



## Où nous trouver

● Montréal  
[bmhcmtl.ca](http://bmhcmtl.ca)

## Nous joindre

👤 Aishah Seivwright  
 Co-directrice  
 ✉ [bmhcmtl@gmail.com](mailto:bmhcmtl@gmail.com)

## À propos du projet de BMHC

L'objectif du projet de BMHC (Connexions pour la santé mentale des Personnes Noir.e.s) de Montréal était d'élargir son champ d'action en matière d'éducation communautaire et d'assurer la viabilité de son organisation. Par le biais d'ateliers, d'événements et d'une formation en ligne, le projet a rendu la compréhension de la santé mentale accessible à un public noir d'expression anglaise. De plus, en soutenant les programmes de soins communautaires existants, ce projet a contribué à la durabilité des réseaux de soins mis en place dans les communautés noires de Montréal.



***Le soutien à la santé mentale communautaire adapté à la culture a eu un impact positif durable sur les personnes noires, tant au niveau personnel qu'au niveau du système, et constitue donc une pratique prometteuse.***

### ★ Facteurs clés du succès

- Financement de la mise en œuvre du programme
- Des moyens de promotion diversifiés



## Pratique prometteuse

BMHC de Montréal a mis en place de petits groupes fermés de soutien par les pairs pour les personnes qui ne pouvaient pas accéder aux services de santé mentale traditionnels. L'idée était que le soutien à la santé mentale communautaire adapté à la culture favorise un impact positif durable sur les personnes net constitue donc une pratique prometteuse. Ce type de soutien avait également la capacité d'avoir un impact au niveau du système, car chaque groupe a grandi ensemble, a appris des techniques d'adaptation individuelles et comment se soutenir mutuellement, et a trouvé des moyens de continuer à le faire après l'intervention, en intégrant ces connaissances dans leurs réseaux personnels.