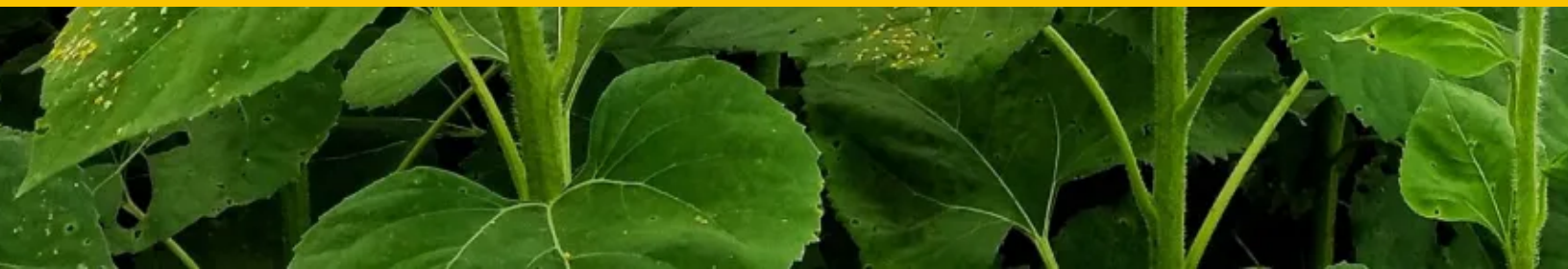




*Rapport*  
Annuel



2022/  
2023





” Plutôt qu'un geste [...] d'orgueil ou d'arrogance, [offrir un tournesol] est une preuve de *simplicité* et de *confiance*.” .

D'après Nicole Parrot, auteure de Le Langage des fleurs (Éditions Flammarion, 2000)

## Crédits

Analyse, rédaction et édition :  
Christophe Tremblay

Design graphique et mise en page:  
Paola Perdomo &  
Christophe Tremblay

Traitement des données :  
Nathalie Lucas,  
Louise Lizotte  
Christiane Cimon &  
Christophe Tremblay

# Table des matières

Mot de l'équipe.....	4
Mot de la direction.....	6
Mot du C.A.....	8
Portrait du Verger.....	11
Portrait de la clientèle .....	19
Bilan services internes .....	28
Bilan services externes.....	35
Vie associative.....	40
Activités de sensibilisation.....	43
Projet volet psychothérapie communautaire.....	47
Évaluation des services et activités.....	52
Gouvernance démocratique.....	58
Ressources humaines.....	62
Contribution à la formation et à la recherche.....	65
Financement.....	67
Partenariats.....	68
Orientations stratégiques.....	70

# Mot de *l'équipe*

Pour moi, 2022-2023 a été l'occasion de quitter la direction générale pour me consacrer au projet de service de psychothérapie communautaire. Je suis très fier de ce nouveau « bébé », qui participe à renforcer l'offre de psychothérapie pour les personnes à revenus modestes dans la région. Nous avons réussi à mettre sur pied ce nouveau service fin janvier 2023 et plusieurs petites victoires sont déjà observables. Après 2 mois d'opération, nous avons desservi déjà une dizaine de personnes; offerts plus de 40 rencontres; reçus plus de 30 demandes. Les participant.e.s mentionnent que la psychothérapie: permet d'approfondir davantage les blessures relationnelles; de se doter d'outils pour composer avec les symptômes de stress post-traumatique; de renforcer leur capacité de mentalisation et leur flexibilité attentionnelle, etc. En contrepartie, offrir ce service m'a permis de bonifier, entre autres, mes connaissances sur les traumatismes complexes et les structures de personnalité. Mais surtout, ce projet m'a donné l'occasion de faire des rencontres humaines souvent touchantes et toujours riches. Un immense merci aux personnes qui m'ont fait confiance pour les accompagner dans une partie de leur parcours au Verger! - Christophe, T.S., stagiaire en psychothérapie et candidat au PhD



Bientôt presque 19 ans que je suis au Verger comme intervenante, puis coordonatrice et maintenant, comme responsable de l'évaluation-orientation. J'ai vu progresser ce bel organisme au fil des années, accueillir de plus en plus de personnes (avec un nombre record de 123 demandes à l'interne cette année), répondre à de nombreux besoins et surtout, aider les personnes à trouver la partie lumineuse en elle. Le tournesol (en couverture de notre rapport annuel) est symbole de loyauté, d'optimisme et de bonheur. Aussi symbole de longévité, de bonne fortune et de chance, il est toujours tourné vers le soleil. Je ne peux que nous souhaiter encore plusieurs années de floraison au Verger! L'horizon s'annonce lumineux. - Nathalie Lucas, T.T.S.

Cette année passée au Verger en tant qu'intervenante à la vie associative et responsable des bénévoles m'a permis de rencontrer et mieux connaître plusieurs membres du Verger, les bénévoles ainsi que les membres de l'équipe. Ces échanges et ces rencontres m'interpellent et me mobilisent me permettant d'apprendre de tous, tout en ayant du plaisir. Accompagner les membres dans leurs projets et faire en sorte qu'ils puissent avoir un lieu convivial de parole et d'écoute est pour moi essentiel. - Christiane Cimon

# Le temps des récoltes!

Lorsque les efforts semés portent leurs fruits



L'année 2022-2023 fût très active et remplie d'imprévus tout en étant très stimulante. De part mon emploi du temps partagé entre la coordination clinique au SIV et mon rôle d'intervenante à l'externe, j'ai su donner le meilleur de moi-même, et ce en lien avec les valeurs de l'organisation. L'adrénaline m'a permis d'aller de l'avant et de relever des défis enrichissants. Être à l'écoute des besoins de chacun, les interventions, les accompagnements et surtout, la pleine conscience (être dans le moment présent) ont été et seront toujours ma nourriture pour être bien avec moi-même au sein de mon travail. J'ai pu aussi bénéficier de formations continues et de tous les apprentissages partagés avec l'équipe de travail qui selon moi sont des incontournables. **Louise Lizotte**

2022-2023 aura été l'année où j'ai découvert le Verger, et quelle belle découverte! J'y ai trouvé des personnes dévouées et riches de leurs expériences, autant du côté des membres que de celui des intervenant.e.s. Cette année m'aura permis de grandir en tant qu'humain, grâce à tous ceux que j'ai côtoyés. Je suis content d'avoir pu m'asseoir derrière une des rames du grand bateau qu'est le Verger et d'avoir pu participer à son parcours. - **Philippe, stagiaire T.T.S.**

Voilà maintenant presque deux ans que je suis arrivée au Verger, mais je n'ai tellement pas vu le temps passer, que j'ai l'impression que c'était hier. Chaque expérience vécue, que ce soit dans le cadre de suivis, d'interactions avec les membres de l'équipe et du Verger, les différents partenaires et autres personnes rencontrées lors d'activités de sensibilisation, m'a fait grandir autant en tant qu'intervenante qu'au niveau personnel. De plus, Au Verger, j'ai l'opportunité d'évoluer dans un milieu qui met vraiment l'humain au centre de ses préoccupations et favorise, entre autre, l'ouverture, l'entraide, le codéveloppement par le travail d'équipe et la formation continue à travers différentes formations. Finalement, je suis heureuse de travailler dans un milieu tel que le Verger, qui est en constant développement et qui gagne à être connu! - **Caroline Filion-Morin, T.E.S.**

Une fois de plus, un énorme merci aux membres, aux bénévoles, au C.A. et à nos partenaires, ainsi qu'à nos donateurs. Chacun.e d'entre vous a su semer une petite graine qui forme aujourd'hui le jardin fructueux du Verger. Votre soutien est unique et précieux!

Au plaisir de poursuivre notre route avec vous

*Solidairement vôtre*

L'équipe du Verger





# Mot de *la direction*

Chers membres du Verger,

C'est avec une grande joie que je vous présente le rapport annuel 2022-2023 du Verger, réalisé grâce à l'incroyable travail de notre équipe dévouée. Cette année a été marquée par de nouveaux défis et une adaptation constante, et je suis fière de partager avec vous les réalisations qui ont émergé de ces circonstances particulières.

Tout d'abord, j'aimerais exprimer ma profonde gratitude envers Christophe, qui a occupé le poste de directeur de manière extraordinaire ces trois dernières années. Malgré les nombreux défis auxquels nous avons été confrontés, tels que la pandémie de COVID-19, le roulement du personnel et l'augmentation de la demande pour nos services, Christophe a su guider Le Verger vers de nouveaux succès. Son travail acharné pour rassembler notre équipe a été remarquable, allant de la restructuration des supervisions de groupe aux journées de ressourcement, en passant par la mise à jour de nos pratiques cliniques. Il a également donné vie à de nombreux projets, tels que le service de psychothérapie communautaire et la création de notre jardin thérapeutique. De plus, il a œuvré pour mettre en lumière le travail des intervenants, ce qui nous a valu le prestigieux prix Simone-Paré. Je suis heureuse de compter Christophe toujours parmi nous en tant que stagiaire en psychothérapie, contribuant ainsi à donner vie à ce nouveau service du Verger, tout en assurant le rôle de directeur clinique pour continuer à soutenir et accompagner notre équipe d'intervention.

Je tiens également à remercier chaleureusement notre équipe d'intervenants qui a travaillé sans relâche tout au long de cette année. L'équipe interne a dû réorganiser notre offre de services, en adaptant les modalités d'accès aux groupes psychoéducatifs et aux suivis psychosociaux individuels, afin de répondre à une demande croissante de services (une augmentation de 70% des demandes de service!). L'équipe a fait preuve d'un dévouement exceptionnel, et je tiens à remercier tout particulièrement Nathalie qui a pris en charge notre nouveau volet d'évaluation-orientation, qui constitue maintenant la porte d'entrée pour tous les services du Verger. Je suis également ravie d'accueillir Léa dans notre équipe, qui reprendra mon flambeau comme intervenante et apportera sa couleur à nos services. Notre volet interne prépare déjà de nouveaux changements pour la prochaine année, dont l'ajout de plages horaire en soirée pour renforcer l'accessibilité des suivis individuels.



# Le Verger tourné vers un avenir radieux



De leur côté, nos intervenantes du SIV ont également accompli un travail digne de mention, offrant une intensité de service élevée à nos utilisateurs, tout en obtenant un score enviable lors de notre dernière homologation par le MSSS ! L'année à venir s'annonce également prometteuse pour nos services externes, entre autres, avec l'élaboration d'un nouveau projet d'intervention en milieu de vie, spécialisé pour les personnes vieillissantes. Un grand merci à Louise, Caroline et Régine pour leur dévouement auprès de la clientèle SIV tout au long de l'année.

Notre volet de vie associative finalement n'est pas non plus en reste grâce notre intervenante Christiane, ainsi qu'à tous les bénévoles qui se sont investis dans les divers projets qu'elle a coordonnés. L'année 2022-2023 a également marqué la dernière récolte du comité jardin... mais ne vous inquiétez pas, nous avons prévu un projet où vous pourrez expérimenter les bienfaits de l'horticulture à travers des ateliers d'hortithérapie bientôt mis en place.

Un immense merci également à notre conseil d'administration qui a apporté un soutien indéfectible à toute l'équipe, notamment lors du départ de deux directeurs. Votre engagement et votre confiance en m'octroyant ce nouveau rôle de directrice ont été des plus précieux. Depuis que j'ai rejoint Le Verger en 2019 en tant qu'intervenante d'été, la mission de notre organisme et le bien-être de ses membres me tiennent profondément à cœur. J'ai eu le privilège de voir notre organisme grandir et s'épanouir grâce aux efforts des directions précédentes, des intervenants, des bénévoles et des membres. Je m'engage pleinement dans ce nouveau défi et je suis reconnaissante de faire partie de cette merveilleuse aventure.

Ensemble, nous avons déjà fait face aux défis et accompli de grandes choses. Je suis impatiente de continuer à travailler avec vous tous et de voir Le Verger fleurir encore davantage dans les années à venir.

En vous transmettant mes salutations les plus sincères,

Paola Perdomo, T.T.S.,  
Directrice générale du Verger





# Mot du conseil

Nous sommes fiers de vous présenter un bilan très positif des activités du Verger pour l'année 2022-2023, qui aura été sous le signe d'une pandémie qui faiblit, ainsi que de nouvelles initiatives qui permettent au Verger d'améliorer ses services aux usagers. Comme à l'habitude, le conseil d'administration souhaite chaleureusement remercier les employé.es, engagé.e.s et dévoué.e.s, ayant su contribuer au rayonnement du Verger, mais surtout, accompagner la clientèle de façon remarquable. Voici en quelques lignes les faits saillants de la dernière année :

## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Notre conseil d'administration s'est renouvelé au cours de la dernière année avec le départ de membres de longue date (Hélène Lapierre et Marie-Hélène Poirier que l'on remercie chaleureusement). Deux nouveaux membres représentent désormais les membres utilisateurs de service, soit Bruno Noël et Steve Otis. Avec le départ de Pierre-Olivier Marcoux (après avoir été notre trésorier pendant 14 ans), nous sommes toujours à la recherche d'un.e remplaçant.e pour ce rôle stratégique. Simon Paré-Gaudreault a également dû quitter son poste, qui fut repris par Roxanne Cloutier, intervenante ayant déjà travaillé au Verger. Nous avons également accueilli une nouvelle administratrice, Roxane Martel-Perron.

## L'ÉQUIPE

On doit finalement mentionner une période de transition à la direction avec le changement de poste de Christophe, qui a transité du poste de directeur général pour effectuer son stage en psychothérapie au Verger et démarrer notre nouveau service de psychothérapie communautaire. Christophe assurera également le soutien clinique à toute l'équipe et coordonnera le développement de nouvelles pratiques et projets d'intervention. C'est Paola Perdomo, intervenante au Verger depuis près de 3 ans qui reprend finalement le chapeau de directrice générale. Son énergie positive et ses compétences profiteront grandement à notre organisme.

## FINANCEMENT

Nous sommes heureux d'avoir bénéficié d'une hausse de 39 000\$ du financement récurrent de l'organisme (Programme PSOC). Cette hausse faisait suite à la demande que nous avons déposée au CIUSSS-CN dans le cadre des investissements en santé mentale effectués par le gouvernement du Québec durant la pandémie.





# d'administration

## SERVICES INTERNES

Nous avons élargi l'accès aux services internes en permettant aux personnes de choisir entre l'intervention individuelle et/ou l'intervention de groupe (avant les participant.e.s étaient dans l'obligation de recevoir les deux pour être suivi.e.s au Verger).

La demande de services a atteint des records avec 123 demandes comparativement à 72 l'an dernier ce qui représente une hausse de 71 %! Nous avons également créé un troisième poste d'intervention (temporaire) à l'interne afin de mieux répondre à cette demande accrue.

Concernant la Vie associative, nos cafés-rencontres hebdomadaires ont connu une hausse importante d'achalandage (184 présences cette année contre 115 l'an dernier). Il s'agit d'une formule appréciée autant par les nouveaux membres qui souhaitent briser l'isolement que par les membres de plus longue date qui souhaitent préserver un lien avec l'organisme. Le café-rencontre permet par ailleurs un partage entre des participant.e.s à différents stades de rétablissement.

## SOUTIEN D'INTENSITÉ VARIABLE

Après avoir obtenu une note exemplaire à notre dernier processus d'homologation SIV, nous en sommes présentement à développer une trajectoire de service spécialisée pour les 50 ans et plus. Nous continuerons évidemment d'offrir du SIV régulier, mais fort de l'expertise développée en santé mentale gériatrique dans les dernières années, nous offrirons également un service SIV à l'intersection de la santé mentale et des services pour aînés (ex. : soutien à domicile, soins gériatriques, ressources d'hébergement). Esquissées en 2022-2023, les grandes lignes de ce projet pourront commencer à s'actualiser l'an prochain. Nous avons confiance que ce projet constitue une réponse novatrice et inspirante aux défis grandissants du vieillissement de la clientèle en santé mentale.



# Mot du conseil d'administration

## INNOVATION

Notre équipe a travaillé d'arrache-pied afin de bonifier notre offre de services en démarrant un service novateur de psychothérapie communautaire financé pour l'instant par le biais de l'économie sociale : l'une des premières initiatives de ce genre à Québec! Nous sommes d'ailleurs devenus l'un des premiers membres du Réseau québécois des organismes communautaires de psychothérapie dans la région de la Capitale-Nationale.

Nous avons créé la possibilité de déposer une demande de service en ligne (près de la moitié de nos demandes ont été reçues via ce service), par le biais d'un formulaire, contribuant ainsi à rendre nos services plus accessibles.

Comme chaque année, nous avons participé à la formation d'une dizaine d'étudiant.e.s en relation d'aide en constituant un milieu d'accueil pour des stages, projets d'intervention et travaux pratiques. Petite innovation cette année, nous participons à l'enseignement de cours d'intervention à l'Université Laval en développant des vignettes et en offrant de la rétroaction lors de simulations avec des acteurs. Nous sommes également membre du comité de pilotage d'une importante recherche sur les aînés en situation de vulnérabilité. Notre contribution à l'enseignement et à la recherche en travail social ne fait que croître!

Nous remercions tout un chacun pour votre implication au Verger, cela fait une réelle différence dans la vie de nos usagers. Nous sommes confiants que la prochaine année sera tout aussi extraordinaire grâce à votre travail : merci!

*Votre conseil d'administration*

# Portrait du *Verger*



Le Verger est un organisme à but non lucratif (OBNL) appartenant au mouvement de l'action communautaire autonome et qui oeuvre dans le champ de la santé et des services sociaux.

Il est reconnu pour son caractère humain/chaleureux, son offre de services diversifiée et innovante, ainsi que pour son grand professionnalisme.



## POPULATIONS CIBLES ET TERRITOIRE

### *d'intervention*

Les services du Verger s'adressent à toute personne de 17 ans et plus vivant avec une problématique de santé mentale courante ou grave.

Les personnes sans diagnostic, mais vivant de la détresse psychologique sont également admissibles. Nos activités de promotion visent quant à elles à rejoindre toute personne désireuse d'en apprendre davantage au sujet de la santé mentale.

Nos services et activités s'adressent en priorité aux personnes vivant sur le territoire de la ville de Québec et aux alentours.

# Mission

La mission du Verger consiste à accompagner les personnes vivant avec une problématique de santé mentale (trouble ou problème de santé mentale, détresse psychologique) dans un processus de rétablissement et de recherche d'un mieux-être global. Sur la base des aspirations des personnes, ses interventions visent ainsi à :

- Renforcer la participation citoyenne et l'inclusion sociale
- Soutenir la reprise d'un pouvoir d'agir sur son avenir, ses conditions de vie, ses droits
- Promouvoir une santé mentale positive et une meilleure auto-gestion des symptômes
- Promouvoir une meilleure santé physique et un accès équitable aux soins
- Améliorer son fonctionnement quotidien et domestique

# Philosophie et Valeurs

Le Verger préconise une approche intégrative-holistique (Ionescu, 2019) dans ses interventions, laquelle cherche à apporter une réponse flexible et exhaustive aux besoins biopsychosociaux des personnes. Pour ce faire, différents modèles de pratique spécifiques sont mis à contribution selon les situations et problématiques rencontrées.

L'approche centrée sur le rétablissement, le modèle des forces et le développement du pouvoir d'agir constituent trois approches phares, qui se retrouvent en toile de fond de toutes nos actions.

Nous puisons aussi couramment dans plusieurs approches bien établies en santé mentale et par la recherche comme : 1) l'approche cognitive-comportementale; 2) les approches systémiques; 3) l'entretien motivationnel; 4) l'approche centrée sur les solutions; 5) différentes théories de la crise.

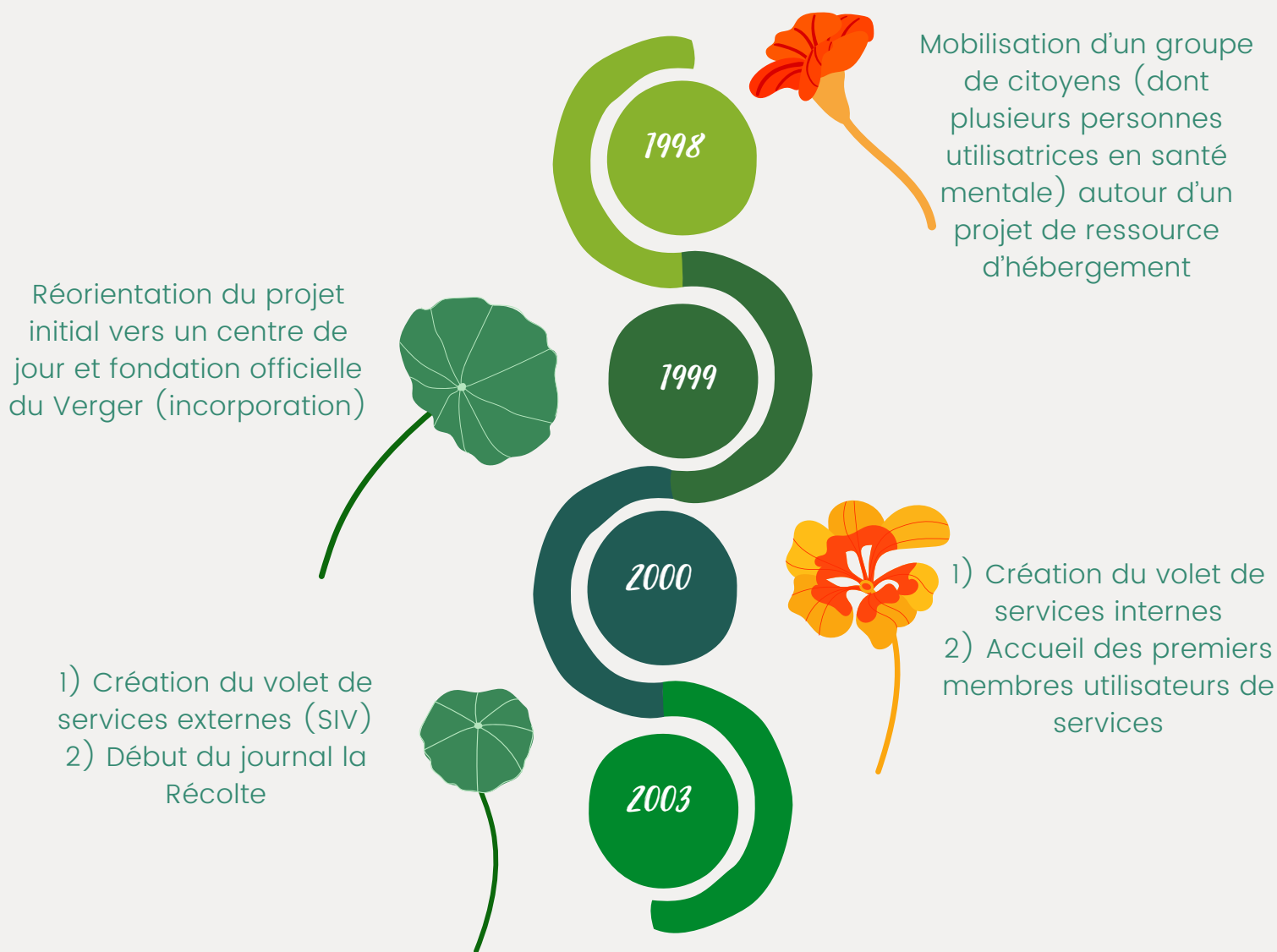
Nous puisons finalement dans des approches plus "alternatives" ou "émergentes" ayant un potentiel prometteur : 1) intervention par les arts; 2) intervention par la nature; 3) approches psychocorporelles (ex.: pleine conscience); 4) approche narrative, etc.



# Ligne du temps



Le Verger a été officiellement fondé en 1999 à l'initiative de citoyen.ne.s dont plusieurs personnes ayant bénéficié de services en santé mentale. Ces personnes étaient animées par une volonté commune de lutter contre le phénomène des portes tournantes dans le système en santé mentale en rehaussant les services offerts dans la communauté. Les fondateurs étaient également motivés par le désir de développer des pratiques centrées sur les forces des personnes et la promotion de la santé mentale positive. Afin de mettre en application ce magnifique projet, des professionnel.le.s de l'intervention psychosociale ont été interpellés pour prêter épaule à la roue, le tout dans une perspective de croisement des savoirs et de co-construction des interventions.





Achat de la maison et déménagement au 934 avenue du Chanoine Scott

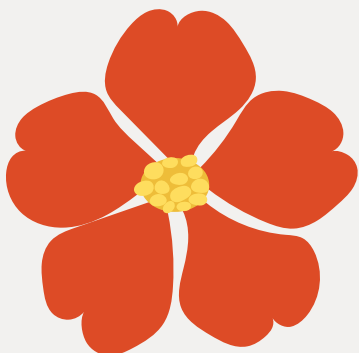
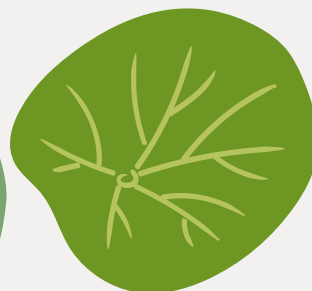


Début d'une période réservée aux échanges entre membres le jeudi pm (activités libres devenues le café-rencontre en 2020)



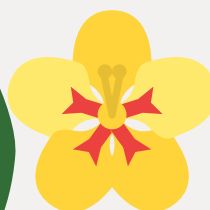
1) Réorientation des services internes (passage d'une majeure sociorécréative à majeure clinique)  
2) Démarrage du comité jardin

Optimisation du service SIV (ajout de postes d'intervenant.e.s et de périodes de supervision clinique)



1) Travaux de rénovation des locaux  
2) Démarrage du blogue du Verger  
3) 1ère homologation SIV  
4) Projet pilote Propulsion (pour promotion de la participation sociale)

1) Consultation des membres et planification stratégique 2021-2024  
2) Mise à jour de l'énoncé de mission  
3) Partenariat avec le Conservatoire pour promotion de la santé mentale  
4) Réaménagement de la cour arrière et agrandissement du jardin  
5) Début création et diffusion d'outils en libre accès sur le web



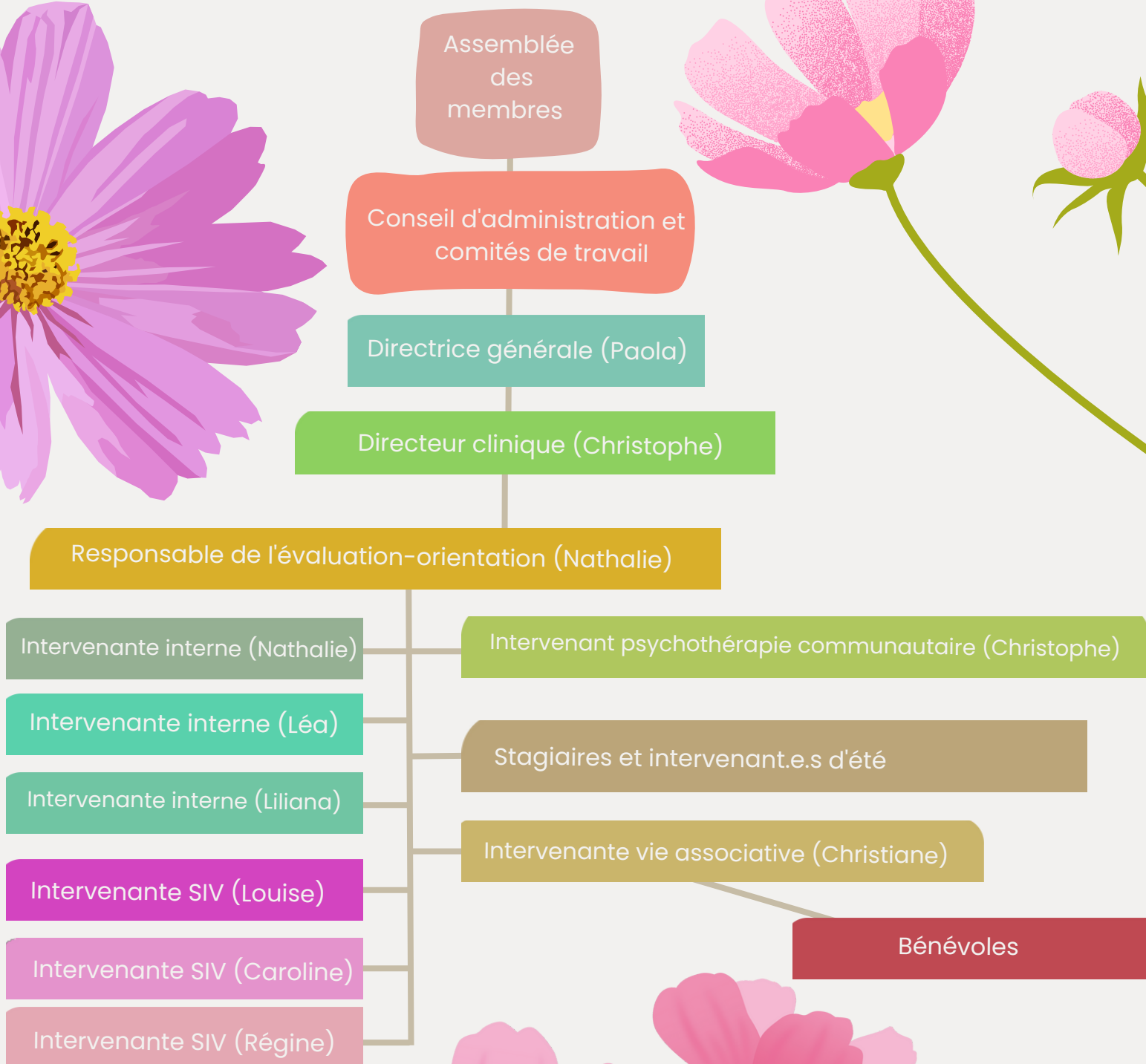
1) 2ème homologation SIV  
2) Début du partenariat avec RELIEF pour les groupes de soutien à l'auto-gestion  
3) Embauche d'une intervenante dédiée au volet vie associative



1) Démarrage du service de psychothérapie communautaire  
2) Adhésion au Réseau québécois des organismes communautaires de psychothérapie



# Organigramme *du Verger*



# Méthodes d'intervention



## *Intervention individuelle et familiale*

Permet de réduire la détresse, de retisser un lien de confiance et d'apporter une aide "sur mesure" dans l'atteinte des objectifs personnels de chacun.e.

Avec l'accord de la personne, les proches peuvent être mobilisés dans l'intervention (afin de les outiller et de les soutenir).



## *Intervention de groupe*

Permet la normalisation du vécu, favorise l'approfondissement des connaissances, donne des possibilités d'expérimentation, réduit l'isolement, fournit du soutien mutuel et du modeling.



## *Intervention collective*

Contribue au changement social en offrant un lieu d'implication citoyenne et des outils de sensibilisation dans la communauté. Favorise le renforcement du tissu social par le biais d'actions concertées.







# Continuum de services

Le Verger offre un continuum de services psychosociaux et sociocommunautaires en santé mentale se voulant le plus complet possible. Cela nous permet de répondre à une vaste étendue de besoins éprouvés par nos membres en termes de nature et d'intensité.

S'appuyant sur un modèle de « soins en étapes », ce continuum va du soutien et de l'éducation psychologique offerts individuellement ou en groupes (services internes), jusqu'à la réadaptation psychosociale (services externes SIV) en passant par le traitement psychologique (psychothérapie communautaire). Des consultations conjugales et familiales sont également possibles dans chaque service si pertinent et avec l'accord de la personne. Ces trois premiers volets de services directs à la population - qui regroupent des pratiques cliniques de pointe en santé mentale - représentent aujourd'hui le coeur de notre travail.

*Besoins d'épanouissement  
et d'estime*



*Besoins d'appartenance*



*Besoins de sécurité et  
physiologiques*



Pyramide des besoins de Maslow

# Le bon service, pour le bon besoin, au bon moment...

En complément, nous offrons un volet d'activités collectives (vie associative) - essentiel à la vitalité de notre organisme - et qui permet à tous les membres le souhaitant de s'impliquer dans du bénévolat, un comité ou des groupes de socialisation. Nous prenons également part régulièrement à des actions de prévention et de promotion de la santé mentale qui rayonnent à une échelle plus vaste dans la communauté (sensibilisation). Ces deux derniers volets nous permettent d'affirmer et de cultiver la belle couleur communautaire qui nous anime depuis nos débuts.



**Évaluation-orientation**  
(Accueil, analyse des besoins et référence)

**Psychothérapie communautaire**  
(Traitement psychologique à faible coût)

**Services internes**  
(Soutien psychosocial et psychoéducation)

**SIV (Gestion de cas et réadaptation psychosociale)**

**Vie associative et sensibilisation**  
(Activités sociocommunautaires et de promotion de la santé mentale)



# Portrait de la clientèle

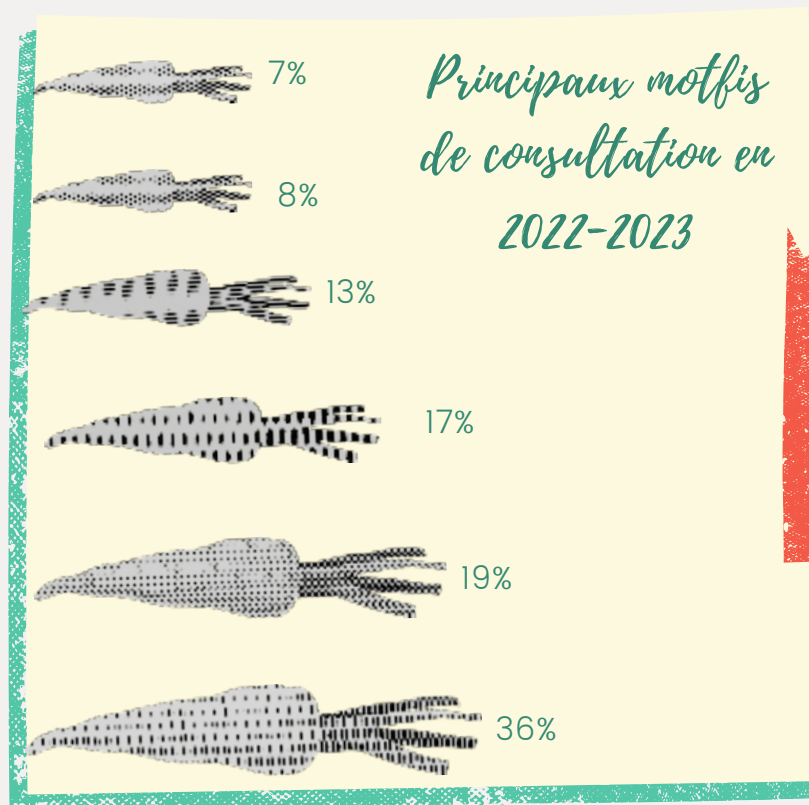
Le Verger recueille diverses données qualitatives et quantitatives qui lui permettent de mieux connaître les caractéristiques, la réalité et les besoins de sa clientèle. Cette analyse permet d'adapter les services, de développer de nouveaux programmes ou encore, d'améliorer les outils promotionnels pour mieux rejoindre certains groupes.

## Portrait de la clientèle à l'interne

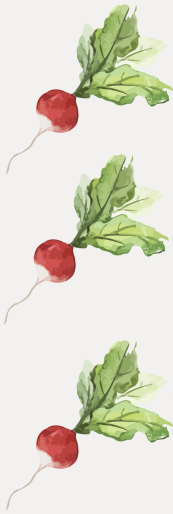
Cette année, les services internes ont rejoint un total de 115 personnes (versus 101 l'an dernier), ce qui constitue une augmentation du volume de clientèle de l'ordre de 15% (comparativement à une hausse de 44% l'an dernier).

La clientèle desservie par les services internes du Verger a ainsi continué de croître en raison de l'augmentation des besoins en santé mentale dans la population. Cette hausse est toutefois limitée en raison des ressources matérielles et humaines limitées, qui contraignent notre capacité à offrir un accompagnement à davantage de personnes.

- Estime de soi
- Vie domestique (AVD/AVQ)
- Solitude, isolement et manque d'activités
- Difficultés relationnelles
- Difficultés liées à la pensée
- Gestion de l'anxiété



# Changements observés :



La gestion de l'anxiété est maintenant le 1er motif de consultation à l'interne (en 2021-2022 était situé au rang 2 avec 26% des demandes)

La solitude et isolement sont passés du rang 1 au rang 4 avec 13% des demandes (en 2021-2022 ils comptabilisaient 33% des demandes)

Il y a augmentation des demandes en lien avec des difficultés liées à la pensée (ex.: pensées négatives, pensée désorganisé) (19% des demandes en 2022-2023 comparativement à 12% en 2021-2022)

## Caractéristiques

## Données 2022-2023

## Données 2021-2022

### Genre

74 % de femmes  
26% d'hommes

63 % de femmes  
37% d'hommes

### Âge

52 % de 50 ans et plus

60 % de 50 ans et plus

### Situation de vie

62% de la clientèle habite seule

68% de la clientèle habite seule

### Territoire

47 % de la clientèle habite Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge

45 % de la clientèle habite Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge

### Revenus

54% de la clientèle touche un revenu inférieur à 22 000\$ \*

45% de la clientèle touche un revenu inférieur à 15 000\$

### Occupation

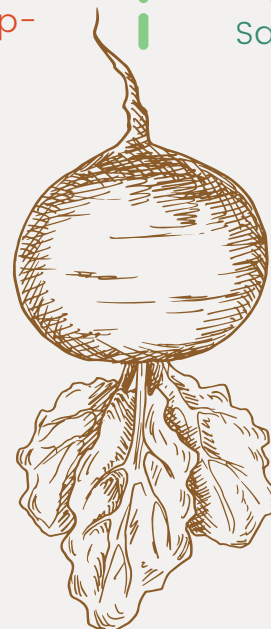
53% de la clientèle est sans occupation professionnelle

72% de la clientèle est sans occupation professionnelle

### Références

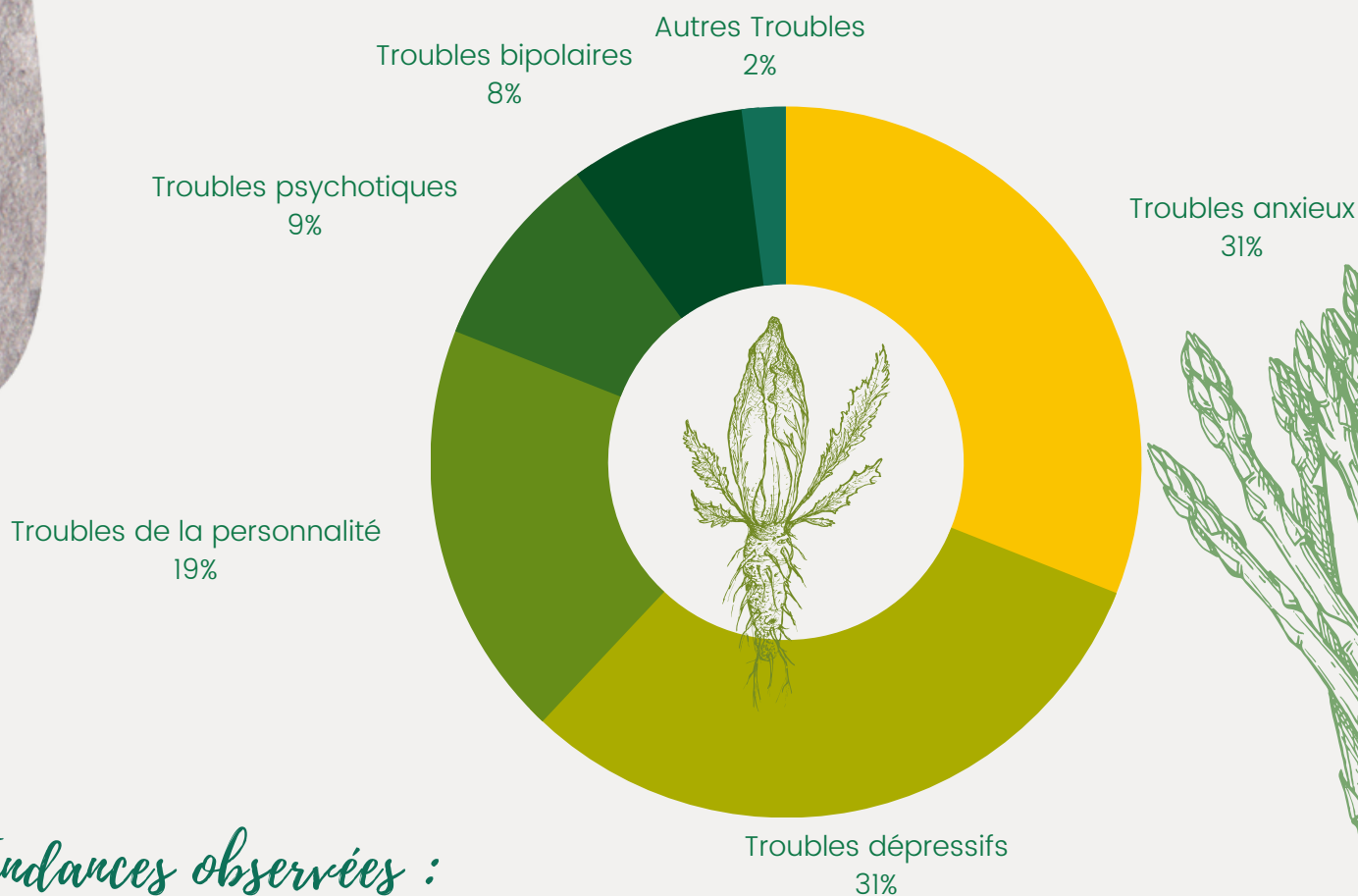
48% de la clientèle est référée par le milieu institutionnel

41% de la clientèle est référée par le milieu institutionnel



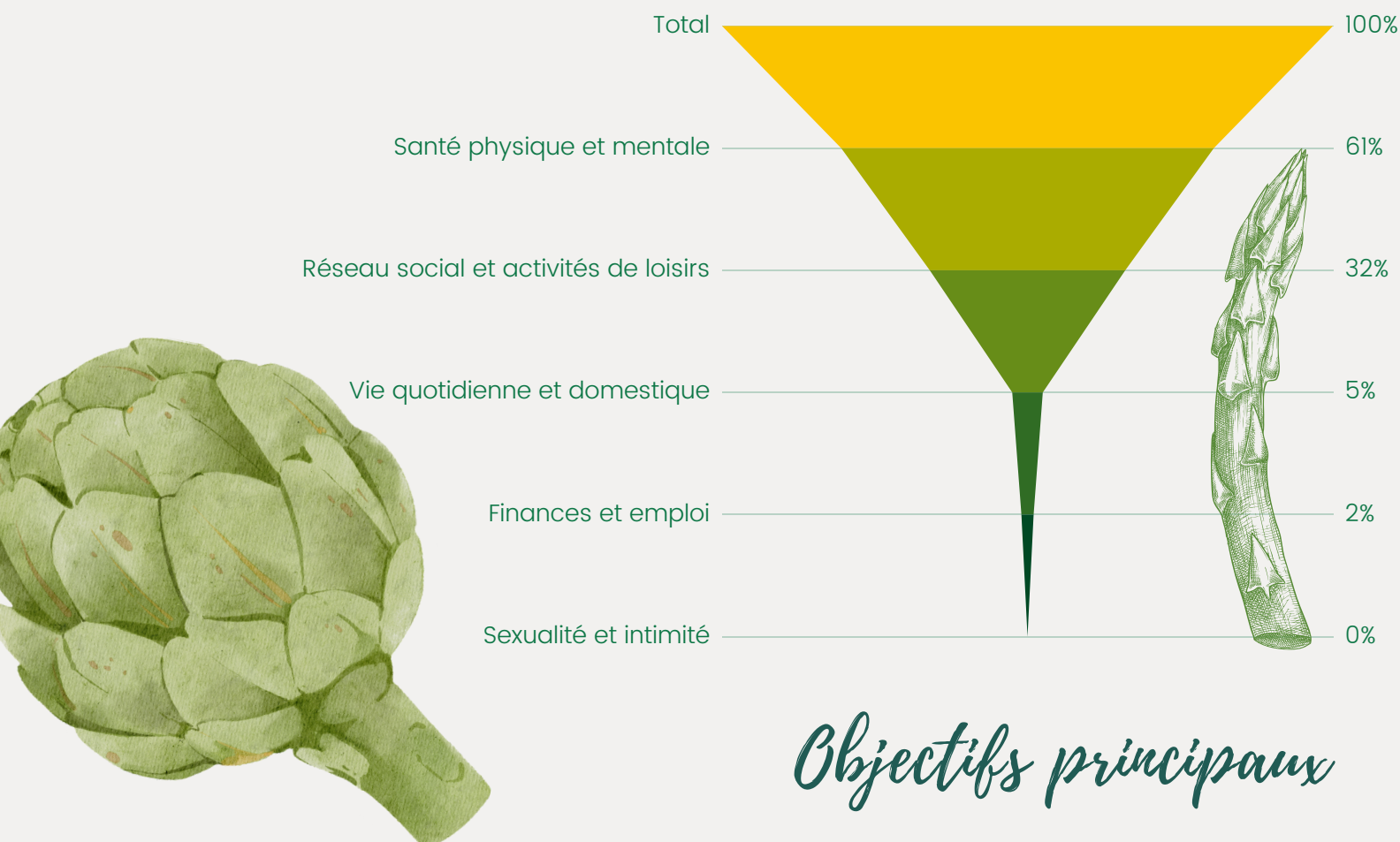
\*Seuil de faible revenu retenu par Statistique Canada en 2019 pour un ménage formé d'une seule personne

# Profil clinique de la clientèle à l'interne



## Tendances observées :

- Léger recul de la proportion d'hommes parmi la clientèle (26% en 2022-2023 contre 37% l'an dernier), mais maintien du nb absolu d'individus (30 membres de genre masculin en 2022-2023 contre 32 l'an dernier)
- Rajeunissement de la clientèle encore cette année (proportion de 50 ans et plus passée de 60% en 2021-2022 à 52% en 2022-2023)
- Diminution de la clientèle sans occupation significative (pourcentage passé de 72% en 2021-2022 à 53% en 2022-2023)
- Augmentation de la clientèle référée par le réseau public (1 membre sur 2 nous est référé.e par le 811, CIUSSS, CHUQ, etc.)
- Diminution marquée de la clientèle vivant avec des troubles psychotiques (9% en 2022-2023 contre 15% en 2021-2022)
- Légère augmentation de la clientèle vivant avec la dépression (31% en 2022-2023 comparativement à 26% en 2021-2022)



Au niveau des principales sphères de vie travaillées avec les personnes en suivi, on note que plus de la moitié est en lien avec la **gestion de la santé mentale et physique** (soit avec 61% de la clientèle). Il s'agit d'une augmentation de 10% par rapport à l'an dernier.

La sphère des **activités sociales et de loisir** avec une proportion de 32% des membres utilisateurs de services dont l'objectif d'intervention principal est en lien avec ce domaine de vie. Cela marque un maintien par rapport à l'an dernier (36% des clients en 2021-2022).

La **vie quotidienne et domestique**, les **finances & le travail**, de même que la **vie amoureuse & intime** sont des thèmes d'objectifs moins fréquents dans les plans d'intervention à l'interne cette année. On note une diminution pour chacun: de 9,3% à 5% pour la vie quotidienne; de 5,8% à 2% pour les finances & l'emploi; de 3,5% à 0% pour la vie intime. Cela s'explique par une référence accrue vers nos autres volets de services où ces objectifs sont mieux répondus (SIV pour les deux premiers et psychothérapie pour le 3ième).



# Clientèle *SIV*

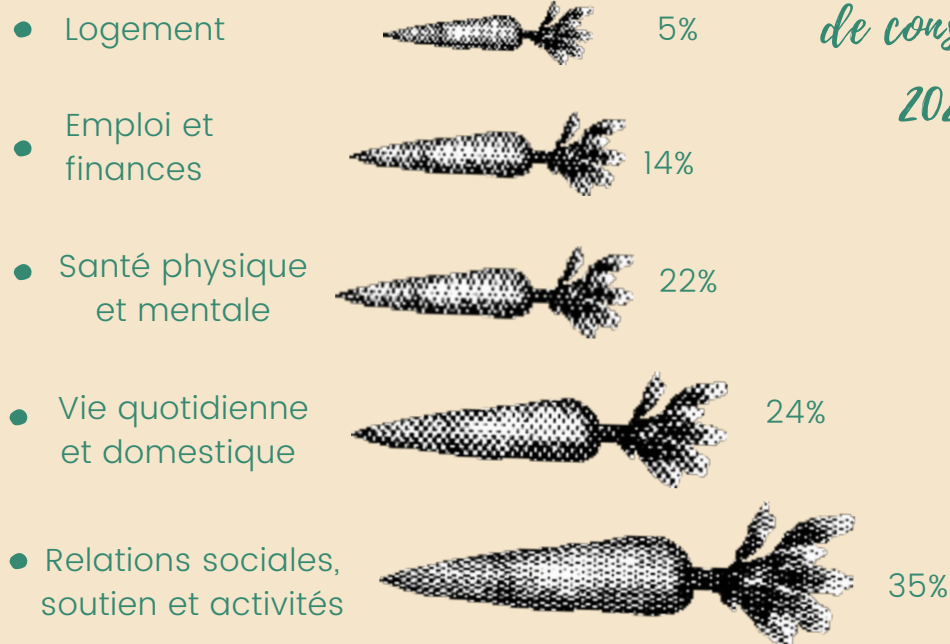
Le SIV s'adresse aux personnes âgées de 17 ans et plus :

- Aux prises avec un trouble mental grave (troubles du spectre de la schizophrénie, trouble psychotique ou bipolaire, dépression sévère et récurrente, etc.); qui éprouvent des incapacités touchant l'autonomie fonctionnelle, les habiletés personnelles, les habiletés sociales et l'intégration dans la communauté;
- Qui présentent un risque significatif de détérioration de leur condition sociale ou clinique sans mesure de soutien de type SIV.

## *Demandes de services*

Cette année, **58 personnes** ont été desservies par le SIV (comparativement à 42 personnes l'an dernier), ce qui témoigne d'une **augmentation de 38 % du volume** de clientèle.

Ce nombre comprend les suivis en cours et les suivis qui se sont terminés au cours de l'année. Le nombre de fermetures de dossiers pour 2021-2022 est quant à lui de **16 dossiers** (comparativement à 17 l'an dernier).



## *Principaux motifs de consultation en 2022-2023*

# Données sociales & démographiques



Différentes statistiques sur le profil socio-démographique de la clientèle SIV sont collectées à chaque année, incluant : le genre, l'âge, la situation de vie, le territoire, les revenus et l'occupation professionnelle, etc.

Cela nous permet de suivre l'évolution du profil de clientèle desservie par l'équipe SIV au fil du temps.

## Caractéristiques

### Données 2022-2023

### Données 2021-2022

#### Genre

70% de femmes  
30% d'hommes

64 % de femmes  
36 % d'hommes

#### Âge

57 % de 50 ans et plus

62 % de 50 ans et plus

#### Situation de vie

85 % de la clientèle habite seule

85 % de la clientèle habite seule

#### Territoire

100% de la clientèle habite dans un rayon de 20 km de l'Université Laval

100% de la clientèle habite dans un rayon de 20 km de l'Université Laval

#### Revenus

67% de la clientèle touche un revenu inférieur à 20 000\$

62% de la clientèle touche un revenu inférieur à 15 000\$

#### Occupation

79% de la clientèle est sans emploi salarié

69% de la clientèle est sans emploi salarié

#### Références

38,5% de la clientèle référée par le réseau

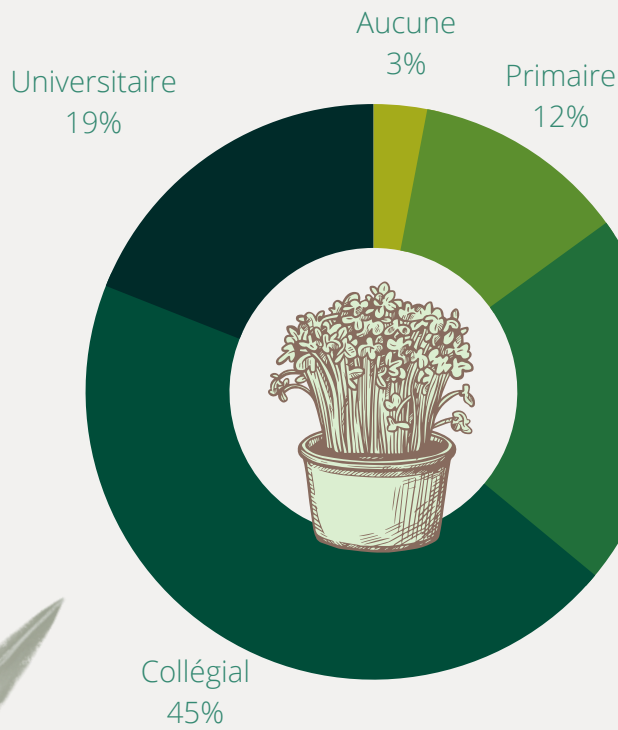
43% de la clientèle référée par le milieu institutionnel

61,5% référée par milieu communautaire





## Degré de scolarité

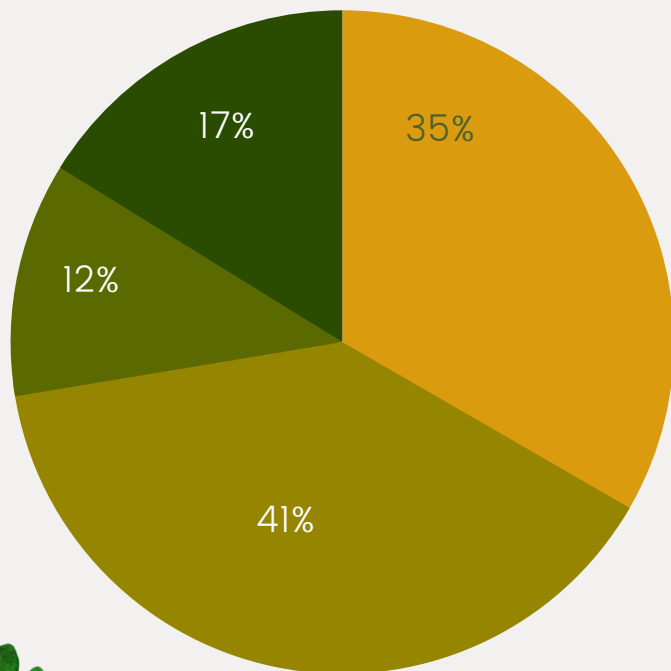


## Faits saillants





- Légère diminution du % d'hommes (-6%)
- Légère augmentation des moins de 50 ans (+5%)
- Augmentation de la clientèle sans occupation (+10%)
- Augmentation de la référence du milieu communautaire
- Léger appauvrissement de la clientèle (+5%) sous le seuil de faible revenu
- Majorité (64%) de la clientèle détient diplôme d'études professionnelles ou postsecondaires



Cette année, nous avons constaté une augmentation de 10% de la clientèle avec des troubles dépressifs et une diminution de la clientèle avec des troubles anxieux (de 5%). Les troubles bipolaires et les troubles psychotiques sont restés à des taux relativement similaires cette année (17% contre 14% l'an dernier pour les troubles bipolaires et 12% contre 15% l'an dernier).



### *Diagnostics principaux en 2022-2023*





-  Troubles dépressifs 41%
-  Troubles anxieux 35%
-  Troubles bipolaires 17%
-  Troubles psychotiques 12%

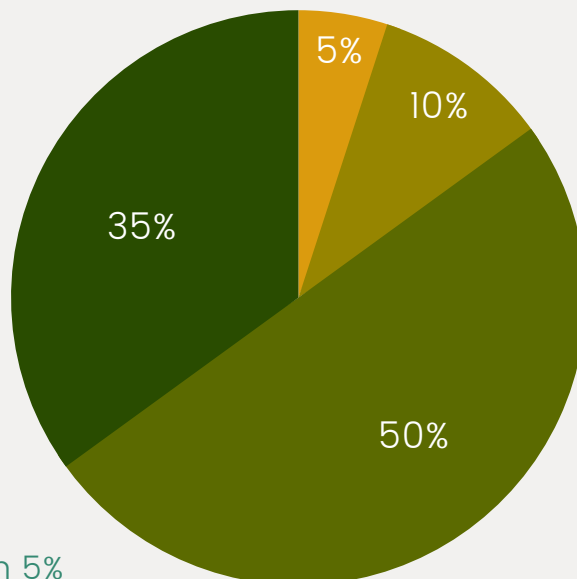


Une majorité de la clientèle SIV (65%) présente un problème concomitant à un trouble mental, ce qui peut complexifier les interventions et nécessiter des collaborations étroites avec d'autres professionnel.e.s et organisations.

Chez la clientèle SIV du Verger, les problèmes de santé physique ou associés au vieillissement sont les plus fréquents (chez plus du tiers de la clientèle).

### *Problèmes concomitants*

-  Problèmes de santé physique ou associés au vieillissement 50%
-  Aucun problème concomitant connu 35%
-  Dépendance aux substances 10%
-  Itinérance et judiciarisation 5%



# Bilan des services et activités



Dans la prochaine section, nous dressons un bilan des services et activités pour 2022-2023. Ce voyage reprendra chacun des volets de notre continuum de services :



Services

*Internes*



Services

*Externes*



Vie

*Associative*



*Sensibilisation*

*Horaire*






Les services et les activités du Verger sont assurés du lundi au vendredi de 9h à 17h tout au long de l'année, hormis les périodes de fermeture du centre de deux semaines à Noël et à l'été (le service SIV demeure toutefois disponible durant la période estivale selon les horaires des intervenant.e.s.). Un essai pilote d'ouverture du Centre **1 soir** par semaine (pour les membres en situation d'emploi) est en cours depuis l'hiver 2023.





# Services Internes

Les services à l'interne sont au cœur de l'offre de services du Verger depuis ses débuts et incluent :

-  Les entrevues d'accueil
-  Les suivis psychosociaux personnalisés
-  Les ateliers psychoéducatifs

## Entrevues d'accueil

Empreintes d'un profond respect et d'une grande empathie, les entrevues d'accueil constituent la porte d'entrée dans les services du Verger. Ces dernières visent à tisser un lien de confiance avec la personne, à analyser sa situation et à définir ses besoins. Sur cette base, la personne est orientée vers les services les plus pertinents pour elle.

Nombre de demandes de services 2022-2023

123

Nombre de demandes de services 2021-2022

72

Nombre d'entrevues d'accueil 2022-2023

53

Nombre d'entrevues d'accueil 2021-2022

48

Cette année a d'abord été marquée par une hausse des demandes de services (123 demandes en 2022-2023 contre 72 l'an dernier).

Le nombre d'entrevues d'accueil s'est quant à lui maintenu (53 entrevues cette année contre 48 l'an dernier).

Nombre de nouvelles personnes admises 2022-2023

45

Nombre de nouvelles personnes admises 2021-2022

38



Un défi en 2023-2024 sera d'augmenter la capacité du Verger à répondre à la demande croissante pour ses services et à trouver des ressources humaines et matérielles pour donner plus de suivis.

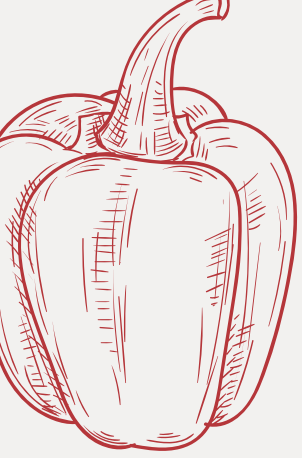
## Demandes en ligne

Cette année, nous avons développé un formulaire de demande de services en ligne. Notre objectif était de lever les obstacles à la demande de services (ex.: timidité, stigma)

TOTAL DES DEMANDES EN LIGNE RECUES : 50

Nous travaillerons à peaufiner notre questionnaire au cours de la prochaine année afin de maximiser le processus de demande!





Comme anticipé, les demandes d'aide adressées aux services ont augmenté avec la fin de la pandémie. L'augmentation de l'an dernier ne constituait que la pointe de l'iceberg.

Cette augmentation est de l'ordre de 71% et constitue un record sans précédent pour notre organisme.

Nous remarquons qu'une proportion élevée et significative de ces demandes proviennent du réseau public de la santé et des services sociaux et particulièrement, du service 811.



Le nombre de rendez-vous d'accueil et de personnes admises dans les services n'a toutefois pas suivi une augmentation proportionnelle. En raison de ressources financières et humaines limitées (salaire encore trop peu attractif, manque de financement récurrent, etc.), nous n'avons pas suffisamment d'intervenantes à l'interne pour absorber les demandes d'aide qui nous sont référées. Nous commençons par ailleurs à voir poindre un manque de locaux pour offrir de l'aide individuelle.

## Suivis Individuels



Chaque participant.e peut bénéficier d'un suivi individuel au Verger selon une fréquence qui s'ajuste à ses besoins et ce, toute la durée de son parcours. Les suivis individuels à l'interne sont offerts par des intervenant.e.s psychosociaux qualifiés ayant complété une formation en relation d'aide.

La démarche personnelle entamée dans le cadre des suivis prend forme à partir d'une évaluation de la situation et d'un plan d'action. La personne est ainsi accompagnée dans un processus de réflexion et identifie avec son intervenant.e.s des actions concrètes à mettre en place en vue d'améliorer sa qualité de vie et sa santé mentale. Les objectifs sur lesquels un membre utilisateur décide de travailler sont très variés et peuvent toucher différentes sphères de vie.



### Objectifs peuvent concerner:

1. Routine et habitudes de vie
2. Estime de soi
3. Auto-gestion de l'anxiété
4. Réseau social
5. Retour au travail
6. Implication bénévole
7. Communication et affirmation
8. Autres (ex.: budget)

Rencontres de suivis individuels 2022-2023

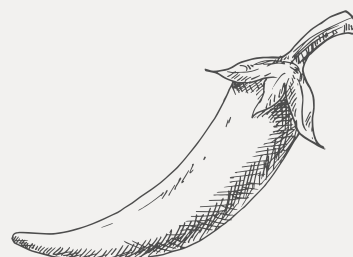
1011

Rencontres de suivis individuels 2021-2022

1088

!!!  
Légère diminution du nb de rencontres attribuable à :

- 1) Difficultés de recrutement d'une 3<sup>ième</sup> intervenante
- 2) Redémarrage d'une offre d'ateliers "régulière"
- 3) Diminution des caseloads de 25 cas + à 20 par intervenante pour prévenir épuisement et préserver qualité des services rendus



L'année 2021-2022 avait été marquée par une augmentation du nombre de rencontres de suivis individuels. En effet, nous avons réalisé une hausse de 145 interventions depuis l'an dernier, soit une hausse de 15% par rapport à 2020-2021.

En 2021-2023, nous avons toutefois connu une légère diminution du nombre de rencontres de suivis individuels, soit une baisse de près de 8%.

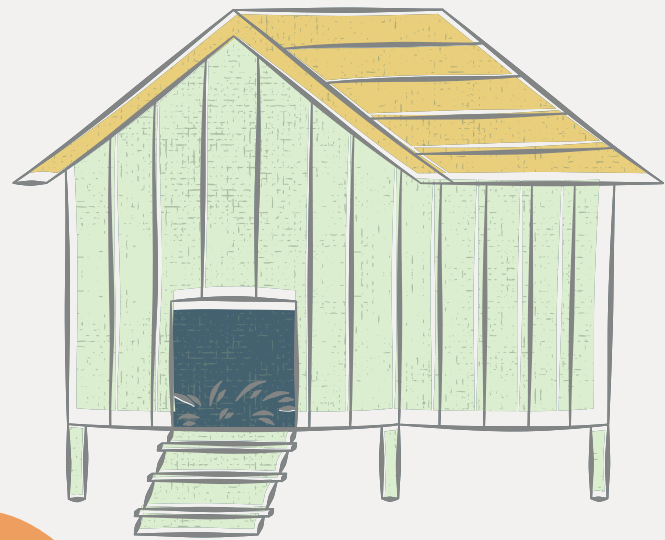
Cela s'explique en raison du fait que nous avons exceptionnellement augmenté la charge de cas des intervenantes internes à plus de 25 personnes durant la pandémie. Toutefois, nous avons dû redéfinir la taille des caseloads à la normale afin d'offrir à nouveau des ateliers de groupe diversifiés et de préserver la santé mentale de notre personnel. Nous avons voulu compenser cette diminution de la taille des caseloads en individuel par l'embauche d'une 3<sup>ème</sup> intervenante à temps plein à l'interne. Cependant, le processus de recrutement a été plus ardu que prévu et nous n'avons pas réussi à combler ce poste avant avril 2023.

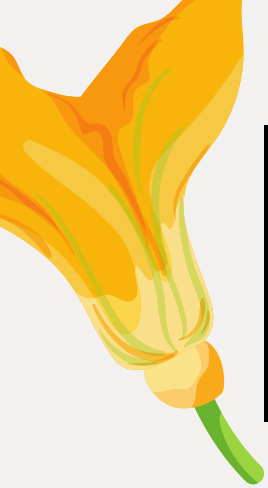


Nombre  
record  
de  
demandes  
123  
(2022-2023)



Précédent  
record :  
72 demandes  
(2021-2022)





## Projet spécial

Collaboration avec le MNBAQ

Cette année, le Verger a participé à un projet spécial d'une durée de 1 mois avec le Musée national des beaux-arts du Québec (MNBAQ).

Ce projet nommé "S'inspire" consistait en quatre séances d'intervention par les arts jumelées à des visites guidées du musée.

Au total, 5 de nos membres ont pu bénéficier de ce projet pilote.

Les membres ont notamment réalisées des sérigraphies (voir photos à même cette page). Ils ont également pu visiter une rétrospective de l'oeuvre d'Evergon, célèbre photographe canadien.

Ce partenariat nous permet par ailleurs de profiter cette année d'une visite de groupe gratuite au Musée. Nous pouvons ainsi aller visiter l'exposition sur Alexander McQueen au mois de juin 2023.

Le Verger est heureux d'avoir encouragé cette initiative réunissant les arts visuels et le bien-être en santé mentale. L'intervention par les arts ou l'art-thérapie constitue effectivement une approche que nous préconisons et utilisons dans le cadre de nos ateliers depuis plusieurs années. Un grand merci au Musée de nous avoir interpellés !





# Ateliers Psychoéducatifs

Les ateliers offerts par le Verger permettent généralement d'approfondir des thèmes fréquemment abordés en suivis individuels, par exemple la communication, la gestion de l'anxiété ou l'estime de soi. Ces ateliers sont des espaces privilégiés d'apprentissage d'une foule d'informations sur la santé mentale, mais également de partage et d'entraide.

D'autres ateliers de groupe permettent de travailler sur ces mêmes aspects, mais de manière différente, c'est-à-dire par le biais de médiums plus "alternatifs" comme les arts plastiques, l'écriture ou l'activité physique. Ces derniers sont tout indiqués pour découvrir de nouvelles stratégies et bonifier le coffre à outils personnel de nos membres.

## Mémoire

Stimuler ses capacités cognitives par le biais d'exercices en groupe, de même que du partage de contenus éducatifs.

## Santé et mieux-être

Améliorer sa santé globale par la pratique de différents exercices, de diverses techniques de relaxation et le partage d'informations.

## Estime de soi

Découvrir ses intérêts, ses forces et aspirations par le biais d'une démarche de croissance personnelle.

## Anxiogestion

Développer ses stratégies d'auto-gestion de l'anxiété par l'intermédiaire de contenu psychoéducatif, l'expérimentation de diverses techniques, de même que par le soutien du groupe.

## Dépression

Développer des connaissances et des stratégies pour mieux gérer les symptômes dépressifs.

## Histoire de vie

Réfléchir à son histoire de vie et à son parcours de rétablissement par le biais d'une approche narrative et la rédaction de son autobiographie.

## Écriture

Exprimer ses émotions et développer sa confiance en soi par le biais de l'écriture.

## Communication

Développement ses capacités interpersonnelles par le biais d'exercices pratiques et de contenus psychoéducatifs,







# Collaboration Relief

Le Verger collabore avec Relief pour former nos intervenant.e.s à l'approche de soutien à l'auto-gestion de la santé mentale.

Cette année, le nombre de séances de groupe a légèrement diminué (10%).

Cela s'explique par le fait que certains ateliers n'ont pas reçu suffisamment d'inscriptions pour pouvoir démarrer ou demeurer au sein de la programmation (ex.: arts créatifs, sérénité).

Avec la pandémie terminée, notre atelier résilience et entraide n'avait par ailleurs pu lieu d'être et a donc été retiré de l'horaire régulier.

Cette approche consiste en une reprise de pouvoir de la personne sur sa santé mentale. Elle inclut un ensemble de petits gestes du quotidien qui permettent d'aller mieux. Il peut s'agir d'actions qui permettent de mieux gérer les symptômes ou de prévenir des rechutes, mais surtout qui permettent d'améliorer la qualité de vie.



[le lien suivant](#)



	Nombre de rencontres	
	2022-2023	2021-2022
Communication	19	15
Mémoire	8	6
Estime de soi	17	12
Histoire de vie	12	-
Santé et mieux-être	35	46
Auto-gestion dépression	5	-
Écriture thérapeutique	25	18
Auto-gestion anxiété	47	33
Autres ateliers	-	59
<b>Total</b>	<b>168</b>	<b>189</b>

Au niveau de la participation aux groupes, on note une diminution d'environ 36% du taux de présence aux groupes. Cet achalandage moindre des groupes cette année nous a amené à faciliter l'accès au groupe. Nous avons décidé de lever pour 2023-2024 l'obligation de bénéficier d'un suivi individuel au Verger afin de participer à un atelier. Nous avons espoir que ce changement permettra de favoriser la participation à notre belle offre d'ateliers. Nous maintenons également la possibilité de participer via Zoom pour les membres ayant des difficultés à se déplacer jusqu'à nos locaux.



Nombre de présences

Nombre de personnes moyen par atelier

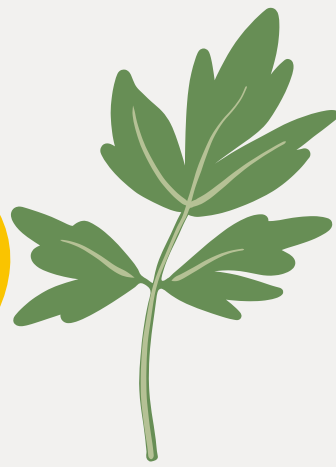
2022-2023 2021-2022

2022-2023 2021-2022

Arts créatifs	-	60	-	3
Santé et mieux-être	114	157	3	3
Mémoire	23	-	3	-
Résilience et entraide	-	68	-	5
Histoire de vie	52	-	5	-
Imageries et défis	-	93	-	4
Anxio-gestion	47	157	3	5
Estime de soi	98	64	6	5
Écriture	81	111	3	6
Communication	68	91	4	6
Sérénité	-	8	-	2
Auto-gestion dépression	33	-	7	-
Total	516	809		



# Services *Externes*



Le Verger offre aussi ses services hors des murs de l'organisme afin de les rendre plus accessibles. Ces services "externes" prennent en ce moment la forme du soutien d'intensité variable, qui permet de rejoindre les personnes directement dans leur milieu de vie.

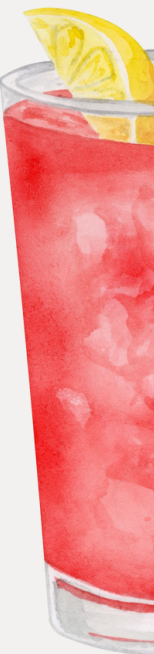
## *Le suivi d'intensité variable (SIV)*

Le suivi d'intensité variable (SIV) est destiné aux personnes de plus de 17 ans vivant avec un trouble mental grave. Ce service permet aux personnes de travailler sur leur autonomie globale avec un.e intervenant.e. Les interventions s'adaptent en fonction du rythme, des capacités et des besoins de chaque personne et visent ultimement le rétablissement.



## *Objectifs du programme SIV*

- Aider l'exercice des activités quotidiennes
- Renforcer les compétences interpersonnelles et le réseau social
- Favoriser l'intégration dans des activités socioéconomiques
- Réduire la fréquence et la durée des épisodes de crise ou d'hospitalisation
- Soutenir et mobiliser les proches
- Facilier l'accès aux services publics et communautaires

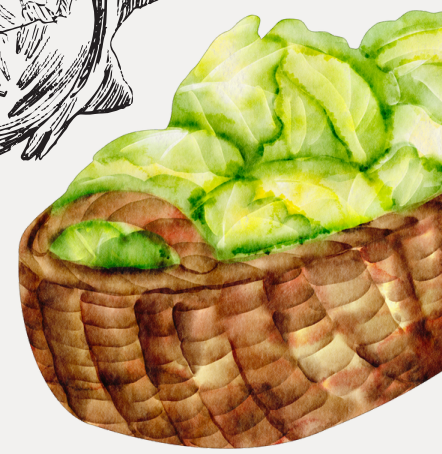


# La pratique SIV - En bref

La pratique SIV est encadrée par le ministère de la Santé et des Services sociaux, qui définit les critères auxquels doivent répondre les services.

Cinq normes cliniques guident la pratique SIV:

- Le plan d'intervention
- Les suivis dans le milieu de vie
- Les suivis intensifs
- Le rôle pivot de l'intervenant.e
- La durée

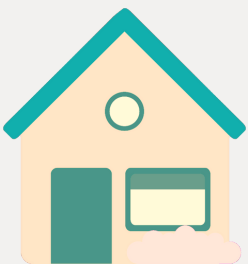


## Le plan d'intervention

La coconstruction d'un plan d'intervention avec la personne permet de cibler les domaines de vie sur lesquels cette dernière souhaite travailler et d'identifier des stratégies à préconiser pour mieux répondre à ses besoins. Il s'agit d'un outil clé pour aider à structurer le processus de réadaptation psychosociale de la personne

## Les suivis intensifs

Le SIV offre la possibilité d'assurer un suivi serré, à savoir jusqu'à 7 rencontres par mois. Il peut s'agir de courtes rencontres comme de plus longues. Celles-ci peuvent viser par exemple, à encourager la mise en action, à prévenir une crise ou à effectuer un accompagnement.

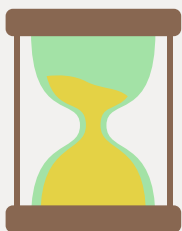


## Les suivis dans le milieu de vie

Les rencontres se déroulent au domicile des personnes ou ailleurs dans la communauté. Cela permet non seulement de renforcer l'accessibilité du programme, mais également de mieux comprendre la réalité des personnes et de favoriser la transposition des acquis dans le quotidien.

## Le rôle pivot de l'intervenant.e

Les intervenant.e.s SIV jouent un rôle pivot auprès de la personne utilisatrice. En fait, ces derniers coordonnent les services et l'aide nécessaire pour assurer le bien-être de la personne et son rétablissement. Les intervenant.e.s SIV travaillent ainsi en étroite collaboration avec les partenaires du réseau de la santé, les proches et les membres de la communauté.



## La durée

Le service SIV permet de suivre les personnes sur une période de temps relativement longue, soit sur plus de 1 an. La durée du suivi est déterminée selon leurs besoins et la complexité de leurs problématiques, cela afin d'assurer une meilleure consolidation des acquis.



# Projet pilote trajectoire 50 +

Depuis l'automne 2022, le Verger travail sur la mise en place d'un nouveau projet, soit une trajectoire de suivi dans le milieu de vie de la personne, qui est spécialement adapté aux besoins des personnes de 50 ans et plus.

Cette population se heurte présentement à un vide de service en première ligne. En parallèle, elles doivent composer avec des défis multiples associés aux problématiques de santé mentale et de vieillissement : maladies chroniques et incapacités physique; isolement social dû à la mortalité dans le réseau de soutien; double stigmatisation en raison de leur âge et de leur état mental, etc. (Tremblay et Dallaire, 2019).

Ce nouveau volet de service devrait inclure, outre l'offre de services individuels à cette population, le développement de partenariats privilégiés avec les services et organismes pour aînés; de la formation additionnelle de notre équipe en santé mentale gériatrique; la participation à des instances de concertation destinés aux aînés, etc.

Nous sommes présentement en discussion avec différents partenaires, publics, communautaires et de recherche afin de rendre ce service accessible en 2023-2024. Restez à l'affut !



## Homologation



Score  
Verger:  
76%

Le ministère de la Santé et des Services sociaux exige de l'ensemble des équipes SIV de la province d'être officiellement homologuées en fonction de divers critères. Ces normes concernent notamment le nombre de rencontres par client.e, le fait que les objectifs des plans d'intervention soient mesurables, une orientation centrée sur la réadaptation, etc.

Le service du Verger répond donc aux mêmes critères que les services SIV offerts dans le réseau public.

Après une première homologation en 2019 avec un très bon score de 72%, le SIV du Verger a été évalué une seconde fois en 2022 et a obtenu un score de 76% (comparativement à une moyenne de 73,5 dans les autres organismes communautaires offrant du SIV à Québec). Ce résultat vient confirmer la qualité des services dispensés par notre équipe SIV et sa volonté d'amélioration continue. Des cibles prioritaires ont également été identifiées afin de poursuivre l'amélioration du service dans les trois prochaines années.

Score moyen  
organismes  
communautaires  
: 73,5%

# Statistiques SIV

Cette année, on note une légère baisse du nombre d'interventions réalisées par l'équipe SIV du Verger. La baisse du nombre d'intervention s'explique en grande partie en raison du roulement au sein de l'équipe et le recrutement d'une nouvelle intervenante ayant nécessité presque un 1 an. Une diminution concomitante du nombre d'heures de services a été observée cette année pour les mêmes raisons.

En conclusion, la stabilité de l'équipe SIV et la poursuite de l'amélioration des conditions de travail s'imposent ainsi comme des déterminants essentiels de l'accès au SIV.

La création d'un 4e et nouveau poste au SIV pourrait par ailleurs réduire l'impact des départs sur la disponibilité du service.

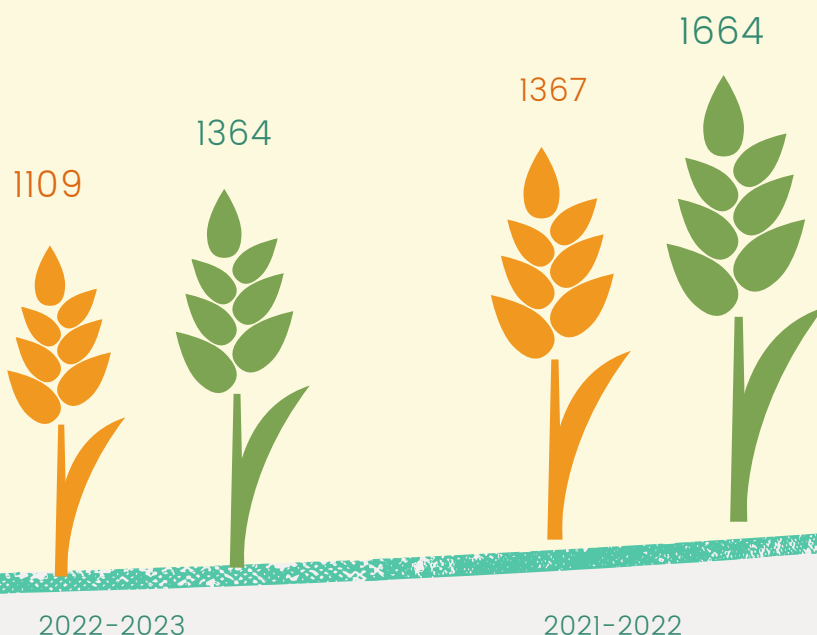


La diminution des heures et interventions SIV cette année est attribuable à 1 poste d'intervention SIV resté vacant pendant plus de 6 mois. Ce poste est depuis comblé.

## Nombre d'interventions et d'heures de services SIV par année

● Nombre d'interventions

● Nombre d'heures de service



# Faits saillants



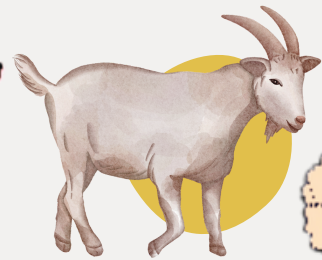
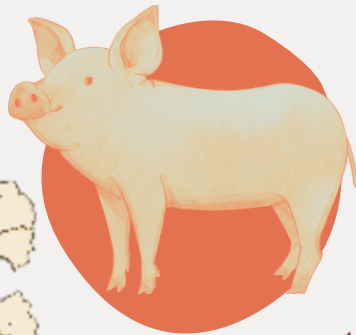
Le temps moyen des services SIV offerts en 2021-2022 était de 1 an et 5 mois (comparativement à 1 an et 3 mois l'an dernier). On note ainsi une stabilité dans le temps sur le plan de la durée du service. Cette durée d'épisode de service est de plus cohérente avec les standards de pratique qui préconisent une durée de 1 à 2 ans en moyenne.



En 2022-2023, 28% de la clientèle SIV ont reçu 2 rencontres par mois en moyenne, tandis que la majorité (57%) ont reçu entre 3 et 4 rencontres par mois.



La majorité des rencontres (64%) est centrée sur la réadaptation psychosociale en individuel avec la personne, tandis que 19% sont centrées sur les contacts avec le réseau de soutien et 12% visent à effectuer un accompagnement dans la communauté. Les 5 % restants sont consacrés à d'autres formes d'intervention dont la gestion de crise (ex.: suicidaire).



# Vie Associative



Regroupant des membres utilisateurs à différents stades de leur rétablissement, des bénévoles et des membres de la communauté, les activités de vie associative offrent un lieu de participation citoyenne et des occasions d'interactions plus informelles.

Lors de ces activités, les membres peuvent: bâtir des projets à leur image ou agir à titre de personnes-ressources pour leurs pairs; tisser des liens plus personnalisés avec d'autres personnes, leur permettant d'élargir leur réseau social; développer de nouvelles habiletés et connaissances, etc. Bref, la vie associative constitue un laboratoire collectif idéal pour le renforcement du pouvoir d'agir des personnes!

L'an dernier, nous avons créé un poste d'intervenant.e à temps partiel entièrement dédié à la vie associative, ce qui a permis de consolider ce volet de services essentiel.

Cette année a constitué une continuité dans la reprise des sorties de groupe et des fêtes collectives. Elle s'est aussi démarquée par l'arrêt de l'aide techno avec la fin de la pandémie (qui explique la légère diminution du nombre de rencontres de vie associative cette année) et par une augmentation du volume de café-rencontres, qui est devenu un incontournable de notre programmation, très apprécié des membres !



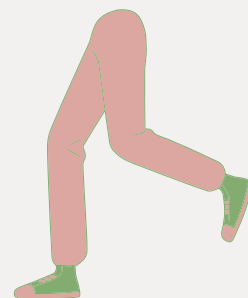
## Comité Jardin

Développer son pouvoir d'agir et ses habiletés relationnelles à travers des activités horticoles.



## Comité Journal

Permettre aux membres de s'exprimer, de s'informer sur des sujets d'intérêt public et de développer leur pouvoir d'agir collectif.



## Club de marche

Promouvoir un mode de vie actif et échanger de manière informelle par la pratiques de la marche en groupe.





## Café-Confort

Échanger sur des sujets variés proposés par les participants et développer des liens interpersonnels



## Aide-Techno

Renforcer l'accès aux technologies nécessaires à la participation sociale par le développement des compétences numériques et le prêt de matériel informatique.



## Sorties de groupe

Briser la routine le temps d'une sortie.

-

Cette année, le Verger est allé profiter de la nature lors d'une activité d'auto-cueillette de pommes à la Ferme Genest !

Personnes rejointes : 18

Nous avons également profité d'une prestation haute en couleurs et en musique en assistant au spectacle Piano man, gracieuseté du programme Guichet ouvert!

Personnes rejointes : 28

S'amuser en groupe et renforcer son lien d'appartenance au Verger.

Cette année, nous avons organisé un brunch de Noel au Cora Déjeuners!  
Personnes rejointes : 19

Nous avons également tenu notre fête d'été! Personnes rejointes : 12



## Fêtes collectives



Nombre de rencontres

2022-2023      2021-2022

Diners communautaires

5

-

Comité Jardin

24

24

Comité journal

34

25

Club de marche

14

17

Aide-techno

4

49

Café-confort

47

27

Corvées jardin/ménage

2

-

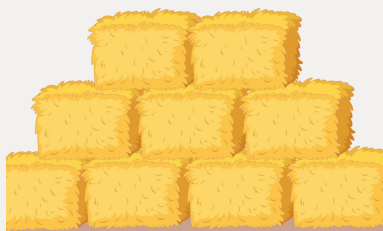
Total

130

142



En 2022-2023, le nombre d'actiités de vie associative est resté relativement stable. Le nombre de présence a toutefois augmenté légèrement. Pour 2023-2024, nous prioriserons le café-rencontre qui a connu une belle croissance, de même que les sorties et activités spéciales, qui ont également connu un bel achalandage. Une réflexion a lieu en ce moment sur les comités, dont la participation est plus limitée. De nouvelles formules ou de nouveaux comités pourraient voir le jour l'an prochain.



Nombre de présences

Nombre de personnes moyen par activité

2022-2023    2021-2022

2022-2023    2021-2022

Dîners communautaires

9

-

2

-

Comité jardin

50

65

2

3

Comité journal

55

46

2

2

Club de marche

28

36

2

1

Aide-techno

4

49

1

1

Café-rencontre

184

115

5

5

Corvées ménage/jardin

8

-

4

-

Total

338

311

Sorties et fêtes collectives

Nb total de présences :

79

Nb moyen de personnes :

16



# Sensibilisation



Le volet de sensibilisation occupe une part importante du travail du Verger. Depuis 3 ans, nous avons travaillé fort afin de développer des outils numériques permettant de renforcer notre présence en ligne. Parmi ceux-ci, on compte des publications Facebook, une infolettre, une chaîne youtube, un blog, un compte Instagram, etc. Ces outils permettent non seulement de faire connaître l'organisme dans la communauté, mais également d'effectuer de la sensibilisation et de la promotion de la santé en abordant divers sujets associés à la santé mentale.

## Médias sociaux

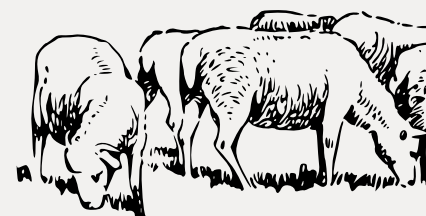


En 2022-2023, nous avons poursuivi nos efforts de promotion en personne afin de retisser des liens plus personnalisés avec différents milieux après plus de 2 ans de pandémie et de visioconférences.

Parallèlement, le Verger a continué d'assurer sa présence sur les réseaux sociaux, que ce soit par des informations sur ses services et actualités, le partage de contenu sur la santé mentale ou la mise en valeur de collaborations avec d'autres organisations.



## Représentations



## Quelques Activités de promotion

- 1) Activités de réseautage Centraide
- 2) Visite du Verger par le Centre de prévention du suicide de Québec
- 3) Visite du Faubourg St-Jean
- 4) Visite d'Équitravail
- 5) Fête de quartier Sainte-Ursule
- 6) Visite du CAB du Contrefort
- 7) Salon des organismes communautaires en santé mentale
- 8) Déjeuner Club Rotary Sainte-Foy

## Témoignages Centraide x 4

Cette année encore, nos intervenant.e.s ont participé à la Campagne de financement de Centraide Québec-Chaudière-Appalaches.

Dans le cadre de cet événement, nos intervenant.e.s ont effectué 4 témoignages dans différentes entreprises et milieux de travail!

## Conférence à la SQS comme expert invité

L'expertise au Verger a été mise à contribution dans le cadre d'une conférence donnée à la Société québécoise de schizophrénie (SQS) tenue le 13 février 2023 sur Zoom.

Notre collègue Christophe a participé à un panel d'expert.e.s dans le cadre d'une conférence sur l'accompagnement des personnes de 50 ans et plus vivant avec la schizophrénie et d'autres troubles mentaux graves.

Plus de 70 personnes ont participé à cette conférence en ligne et cette dernière est toujours disponible en rediffusion sur le site de la SQS. À noter, il s'agissait d'un nombre record de présences pour la SQS !



# Conférences

Chaque 2 mois, le Verger organise des conférences sur différents sujets liés à la santé mentale. Les thèmes sont déterminés en fonction des besoins rapportés par les membres et des occasions qui se présentent.

Les conférences constituent un beau levier de sensibilisation de promotion de la santé.

Certaines conférences font appel à des partenaires communautaires ou à différents professionnels du réseau de la santé et des services sociaux. Elles permettent ainsi de donner accès à des expertises spécialisées tout en tissant des collaborations.

D'autres conférences sont offertes par des membres de l'équipe du Verger. Elles mettent ainsi en valeur les compétences de nos intervenants et les font rayonner à l'externe.

## Thèmes

- 1) Activité physique et santé mentale
- 2) Cyberdépendance
- 3) Droits des locataires
- 4) Droits en santé mentale
- 5) Désencombrement
- 6) Ostéoporose

Nombre de conférences  
2022-2023

**7**

Nombre de conférences  
2021-2022

**9**

Nombre total de présences  
aux conférences  
2022-2023

**33**

Nombre total de présences  
aux conférences  
2021-2022

**39**

Nombre moyen de  
présences par conférence  
2022-2023

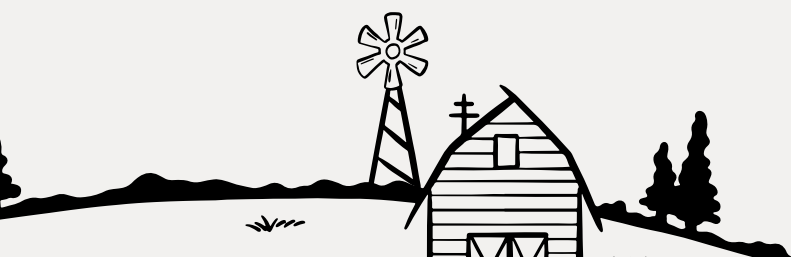
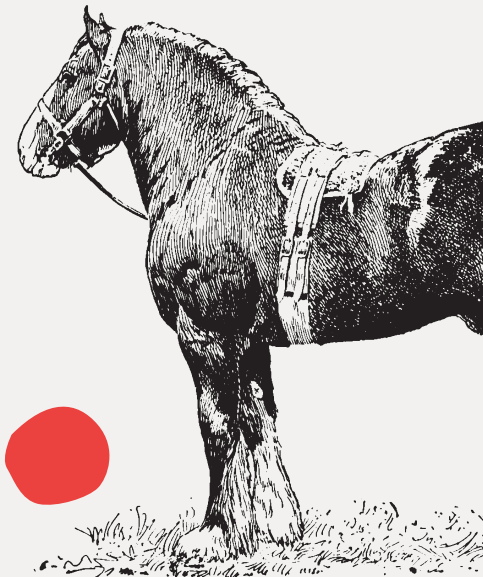
**5**

Nombre moyen de  
présences par conférence  
2021-2022

**5**

On note une relative stabilité de notre offre de conférences et de la présence à celles-ci cette année (comparativement à l'an dernier).

Sur cette base, nous avons pris la décision de tenir les conférences à un rythme de 1 fois aux 2 mois pour l'an prochain plutôt qu'à chaque mois.



# Projet

## Volet psychothérapie communautaire

Constatant les obstacles systémiques qui entravent l'accès à la psychothérapie pour les personnes à faible revenu dans la région de Québec, le Verger a entrepris de mettre en place un nouveau service de psychothérapie communautaire.

Fin janvier 2023, le Verger a pu démarrer ce nouveau service, lequel est offert à temps partiel par un travailleur social stagiaire en psychothérapie.

### *Besoins à l'origine du projet :*

- Certains membres utilisateurs ont des besoins de soutien complexes ou intenses, qui demeurent non comblés par du soutien psychosocial ou de l'éducation psychologique. Nous constatons que la situation de certains membres accompagnés par nos services stagnait. Ces personnes nécessitaient de la psychothérapie pour effectuer un travail plus en profondeur sur leurs croyances ou schémas de base.
- Les services au privé sont coûteux. Cela fait en sorte qu'ils ne sont pas accessibles pour plusieurs des membres du Verger, qui ont des revenus modestes. Leur approche n'est par ailleurs pas toujours adaptée à la réalité des personnes plus marginalisées que nous desservons.
- Les services au public de psychothérapie sont difficilement accessibles en raison des listes d'attente. Leur durée est par ailleurs souvent limitée dans le temps en raison d'une pression à faire de l'intervention court terme.

### *But ou objectifs généraux:*

- Favoriser l'accès à la psychothérapie pour les personnes à revenus modestes dans la région de la Capitale-Nationale;
- Contribuer à former des psychothérapeutes intéressés par la pratique en milieu communautaire;
- Soutenir le désengorgement des services internes et externes (par la prise en charge de cas nécessitant une intensité de services accrue).



## La psychothérapie, c'est un traitement :

- A) De nature psychologique (mobilisant principalement la parole) et qui s'appuie sur des modèles théoriques et scientifiques reconnus;
- B) Qui cible un trouble mental, la détresse psychologique ou une perturbation de l'état mental;
- C) Agit sur les croyances fondamentales ou les schémas de base des personnes;
- D) Entraîne des changements durables dans la régulation de l'état mental;
- E) Qui est encadré par la loi et répond à des exigences de formation strictes (ex.: détenir une maîtrise en santé mentale, compléter 600 heures de stages, obtenir une formation théorique additionnelle de 765 heures) (OPQ, 2023).

## La vision communautaire en psychothérapie :

- 1) Un engagement social du psychothérapeute (honoraires modiques, implication dans la gestion de l'organisme, participation à la vie associative)
- 2) Une tarification selon le revenu ou à prix modique, afin de garantir l'accessibilité économique
- 3) Un grand respect pour le rythme du client, sans limites du nombre de rencontres
- 4) Un service de proximité, un contact personnalisé, un accueil et un espace chaleureux
- 5) La valorisation d'une diversité de modèles théoriques pour une diversité de besoins
- 6) Une gouvernance et une organisation des services pour et par les communautés
- 7) Un engagement social et politique envers les populations touchées par les inégalités sociales et économiques
- 8) Un soutien au rétablissement clinique, mais aussi au rétablissement social et à la participation citoyenne
- 9) La travail en réseau étroit avec d'autres services (ex.: groupes de soutien, SIV, soins de santé physique) (Lavoie, 2020)

## La psychothérapie au Verger, c'est :

-S'inscrit dans le modèle des soins par étapes (MSSS, 2023). Elle fait ainsi partie d'un panier de services en santé mentale répondant à différents types et intensités de besoins. Dans cette optique, l'accès à notre service de psychothérapie est priorisé pour les personnes ayant déjà débuté une démarche de rétablissement dans le cadre d'un accompagnement au Verger ou ailleurs, mais nécessitant une aide supplémentaire.

-Est fondé sur les principes de l'économie sociale. Le Verger ne dispose pas de subvention récurrente pour financer la psychothérapie. Nous recourons à l'économie sociale et plus spécifiquement, à une tarification des services modulées selon le revenu pour ce faire. Le but de la tarification n'est pas de faire du profit. Il s'agit de rendre disponible un service peu accessible autrement (en recourant au privé et au public) et d'ainsi répondre aux besoins des personnes, groupes et communautés (Chantier de l'économie sociale (2023).

-Mobilise une approche clinique intégrative-holistique (Ionescu, 2019) avec majeures cognitive-comportementale de troisième vague (Dionne et Veillette, 2021).



## Nos collaborateurs dans cette aventure :

Clinique SPOT : qui nous a fait profiter de l'expertise acquise dans la mise sur pied de leur propre service de psychologie pour les personnes désaffiliées;

ACCÈS PSY : avec qui des discussions concernant un éventuel partenariat pour l'accueil et la formation de stagiaires en psychothérapie ont été débutées;

Éric Savoie, T.S. psychothérapeute M.S.c. : qui supervise notre stagiaire dans sa pratique et contribue à approfondir ses connaissances cliniques avec doigté

RQOCP : dont le Verger est devenu membre au printemps 2023 et qui fait bénéficier le Verger d'informations précieuses pour le développement du service de psychothérapie et plus d'occasions de réseautage avec de magnifiques organismes communautaires offrant de la psychothérapie dans d'autres régions du Québec

CIUSSS Capitale-Nationale : qui bien que ne pouvant nous offrir de financement en ce moment, nous apporte un soutien dans le repérage de sources de financement potentielles du côté des secteurs privé et philanthropique.

Club Rotary Sainte-Foy : qui a assumé une partie des coûts nécessaires à la supervision de notre stagiaire en psychothérapie.





## Bilan des deux premiers mois d'opération :

- 10 client.e.s desservis
- 30 demandes de services reçues
- Plus de 40 séances de psychothérapie effectuées
- Plus de 50 heures de psychothérapie offertes
- Près de 1500\$ amassés



## Quelques retombées préliminaires identifiées par les client.e.s :

Cliente 1 : " Permet d'explorer plus en profondeur les relations familiales, relations conjugales et blessures relationnelles ";

Cliente 2 : " Permet d'exprimer le vécu traumatique et de faire la paix avec lui ";

Client 3: " Donne des outils pour mieux composer avec les symptômes de stress post-traumatique. Permet d'être plus conscient de ses réactions et comportements.";

Cliente 4 : " Aide à se remettre en action en donnant des lignes directrices claires après une phase dépressive ".

Cliente 5: " Renforce l'introspection, la capacité à faire des liens. Aide à prendre du recul sur les situations et à appliquer la pleine conscience dans sa vie.

## Changements apportés au projet depuis le début du pilote:

- Retrait d'une limite dans le nombre de séances. La durée de la thérapie est désormais fonction des besoins des membres utilisateurs de services et de l'évolution clinique;
- L'ajout des traumatismes simples et complexes parmi les problématiques traitées;
- L'inclusion des traits de personnalité difficiles et troubles de personnalité parmi les problématiques traitées;
- L'offre de séances de psychothérapie par téléphone en plus du présentiel et de la visio-conférence dans une optique d'accessibilité.

## Problématiques de santé mentale rencontrées :

Dépression (6/10)	Anxiété (6/10)	Traumatis (5/10)
Troubles de personnalité (5/10)	Douleur chronique (3/10)	Consommation de substances (2/10)
Auto-mutilation (1/10)	Épuisement professionnel (1/10)	Troubles psychotiques (1/10)

## Principaux objectifs thérapeutiques travaillés :

Auto-régulation des émotions (2/10)	Éducation sur l'anxiété (2/10)	Mise en place du cadre thérapeutique (2/10)
Activation et action engagée (2/10)	Stabilisation des Sx traumatiques (1/10)	Intégration des souvenirs traumatiques (1/10)

## Actes professionnels, techniques et outils :

- Évaluations du fonctionnement social et initiale rigoureuse préalable à la psychothérapie;
- Évaluation du risque suicidaire et des comportements auto-destructeurs;
- Administration de questionnaires psychométriques;
- Prescription d'expérimentations entre les séances (ex.: grilles d'auto-observations)
- Éducation psychologique (ex.: la psychobiologie du trauma)
- Techniques de communication : écoute active, validation, focalisation, reflet, etc.
- Techniques d'intervention de base : confrontation, métaphore, psychologie négative, etc.
- Modeling, résolution de problèmes, entraînement aux habiletés, etc.
- Techniques d'entretien motivationnel (ex.: identification des motivations au changement)
- Exercices in vivo de pleine conscience, de visualisation et de relaxation
- Intervention comportementale (ex.: renforcement positif et négatif, horaire d'activités)
- Restructuration et défusion cognitive
- Techniques de reminiscence (ex.: utilisation de photographies, de lettres de proches)
- Techniques de thérapie interpersonnelle
- Référence et informations sur les services (ex.: loisirs, soins physiques, autres OBNL)





# Étapes franchies :

1. Analyse des besoins de psychothérapie et des problèmes d'accès;
2. Recherche de précédents et de comparables (autres initiatives communautaires)
3. Planification du projet (définition de l'échéancier, des objectifs, moyens, etc.);
4. Obtention d'une subvention (de Rotary Sainte-Foy) pour payer une partie des coûts de la supervision du stagiaire en psychothérapie
5. Mise sur pied d'un comité de pilotage démocratique (via le c.a. de l'organisme);
6. Production des livrables nécessaires à l'offre du services (ex.: échelle tarifaire, contrat de services, canevas de reçus, critères d'inclusion, grille pour la gestion de la liste d'attente)
7. Production du matériel promotionnel (ajout au site web, au dépliant, formulaires de demande de services, répertoires de services, etc.)
8. Recrutement des membres utilisateurs pour le projet-pilote
9. Constitution d'une banque de superviseur.e.s potentiel.le.s
10. Recrutement d'un superviseur pour notre stagiaire;
11. Début des rencontres de psychothérapie.



## Pour la suite :

1. Recrutement d'un.e 2ième stagiaire en psychothérapie pour mieux répondre à la demande de services (avec approche et expertise complémentaire);
2. Promotion plus active du service une la capacité d'action du service accrue;
3. Poursuite des recherches de partenariats (particulièrement financiers) pour assurer le développement du service et des stages dans les prochaines années;
4. Évaluation l'implantation du service et diffusion de nos pratiques de psychothérapie communautaire (ex.: conférence dans un colloque, article dans une revue spécialisée)

# Évaluation des services et activités

Dans le cadre de la planification stratégique 2021-2024, plus de 25 membres ont généreusement accepté de nous partager par écrit leur expérience d'utilisation des services dans une optique d'évaluation et d'amélioration continue. Leurs commentaires montrent en quoi nos services ont des retombées biopsychosociales multiples. Voici quelques-uns des

*données qualitatives recueillies :*



[Dans l'atelier sur la santé globale, nous avons eu la possibilité de nous rencontrer en sécurité dans le contexte de pandémie. La marche avec distanciation dans le quartier, les randonnées dans le boisé ou les visites au marché furent très bénéfiques. La visualisation, la relaxation et la partie information sont utiles, bien documentées et nous portent à de meilleurs choix [d'habitudes de vie]. L'atelier Zoom est surprenant par sa diversité en exercices. [Il s'agit] d'un [espace] intéressant pour apprendre et surtout expérimenter de nouvelles choses. Impossible de rester sédentaire, un beau plus dans ma vie [...] !



Pour moi, assister aux ateliers m'a permis de rester en contact avec la société et de socialiser. L'atelier sur l'anxiété m'a permis d'en connaître plus sur mon anxiété, [alors que] l'atelier sur la santé globale m'a permis de rester actif, [de respirer] et de me détendre. Les [marches] à chaque mercredi m'ont permis de [profiter de] l'air [frais] et de jaser avec le monde.



Les exercices sont excellents, parfaits pour moi (en parlant de l'atelier sur la santé globale). Ça m'a procuré beaucoup [de bien pour] : genoux, flexibilité, nerf sciatique, épaule et cou. Mes rencontres à tous les jeudis m'ont ravi le cœur et l'esprit (mental). Contente d'avoir [échangé en ligne avec] le groupe du Verger : socialement, je sais que juste les voir, les entendre aussi, ça a de l'importance pour moi.



« L'atelier sur l'anxiété[...] me donne des outils pour faire face à mon anxiété, mes peurs et mes incertitudes. Il me permet de confronter mes perceptions anxiogènes avec un dialogue intérieur [positif] et des arguments plus réalistes [par rapport à] certaines situations. L'atelier me permet également de voir que je ne suis pas le seul à vivre avec ce stress et qu'il est possible de le démystifier et de m'en départir éventuellement. Bref, cet atelier me donne des outils et un espoir pour un futur meilleur.



Les bienfaits du café-rencontre [sont les suivants] : 1) permet l'échange convivial; 2) brise la solitude en ce temps difficile; 3) nous amène à prendre conscience de notre [...] impact [...] sur les autres par [...] nos expériences de vie, [...] notre joie [et la] compassion que nous pouvons exprimer; 4) c'est plus que du blabla, [...], c'est le côté communication verbale [et non verbale qui est travaillé]; 5) [apporte un bienfait] émotionnel. Je [vous] remercie [pour votre] bienveillance [...] envers nous et surtout [votre] professionnalisme.

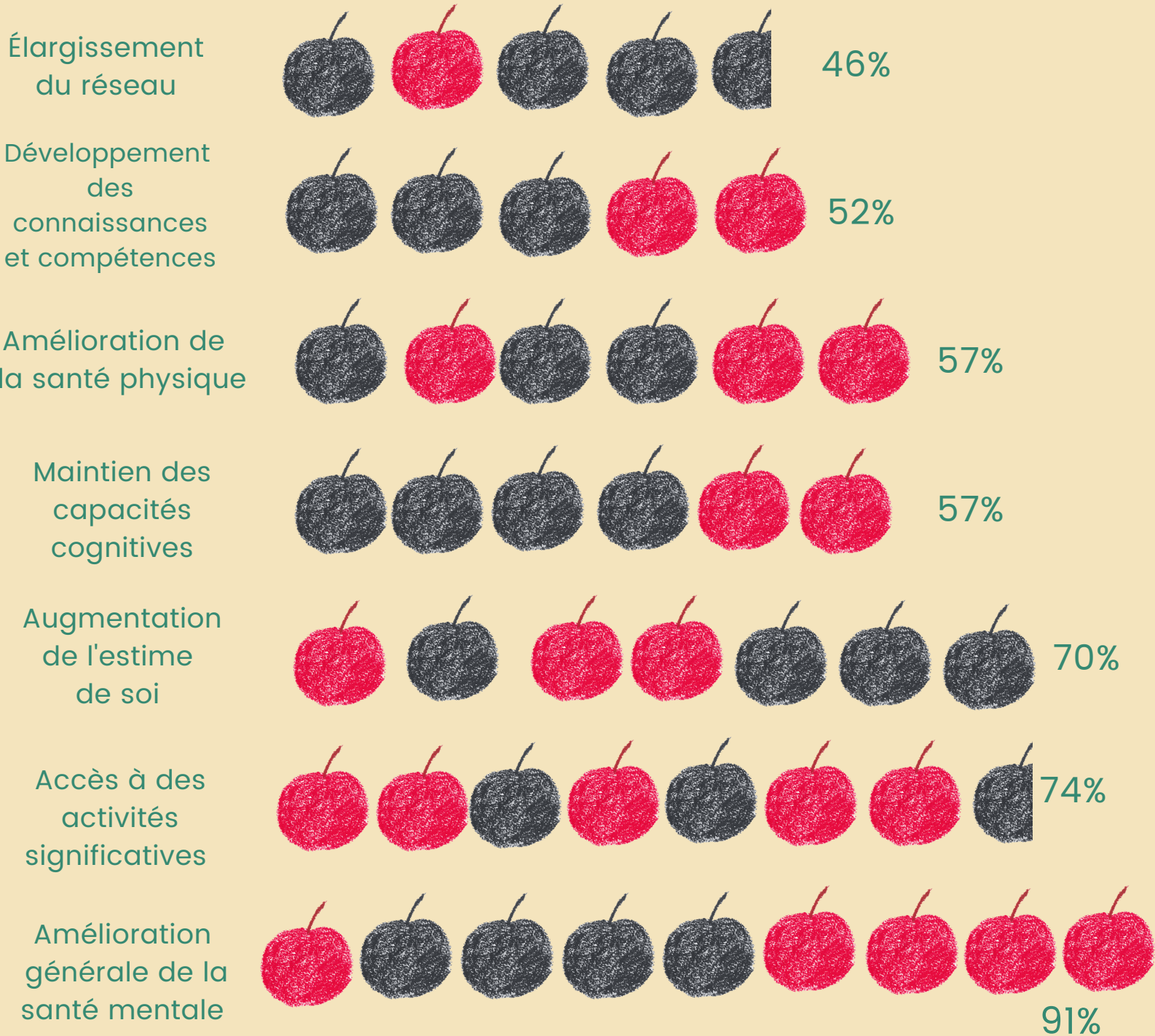


Une grande partie de ma vie a changé, car [auparavant] je ne pouvais voir personne [ou] être avec des personnes inconnues. Maintenant, je le peux grâce au Verger, [à mon intervenante] du SIV (suivi d'intensité variable) et aux [ateliers] d'arts créatifs. Le dessin, j'ai adoré. Maintenant, je colore presque à tous les jours. J'[ai] ça [pour] toujours dans ma vie pour me calmer, enlever mon stress.



Le sondage en ligne et sur papier que nous avons réalisé (auprès de 25 membres), nous a également permis d'établir des statistiques sur les impacts de nos interventions. Ces données quantitatives suggèrent que nos interventions ont des rétroactions significatives sur les plans social, psychologique et physique.

### Pourcentage de participant.e.s selon le type de retombées auto-rapportées dans leur vie



## Récit d'un parcours de rétablissement au Verger

Pour moi, le Verger est un lieu de réflexion et de croissance à son rythme, car chaque personne est différente.

Depuis 45 ans, je fais face aux hauts et bas de la maladie mentale et j'ai pu au Verger recevoir le respect de ma personne. Pendant des années, j'ai eu honte de ma situation et je me sentais coupable de ne pas travailler comme tout le monde.



Si je vous écris, c'est pour vous dire que longtemps je pensais à la mort comme solution, car je n'acceptais pas ma situation. Mais à force de venir au Verger, j'ai pu changer mes sentiments. Je veux dire qu'en rencontrant [un psychothérapeute au Verger], j'ai pu faire un bilan de vie et cela a dédramatisé mon histoire. Aussi, la douceur d'[une autre intervenante de l'organisme] m'a revigorée et réconfortée.

Suite à un atelier sur la dépression [suivi au Verger], j'ai ressenti beaucoup d'impuissance face aux déclarations des autres participants. Je me suis questionnée. Oui, la dépression est une réalité souvent handicapante et les médicaments ont [aussi] leurs limites. Je me suis [cependant] rendue compte que c'est par l'action de tous les jours que je pouvais grandir et réussir à sortir du marasme.



J'ai [dans la soixantaine] et après 2 cancers et le zona, j'ai décidé de vivre une journée à la fois et de profiter des petits bonheurs accessibles.

Souvent, il s'agit d'un mot, d'un sourire pour faire dévier la lourdeur. Par mes apprentissages théoriques au Verger, je veux mettre en pratique de nouvelles attitudes comme celle de sortir de ma timidité et d'aller vers les autres. Je suis souvent dans ma tête.

[Le psychologue que j'ai rencontré] m'a encouragée dans l'écriture et je le remercie, car c'est un moyen depuis toujours de m'exprimer. Dans ma famille, on ne réalise pas mes qualités et mes talents, car plusieurs sont en mode critique. Cela créait un abattement en moi et je ne savais pas quoi faire de ma vie et j'étais plutôt confuse.



Donc le Verger m'apporte beaucoup, car je suis motivée. Défaire des vieilles habitudes n'est pas facile. J'ai tendance à procrastiner et à n'avoir pas d'objectifs précis.



Aussi, j'ai découvert le Journal créatif au Centrespoir, qui aide les gens avec le cancer. Cette technique me redonne de l'énergie. Je fréquente aussi Osmose où je peux m'impliquer [bénévolement], donc je fais des progrès.

C'est pourquoi je tiens à dire mon appréciation, car depuis la pandémie, j'en arrachais. J'ai évité l'hospitalisation en psychiatrie. Donc vos services sont de plus en plus précieux.

*Francine Tourigny*





# Synthèse des retombées

## Retombées physiques

- Diminution de la sédentarité
- Amélioration globale des habitudes de vie
- Amélioration perçue de l'état physique
- Amélioration perçue de la santé physique générale
- Maintien perçu des capacités cognitives

## Retombées sociales

- Sentiment d'appartenance
- Réduction de l'isolement et solitude
- Amélioration du réseau social
- Participation à des activités significatives
- Implication bénévole et insertion en emploi
- Amélioration des habiletés de communication
- Meilleure affirmation de soi
- Confiance envers les autres

## Pouvoir d'agir

- Aide à la prise de décisions
- Atteinte des objectifs personnels
- Augmentation des connaissances
- Maintien des compétences
- Sentiment de contrôle accru
- Satisfaction de vie générale

## Retombées psychologiques

- Développement de l'introspection
- Augmentation de l'estime de soi
- Intégration de la pleine conscience
- Meilleure autogestion de l'anxiété
- Meilleures stratégies d'adaptation
- Meilleure résolution de problèmes
- Meilleure expression des émotions
- Amélioration perçue de l'état mental
- Sentiment d'espoir et optimisme
- Effets positifs perçus sur l'humeur
- Prévention des hospitalisations



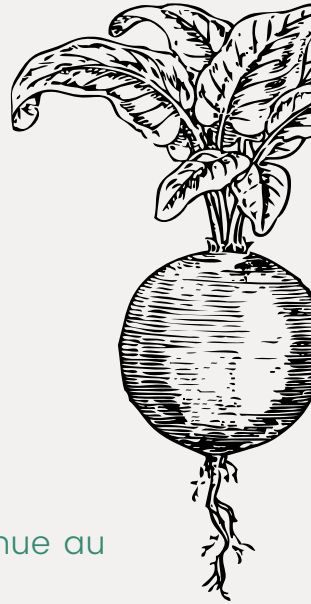
# Gouvernance démocratique



S'appuyant sur la philosophie de l'action communautaire autonome, le Verger privilégie une gouvernance démocratique qui met à contribution les membres utilisateurs de services et de la communauté. Le Verger essaie de favoriser le plus possible leur participation à ses grandes orientations tout comme aux différents volets de son fonctionnement quotidien. Nous avons la conviction que ce partage du pouvoir constitue un puissant outil de développement du pouvoir d'agir et qu'il permet de créer un environnement plus favorable à la santé mentale.

Au Verger, la vie démocratique passe par différents canaux :

- L'Assemblée générale des membres
- Le bénévolat
- Le conseil d'administration et les comités de travail



## Assemblée générale annuelle

Moment fort de la vie démocratique du Verger, notre dernière AGA a été tenue au mois d'août 2022 dans la cour de l'organisme.

L'AGA 2021-2022, soit la 23ième édition a été effectuée à 100% en présence.

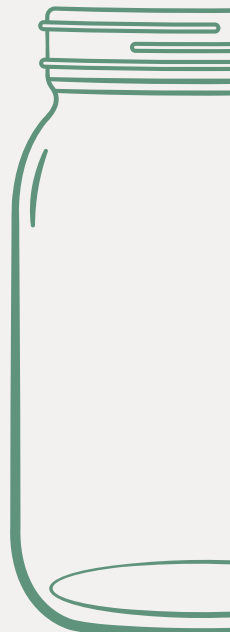
Comme l'an dernier, l'animation a été effectuée d'une main de maître par M. Thierry Plante-Dubé, directeur de la Maison des métiers d'arts de Québec.

Nouveauté cette année, la présentation du bilan d'activités a été co-construite et partagée par les membres de l'équipe de travail.



2021-2022

2020-2021





En plus de permettre de faire le bilan financier et d'activités de l'année, L'AGA a aussi été l'occasion de partager un repas communautaire dans notre nouvelle cour. Les membres, les bénévoles, le conseil d'administration et toute l'équipe d'intervention était présente lors de cette belle journée.

*Merci à la Boite à Pain  
Sainte-Foy pour son soutien!*



Le repas a été gracieusement fourni par la Boite à Pain, qui nous a préparé de délicieuses et nutritives boites à lunch, et ce 100% gratuitement. Merci à l'équipe de la Boite à Pain de sa générosité !

## Bénévolat

L'apport des bénévoles est indispensable au fonctionnement du Verger et à la réalisation de ses activités. Il constitue aussi un puissant levier d'inclusion sociale, de développement du pouvoir d'agir et de rétablissement.



### Diversité des tâches

1. Participation au conseil d'administration et à ses comités
2. Soutien administratif
3. Dépannage informatique
4. Animation de groupe
5. Entretien de la maison et du terrain
6. Transport de matériel

2022-  
2023

27 bénévoles  
695 heures estimées

2021-  
2022

19 bénévoles  
471 heures estimées

Nous avons connu cette année une hausse importante du nombre de bénévoles (hausse d'environ 10 bénévoles). Le nombre d'heures de bénévolat a également augmenté d'environ 200 heures.

Cela a été rendu possible notamment grâce à la création d'un poste d'intervenante spécialement dédié à la vie associative.

Après avoir été mise à mal par la pandémie, on peut dire que la vie associative du Verger connaît un second souffle!



# Conseil d'administration et comités de travail

Le conseil d'administration joue un rôle essentiel afin de s'assurer de la bonne gestion du Verger et de soutenir l'équipe dans les différents projets et volets de l'organisme.

Il est composé de 7 postes élus par l'Assemblée générale des membres. Les mandats de chaque administrateurs sont d'une durée de deux ans. Toujours soucieux d'offrir des services de qualité qui répondent aux besoins des membres, le conseil privilégie un système de composition mixte, soit 5 membres de la communauté élargie et 2 autres ayant déjà bénéficié ou bénéficiant du soutien du Verger.

Par ailleurs, chacun des administrateur.trice.s apporte une contribution au sein de comités de travail selon ses intérêts et champs de compétences. La présence de comités facilite la prise de décision et permet une compréhension approfondie des réalités du Verger.



## Conseil d'administration

### Principaux dossiers

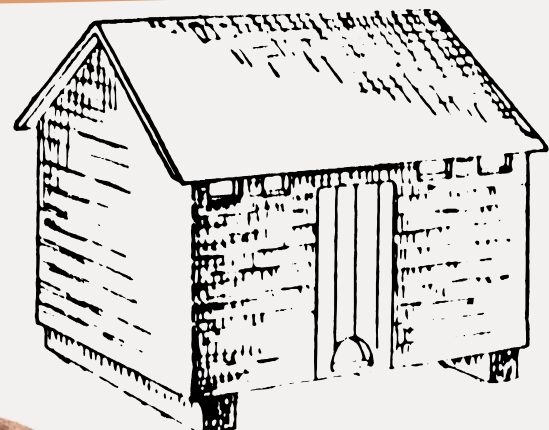
- Projet de service de psychothérapie
- Conditions de travail et gestion des ressources humaines
- Demande de soutien financier  
Centraide
- Stratégies d'autofinancement

### Rencontres de C.A.

6

### Assemblées

2





## Comités de travail

- Ressources humaines
- Développement des services
- Auto-financement
- Gestion de l'immeuble

## Réunions de comités

4



## Le Conseil d'administration :

*Catherine Larouche*  
Présidente

*Frédérique Lessard*  
Vice-présidente et Secrétaire

*Carline Maxime*  
Trésorière

*Roxanne Clouthier*  
Administratrice

*Steve Otis*  
Administrateur  
Représentant des membres

*Bruno Noël*  
Administrateur  
Représentant des membres

*Roxane Martel-Perrou*  
Administratrice

Un énorme *merci!*

Aux membres qui ont quitté notre c.a. en 2022-2023 après plusieurs années de soutien indéfectible :

Pierre-Olivier Marcoux (14 ans d'implication)

Hélène Lapierre (4 ans d'implication)

Marie-Hélène Porier (4 ans d'implication).

Merci également à Simon Paré-Gaudreault et Laurence Coulombe de s'être impliqués avec nous sur le c.a. pendant cette année!





# Ressources humaines

Le Verger peut compter sur une équipe dévouée et aux forces complémentaires. En 2022-2023, l'équipe était composée de 10 personnes, dont 7 travaillaient à temps plein et 3 à temps partiel.



*Paola Perdomo*, Technicienne en travail social  
Directrice générale

*Nathalie Lucas*, Technicienne en travail social  
Responsable de l'évaluation-orientation & intervenante services internes

*Christophe Tremblay*, Travailleur social & stagiaire en psychothérapie PhD(c)  
Directeur clinique & intervenant psychothérapie communautaire

*Christiane Cimon*, Certificats travail social & santé mentale  
Intervenante vie associative

*Léa Garant*, Bachelière en travail social  
Intervenante services internes

*Liliana Beauchamp*, Technicienne en travail social  
Intervenante services internes

*Philippe Charest*, Technicien en travail social  
Stagiaire & intervenant d'été

*Louise Lizotte*,  
Intervenante SIV

*Caroline Filliou-Morin*, Technicienne en éducation spécialisée  
Intervenante SIV

*Régine Lubin*, Certificat en dépendances  
Intervenante SIV



# Au revoir...



Cette année, Le Verger a dû laisser partir 2 intervenantes-étudiantes dont le passage doit être souligné : Roxanne Cloutier et Ysandre Chassé. Ces dernières ont contribué à mieux répondre à la demande grandissante pour nos services.

Un énorme merci à vous deux pour tous les ateliers, les rencontres et les incontournables tâches connexes réalisés dans la dernière année. On ne vous souhaite que du succès dans la poursuite de vos études et de votre plan de carrière!

Soulignons également que Roxanne poursuit son engagement au Verger comme membre de notre conseil d'administration !

Nous saluons finalement M. Raphael Giguère qui a complété 6 mois à la direction générale de notre organisme.



## Formation continue

Cette année, l'équipe a complété plus de 300 heures de formation continue, ce qui représente une moyenne de plus de 30 heures par employé.e.

Ces formations offertes par des institutions universitaires ou des organismes reconnus par les ordres professionnels (ex.: OPQ, OTSTCFQ et OPPQ) nous permettent de maintenir des services de grande qualité, à la fine pointe du développement des connaissances scientifiques et des meilleures pratiques cliniques.

En 2022-2023, les thèmes couverts par la formation étaient multiples, avec des majeures en troubles de la personnalité et en traumatismes en (rencontrés de plus en plus souvent) :

- 1) Troubles de la personnalité et vieillissement (CEVQ)
- 2) Approche cognitive dans l'évaluation des troubles de la personnalité (TELUQ)
- 3) Intervention et traitement des troubles de la personnalité (Porte-Voix)
- 4) Mentalisation et troubles de la personnalité (Porte-Voix)
- 5) Abus sexuels durant l'enfance (Porte-Voix)
- 6) Intervention pour le trouble du stress post-traumatique (Porte-Voix)
- 9) Traumatismes complexes et états du moi (Guy Boucher, neuropsychologue)
- 7) Psychopathologie (cours de base et cours avancé) (TELUQ)
- 8) Thérapie cognitive-comportementale de troisième vague (UQTR)



## Nouveau logiciel de tenue de dossiers

Cette année, nous nous sommes dotés d'un nouveau logiciel de tenue de statistiques et de dossiers pour nos intervenant.e.s, BaseDpsy.

Ce logiciel assurera une confidentialité et sécurité renforcées pour les données sensibles sur les client.e.s Il centralisera également l'information pertinente, simplifiant le monitoring des services, et permettra un suivi plus simple des notes évolutives.

Nous travaillerons au cours de l'année prochaine à outiller davantage les membres de l'équipe à rédiger leurs notes de manière stratégique/efficace et conforme aux plus hauts standards de pratique promus par les ordres professionnels.



## Supervision clinique de groupe : la méthode du co-développement

L'an dernier, nous avons revu la fréquence des supervisions de groupe à la hausse pour mieux soutenir notre équipe et réduire l'isolement dans sa pratique. Nous avons aussi réajuster leur structure (tenue avec l'ensemble de l'équipe plutôt qu'en services isolés) afin d'assurer une plus grande cohérence des pratiques entre services.

Cette année, nous avons bonifié le contenu des rencontres cliniques par l'introduction d'une méthode de supervision clinique structurée et éprouvée, le co-développement professionnel (Payette, 2000).

Cette méthode favorise l'apprentissage à partir de l'expérience, maximise la diversité des points de vue sur une situation et de renforcer la réflexivité par rapport à sa propre pratique (éviter de fonctionner par automatisme).

## Journées de ressourcement

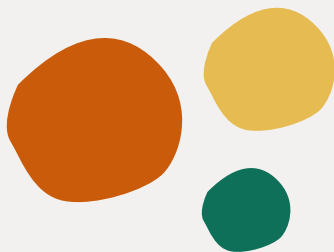
Afin de favoriser l'équilibre psychologique de notre équipe et de resserrer les liens nous avons démarré cette année ce que nous espérons qui deviendra une tradition, soit des journées de ressourcement. Nous avons ainsi passé une journée complète sur le bord du fleuve en septembre et nous sommes adonnés à différentes activités (jeux, art-thérapie, atelier d'herboristerie, marche de santé sur le grève, dîner fourni par l'organisme, etc.). Vivement la prochaine édition !





# Contribution

À la formation et à la recherche



## Bilan :

9 étudiant.e.s  
accueillis dans notre  
milieu dans le cadre  
de stages, projets  
d'intégration et  
travaux pratiques

Cette année encore, le Verger a accueilli 1 stagiaire en technique de travail social du Cégep de Sainte-Foy, Philippe Charest, supervisé par notre collègue Nathalie Lucas en collaboration avec le reste de l'équipe. Philippe a donné un coup de pouce bien apprécié à l'équipe interne en animant des ateliers et en offrant des suivis individuels. Philippe poursuivra par ailleurs son excellent travail en tant qu'intervenant d'été !

Pour une deuxième fois, le Verger a aussi été milieu d'accueil pour 1 étudiante baccalauréat en sciences infirmières de l'UQAR. Nous avons ainsi collaboré avec Léonnie Julien pour la planification, la mise en œuvre et l'évaluation de son projet d'intégration en promotion de la santé. Son projet a porté sur les liens d'influence entre l'activité physique et la santé mentale.

Le Verger a de plus accueilli 4 étudiant.e.s en psychoéducation de l'Université Laval afin d'effectuer de l'observation in vivo dans le cadre des activités offertes par le Verger. L'équipe a aussi répondu aux questions des étudiant.e.s sur les services, approches et problématiques que l'on retrouve au Verger.

Finalement, le responsable du projet de psychothérapie communautaire a rencontré 3 étudiantes au baccalauréat en travail social dans le cadre de leur cours d'organisation communautaire afin de leur parler du projet. L'équipe a ensuite produit un récit de pratique qui retrace le processus collectif nécessaire au développement de ce nouveau service de proximité.





## Contribution à la formation pratique en travail social à l'Université Laval

En 2022-2023, Le Verger a collaboré avec la professeure à l'École de travail social de l'Université Laval Lisa Ellington. À sa demande, notre collègue Christophe a développé une vignette clinique d'intervention en santé mentale. Cette vignette a été jouée par un acteur dans le cadre de la première édition du Laboratoire en intervention sociale à l'été 2022. Les étudiant.e.s de 2<sup>ième</sup> année au baccalauréat en travail social ont ainsi pu effectuer une simulation d'intervention afin de mieux se préparer à leur stage.

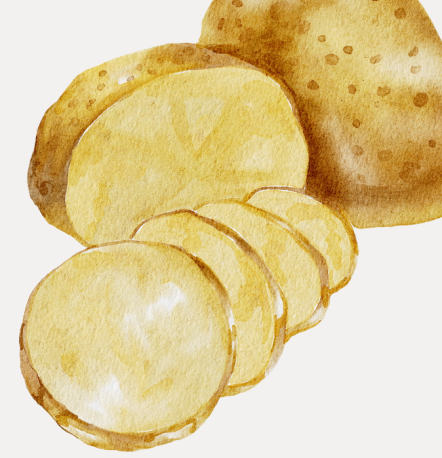
Nos collègues Nathalie et Christophe ont également participé au cours Processus d'intervention : travail social personnel et familial III à l'hiver 2023. Ils ont animé, observé et offert de la rétroaction lors de simulations d'intervention réalisées avec les étudiant.e.s. Cette simulation s'appuyait sur une vignette dérivée de notre expérience terrain. En tout, 30 étudiant.e.s ont été rejoints directement et plusieurs autres étudiant.e.s d'autres groupes (50 et +) ont bénéficié indirectement de notre vignette.

## Contribution à la recherche sur les personnes âgées marginalisées et la coordination des services

En 2022-2023, Le Verger a participé à un vaste projet de recherche sur les aînés vivant des dynamiques d'exclusion sociale déployé dans différentes régions du Québec et piloté par Patrik Marier de l'Université Concordia. Le Verger, représenté par notre collègue Christophe, est membre du comité de pilotage du volet santé mentale de ce projet de recherche (sous la responsabilité de la professeure Bernadette Dallaire de l'Université Laval). Nous avons, parmi autres choses, participé à l'adaptation du protocole, au développement des instrument de collecte, ainsi qu'au recrutement de participant.e.s.

À terme, ce projet permettra d'améliorer la coordination des services offerts aux personnes âgées en situation d'exclusion sociale, et plus particulièrement des personnes vieillissantes avec des troubles mentaux graves.

# Financement

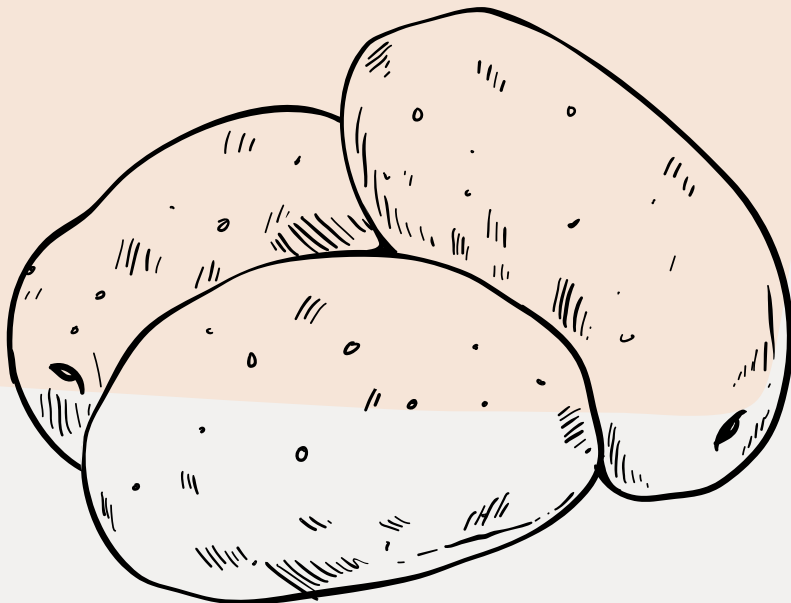


Le financement constitue un défi de taille pour le Verger comme pour de nombreux organismes communautaires.

Le conseil d'administration, l'équipe et les bénévoles travaillent ainsi activement à améliorer la situation financière du Verger. Un financement suffisant et stable est évidemment essentiel pour que l'organisme puisse remplir adéquatement sa mission.

Pour 2022-2023, les revenus représentaient une somme totale de 485 263\$ comparativement à 412 470\$ l'an dernier, soit une augmentation de 72 784\$ ou une hausse de 18%.

CIUSSS CAPITALE-NATIONALE .....	81%
• Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)	
• Entente spécifique pour le soutien d'intensité variable (SIV)	
CENTRAIDE QUÉBEC ET CHAUDIÈRE-APPALACHES.....	18%
Financement régulier	
TÉLÉBINGO ROTARY INC ET AUTRES DONS .....	1%



# Partenariats,

Comme à chaque année, le Verger a entretenu des liens avec de multiples organisations des secteurs public et communautaire. Ces liens ont pris la forme, entre autres, de participation à des instances de concertation, de collaborations pour la réalisation d'activités ponctuelles, mais également de partenariats récurrents avec des bailleurs de fonds.

## ● *Concertations, regroupements et associations*

- Alliance des Groupes d'Intervention pour le Rétablissement (Agir!)
- Regroupement des organismes communautaires de la région 03 (ROC 03)
- Regroupement québécois des organismes communautaires de psychothérapie (RQOCP)



Échange d'informations  
et promotion des  
intérêts collectifs

## ● *Collaborations et partenariats*

- Services des loisirs Ville de Québec - Programme Guichet ouvert
- Relief (pour groupes d'auto-gestion)
- Musée national des Beaux-Arts du Québec
- Clinique SPOT

Référencement, échange de  
services, activités communes,  
codéveloppement, etc.



# Concertations et collaborations

Dans tous les cas, les relations avec d'autres organisations constituent une richesse pour le Verger et contribuent à renforcer le tissu social de notre collectivité.



soutien financier,  
matériel et logistique

## Partenariats financiers et matériels

- CIUSSS de la Capitale-Nationale
- Centraide Québec et Chaudière Appalaches
- Club Rotary de Sainte-Foy
- Ville de Québec
- Fonds Hélène Boulet



Stages et contribution  
à la formation de la  
relève

## Partenariats avec les milieux de formation en santé et service sociaux

- Cégep de Sainte-Foy – Département des techniques de travail social
- UQAR – Campus de Lévis
- Université Laval – École de TSC





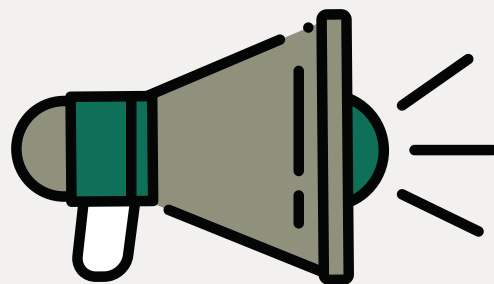
## *Orientations stratégiques*

### **Priorité 1. Consolidation des services, activités et opérations courantes**

- 1.1 Maintenir la qualité des services individuels à l'interne et accroître leur accessibilité
- 1.2 Évaluer et améliorer le service de suivi d'intensité variable sur cette base
- 1.3 Maintenir une offre d'ateliers correspondant aux besoins actuels des membres
- 1.4 Bonifier l'offre d'activités collectives (ex.: sorties, fêtes, repas, comités, etc.)
- 1.5 Harmoniser nos outils et pratiques d'évaluation (ex.: questionnaires, base de données)
- 1.6 Améliorer le fonctionnement général de l'organisme (ex.: horaire d'ouverture)

### **Priorité 2. Renforcement du rayonnement et des relations externes**

- 2.1 Mettre à jour nos contenus promotionnels
- 2.2 Mettre en application notre plan de communication
- 2.3 Évaluer nos partenariats actuels et actualiser les ententes
- 2.4. Développer de nouveaux liens de concertation, de collaboration et de partenariat (ex.: avec le milieu de l'enseignement et de la recherche, le secteur culturel)



2021-2024



## Priorité 3. Optimisation des ressources financières et matérielles

- 3.1 Rehausser le financement récurrent (par une démonstration rigoureuse des besoins)
- 3.2 Rehausser les revenus d'auto-financement (ex.: développement d'un service fonctionnant selon les principes de l'économie sociale)
- 3.3 Renouveler nos équipements et notre mobilier de bureau (ex.: chaises plus ergonomiques)
- 3.4 Améliorer les infrastructures intérieures et extérieures dans une perspective d'accessibilité universelle (ex.: rampe d'accès pour personnes à mobilité réduite, aménagement cour arrière)

## Priorité 4. Amélioration des ressources humaines et des conditions de travail

- 4.1 Poursuivre l'amélioration des conditions salariales et des avantages sociaux de l'équipe de travail
- 4.2 Soutenir le développement professionnel des employé.e.s (ex.: bonification des occasions de formation continue, réalisation d'une évaluation annuelle pour l'ensemble de l'équipe)
- 4.3 Bonifier les effectifs de l'équipe de travail (ex.: embauche d'intervenant.e.s supplémentaires et/ou d'une agente administrative)



Le Verger centre communautaire en santé mentale

934, avenue du Chanoine-Scott

Québec (Québec) G1V 3N7

(418) 657-2227

[www.leverger.ca](http://www.leverger.ca)  levergercentrecommunautaire