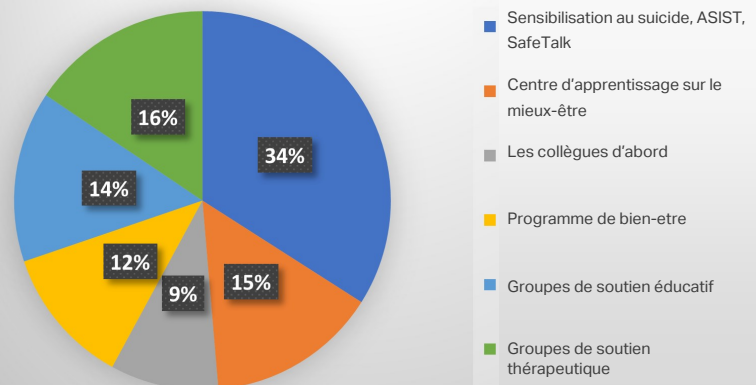


- Un échantillon de nos programmes thérapeutiques offerts à travers la province :
- Vivre sa vie, pleinement
- De la dépendance au rétablissement
- Engageons les familles dans le rétablissement
- Anxiété et de dépression
- Régulation émotionnelle
- Programme de bien-être

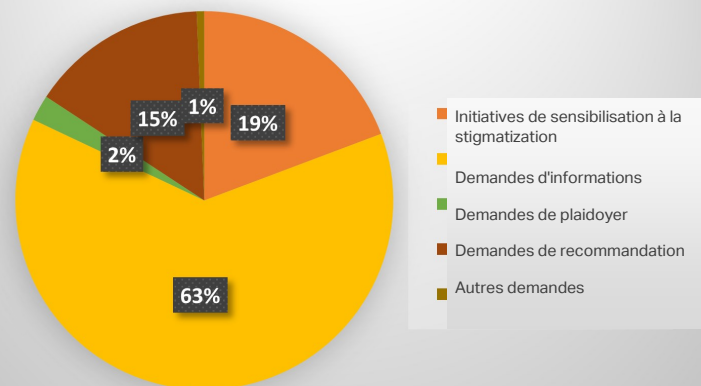
Le programme des coordonnateurs de programmes communautaires (CPC) est actif dans toutes les régions urbaines et rurales du Nouveau-Brunswick. Les CPC, 14 en tout, offrent une éducation par le biais d'ateliers et de formations, des groupes d'entraide et de soutien, des initiatives de défense des droits, de sensibilisation, de réduction de la stigmatisation, des événements spéciaux, des réseaux communautaires, des travaux de comité, ainsi que des informations et des références liées à la santé mentale, la maladie, les dépendances et la prévention du suicide.

Here is the usage of some services:

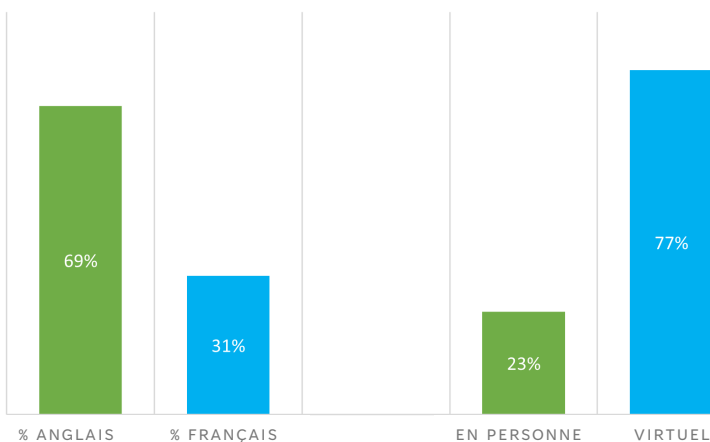
PROGRAMMES ET ATELIERS



SENSIBILISATION PUBLIQUE



PRÉSENTATIONS



Nos présentations principales incluent :

Équilibre travail-vie personnelle, Attitude positive, La gestion du stress, Aperçu de la santé mentale,, Prendre soin de soi-même, La pleine conscience, La santé mentale et la résilience, La boîte à outils, L'anxiété, Dépression, Les dépendances, et Sensibilisation au suicide.

6

Pour une liste complète des programmes et des présentations, veuillez visiter www.cmhanb.ca/fr



TRAVAIL: PLUS FORT ENSEMBLE

Travail: Plus fort ensemble fournit des services liés à l'emploi, sans frais, aux personnes qualifiées du comté de Charlotte qui ont de la difficulté à trouver un emploi significatif et durable.

Les clients de Travail: Plus fort ensemble bénéficient également de notre réseau d'employeurs. Nous sommes en mesure d'entrer en contact avec de nombreux employeurs du comté de Charlotte, offrant un avantage qui a permis à bon nombre de nos clients de trouver un emploi tout en fournissant aux employeurs des employés dévoués et qualifiés.

2021-2022 T:PFE a aidé **362** personnes



PROGRAMME PAIR AIDANT



Le Programme provincial de **Pairs Aidants** favorise l'embauche et l'intégration de personnel de soutien par les pairs par les services de toxicomanie et de santé mentale.

Les pairs aidants sont des membres du personnel qui, dans le cadre de leur travail, reconnaissent ouvertement qu'ils vivent actuellement ou ont déjà vécu avec une maladie mentale. Le but de l'utilisation de leur rétablissement est d'inspirer l'espoir, d'agir comme un modèle et une source de motivation et d'inspiration, et de soutenir et d'éduquer ceux qui vivent dans des situations similaires à celles partagées. Les pairs

aidants suivent une formation pour les aider à acquérir les connaissances et les compétences dont ils ont besoin pour remplir leur rôle spécifique de pairs aidants de manière professionnelle.

Le programme de formation de 119 heures est reconnu par la Direction de la formation continue de l'Université de Moncton.

L'ACSM du Nouveau-Brunswick est ravie d'avoir animé Resilient Minds, un programme de formation professionnelle et de développement de la résilience fondé sur des données probantes conçu par et pour les pompiers.

Les Peer Support Consultants ont été occupés cette année :

- En mai 2021, nous avons animé notre formation de soutien par les pairs pour les premiers intervenants.
- Finalisation du programme de soutien par les pairs pour la Société du cancer du sein
- Réviser la formation des premiers intervenants
 - Travailler sur le soutien familial par les pairs



Retrouver son entrain^{MC}

Retrouver son entrain est un programme gratuit de développement des compétences géré par l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM). Il est conçu pour aider, les jeunes (15 ans et plus), les adultes, et les aînés à gérer leur humeur, leur déprime, leur anxiété et leur inquiétudes. Ce programme offert par téléphone avec un coach et au moyen de vidéos en ligne, vous donnera accès à des outils qui vous aideront dans votre cheminement vers le bien-être mental.

2021 - 2022 Retrouver son entrain a entraîné 384 participants adultes; 1523 sessions

Offert en anglais et en français aux résidents du Nouveau-Brunswick, le programme est gratuit pour tous les participants et sera offert par des entraîneurs qui ont reçu une formation approfondie. Les participants peuvent être référés par un fournisseur de soins primaires (médecin, infirmière praticienne ou psychiatre) ou choisir de se référer eux-mêmes tant qu'ils sont en contact avec un fournisseur de soins primaires.

Retrouver son entrain offre aux Néo-Brunswickois plus de choix pour accéder à du soutien à domicile afin de les aider à traverser cette période difficile et à améliorer les mécanismes d'adaptation.

Basé sur la thérapie cognitivo-comportementale, il a été démontré que **Retrouver son entrain** réduit les symptômes de dépression et d'anxiété de 50 % à la fin du programme.

Au cours de la première année, BounceBack a été un grand succès et continue de croître. Nous avons maintenant six coaches et notre plateforme en ligne a été lancée. **Retrouver son entrain** Jeunes sera lancé à l'automne 2022.



LE CENTRE D'APPRENTISSAGE SUR LE MIEUX-ÊTRE

L'année 2021-2022 a vu l'ACSM du Nouveau-Brunswick offrir une nouvelle approche pour bâtir la promotion de la santé axée sur le rétablissement ici au Nouveau-Brunswick avec le lancement du Centre d'apprentissage du bien-être du Nouveau-Brunswick. Ce programme est construit sur les cadres du "Recovery College". Les Recovery Colleges sont construits sur six dimensions critiques; éducatif, collaboratif, basé sur les forces et centré sur la personne, progressif, orienté vers la communauté et inclusif. Un paradigme de l'éducation des adultes est utilisé pour soutenir les personnes qui cherchent à développer un bien-être émotionnel et psychologique à travers de multiples dimensions. L'ACSM du N.-B. participe à une communauté nationale de pratique pour Recovery Colleges et est l'un des seuls sites à l'échelle nationale à offrir des services dans les deux langues officielles.

2021 - 2022 Centre d'apprentissage sur le mieux-être a aidé 320 participants



FINANCES

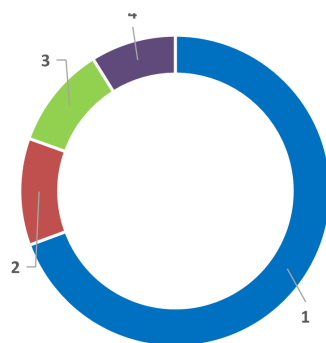
Revenus

| | | | |
|---|---------------------------------------|---------------------|-----|
| 1 | ● Revenus du programme et subventions | 2,568,519 \$ | 69% |
| 2 | ● Autres subventions | 411,801 \$ | 11% |
| 3 | ● Collecte de fonds et dons | 393,861 \$ | 11% |
| 4 | ● Frais d'administration | 329,110 \$ | 9% |
| | | 3,703,290 \$ | |

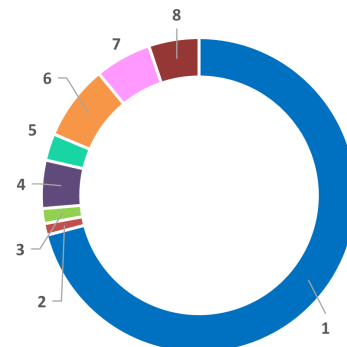
Dépenses

| | | | |
|---|--|---------------------|-----|
| 1 | ● Salaires & Avantages | 2,629,202 \$ | 71% |
| 2 | ● Formation & Développement | 44,132 \$ | 1% |
| 3 | ● Bureau général (Assurances) | 56,890 \$ | 2% |
| 4 | ● Bâtiment & Equipement (entretien, location) | 183,469 \$ | 5% |
| 5 | ● Voyages et réunions | 101,851 \$ | 3% |
| 6 | ● Matériaux, fournitures, autres | 284,828 \$ | 8% |
| 7 | ● Publicité et promotion | 215,050 \$ | 6% |
| 8 | ● Autres (honoraires professionnels, services bancaires) | 191,326 \$ | 5% |
| | | 3,706,749 \$ | |

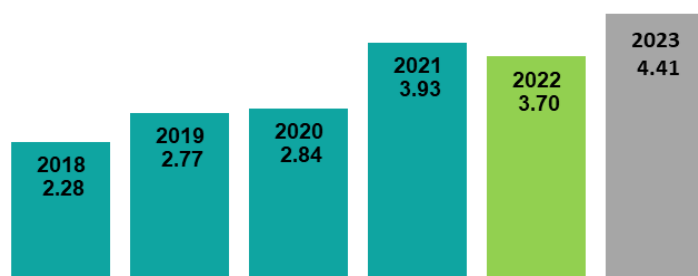
Revenus



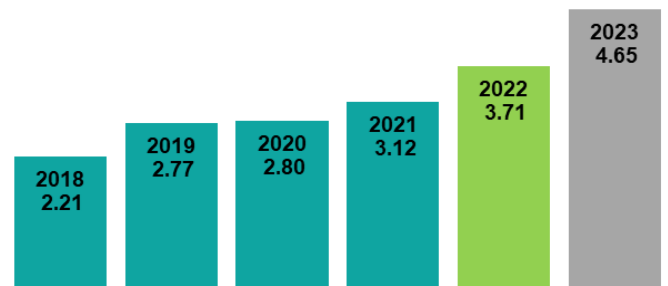
Dépenses



Revenus (Millions)




Dépenses (Millions)



RÉSEAUX SOCIAUX



 **13,371 aimes**
13,830 abonnés
1,336,323 atteint
51,592 engagement

1,200 abonnés
38,373 impressions
32,901 engagement



 WWW.CMHANB.CA
166,372 visiteurs
(au total 1,166,522 visites)
72% nouveaux &
28% de retour

519 abonnés
13,642 vues
949 heures



Le SSPT, l'anxiété, la dépression, nous affectent tous. Nous sommes tous ensemble sur ce coup! Je tiens à remercier ENORMEMENT cette organisation pour toute l'aide que vous apportez :)

- Recommandation Facebook



PARTENARIATS COMMUNAUTAIRES

Gouvernement du Nouveau-Brunswick

Retrouver son entrain, Coordonnateurs des programmes communautaires, programme provincial de soutien par les pairs, Comités de prévention du suicide (MS), Travail: Plus fort ensemble (PETL), Pairs aidants certifiés, Financement de capacité (DS)



Services aux Sourds et Malentendants du Nouveau-Brunswick

Programmes facilités pour la communauté sourde et malentendante.



Eastern College

Camp d'été pour les élèves de 9 à 15 ans.



Université de Moncton

Formation de soutien par les pairs pour les premiers intervenants, Pairs aidants certifiés



Université de Nouveau-Brunswick

Projet de recherche sur les femmes pendant la pandémie et la suicidabilité.



ACCESS Esprits ouverts

Programme national de recherche et de prestation sur la santé mentale des jeunes. ACCESS formation sur les principes fondamentaux du soutien par les pairs pour les jeunes.



Les avantages Green Shield

Mise à jour des programmes d'éducation à l'emploi.



Centraide

Financement du projet LLTTF et collaboration avec les services des sourds et malentendants du Nouveau-Brunswick

ANBL

D2R: De la Dépendance au Rétablissement



Association francophone des aînés du N.-B.

Projet aînés francophones





ÉVÉNEMENTS ET COLLECTES DE FONDS

Musique pour l'esprit

Sois inspiré. Sois créatif. Montre ta résilience.

ÉDITION DES VÉTÉRANS

En octobre 2021, un appel aux musiciens et auteurs-compositeurs-interprètes vétérans à soumettre leurs chansons pour la deuxième édition de Musique pour l'esprit: Édition des vétérans.



Un Roulez au grand jour virtuel était au Nouveau-Brunswick! En juin 2021, nous avons collecté des fonds grâce à des défis de mouvement. Partenaire de contrepartie des fonds, la Fondation de la famille J.T Clark nous a aidés à amasser plus de 60 000 \$ pour des initiatives en santé mentale pour les personnes ayant besoin de soutien dans toute la province.



Nomination au prix

L'ACSM du N.-B. à Fredericton a été mise en nomination et est devenue finaliste du Prix de l'association caritative pour les Prix d'excellence en affaires de la Chambre de commerce de Fredericton. C'est la deuxième fois au cours des dernières années que nous recevons cet honneur de nos pairs de Fredericton et des environs.

12



Série comique «O'Me Nerves»

Nous avons de nouveau accueilli notre série humoristique mensuelle, O'Me Nerves à la brasserie Grimross à Fredericton. Des comédiens de partout au Nouveau-Brunswick se réunissent pour créer une collecte de fonds amusante en faveur de la santé mentale... un bon rire qui fait mal au ventre est bon pour notre bien-être!

Collectes de fonds d'anniversaire

Nous sommes reconnaissants pour nos abonnés sur les réseaux sociaux et certains ont montré leur soutien cette année... 22 362,90 \$ amassés grâce aux collectes de fonds Facebook!

Collectes de fonds externes

Nos communautés montraient leur soutien à la santé mentale en organisant des collectes de fonds.

Quelques mentions spéciales :

- Première Mortgages Walkathon
- My Island Run
- Tournoi Slo-Pitch
- Rollerblade for Change
- Cycle for Life
- McConnell Transport
- Metal for Mental Health
- Sussex Accounting Service



INITIATIVES ANTI-STIGMA

Même en pleine pandémie, nos équipes ont pu organiser des événements anti-stigmatisation et des événements spéciaux.

En voici quelques-uns à travers la province :

- Arrêtez la stigmatisation
- Soirée Témoignage
- L'art à l'esprit
- Sensibilization au suicide
- Wow ça fait du bien !
- Séance d'enseignement culturel à l'appui d'une santé mentale culturellement sécuritaire
- Heure du conte avec Miss Amour Love sur Facebook Live



Témoignage

Il n'y a rien d'autre qu'un impact positif grâce aux services de soutien par les pairs. Il n'y a vraiment rien que je puisse penser à eux qui ne soit pas utile et édifiant.

- Client de soutien par les pairs



