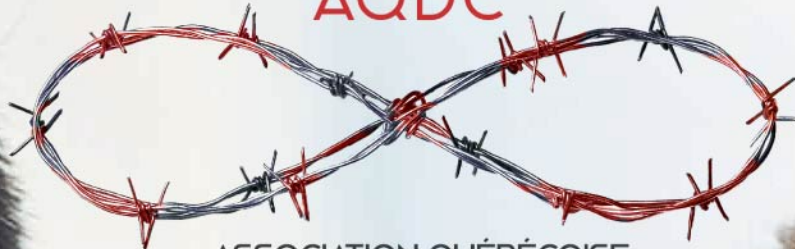


The background of the entire page is a close-up photograph of three people's profiles. On the left, a man with dark hair is seen from the back of his head. In the center, a woman with dark hair is out of focus. On the right, a woman with blonde hair and glasses is in sharp focus, looking towards the center. The overall tone is serious and empathetic.

AQDC



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

RAPPORT

ANNUEL

2019-2020

TABLE DES MATIERES

Rapport de la présidente	4
L'AQDC en image	6
Vernissage 2019.....	6
Lancement de la semaine de la douleur	6
Campagne de sensibilisation de la douleur.....	7
Implication de l'AQDC	8
Implication canadienne de l'AQDC	9
Conseil d'administration 2019-2020	10
Comité exécutif.....	10
Administrateurs.....	10
Rapport de la secrétaire	11
Rapport du trésorier	12
Comité des services aux membres	13
Rencontre du comité des services.....	15
Remerciements	15



RAPPORT DE LA PRÉSIDENTE



Cinq ans, cinq années à la barre de l'AQDC...Et quelle belle aventure. Une définition du mot aventure s'impose ici: *Événement fortuit, de caractère singulier ou surprenant, qui concerne une ou plusieurs personnes ; histoire, péripétie*¹. Au cours de mes années à la présidence, l'AQDC a vécu plusieurs aventures. À mon arrivée, **une importante crise financière** où à trois reprises nous sommes passés très près de fermer nos portes.

Abandonnée par l'industrie pharmaceutique qui a longtemps été notre principal bailleur de fonds, nous n'avions pas dit notre dernier mot, ensemble nous avons retroussé nos manches, nous avons trouvé des solutions afin de poursuivre notre mission et nos services aux personnes souffrant de douleur chronique et nous nous sommes tournés vers d'autres partenaires financiers. Pour mon dernier rapport, je tiens à remercier bien sincèrement la **Fondation Louise et Alan Edwards, le Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) et le Ministère de la Santé et des Services Sociaux (MSSS)** sans qui l'AQDC ne serait qu'un vague souvenir.

Ce second souffle, nous donnant l'espoir de jours meilleurs, aura été l'opportunité de développer à travers le Québec plus de groupes d'entraide. D'ailleurs, je vous invite à lire le rapport du comité des services qui dresse le bilan des activités des groupes d'entraide au Québec. De nouveaux animateurs sont formés, de nouvelles rencontres sont organisées et plusieurs personnes souffrant de douleur chronique sont entendues et aidées.

Au cours de ma présidence, un beau cadeau tombé du ciel nous a été donné! Avec la très grande générosité de la **Fondation de la massothérapie** les membres de l'AQDC ont reçu en moyenne quatre (4) massages par année, et ce depuis maintenant cinq (5) ans. Cette belle complicité se poursuit encore cette année, je suis très heureuse que ce cadeau du ciel demeure et je remercie chaleureusement sa directrice générale, **madame Sylvie Bédard**, pour sa grande empathie à l'égard des besoins des personnes souffrant de douleur chronique.

Année	Nombre de séances de massothérapie
2019 - 2020	583
2018 - 2019	1207
2017 - 2018	1090
2016 - 2017	644

N'étant pas au bout de mes surprises, en décembre 2018 nous recevons un montant du MSSS pour **une campagne de sensibilisation sur le bon usage des opioïdes**. Nous avons lancé la campagne visuelle et radiophonique dans le cadre de la **Semaine de la douleur chronique** en novembre de l'an dernier. De plus, les montants accordés nous a permis de réactiver la **ligne d'aide 1-855-DOULEUR** et de retenir les services d'un coordonnateur des **groupes d'entraide**.

¹Tiré du dictionnaire Larousse



D'aventure en aventure, des conférences, des rencontres et deux éditions de **l'Exposition annuelle de l'AQDC**, où des artistes souffrant de douleur chronique exprimaient leur souffrance et leur quotidien avec la douleur chronique via différents médiums, ont été organisées. Une troisième édition était prévue cette année, mais un événement d'envergure mondial est venu bouleverser nos vies et du même coup nos activités.

Mon aventure à la barre de l'AQDC ne pouvait pas se terminer sans une autre péripétie. **Pourquoi pas une pandémie pour clore mon mandat?!** Encore une fois, ensemble nous avons relevé le défi en organisant des groupes d'entraide virtuels afin de permettre aux personnes souffrant de douleur chronique de briser leur isolement d'autant plus renforcé par le confinement. Et je suis fière de vous dire que cet automne c'est toute une série de groupes d'entraide virtuels qui prennent place dans notre grille horaire des activités de l'AQDC.

Je quitte la présidence avec le sentiment du devoir accompli. Certes cette grande aventure m'a fait vivre de belles émotions et m'a démontré que tel un roseau nous avons su faire face au vent et affronter les différentes tempêtes, c'est la force d'une organisation telle que l'Association québécoise de la douleur chronique.

Je cède ma place à la présidence à **Monsieur Vincent Raymond**, pour qui plusieurs beaux projets sont à développer et à mettre en place. Je suis très confiante qu'il saura mener l'AQDC vers de nouvelles aventures.

Je ne peux terminer ce dernier rapport de présidente sans remercier des gens importants que j'ai côtoyé au cours de ces cinq années à la tête de l'Association.

Merci chaleureusement aux membres du conseil d'administration sans qui mon rôle n'aurait pas eu la même importance : **Dre Aline Boulanger, Line Brochu, Dre Manon Choinière, Jocelyn Decoste, Frédérick Dionne, Laurent Dupuis, Camille Fauteux, Dre Géhane Greis, Jacques Laliberté, Dr Vincent Raymond, Francine St-Hilaire.**

Je tiens aussi à remercier nos nombreux bénévoles qui donnent si généreusement de leur temps à l'AQDC, particulièrement pour la tenue de groupes d'entraide. Sans oublier **Paul Nadeau**, coordonnateur des groupes d'entraide et **Francine Leblanc** responsable de la ligne d'aide 1-855-DOULEUR.

Merci également **aux différentes associations partenaires de l'AQDC**. Ces organismes œuvrent, à leur façon et selon leur mission, à améliorer le quotidien des personnes souffrant de douleur. Ils sont précieux pour la mise en commun de nos efforts pour qu'un jour tous puissent vivre un quotidien plus près de la normalité.

Puis un merci très particulier à vous les membres de l'AQDC. Toujours présents malgré la souffrance, toujours engagés et prêts à nous soutenir dans nos projets. Sans vous, sans votre implication l'AQDC ne pourrait accomplir pleinement sa mission. **MERCI !!**

Et que l'aventure continue !!!

Céline Charbonneau



L'AQDC EN IMAGE

VERNISSAGE 2019



LANCEMENT DE LA SEMAINE DE LA DOULEUR



CAMPAGNE DE SENSIBILISATION DE LA DOULEUR

AFFICHES



RADIO-CANADA



CAMPAGNE DANS LES MÉDIAS

LE DEVOIR

LA PRESSE

L'actualité



IMPLICATION DE L'AQDC

L'appui de l'AQDC à des projets de recherches

Au cours de la dernière année, l'AQDC a appuyé plusieurs projets de recherches scientifiques concernant la douleur chronique. Certains de ces projets ont obtenu le financement nécessaire pour amorcer leur recherche. Soyez assurés, quand nous avons les résultats, nous vous les transmettrons!

Réseau québécois de recherche sur la douleur (RQRD)

Le Réseau Douleur a pour mission de contribuer, par le biais de la recherche fondamentale, clinique, évaluative et épidémiologique, à l'amélioration de la qualité de vie des Québécois qui souffrent de douleur chronique. Cette mission est rendue possible grâce aux efforts concertés d'un groupe de chercheurs rattachés aux quatre universités constituant les assises des Réseaux universitaires intégrés de santé (RUIS) de la province, soit l'Université Laval, l'Université McGill, l'Université de Montréal et l'Université de Sherbrooke, ainsi que des membres affiliés au réseau des Universités du Québec et à l'Université Concordia. Nous participons activement à ce Réseau québécois de recherche sur la douleur entre autre par notre participation au comité exécutif.

Réseau québécois des étudiants-chercheurs sur la douleur (RQEC)

Plusieurs des groupes d'entraide ont pu bénéficier de conférences sur différentes recherches faites par ces étudiants-chercheurs, dont la majorité sont étudiants au niveau du doctorat, ce fut très apprécié de nos membres. Nous sommes également partenaire de l'événement PainTalk qui est organisé par les étudiants-chercheurs de ce regroupement.

Réseau Universitaire Intégrée de Santé (RUIS)

Dans le but d'améliorer les services de soins de santé, le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec (MSSS) a créé le Réseau Universitaire Intégré de Santé (RUIS). Une partie du territoire du Québec a alors été assignée à chacune des quatre facultés de médecine de la province (l'Université McGill, l'Université de Montréal, l'Université de Sherbrooke et l'Université Laval) afin de faciliter l'accès aux soins spécialisés, à l'enseignement médical et à la recherche médicale des nombreuses régions de la province. Il y a un représentant de l'AQDC par RUIS qui y siège pour représenter les patients.

Comité d'experts du continuum en douleur chronique du MSSS

La présence d'un membre de l'AQDC à ce comité d'experts du MSSS assure que les personnes souffrant de douleur chronique demeurent au centre des décisions.

LIGNE 1-855-DOULEUR

C'est reparti pour la ligne d'aide et plus que jamais en tant de pandémie. Plusieurs appels, certains en détresse, ont été répondu par notre précieuse ressource précieuse Mme Francine Leblanc. Nous souhaitons vivement que cette ligne d'écoute et de soutien permette aux gens souffrants de douleur chronique de briser leur isolement.



IMPLICATION CANADIENNE DE L'AQDC

Comme nous voulons toujours continuer à participer et influencer l'évolution du grand dossier de la douleur chronique (DC) au Québec et au Canada je suis heureux d'être parmi les ambassadeurs principaux hors Québec. Il s'agit de Dre Manon Choinière, administratrice de l'AQDC depuis ses débuts en 2004 et moi-même Jacques Laliberté, président-fondateur de l'AQDC, et jusqu'à dernièrement, président ex-officio et trésorier par intérim de l'AQDC.

Puisque nous ne voulons pas travailler en silo, notre présence est donc obligatoire partout en tout temps.

Ainsi, en tant qu'ambassadeurs nous avons poursuivi nos représentations au sein du réseau canadien qui s'appelle **Réseau Douleur Chronique**. J'y suis comme patient-partenaire et co-président du comité exécutif de ce réseau canadien de recherche qui fait partie de la **Stratégie de recherche canadienne sur le patient (SRAP)** qui elle émane du **Institut de recherche en santé du Canada (IRSC)**. Notre administratrice Dre Manon Choinière est la principale instigatrice et co-présidente du groupe de travail sur le **Registre Canadien de la Douleur** et siège aussi sur le comité exécutif du Réseau Douleur Chronique.

Il est important de retenir que la vingtaine de recherches du réseau ont tous des patients-partenaires impliqués et que chaque comité du réseau est dirigé en coprésidence dont un professionnel de la santé et un patient-partenaire dont l'influence est notable.

Cette influence se propage maintenant à d'autres projets de recherche partout au Canada. Juste au cours de la dernière année, j'ai ainsi accepté de participer à trois (3) projets de recherches. Et d'autres administrateurs comme Camille Fauteux et Laurent Dupuis ont aussi accepté de participer à des projets de recherche. Boule de neige qui assure maintenant une plus grande participation et influence des patients en recherche. À suivre!

Manon et moi sommes aussi membres du **Groupe de Travail Canadien sur la Douleur** formé de huit (8) personnes clefs en douleur chronique au Canada qui a présenté à la Ministre canadienne de la santé son premier rapport en juin 2019 et son 2^{ème} rapport est prévu pour la fin septembre. Leur rapport final sera présenté en juin 2021.

Il est important de savoir que ce Groupe de travail a tenu des ateliers consultatifs pancanadiens au cours de notre dernière année en préparation de ce rapport qui fera état des meilleures pratiques et des pistes de solutions qui en émanent.

Ainsi en janvier dernier, sous l'animation de Manon Choinière et moi-même, une importante rencontre a été organisée. L'AQDC a été très bien représentée par la présidente, notre nouvelle trésorière, Camille Fauteux, d'entrée de jeu a livré tout un témoignage patient, Francine Leblanc responsable de la ligne **1-855-DOULEUR** et des membres Mario Di Carlo, Geneviève Fillion et Gérard Paquette. Nous les remercions pour leur participation et implication lors de cet événement.

En tout, une quarantaine de personnes ont participé à cet atelier fort apprécié, des chercheurs, des médecins spécialistes, des acuponcteurs, des psychologues, cliniciens de cliniques de la douleur, des physiothérapeutes, des chiropraticiens qui en ont fait un vrai succès de par leur ouverture d'esprit et de collaboration.

Jacques Laliberté

Président Ex-Officio et trésorier par intérim



CONSEIL D'ADMINISTRATION 2019-2020

Le conseil d'administration de l'Association québécoise de la douleur chronique (AQDC) est composé principalement de patients. La plupart d'entre eux ne peuvent plus travailler à temps plein à cause des douleurs chroniques dont ils et elles souffrent. Heureusement, l'Association compte aussi sur des professionnels de la santé. Le conseil s'est réuni régulièrement au cours de la dernière année.

COMITÉ EXÉCUTIF

Céline Charbonneau
Présidente



Line Brochu
Vice-présidente



Dre Aline Boulanger
Vice-présidente



Francine St-Hilaire
Secrétaire



Jacques Laliberté
Président ex-officio
Trésorier



ADMINISTRATEURS

Manon Choinière



Jocelyn Decoste



Frédéric Dionne



Laurent Dupuis



Camille Fauteux



Dre Géhane Greis



Vincent Raymond



RAPPORT DE LA SECRÉTAIRE

À ce titre, je collabore au suivi de la réalisation du plan d'action auprès des membres du C.A. conformément à la planification annuelle. Pour chacune des réunions du C.A. et de l'assemblée annuelle des membres, j'ai préparé et distribué un ordre du jour, un avis de convocation et un compte rendu.

Au cours de l'année 2019-2020, le conseil d'administration a tenu six réunions régulières et une réunion de planification stratégique et pour lesquelles il y a eu quorum.

L'assemblée générale annuelle du 6 juin 2019 a réuni 75 membres votants.

Selon les règlements de l'AQDC, mes tâches sont de tenir à jour le registre des différents procès-verbaux : ceux de toutes les assemblées des membres, des assemblées du conseil d'administration et des résolutions qui y sont adoptées puis certifiées par la présidente de l'Association.

En terminant, je veux remercier Madame Charbonneau, notre présidente qui a dirigé le tout de mains de maître, nos deux vice-présidentes Madame Line Brochu et Dre Aline Boulanger, notre trésorier Jacques Laliberté ainsi que tous les autres membres du conseil d'administration de la confiance dont ils ont fait preuve à mon égard.

Francine St-Hilaire
Secrétaire



RAPPORT DU TRÉSORIER

Comme le mentionne la présidente dans son rapport, le portrait financier de l'AQDC démontre que nous avons travaillé très fort pour assurer la survie de l'organisation.

Je vous invite à prendre connaissance du rapport de la vérificatrice externe et des états financiers qui se trouvent en annexe.

L'AQDC a besoin de soutien financier récurrent pour poursuivre sa mission et nous comptons sur chacun de vous pour faire connaître l'Association à des gens influents au Québec. Si vous connaissez des individus qui pourraient nous venir en aide, n'hésitez pas à les sensibiliser à notre cause.

Nous devons maintenir nos efforts pour que la situation financière de l'AQDC demeure saine afin de nous permettre de poursuivre nos objectifs à court, moyen et long terme.

Merci de votre attention.

Jacques Laliberté
Président Ex-Officio et trésorier par intérim



COMITÉ DES SERVICES AUX MEMBRES

Notre comité a la responsabilité « d'assurer et de maintenir des liens de qualité avec nos membres par le biais d'activités et/ou de services ».

1^{er} mandat : Assurer le démarrage et le maintien de groupes d'entraide (GE) au Québec

Ces groupes sont disponibles aux personnes atteintes de douleur chronique et ainsi qu'à leurs aidants naturels, pour leur offrir du soutien moral, briser l'isolement et les aider à se sentir mieux outillés dans leur combat contre la douleur chronique. Ces rencontres, centrées sur l'écoute, le partage d'expérience et d'information, sont gratuites et confidentielles.

Des GE furent tenus dans différentes régions :

Abitibi-Témiscamingue :

- Rouyn Noranda : 5 GE dont 9 personnes y ont participé.

Côte-Nord :

- Sept-îles : 3 GE dont 23 personnes y ont participé.

Estrie :

- Sherbrooke : 6 GE dont 88 personnes y ont participé.
- Granby : 7 GE dont 224 personnes y ont participé.

Lanaudière :

- Joliette : 7 GE dont 50 personnes y ont participé.
- L'Assomption : Le Ge de Repentigny a changé de nom du fait qu'il ont déménagé. 5 GE dont 124 personnes y ont participé.
- St-Jean-de-Matha : 7 GE dont 29 personnes y ont participé.
- Terrebonne : 6 GE dont 50 personnes y ont participé.

Laurentides :

- St-Jérôme : 7 GE dont 47 personnes y ont participé.

Centre du Québec :

- Drummondville : 6 GE dont 38 personnes y ont participé.
- Victoriaville : 5 GE dont 20 personnes y ont participé.

Laval :

- Laval : 5 GE dont 61 personnes y ont participé.

Mauricie :

- Trois-Rivières : 12 GE dont 124 personnes y ont participé.



Montréal :

- **Hôpital Jean-Talon** : 7 GE dont 130 personnes y ont participé.
- **Hôtel-Dieu** : 6 GE dont 98 personnes y ont participé.
- **Institut de cardiologie** : En raison du très faible nombre de participants à ce groupe, les rencontres ont été annulées après les 3 premières. 3 GE dont 11 participants.

Montérégie :

- **Cowansville** : Aucun animateur pour animer.
- **Saint-Hilaire** : 6 GE dont 42 personnes y ont participé
- **Saint-Hubert** : 10 GE dont 90 personnes y ont participé
- **St-Hyacinthe** : 5 GE dont 22 personnes y ont participé
- **St-Jean-sur-le-Richelieu** : 7 GE dont 86 personnes y ont participé
- **Vaudreuil-Soulanges** : 3 GE dont 12 personnes y ont participé

Outaouais :

- **Gatineau** : Nouveau groupe – 5 GE dont 16 personnes y ont participé

Québec :

- **CHUL** : Ce groupe d'entraide a fusionné avec **Enfant-Jésus** - 6 GE dont 91 personnes y ont participé

Saguenais Lac-St-Jean :

- **Alma** : 4 GE dont 26 personnes y ont participé

CAFÉS RENCONTRES : Ces cafés-rencontres sont populaires et appréciés de nos membres, c'est une activité "sociale" où il n'est pas nécessairement question de DC, mais de la vie plus personnelle de chacun. Ces cafés-rencontres sont organisés par les animateurs bénévoles, dans un restaurant de leur région de façon régulière ex: le 2e mardi 13h de chaque mois. Un rappel est envoyé par les animateurs aux participants du Facebook privé de chacun des GE.

TOTAL : Nous avons tenu **143** groupes d'entraide et **1 518** personnes y ont participé.

NOUVEAU GE 2019-2020 :

Sept-îles, Gatineau, Trois-Rivières, Pointe-Claire (GE anglais), Hôpital Saint-Anne (en place mais non commencé)

FORMATION DE NOUVEAUX GE :

Sept-îles, Gatineau

FORMATION POUR LES ANIMATEURS

Nous avons tenu une formation le 4 et 5 juin 2019 à l'Hôtel Sandman à Longueuil. 34 animateurs ont participé.



RENCONTRE DU COMITÉ DES SERVICES

Les rencontres du comité des services se font par télé-conférences. Il y en a eu 14 au cours du mandat 2019-2020.

Nous tenons à remercier du fond du cœur Suzanne Deutsch pour toutes ses années de participation au Comité des services, elle fut notre phare avec ses belles idées lumineuses.

Un immense merci à tous nos bénévoles, animatrices-animateurs, responsables des groupes d'entraide! Sans vous, rien n'existerait !

Un immense merci à toutes les personnes qui participent à nos groupes d'entraide! Merci de votre collaboration, vous êtes notre inspiration!

Les membres du comité des services et signataires de ce rapport,

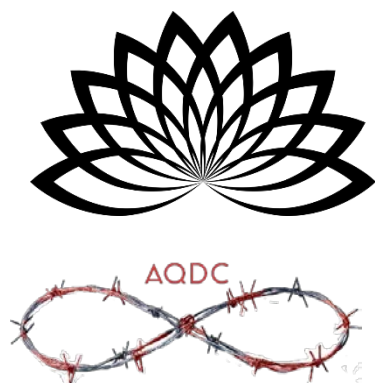
Line Brochu
Céline Charbonneau
Laurent Dupuis
Camille Fauteux
Francine Leblanc
Paul Nadeau
Francine St-Hilaire
Linda Thellen

REMERCIEMENTS

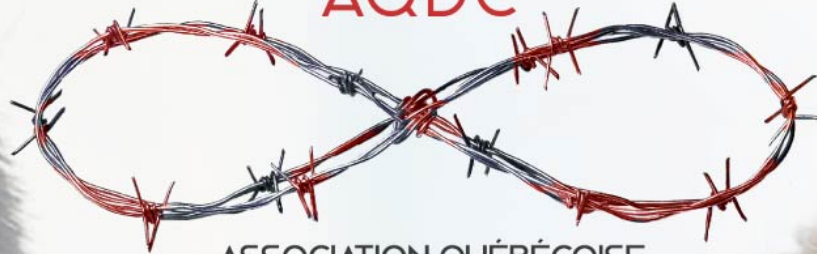
Nous tenons à remercier Francine Leblanc qui est responsable de la ligne d'entraide et à Paul Nadeau qui a coordonné les groupes d'entraide.

Un gros merci à nos valeureux et précieux animateurs de nos Groupes d'entraide pour leur générosité, leur écoute, leur présence et plus encore.

Grâce à vous, nous pouvons affirmer que nous sommes un organisme d'entraide et d'écoute auprès de personnes vivant avec la douleur chronique!



AQDC



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

RAPPORT
ANNUEL

2019-2020

2030, boul. Pie-IX., bureau 403
Montréal (Québec) H1V 2C8