



Secrétariat aux relations  
avec les Québécois  
d'expression anglaise

Québec 



# Initiative Partenariat d'assistance aux organismes en santé mentale (PAOSM) Rapport 2023-2024

Collecte des données et conceptualisation par Christie Huff, MA, Human Systems Intervention  
Révision par Shannon Pearson, PMP  
Pour le Réseau communautaire de santé et de services sociaux (RCSSS)

# Remerciements:

## Le rapport : Publié en 2024

Ce rapport a été préparé pour le Réseau communautaire de santé et de services sociaux (RCSSS) par un consultant évaluateur indépendant, Christie Huff Consulting, pour le Partenariat d'assistance aux organismes en santé mentale (PAOSM), un programme financé par le Secrétariat aux relations avec les Québécois d'expression anglaise (SRQEA).

Les opinions exprimées dans ce document ne représentent pas nécessairement celles du RCSSS/CHSSN, des bailleurs de fonds ou des organismes participants. Toute modification apportée à ce document doit être approuvée par l'auteur afin d'en garantir l'exactitude. Si des extraits de ce texte sont utilisés dans d'autres publications, la source doit être identifiée.

*Secrétariat aux relations  
avec les Québécois  
d'expression anglaise*

Québec 

# Table des matières

Remerciements	2
Méthodologie	4
Introduction	6
Chiffres clés	7
Densité de population des communautés ESC desservies	8
Intensité de l'intervention nécessaire	9
Liste des organismes, régions et densité/intensité	10
<b>1.0 Stratégies de communication et de sensibilisation</b>	<b>11</b>
1.1 Observations	12
1.2 Réussites, défis et enseignements clés	13
1.3 Recommandations	13
<b>2.0 Ressources humaines : Renforcement des capacités</b>	<b>14</b>
2.1 Observations	14
2.2 Réussites, défis et enseignements clés	15
2.3 Recommandations	15
<b>3.0 Offres de soutien et de services</b>	<b>16</b>
3.1 Observations	16
3.2 Réussites, défis et enseignements clés	17
3.3 Recommandations	18
<b>4.0 Résultats de la mise en relation et du réseautage</b>	<b>19</b>
4.1 Observations	19
4.2 Réussites, défis et enseignements clés	20
4.3 Recommandations	21
<b>5.0 Recommandations supplémentaires</b>	<b>22</b>
<b>6.0 Documents et ressources connexes</b>	<b>23</b>
Ouvrages cités	24
<b>Annexe : Descriptions détaillées des projets, activités et résultats</b>	<b>25</b>

# Méthodologie

Ce rapport est le fruit d'un processus d'évaluation qui a débuté en avril 2023 et s'est achevé en mai 2024. Ce processus a impliqué :

- 1) Réunions individuelles avec le gestionnaire du programme PAOSM au RCSSS/CHSSN;
- 2) Entretiens qualitatifs avec le chef de projet de chaque organisme participant en avril - mai 2024 pour explorer leur approche planifiée. Ces premières conversations ont permis au consultant d'approfondir sa compréhension des approches stratégiques adoptées par les organismes et ont conduit à la conceptualisation de l'image de la page 2 "Qu'est-ce qui conduit réellement les membres de la communauté d'expression anglaise à accéder aux services de santé mentale ?"
- 3) Une réunion avec le représentant du financement en juin 2023 a été organisée en présence de 8 des 9 organismes bénéficiant d'un financement de projet. Le concept illustré ci-dessous a été présenté lors de cette réunion afin de donner un sens aux divers projets présentés et une vidéo a également été créée pour que les organismes puissent la consulter si nécessaire;
- 4) Tout au long de l'automne 2023, le consultant a rencontré les groupes individuellement ou en petits groupes afin d'échanger des informations et de leur proposer un accompagnement sur la manière dont ils pourraient mettre en évidence la différence de leurs approches;
- 5) Une analyse des résultats quantitatifs des projets soumis par les organismes participants au RCSSS/CHSSN;
- 6) Une révision des descriptions de projet (rédigées par l'évaluateur) par les chefs de projet des organismes participants en juin et juillet 2023;
- 7) Données recueillies dans le cadre d'une enquête envoyée à tous les organismes.

Les données présentées dans ce rapport proviennent des modèles de rapport du RCSSS/CHSSN et d'une enquête élaborée par le consultant afin de recueillir des informations quantitatives et qualitatives sur l'apprentissage et les résultats. Tout au long du processus d'évaluation, l'évaluateur a fourni un retour d'information aux organismes participants concernant les lacunes dans leur collecte de données relatives à la sensibilisation et à la participation. L'évaluation dans son ensemble a permis d'obtenir des informations précieuses sur les forces, les défis et les résultats communs aux organismes participants et à leurs projets PAOSM, ainsi que sur les forces, les défis et les résultats propres à chaque organisme et à leurs projets CMHI.

Il est recommandé au RCSSS/CHSSN, pour les années à venir, d'introduire ce cadre au début de l'année avec les organismes afin que leur travail puisse être plus facilement saisi. Les descriptions détaillées des projets figurant en annexe ont été validées avec les organismes après que les consultants les ont alignées sur la conceptualisation globale du projet.

L'éventail des travaux nécessaires pour répondre aux besoins en matière de santé mentale est décrit dans l'image ci-dessous, créée pour le RCSSS/CHSSN :

# QU'EST-CE QUI INCITE VRAIMENT LES MEMBRES DES COMMUNAUTÉS D'EXPRESSION ANGLAISE À ACCÉDER À UN SOUTIEN EN MATIÈRE DE SANTÉ MENTALE ?

**Un petit nombre de** personnes se consacrent au soutien de la santé mentale des citoyens d'expression anglaise au Québec. Professionnels, employés, stagiaires, bénévoles, etc.

**Ressources humaines (RH)** agissant/interagissant au nom des communautés d'expression anglaise (ESC) - Les stratégies des RH développent la capacité à se connecter et à se soutenir par le biais de la défense des intérêts, du réseautage, de la planification stratégique, de la formation, etc.

**COMMUNICATION & SENSIBILISATION**

ATTEINDRE L'ENSEMBLE DE LA POPULATION DES MEMBRES DES COMMUNAUTÉS ESC : LES INDIVIDUS, LES FAMILLES, LES PERSONNES AYANT BESOIN D'AIDE ET LEURS AIDANTS.

**1,25 MILLION\***  
DE CITOYENS D'EXPRESSION ANGLAISE AU QUÉBEC

**1** SUR **5** CITOYEN D'EXPRESSION ANGLAISE SOUFFRE D'UN PROBLÈME DE SANTÉ MENTALE

**NOUS NE REJOIGNONS PAS TOUT LE MONDE**

Les Québécois d'expression anglaise éprouvent des difficultés à accéder aux services de santé mentale dont ils ont besoin dans leurs différents contextes.

**Promotion du bien-être mental, éducation à la prévention, déstigmatisation des maladies mentales**

**SOUTIEN & SERVICES**

**Offrir directement** des services animés par des professionnels et/ou des bénévoles (ateliers, groupes de soutien, bibliothèques de prêt, etc.)

**Référence indirecte** à d'autres services publics et à but non lucratif

**INTENSITÉ LA PLUS ÉLEVÉE :** LOGEMENT, CENTRES DE JOUR, ETC.

Secrétariat aux relations avec les Québécois d'expression anglaise

Québec

© Christie Huff Consulting

# Introduction

Le Partenariat d'assistance aux organismes en santé mentale (PAOSM) est une initiative issue de l'Initiative COVID en matière de santé mentale (CMHI) 2021-2023. Il a été offert aux organismes ayant pour mandat de soutenir la communauté d'expression anglaise en facilitant l'accès aux services de santé mentale dans l'ensemble du Québec. Les organismes sélectionnés ont été invités à présenter des demandes et à utiliser les fonds alloués pour renforcer leurs capacités et accroître le soutien aux communautés d'expression anglaise qu'ils desservent.

9 organismes ont reçu un financement de l'initiative PAOSM. Pour rendre compte de la diversité des contextes et de la manière dont le financement a été utilisé, ils ont été catégorisés par :

- Densité de population des communautés ESC (communautés de Québécois d'expression anglaise) desservis
- Intensité du soutien nécessaire

Ces catégories ont été élaborées par *Christie Huff Consulting* lors de la consolidation de l'apprentissage de l'initiative COVID en matière de santé mentale, qui s'est achevée en 2022-2023.

# Chiffres clés



Apporter un soutien en matière de santé mentale à la communauté d'expression anglaise : Chiffres clés et méthodes

9



Organismes financés

7 situés dans cinq régions  
du Québec  
2 desservent l'ensemble  
de la province



Organismes actifs sur

5

plateformes de médias  
sociaux



Nombre total de  
personnes touchées

9260

2787

Personnes rejointes en  
ligne par le biais d'ateliers,  
de symposiums et de  
sessions individuelles



6473



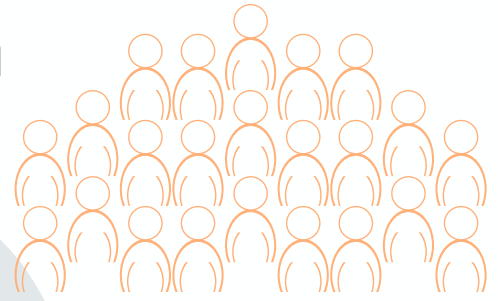
Personnes rejointes  
**en personne** par le biais  
d'ateliers, de symposiums,  
de sessions individuelles



395

Ateliers/présentations/for  
mations/symposiums  
(virtuels, en personne,  
hybrides)

# Densité de population des communautés ESC desservies



La densité de population des communautés d'expression anglaise a un impact significatif sur l'accessibilité de l'aide et des services de santé mentale.

Les citoyens d'expression anglaise vivant dans des régions plus densément peuplées bénéficient de la présence d'un plus grand nombre d'organismes, ce qui augmente la probabilité d'une offre de services en anglais. Les obstacles liés au territoire géographique, aux déplacements et à la santé (etc.) qui empêchent l'accès aux services de santé mentale peuvent être partiellement atténués dans les régions à faible densité où les citoyens d'expression anglaise peuvent être mal desservis par l'augmentation généralisée de la capacité des organismes à offrir des services en ligne après la pandémie.

## Grand Montréal

L'accès au soutien mental dans le territoire du Grand Montréal, malgré ses nombreux organismes ayant un mandat en santé mentale, demeure problématique. Le financement est aligné sur les régions du CIUSSS, mais une cartographie des services disponibles, en cours de réalisation par le CHSNN, indique que les allocations de fonds ne répondent pas à l'ensemble des besoins spécifiques en matière de santé mentale dans les régions à forte densité de population d'expression anglaise.

## Régions en dehors de Montréal

La faible densité de citoyens d'expression anglaise au Québec en dehors de Montréal est corrélée à un nombre moins élevé d'organismes offrant des services en anglais, ce qui signifie qu'ils doivent parcourir de plus grandes distances pour obtenir un soutien. Dans certains cas, il n'y a pas de services en anglais dans les zones spécialisées. La stigmatisation sociale entourant les problèmes de santé mentale est encore répandue dans les petites communautés régionales de langue anglaise. Les membres de la communauté de langue anglaise qui s'inquiètent de la façon dont les autres les perçoivent peuvent rechercher des services où ils se sentent moins susceptibles d'être identifiés, que ce soit par une participation anonyme en ligne ou en recherchant des services dans d'autres lieux/régions.

Dans les descriptions de projets ci-dessous, l'évaluateur a classé chaque organisme participant en fonction de la densité de la population d'expression anglaise qu'elle dessert dans le cadre de ses activités de sensibilisation et de soutien :

- **Faible densité** : Les services sont distribués sur un vaste territoire géographique, qui peut être régional ou provincial.
- **Densité moyenne** : Les services sont concentrés dans une seule région au sein de laquelle se trouvent des territoires municipaux à plus forte densité de citoyens d'expression anglaise.
- **Forte densité** : Les services sont concentrés sur un petit territoire géographique avec une forte densité de citoyens d'expression anglaise.



# Intensité de l'intervention nécessaire



L'intensité de l'intervention requise pour répondre aux besoins de santé mentale des populations desservies par les organismes varie considérablement d'un projet à l'autre. Alors que certains projets visaient à éduquer le public sur ce qui favorise la santé mentale et à prévenir la stigmatisation de la maladie mentale, d'autres étaient orientés vers la fourniture de services hautement spécialisés à des personnes souffrant de troubles mentaux avancés et compliqués.

Dans les descriptions de projets ci-dessous, l'évaluateur a classé chaque organisme participant en fonction de l'intensité de l'intervention requise pour répondre aux besoins de santé mentale de sa population cible :

- **Faible intensité** : L'intervention comprend des activités promotionnelles visant à éduquer le public sur la santé mentale en général, à réduire la stigmatisation et à accroître la visibilité de l'organisme. Elle comprend également des activités de sensibilisation et du réseautage au sein des secteurs et entre eux.
- **Intensité moyenne** : L'intervention consiste à entrer directement en contact avec les clients pour évaluer leurs besoins et les orienter vers d'autres organismes. Elle comprend également l'animation de groupes de soutien en ligne ou en personne et le développement des capacités des ressources humaines pour le travail de proximité et de soutien.
- **Haute intensité** : L'intervention comprend un soutien thérapeutique individualisé offert par des professionnels, des soins de répit, un logement supervisé, etc.

# Liste des organismes, régions et densité/intensité

Nom de l'organisme et région(s) desservie(s)	Zone desservie caractérisée par la densité	Type de soutien fourni par intensité
AMI-Quebec Allié.e.s en santé mentale, Grand Montréal, Provincial	Faible, moyen, élevé	Faible à moyen
Centre de ressources Connexions, Outaouais	Moyen	Faible à moyen
Programme de récupération de Fraser, Québec, Capital Nationale	Moyen	Moyen à élevé
Les amis de la santé mentale, Ouest de l'île, Grand Montréal	Faible et moyen	De faible à élevé
Santé mentale Estrie, Estrie	Faible et moyen	Faible à moyen
Le havre, Montérégie	Moyen	Haut
Répit aînés Montérégie, Montérégie	Moyen	Haut
Répit aînés Montérégie, Montérégie	Haut	Haut
Se Défouler Autour d'un Thé / Vent Over Tea, Montréal, Provincial	Faible, moyen, élevé	Faible à moyen

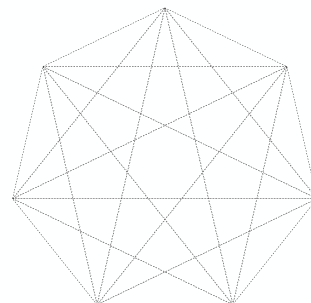
# 1.0 Stratégies de communication et de sensibilisation



Pour atteindre le plus grand nombre possible des 1,25 million de personnes vivant dans les communautés d'expression anglaise du Québec et susceptibles d'avoir besoin d'éducation, de soutien et de services en matière de santé mentale, en tant qu'individus, membres de la famille et aidants, les organismes se sont engagés dans diverses stratégies de communication et de sensibilisation. En général, près de 50 % des gens n'ont pas accès au soutien nécessaire à leur santé mentale, selon un sondage effectué par Recherche en santé mentale Canada [en anglais seulement]. Par exemple, Se Défouler Autour d'un Thé / Vent Over Tea a fait la promotion du bien-être mental en faisant connaître son service gratuit d'écoute active, ce qui a entraîné une augmentation de 26 % du nombre de séances cette année. Cela s'est fait par le biais de la publicité sur les plateformes de médias sociaux telles que Facebook et Instagram, et lors d'apports à divers événements communautaires et organisationnels.

Bien que les projets aient varié dans leur utilisation du financement pour les stratégies de communication et de sensibilisation, il est important de reconnaître la capacité des organismes à communiquer de façon stratégique, et le RCSSS/CHSSN est bien placé pour partager les possibilités de perfectionnement professionnel et d'apprentissage avec les organismes. Par exemple, l'AMI-Québec a utilisé une partie du financement de l'initiative PAOSM pour soutenir sa mission globale de sensibilisation ; sa fonction de communication est rendue possible grâce aux contributions de plusieurs bailleurs de fonds, ce qui lui permet d'atteindre les résultats de 2023-24 :

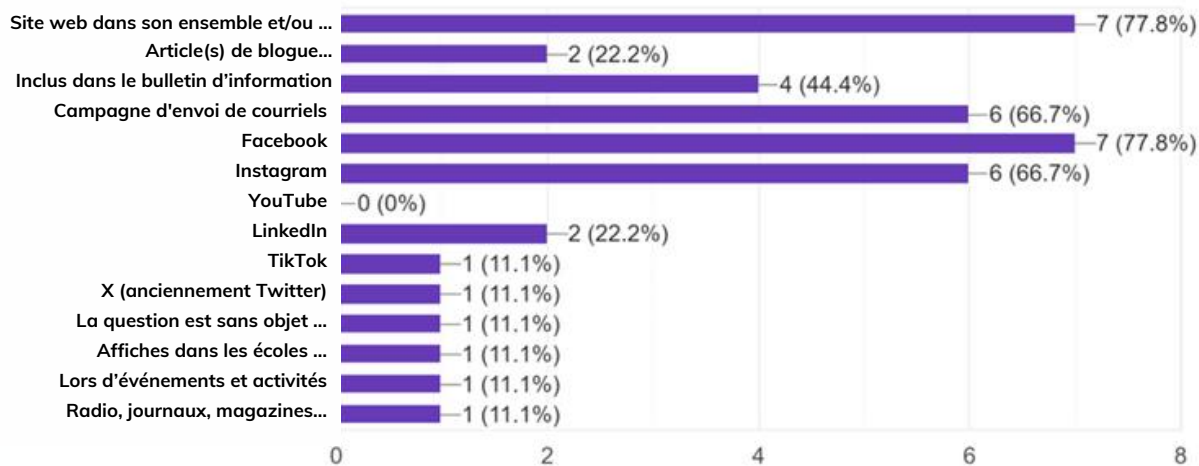
- L'AMI-Québec a été active sur cinq plateformes de médias sociaux, ce qui lui a permis de mieux rejoindre le public. Elle a atteint 32 800 personnes sur Facebook (soit une augmentation de 13,4 %), 8 400 sur Instagram (soit une augmentation de 48 %), 33 900 sur Twitter, et a enregistré 41 400 vues sur YouTube et 45 965 vidéos sur TikTok.



## 1.1 Observations

Quelles plateformes/canaux de communication avez-vous utilisés pour informer les organismes et/ou les membres de la communauté de votre projet de l'initiative PAOSM ? Cochez toutes les cases correspondantes.

9 réponses



La plupart des organismes ont utilisé leur site web et Facebook (77,8 %) pour communiquer avec les organismes et/ou les membres de la communauté au sujet de leur projet, suivis d'Instagram et des campagnes de courriels (66,7 %), et des bulletins d'information (44,4 %). Un seul organisme a répondu qu'elle n'avait pas communiqué sur son projet PAOSM. Ajouts : Le bouche à oreille et la présence dans les foires communautaires (également appelées kiosques et apports auprès des partenaires).



## 1.2 Réussites, défis et enseignements clés

- Le **programme de rétablissement de Fraser** a réussi à atteindre les jeunes grâce à une présence informelle dans les écoles et les centres d'éducation pour adultes. Bien que les présentations soient très utiles pour informer un grand nombre d'étudiants sur la toxicomanie, le rétablissement et la santé mentale, elles ne se traduisent pas directement par des liens avec les étudiants qui ont besoin d'aide (ils n'ont pas tendance à venir voir les présentateurs par la suite). Les employés du FRP ont établi de véritables liens en se tenant à leur disposition de manière informelle - à l'heure du dîner, après l'école, à l'extérieur, etc. Cela a permis aux jeunes de leur parler et d'entrer en contact avec les services et le soutien.
- **Centre de ressources Connexions** a décrit comment la présence à des événements où ils peuvent installer un kiosque a été essentielle pour développer des relations - ils ont été présents à 18 événements au cours de la période de financement. La stratégie la plus efficace a été la sensibilisation en personne au moyen de kiosques, de réunions avec des partenaires et de la représentation à diverses tables dans la région. En raison des partenariats étroits avec plusieurs organismes communautaires de la région, il a été particulièrement efficace de s'adresser directement à ces partenaires pour leurs formations.
- **Santé mentale Estrie**
  - La trousse de sensibilisation a été élargie, ce qui lui a permis d'avoir un plus grand impact lors d'événements. Cette trousse contient tout ce qui est nécessaire à un membre du personnel pour présenter ou accueillir un kiosque lors d'un événement communautaire.
  - La cohérence est essentielle
    - L'utilisation continue de toutes les plateformes disponibles afin d'atteindre toutes les personnes à l'affût d'événements a été une stratégie fructueuse (par exemple, Facebook).
    - Plus ils acceptent d'être invités à présenter les services de SME, plus ils reçoivent d'invitations. Cela leur a permis de rencontrer davantage de membres de la communauté et de mieux faire connaître leurs services.
    - Si la publicité initiale peut ne pas donner de résultats, l'un des principaux enseignements est qu'elle peut planter une graine. Ils ont continué à explorer d'autres voies publicitaires et ont découvert que c'est souvent une combinaison de ces efforts qui mène aux résultats.

## 1.3 Recommandations :

- Des attentes et des lignes directrices claires en matière de communication doivent être établies pour reconnaître publiquement le soutien du financeur et partager les résultats du projet sur les sites web et dans les médias sociaux.
- Continuer à réunir les organismes dans le cadre d'échanges d'apprentissage afin qu'ils partagent leurs stratégies de communication et de sensibilisation.



# 2.0 Ressources humaines : Renforcement des capacités

Comme décrit dans l'infographie "What really leads to English-speaking community members accessing mental health support", les organismes s'engagent dans des stratégies de renforcement des capacités afin d'habiliter les professionnels, les employés, les stagiaires et les bénévoles de leurs propres organismes et des organismes partenaires à augmenter le nombre de personnes qui peuvent entrer en contact et soutenir les individus, les familles et les aidants. Les organismes financés ont utilisé une variété de stratégies pour augmenter les ressources humaines qui peuvent agir/interagir pour établir des liens et apporter un soutien par le biais de la sensibilisation, du réseautage, de la planification stratégique, de la formation, etc.



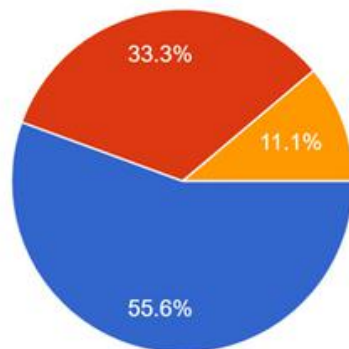
Les bénévoles sont un élément essentiel de notre mission, une mission que nous ne pourrions pas accomplir sans ces personnes inestimables qui apportent leur soutien, leur amitié, leur aide pratique et une oreille attentive lorsqu'on en a le plus besoin.  
-Dolly Shinhat, directrice générale Le havre



## 2.1 Observations:

8 des 9 projets financés ont indiqué s'être engagés dans le renforcement des capacités en matière de ressources humaines. Ce travail a parfois été réalisé en même temps que le travail de communication et de sensibilisation, comme ce fut le cas pour Santé mentale Estrie, dont la valeur ne peut être sous-estimée.

Votre projet comprenait-il des activités de renforcement des capacités en matière de ressources humaines ?  
9 réponses



- Oui
- Non (si non, passez le reste des questions de cette section)
- Oui, s'il s'agit de recruter. En ce qui concerne la formation, j'encourage les membres de notre équipe à examiner les ateliers/formations proposés ou à proposer ceux qu'ils trouvent adaptés à notre travail.

Les organismes qui se sont engagés dans des activités de renforcement des capacités ont été fortement encouragés à mener des enquêtes de suivi pour atteindre les personnes qui ont participé afin d'évaluer les résultats de la formation/du soutien qu'elles ont reçu. Un soutien à la conception d'enquêtes de suivi a été proposé, mais aucun des organismes n'a demandé d'aide. Seule la moitié des organismes ont indiqué avoir réalisé des enquêtes.

## 2.2 Réussites, défis et principaux enseignements :

- **Santé mentale Estrie** a élargi sa trousse de sensibilisation, ce qui facilite le partage des rôles et des ressources entre les membres de l'équipe, puisque la trousse contient tout ce qu'il faut pour que n'importe quel membre du personnel puisse présenter ou animer un kiosque lors d'un événement communautaire. Cette année, l'équipe a été en mesure d'accepter des invitations d'organismes, de groupes et d'événements communautaires dans des régions plus éloignées de son bureau où elle n'était que très peu présente auparavant.
- **Le havre** : étant donné la petite taille de l'organisme, il est absolument nécessaire d'avoir les bonnes personnes - et la bonne combinaison de personnes - dans l'équipe. Pour les mêmes raisons, il est également nécessaire d'être agile, reconnaissant envers tous les membres de l'équipe et les bénévoles, réactif et adaptable, tout en gardant à l'esprit la mission et les valeurs de l'organisme.
- **Connexions** envisage d'organiser sa deuxième série de formations sur les premiers soins en santé mentale, cette fois-ci à l'intention de la nouvelle cohorte d'étudiants de McGill. Ces formations ont permis au personnel de Connexions d'être mieux équipé pour répondre aux questions tout en apportant un soutien aux membres de la communauté ayant des problèmes divers et en les orientant vers des services. Les formations ont facilité les interactions entre le personnel et les différents organismes communautaires de la région, ce qui a permis un soutien réciproque de la clientèle. Un défi pour Connexions a été le manque de temps et de personnel pour participer à tous les kiosques et foires organisés dans l'Outaouais auxquels elles sont invitées.

## 2.3 Recommandations:

- Une attente plus explicite et un atelier sur la conception d'enquêtes de suivi devraient être proposés par le RCSSS/CHSSN aux projets/organismes financés dans les années à venir.
- Aider les organismes à répondre aux besoins exprimés en matière de développement professionnel, c'est-à-dire :
  - Fournir des soins tenant compte des traumatismes dans les milieux communautaires (Tyndale St-Georges),
  - 2SLGBTQIA+ et écoute active, BIPOC et personnes handicapées (Connexions),
  - Agressions, harcèlement, diversité et inclusion, tout ce qui concerne le renforcement des capacités en matière de ressources humaines (santé mentale Estrie),
  - Politiques et procédures RH pour les employés (Seniors Respite Montérégie)

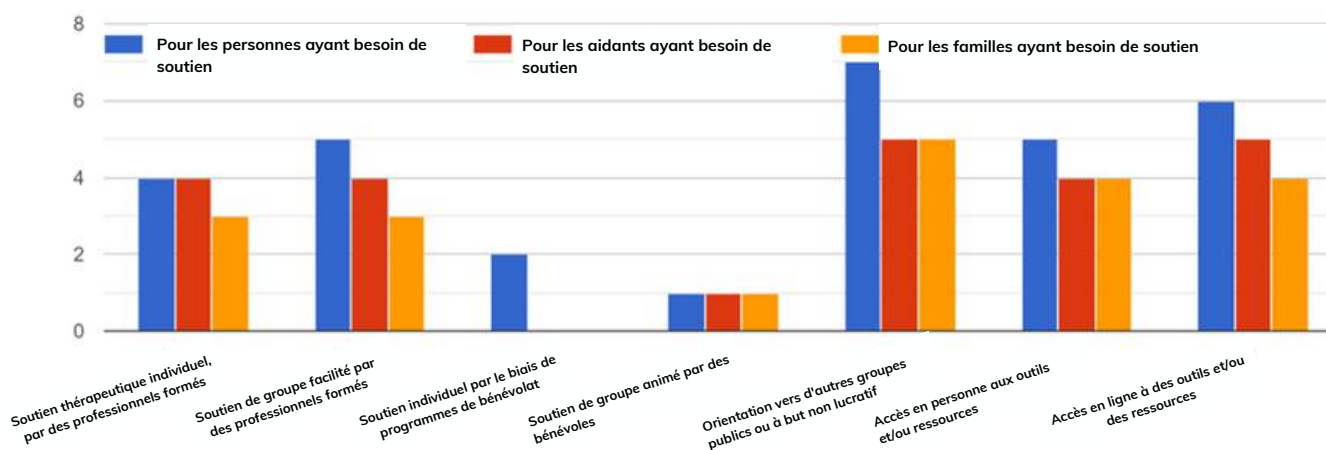


# 3.0 Offres de soutien et de services

Les organismes ont fourni des aides et des services directs animés par des professionnels et/ou des bénévoles, qui peuvent inclure des ateliers, des groupes de soutien, des bibliothèques de prêt, etc. Des aides et des services ont également été fournis indirectement, en orientant les membres de la communauté vers d'autres services publics et à but non lucratif.

## 3.1 Observations:

Votre projet comprenait-il les éléments suivants ?



Les projets de 6 organismes sur 9 comprenaient des soutiens et des services directs pour les personnes ou les aidants ayant besoin de soutien, et ceux de 5 organismes sur 9 comprenaient la même chose pour les familles. Les soutiens indirects (tels que l'orientation vers d'autres groupes publics et/ou à but non lucratif) étaient également inclus dans les projets des organismes, 7 organismes sur 9 les offrant aux personnes ayant besoin de soutien et 5 sur 9 les offrant aux familles et aux aidants.

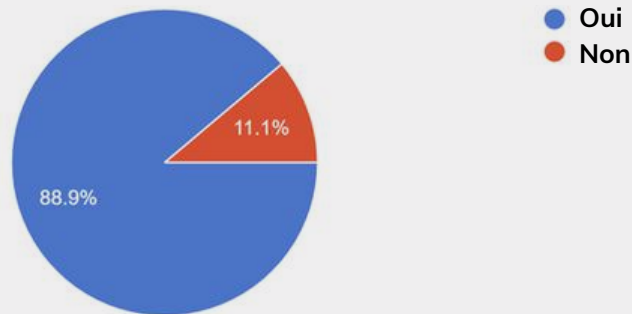


### 3.2 Réussites, défis et enseignements clés

- Les responsables de la **santé mentale de l'Estrie** ont indiqué qu'ils avaient validé le fait que, dans leur communauté, ils devaient rencontrer les gens là où ils se trouvaient. Cela signifie que les ateliers sont offerts en ligne, ce qui accroît l'accessibilité et l'anonymat (deux grands défis en Estrie). Ce format permet également aux gens de participer dans le confort de leur foyer, sans se soucier de la garde des enfants, de l'heure du souper, de la distance, de l'épuisement après le travail, des conditions météorologiques difficiles ou des contraintes financières.

**Y a-t-il des membres de la communauté qui ont des besoins en matière de soutien/services auxquels vous ne pouvez pas répondre OU pour lesquels vous ne pouvez pas trouver un autre organisme vers lequel les orienter dans votre région ?**

9 réponses



88,9 % des organismes (8 sur 9) ont indiqué que des membres de la communauté ont des besoins en matière de soutien et de services qui ne sont pas satisfaits dans les régions qu'ils desservent.

- **Ami Québec a dit** : “Il y a des lacunes dans les services que ni nous ni d'autres organismes ne peuvent actuellement offrir, par exemple une thérapie individuelle/familiale solide et gratuite. Je n'ai pas connaissance d'une thérapie de groupe basée sur la santé mentale qui aurait pu répondre aux besoins. ”
- **Santé mentale Estrie** a souligné qu'il existe une variété d'organismes et d'institutions de santé publique aux niveaux régional et local qui n'offrent pas de services en anglais, ce qui est problématique et nécessite une longue conversation.
- **Les Amis de la santé mentale** ont noté qu'en raison des longues listes d'attente et des limites imposées aux personnes qu'ils peuvent orienter, les aidants ont du mal à trouver des ressources ou du soutien pour leur proche ou la personne qu'ils essaient d'aider.
- **Le havre** a décrit l'évolution du paysage social et démographique et les défis associés à la fourniture de soutien/services aux personnes ayant des besoins complexes et variés en matière de santé et de santé mentale. Parmi les exemples, citons le vieillissement de la population, les adultes neurodiverses, les besoins en matière de soins à court terme et à long terme, d'hébergement et de logement, ainsi que les pénuries qui en découlent, etc. Le havre fournit un soutien et non une supervision (24/7), de sorte qu'il faudra envisager la sortie des personnes qui ne peuvent plus être soutenues de manière adéquate.
- **Centre de ressources Connexions** a décrit l'importante lacune dans les services de santé mentale et de bien-être pour tous les citoyens d'expression anglaise de la région de l'Outaouais. Le maintien d'un personnel qualifié dans la région a été problématique en raison de la proximité d'Ottawa, ce qui pourrait être corrigé en recevant le financement adéquat nécessaire pour l'attirer et le maintenir en poste. Ces problèmes sont aggravés par le fait que les citoyens d'expression anglaise de l'Outaouais utilisent les services de l'Ontario, ce qui a longtemps donné l'impression que leurs besoins étaient satisfaits. Cependant, la perte d'accessibilité aux services sociaux et de santé en Ontario a créé des défis pour la population d'expression anglaise et les fournisseurs de services de la région.

### 3.3 Recommandations

Parmi les organismes, des modèles réussis ont été créés pour la thérapie accessible par des professionnels, le soutien par les pairs et la facilitation par des bénévoles. Il est fortement recommandé de partager les approches stratégiques avec tous les autres organismes qui conçoivent ou fournissent des aides et des services directs.



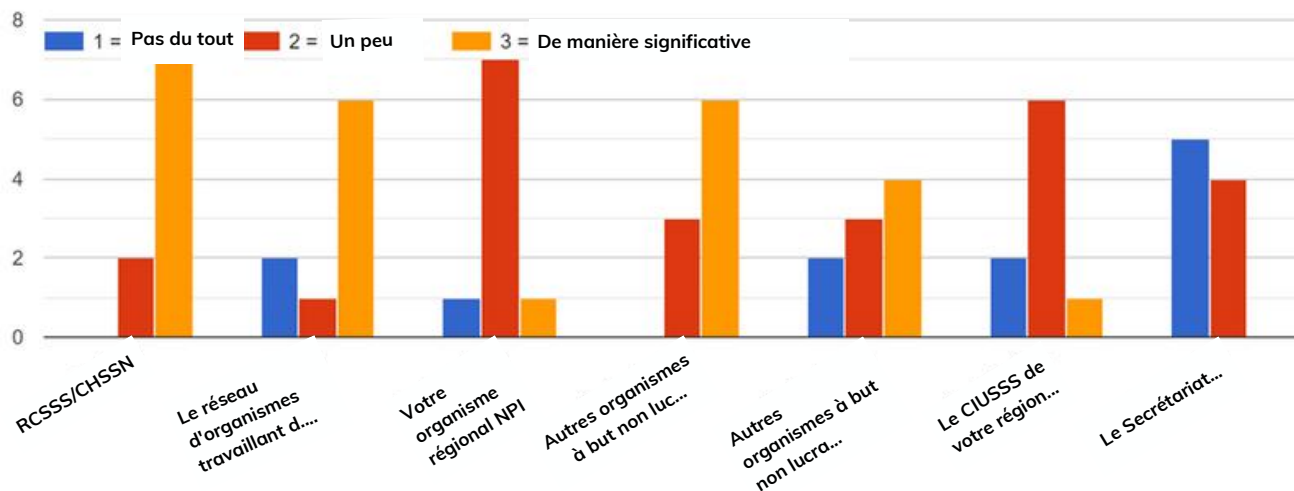
# 4.0 Résultats de la mise en relation et du réseautage

Les organismes qui collaborent au lieu de dupliquer leurs efforts - créant ainsi davantage de connexions - devraient permettre à un plus grand nombre de personnes ayant besoin d'un soutien en matière de santé mentale de le recevoir.

“ Nous n'atteignons pas tout le monde. ”

## 4.1 Observations:

Dans quelle mesure le financement de ce projet de santé mentale vous a-t-il permis d'établir des liens avec :



Notamment, la majorité (67 %) des organismes ont indiqué que des liens importants avaient été établis lors du Forum provincial sur la santé mentale et le bien-être de février 2024. Lorsqu'on leur a demandé quelle était l'ampleur des liens que ce financement avait permis d'établir avec d'autres organismes sans but lucratif dans leurs régions respectives, les neuf organismes ont déclaré que ces liens avaient été très importants (67 %) ou assez importants (33 %). Le financement a également permis d'établir des liens avec des organismes à but non lucratif à l'échelle provinciale, 44 % d'entre eux déclarant que l'impact a été important et 33 % qu'il a été plutôt important.

Le financement a facilité l'établissement de liens organisationnels afin d'étendre les services aux régions mal desservies, en dehors de la leur.

Les Amis de la santé mentale : " Des financements comme celui-ci nous permettent d'aller plus loin et d'offrir nos services à l'extérieur de notre région, ce qui est extraordinaire. Lors de l'événement sur la santé mentale en février, j'ai même offert nos services à l'organisme de la région du Saguenay. Ils ne sont pas de la région de Montréal, mais ils pourraient certainement avoir besoin de notre aide un jour. Nous avons établi un excellent contact. Je veux continuer à offrir nos services à des organismes en dehors de notre région. Nous avons la chance d'avoir des conseillers extraordinaires qui sont parfaitement bilingues et je pense que d'autres citoyens d'expression anglaise, d'autres régions, devraient pouvoir en bénéficier également. Si nous pouvons aider des clients d'autres régions, nous le ferons. Ce financement nous permet de le faire et il est très apprécié par tous".

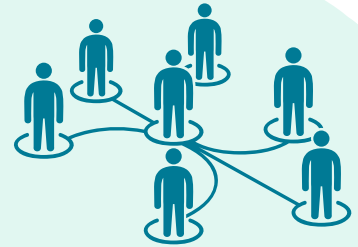
#### 4.2 Réussites, défis et enseignements clés

Réflexions de Se Déjouer Autour d'un Thé / Vent Over Tea et Santé mentale Estrie : L'établissement de liens et le réseautage par l'entremise de la sensibilisation des organismes et des personnes se sont avérés fructueux en ce qui a trait à la création et au renforcement de partenariats, à l'élargissement de la portée et à l'augmentation de l'impact sur la collectivité. Par exemple, certains organismes ont signalé une plus grande participation aux événements et un plus grand nombre de référencement vers des services dans des régions où les séances n'avaient pas lieu auparavant.

Parmi les stratégies qui ont été couronnées de succès, citons :

- Courriels d'introduction (ou de réintroduction) partageant des informations sur les services et des idées de collaboration croisée.
- Participer à des événements organisés par d'autres organismes pour montrer leur soutien et parler de partenariats potentiels.
- Mettre en avant les organismes dans le contenu des médias sociaux, le contenu des blogs et les listes de ressources, et demander que cela soit réciproque avec un texte approprié et prêt à l'emploi.
- Attirer de nouveaux utilisateurs individuels en faisant de la publicité sur les médias sociaux (Facebook, Instagram), ainsi qu'en participant à des événements communautaires pour rencontrer les gens en face à face.
- Développer la présence de l'organisme dans d'autres régions en recrutant du personnel local et en collaborant à l'élaboration de projets futurs.





### 4.3 Recommandations

Bien que le RCSSS/CHSSN ait organisé une réunion de connexion par Zoom en juin 2023 avec des représentants de 7 des 9 organismes et le représentant du Secrétariat aux relations avec les Québécois d'expression anglaise (SRQEA), le changement de personnel du SRQEA supervisant le projet a signifié que les organismes n'ont pas consolidé un sentiment de connexion directe avec le bailleur de fonds. Le projet a été très efficace en ce qui concerne les liens avec le RCSSS/CHSSN et son réseau. Les réponses des organismes indiquent qu'il est nécessaire de développer la capacité à établir des liens stratégiques avec leurs CIUSSS.





## 5.0 Recommandations supplémentaires

### Recommandations générales de financement :

- **Continuité** : Étant donné que le maintien d'un personnel qualifié est une préoccupation des organismes et que ce personnel leur permet de fournir un soutien essentiel en matière de santé mentale, un financement pluriannuel est fortement recommandé pour assurer la stabilité financière. Les membres de la communauté ont également besoin de faire confiance aux personnes impliquées dans la fourniture des services et cela prend du temps à construire. Cela renforce l'importance de la fidélisation des employés dans le secteur de la santé mentale. La fidélisation est donc très importante dans ce secteur.

“ Les besoins augmentent et la confiance s'est installée. Il est donc essentiel de continuer à financer cette initiative et de veiller à ce qu'elle se fasse sans interruption de service.  
- Shauna Joyce, directrice générale, Centre communautaire Tyndale St-Georges

Ce financement a été extrêmement bénéfique pour notre organisme, car il nous a aidés à renforcer nos capacités globales. Grâce à ce financement, nous avons pu embaucher un coordonnateur de projet en santé mentale à temps plein pour mettre en place tous les projets connexes. Il nous a également permis d'offrir des possibilités de formation à notre personnel, à notre clientèle et aux organismes communautaires avec lesquels nous travaillons - Centre de ressources Connexions



- **Ami-Québec**: La continuité est essentielle ! C'est exactement ce que l'on apprend souvent, en particulier lorsque de nouvelles approches ou de nouveaux projets s'avèrent efficaces. Les attentes à l'égard des nouveaux projets ne tiennent parfois pas compte du fait que la continuité des projets existants et efficaces peut être plus importante.
- **Santé mentale Estrie** : En tant qu'organisme M30, le RCSSS/CHSSN n'a reçu l'avis officiel d'approbation du projet que cinq mois après le début du projet. Cela signifie que nous avons dû nous dépêcher d'organiser des événements et de dépenser l'argent en deux fois moins de temps que prévu. Cela ajoute de la pression et de la tension sur l'ensemble de l'organisme et sur les membres du personnel impliqués. L'impact de cette situation est incommensurable, car la pression et la tension accrues exposent le personnel à un risque d'épuisement professionnel et à d'autres problèmes de santé physique et mentale. Cela peut également poser des problèmes de rétention du personnel pour l'organisme. Cela rend la planification des événements beaucoup plus difficile et peut avoir un impact sur la qualité des événements que nous sommes en mesure d'offrir à notre communauté. La plupart des conférenciers invités ont un emploi du temps chargé et nécessitent un préavis et un temps de planification importants ; nos options sont donc limitées dans un délai réduit.

# 6. Documents et ressources connexes

Collection de pratiques prometteuses en matière de promotion de la santé mentale dans la communauté (EN, FR)



Les effets de la COVID, infographie sur l'état de la santé mentale des Québécois d'expression anglaise, (EN, FR)



Rapport de synthèse du Forum sur la santé mentale, 2024 [en anglais seulement]



Key learnings, highlights and the path forward



## Ouvrages cités

Recherche sur la santé mentale Canada "Faits saillants sur la santé mentale"  
<https://www.mhrc.ca/key-facts-on-mental-health#:~:text=From%20the%20data%20collected%20during,getting%20the%20help%20they%20need>



## AMI-Québec

### Description de l'organisme

Depuis 1977, AMI-Québec aide les familles à gérer les effets de la maladie mentale par le soutien, l'éducation, l'orientation et la défense des droits. “Bien que le gouvernement du Québec considère AMI-Québec comme un organisme sous-régional (et le financement est fourni en conséquence), l'organisme a élargi son mandat pour inclure l'aide aux familles d'expression anglaise dans toute la province”.



### Description du projet

Le projet PAOSM d'Ami-Québec s'est concentré sur l'élaboration d'un symposium sur les jeunes aidants, visant à accroître la reconnaissance des jeunes aidants, à promouvoir le soutien et à influencer la politique par le biais d'un plan d'action et d'activités de suivi. Le financement du projet a également été utilisé pour soutenir la mission globale en atteignant les membres de la communauté d'expression anglaise et des populations cibles spécifiques.

### Activités et résultats

- Communication et sensibilisation :
  - 33 présentations en personne (principalement) ont été proposées dans les écoles et la communauté sur des sujets liés à la santé/maladie mentale (stigmatisation, rétablissement, services). 1 745 personnes y ont assisté.
  - L'AMI a été active sur cinq plateformes de médias sociaux, ce qui lui a permis de mieux rejoindre le public. Elle a atteint 32 800 personnes sur Facebook (soit une augmentation de 13,4 %), 8 400 sur Instagram (soit une augmentation de 48 %), 33 900 sur Twitter, et a enregistré 41 400 vues sur YouTube et 45 965 vidéos sur TikTok.
- Renforcement des capacités en matière de ressources humaines :
  - L'élaboration du Symposium des jeunes aidants et les activités de suivi ont permis à Ami-Québec de rejoindre plus de 400 personnes provenant d'organismes ayant des liens avec les jeunes aidants :
    - 90 personnes ont participé au symposium en personne et 75 en ligne
    - 215 personnes se sont inscrites pour faire partie d'un groupe de travail pour le suivi
    - D'autres personnes ont été rejointes en participant au webinaire international sur la recherche et la pratique, à QUESCREN Education Vitality, à un panel du sommet du CCCE, à la classe de maîtrise en travail social de McGill, à un forum REISA, etc.
    - Un plan d'action post-symposium a été élaboré pour contribuer aux changements politiques dans les secteurs de la santé, de l'éducation et des affaires sociales. Les prochaines étapes consisteront à partager et à adapter le plan, et à coordonner les actions avec les parties prenantes concernées, y compris un conseil consultatif des jeunes aidants. Une enquête post-symposium permettra d'évaluer les progrès accomplis selon les participants et de dresser la liste des soutiens disponibles. AMI-Québec jouera un rôle de chef de file en veillant à ce que la diversité des expériences des jeunes aidants soit prise en compte, notamment dans les efforts de renforcement des capacités déployés avec d'autres organismes.

## Description de l'organisme

Le Centre de ressources Connexions fait la promotion de la santé, du bien-être social et de la vitalité de la communauté d'expression anglaise par le biais de l'autonomisation, de la participation et de la collaboration dans l'Outaouais. L'organisme est bien connu dans sa région - son site Web a été consulté par 50 800 personnes/23 750 visiteurs uniques au cours de la période de financement du projet.

## Description du projet

Le projet Connexions visait à atténuer l'impact de la pandémie qui, d'après les observations, avait réduit la motivation et augmenté les problèmes de santé mentale dans divers groupes qu'il visait à atteindre par le biais de ses stratégies globales.

## Activités et résultats

- Communication et sensibilisation :
  - Distribution de ressources dans 18 kiosques (2 300 participants), notamment dans des écoles, des centres d'éducation pour adultes et des campus d'enseignement supérieur sur les thèmes de la carrière et de la santé mentale.
  - Des étudiants bénévoles et stagiaires ont créé 30 infographies pour la campagne #WednesdayWellness, touchant 2 950 abonnés sur Facebook + 388 sur Instagram. Les infographies ont également été présentées sur leur site web et dans une infolettre distribuée à 1 850 abonnés.
  - Distribution d'informations et de ressources sur les services sociaux et de santé, très recherchées et fréquemment demandées, provenant des partenaires de la santé publique et de la communauté. Distribution des cartes de Connexions lors des groupes de soutien par les pairs, des activités de formation et d'autres événements destinés aux familles, aux jeunes, aux aînés et aux soignants.
  - Les ressources susmentionnées ont également été diffusées par le biais de trois bulletins d'information destinés aux membres de Connexions.
- Renforcement des capacités en matière de ressources humaines :
  - Des formations (4) ont été proposées au personnel et aux partenaires, avec un total de 54 participants uniques :
    - Formation à l'écoute active (Se défouler Autour d'un Thé / Vent over Tea)
    - Formation aux premiers secours en santé mentale - Commission de la santé mentale du Canada - (1) Personnel et partenaires et (2) Étudiants en médecine de McGill
    - 2SLGBTQIA+ Atelier éducatif
- Soutien et services directs :
  - Quatre (4) activités de bien-être, avec un total de 272 participants uniques, pendant les groupes de soutien par les pairs animés dans les écoles de la Commission scolaire Western Québec :
    - Activité de perlage pendant la semaine de prévention du suicide
    - Atelier d'écriture sur l'estime de soi
    - Peindre un pot de fleurs et planter une fleur
    - Décoration de biscuits au pays des merveilles
    - Des bilans confidentiels de santé mentale pour des membres individuels de la communauté (13 participants uniques) ayant besoin d'aide pour accéder au système de santé et y naviguer pour obtenir des services de santé mentale.

# Programme de récupération de Fraser



## Description de l'organisme

Une récente évaluation du programme de récupération Fraser (FRP), "Twenty-Five Years and Counting" (vingt-cinq ans et plus) de soutien aux jeunes en voie de guérison de la toxicomanie, a mis en évidence les points forts de leur approche unique, qui se concentre sur le développement des compétences et des ressources pour surmonter leur toxicomanie sans les retirer de leur environnement familial et scolaire.

## Description du projet

Les objectifs du projet FRP "Youth substance abuse outreach and support" (sensibilisation et soutien aux jeunes toxicomanes) étaient les suivants :

- Poursuivre notre action auprès des jeunes d'expression anglaise qui luttent contre la toxicomanie.
- Contribuez à notre mission d'aide aux jeunes qui luttent contre la toxicomanie et l'alcoolisme.
- Se donner les moyens de mieux comprendre et soutenir les besoins de notre clientèle en matière de santé mentale.

## Activités et résultats

- Communication et sensibilisation
  - FRP a sensibilisé les étudiants aux dangers de l'abus de substances et les a aidés à atteindre et à soutenir les étudiants qui ont des problèmes de consommation. Des présentations ont été faites à 172 étudiants dans une école secondaire et un centre d'apprentissage.
  - Deux conseillers à temps partiel se sont rendus régulièrement dans les écoles pour rencontrer les élèves qui déclaraient avoir besoin de soutien, ainsi que ceux dont le personnel de l'école s'inquiétait. La crainte des élèves de subir des répercussions lorsqu'ils discutent de leur consommation de substances psychoactives a nécessité une approche non menaçante - en dehors du cadre scolaire - qui a permis d'établir des liens avec ces élèves et de les rendre plus ouverts à la discussion.
- Renforcement des capacités en matière de ressources humaines
  - Les membres de l'équipe ont suivi une (1) formation aux premiers secours en santé mentale afin d'être mieux armés pour aider les jeunes aux prises avec des problèmes de santé mentale. Les sujets abordés étaient les suivants :
    - Santé mentale et problèmes de santé mentale, troubles liés à la toxicomanie et à l'humeur, automutilation, troubles liés à l'anxiété et aux traumatismes, et troubles de l'alimentation.
    - La formation s'est également penchée sur les problèmes de santé mentale concernant des populations spécifiques (personnes handicapées, LGBTQIA2+, peuples indigènes et immigrants).
- Soutien et services directs
  - FRP a collaboré avec les conseillers des différentes écoles responsables de la prévention de la toxicomanie et de l'alcoolisme, afin d'atteindre les élèves susceptibles d'avoir des problèmes de toxicomanie. Ils ont rencontré 76 élèves dans 4 écoles et centres d'apprentissage et leur ont apporté un soutien continu par le biais d'appels, de chats en ligne et de rencontres individuelles.
  - 16 élèves à risque se sont rendus dans le camp du FRP les week-ends et pendant l'été pour être sensibilisés aux dangers de l'abus de substances et leur montrer qu'ils peuvent s'amuser sans consommer.
  - La toxicomanie reste un problème et il serait donc utile de poursuivre les efforts entrepris pour atteindre et soutenir un plus grand nombre de jeunes.

# Amis de la santé mentale (Ouest de l'île-de-Montréal)



Amis de la santé mentale  
Friends for Mental Health

## Description de l'organisme

Fondé dans l'ouest de l'île de Montréal, Les Amis de la santé mentale a été créé en 1981 par des membres d'un groupe d'entraide pour les parents et amis de personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale. Leur croissance au fil du temps, avec l'élargissement des services en fonction des mandats et des financements disponibles, leur a permis d'évoluer pour servir plus de 800 membres dans les années 2020.

## Description du projet

Grâce à l'orientation de leur projet vers l'offre de "services psychosociaux en anglais pour la grande région de Montréal", leur directrice générale a déclaré : "Nous offrons maintenant nos services aux personnes vivant dans les régions autour de la zone métropolitaine qui n'ont pas accès à des services en anglais dans leur région, ce qui aide énormément les aidants.

## Activités et résultats

- Communication et sensibilisation
  - Sensibilisation à la santé mentale dans les écoles et les communautés multiculturelles : 41 kiosques et 40 présentations
  
- Soutien et services directs :
  - 103 séances de conseil psychosocial (46 participants)
  - Informations et soutien pour la rédaction de demandes d'évaluation ou d'ordonnances judiciaires : 3 accompagnements réalisés
  - 52 cours de formation et ateliers psychoéducatifs sur différents troubles (372 participants)
  - 40 réunions de groupes de soutien (256 participants)
  - 38 ateliers de répit, y compris la pleine conscience (266 participants)
  - Information et orientation : 83 interventions courtes
  
- Connexion et réseautage :
  - Les organismes sont contactés directement sur une base annuelle pour offrir des services en anglais :
    - Ces efforts sont bien accueillis par certains et donnent lieu à des référencement, tandis que D'autres n'ont pas besoin d'aide, expliquant qu'il n'y a pas de citoyens d'expression anglaise dans leur région (par exemple, dans les Laurentides).

# Santé mentale Estrie (SME)



## Description de l'organisme

Fondée il y a deux décennies par des aidants naturels des Cantons-de-l'Est, désignée comme organisme régional desservant les 9 réseaux locaux de services (RLS) de l'Estrie, de Granit à La Pommeraie, Santé mentale Estrie était bien placée pour étendre son rayonnement en Estrie lorsqu'elle a été approchée par le RCSSS/CHSSN pour participer à l'initiative CMHI en 2021.

## Description du projet

Santé mentale Estrie a élargi et développé les initiatives de sensibilisation mises en place au cours de la période 2021-2023 grâce aux fonds reçus du RCSSS/CHSSN pour l'initiative Covid sur la santé mentale. Leur projet "Mental Health Outreach" leur a permis d'offrir de l'éducation et du soutien en anglais à :

- Personnes vivant avec un problème de santé mentale
- Les personnes qui s'occupent d'eux (parents, famille et amis)
- Personnes risquant de développer un problème de santé mentale
- La communauté en général

## Activités et résultats

- Communication et sensibilisation
  - Activités incluses :
    - matériel éducatif et promotionnel,
    - affiches et des publicités pour les médias imprimés,
    - l'accès aux services élargi via le site web (nouvelle bibliothèque de prêt et page d'infographies),
    - messages informatifs partagés via les médias sociaux, gestion de la présence dans les médias sociaux
    - matériel promotionnel pour les ateliers de sensibilisation,
    - articles d'information sur le thème de la santé mentale pour les médias locaux d'expression anglaise et les publications des partenaires,
    - promotion des événements organisés par SME et ses partenaires par le biais d'une liste de diffusion,
    - interviews radiophoniques,
    - événements de réseautage renforçant les relations avec les partenaires et les prestataires de services de santé publique,
    - nous nous sommes appuyés sur les journaux locaux, provinciaux et universitaires, ainsi que sur les deux annuaires de l'école secondaire
- Soutien/services directs :
  - Fourni à un total de 994 personnes (923 personnes uniques)
    - 226 membres de la communauté ont participé aux ateliers organisés par SME
    - 757 membres de la communauté ont assisté aux présentations de SME à la communauté
    - 8 membres du groupe de soutien par les pairs de SME ont participé à des sorties spéciales
    - 3 personnes ont bénéficié d'un soutien individuel
  - 7 ateliers sur la santé mentale (pour les membres de la communauté en général)
    - Série "Vaincre l'anxiété" (59 participants)
    - Introduction à l'art-thérapie (29)
    - Gérer la colère (39)
    - Série Améliorer votre relation avec vous-même (99)

- Connexion et réseautage :
  - Plus de 10 présentations des services de SME à des groupes communautaires, des associations et des centres de formation (86 connexions au total)
  - 13 événements communautaires/foires/festivals/forums, etc., où SME avait des kiosques (675 connexions au total)

# Le havre



## Description de l'organisme

Construit sur le modèle de L'abri en ville, "Le havre offre un programme de logement à long terme, attentif et rentable, sur la rive sud de Montréal, pour les personnes de divers milieux qui vivent avec une maladie mentale. [II] offre un soutien à la gestion de la vie, des liens avec les ressources de la communauté environnante et une aide individuelle à l'intégration dans la société. Le havre sensibilise également l'ensemble de la communauté à la maladie mentale".

## Description du projet

'20 ans après : Nourrir le présent, construire l'avenir' :

- Accès continu à l'espace d'activités du Clubhouse pour des événements et des activités communautaires, y compris la célébration de notre 20e anniversaire.
- Les résidents souffrant d'une maladie mentale et bénéficiant d'un programme de logement accompagné à long terme ont pu être relogés dans des habitations plus propres et mieux entretenues.
- Le financement a compensé en partie l'augmentation des loyers et certains coûts de rénovation/rééquipement des nouveaux appartements.

## Activités et résultats

- Soutien et services directs :
  - Nous avons fourni un vaste local accueillant pour les activités organisées à l'occasion de notre 20e anniversaire, au profit de leurs 30 résidents, de plus de 30 bénévoles et de leur personnel.
  - Coûts compensés de quatre déménagements d'appartements touchant 16 personnes. Cela correspondait à la décision de ne pas renouveler les baux de certains de nos appartements les plus anciens et les plus mal entretenus. Les efforts ont porté sur les points suivants :
    - Emballage, déménagement, relogement, réinstallation, nettoyage, remplacement ou remise à neuf de meubles et d'articles d'ameublement
  - Nous avons compensé en partie les coûts supplémentaires liés à l'augmentation des loyers en 2023-2024 pour l'un des deux nouveaux appartements.

Le déménagement est l'une des activités les plus stressantes pour quiconque et, pour notre population, particulièrement difficile. Sentiment de déracinement, anxiété, peur du changement, nouvel environnement, lignes de bus, magasins, pharmacies, etc. La charge de travail normale de l'équipe du personnel due aux déménagements a bien sûr été multipliée.

Plus important encore, l'équipe a également augmenté le temps, les soins et l'attention apportés aux résidents au quotidien. Il était essentiel d'apporter plus de réconfort et de soutien que d'habitude pendant ce qui a été pour nos résidents une période chaotique, même si elle s'est finalement soldée par des logements plus agréables et renouvelés, dans des environnements plus verts, plus proches des services, des magasins et des lignes d'autobus.

# Répit aînés Montérégie



RÉPIT AÎNÉS  
SENIORS RESPITE  
Montérégie

## Description de l'organisme

Situé au cœur du Greenfield Park, sur la Rive-Sud de Montréal, Répit aînés Montérégie (SRM) a pour mission d'enrichir la qualité de vie des aînés et des aidants naturels d'expression anglaise grâce à des services spécialisés et à des soins de répit. En offrant un lieu sécuritaire et accueillant aux aînés qui ne peuvent être laissés seuls en raison de limitations cognitives et/ou physiques, le centre d'activités de Répit aînés Montérégie bénéficie directement à la santé mentale des participants qui passent 5,5 heures par jour avec eux, tout en offrant à leurs aidants un répit qui bénéficie directement à leur santé mentale.

Nos services comprennent un centre de jour qui permet aux aînés de socialiser et de profiter d'activités planifiées en groupe. Nous offrons une variété d'activités par nos professionnels et nos bénévoles avec un ratio de supervision de 1:3. Cette approche crée un environnement amical et familial dans lequel chacun est valorisé. Grâce au soutien financier du RCSSS/CHSSN et d'autres organismes, Répit aînés Montérégie a pu fournir des services à 36 familles, ce qui a permis aux aidants naturels des CLOSM de bénéficier d'un répit pendant que notre personnel qualifié s'occupait de leurs proches.

Pendant la durée du projet, du 24 mars 2023 au 9 mars 2024, les aidants ont bénéficié de 2409 jours (total pour tous les aidants) pendant lesquels Répit aînés Montérégie a pris en charge la responsabilité des soins pour les membres de leur famille. Comme notre centre reçoit des clients pendant 5,5 heures par jour, cela se traduit par un potentiel de 13 250 heures de temps libre pour les soignants.

## Description du projet

Le projet de Répit aînés Montérégie, "Stimulation et motivation pour les aînés souffrant de troubles cognitifs", a permis d'améliorer la santé mentale et de réduire le stress des aînés d'expression anglaise souffrant de troubles cognitifs grâce à des services spécialisés. Ces services sont également bénéfiques pour la santé mentale des soignants, car ils leur offrent un répit qui leur permet de s'occuper de leurs besoins personnels et familiaux, d'accomplir leurs tâches quotidiennes ou de se reposer sans avoir à se préoccuper en permanence du bien-être de leurs proches.

## Activités et résultats

- Soutien et services directs :
  - SRM a offert une facilitation spécialisée des activités pour diversifier l'animation offerte aux participants de leur centre de jour, en ajoutant le yoga du rire et la zoothérapie à la programmation musicale déjà en place.
    - 51 sessions au cours de l'année :
    - Activités musicales : 27 jours
    - Le yoga du rire (10 jours) contribue à changer votre humeur en quelques minutes en libérant certaines substances chimiques de vos cellules cérébrales appelées endorphines.
    - La zoothérapie (14 jours) est une relation d'aide qui apporte des bénéfices à différents niveaux (cognitif, émotionnel, physique ou psychologique).
  - Nombre de participants à l'ensemble des sessions :
    - Moyenne de 11 participants par session (par jour)
    - 561 participants sur 51 jours de sessions (pas unique)
  - 36 participants uniques tout au long de l'année (pas par session)



# Centre communautaire de Tyndale St-Georges



Centre communautaire  
**Tyndale St-Georges**  
Community Centre

## Description de l'organisme

Fondé en 1927 pour soutenir les familles de la Petite-Bourgogne, le centre communautaire Tyndale St-Georges fait partie intégrante du tissu communautaire de la Petite-Bourgogne, qui comprend une historiquement importante communauté noire, et offre un soutien scolaire et social en personne depuis trois générations.

## Description du projet

Le rôle de l'assistant familial financé par l'initiative PAOSM :

- Encourage la participation des membres aux activités du Centre communautaire de Tyndale St-Georges et de la communauté au sens large.
- Aide les personnes qui ont besoin d'orientation dans les différents services disponibles, tels que les services de santé mentale, les services financiers, les services juridiques, les services d'immigration et les services d'intervention en cas de crise.
- Oriente les familles vers d'autres ressources susceptibles de répondre à leurs besoins, en assurant un accompagnement et un suivi.
- Anime des ateliers dans les départements adultes et jeunes du Centre communautaire de Tyndale St-Georges pour les aider à développer différents ensembles de compétences et des compétences sociales et émotionnelles.
- Fournit des outils pour développer des stratégies d'adaptation permettant aux familles de gérer l'anxiété et l'incertitude, en particulier en cas de retard dans le développement et la distribution des produits thérapeutiques.
- Fournit des informations sur les soins auto-administrés et offre des conseils et un soutien pour mettre en place des programmes d'intervention et en assurer le suivi.
- Permet au personnel chargé de la mise en œuvre des programmes de se concentrer uniquement sur la qualité de la mise en œuvre des programmes
- Dirige un groupe mensuel de soutien aux parents (qui comprend un élément de discussion sur le soutien par les pairs) pour les parents d'enfants âgés de 0 à 7 ans.

## Activités et résultats

- Renforcement des capacités en matière de ressources humaines
  - Animation de sessions de formation du personnel (8 sessions pour 30 membres du personnel) sur :
    - régulation émotionnelle
    - soutien des participants neurodivers
    - soutien à la gestion du comportement
    - comment orienter les participants vers l'assistant familial
  - Supervision d'un stagiaire en baccalauréat en travail social à McGill et deux étudiants en art-thérapie, ce qui nous a permis d'élargir et d'approfondir nos relations avec les participants.
- Soutien et services directs
  - Sessions du groupe de soutien aux parents (8)
    - Former des parents sur le développement de l'enfant, les compétences parentales, la nutrition, le budget, etc.

- Développer et animer des ateliers psychoéducatifs avec des parents, des jeunes et des adultes (7 séances).
  - Les sujets abordés comprennent la cybersécurité, la culpabilité parentale, les soins personnels, les stratégies pour les parents isolés et les coparents.
- Les autres soutiens et services clés fournis sont les suivants
  - Aide au développement de stratégies d'adaptation saines et de compétences de communication efficaces
  - Fournir des conseils et des ressources
  - Identification des risques potentiels ou les problèmes susceptibles d'affecter le bien-être
  - Élaboration des plans de traitement individualisés, assurer un suivi dans le temps et procéder à des ajustements si nécessaire
  - Fournir des services d'intervention en cas de crise
  - Défense des droits des individus et des familles
  - Utilisation des pratiques fondées sur des données probantes pour améliorer les résultats pour les clients
  - Aide des familles à accéder aux ressources communautaires telles que les programmes d'aide au logement ou la formation professionnelle.
- Connexion et réseautage
  - Collaboration avec d'autres professionnels et organismes afin d'assurer une prise en charge globale des clients.

# Se Défouler Autour d'un Thé / Vent Over Tea



## Description de l'organisme

Le programme Se Défouler Autour d'un Thé / Vent Over Tea, piloté par des jeunes, forme des bénévoles à l'écoute active qui peuvent aider les membres de la communauté ESC à résoudre leurs problèmes en posant des questions réfléchies et en faisant preuve d'empathie.

## Description du projet

Dans le cadre de son projet " Letting No Voice Go Unheard ", Se Défouler Autour d'un Thé / Vent Over Tea a engagé trois employés à temps partiel (dont le directeur général des opérations, le gestionnaire de programme pour la région de Sherbrooke et un coordonnateur de projet pour gérer notre programme d'événements et appuyer l'équipe d'autres façons (p. ex. sensibilisation)) et de nombreux bénévoles qui ont donné de leur temps pour réaliser la mission de l'organisme, qui était principalement financé par l'initiative PAOSM pour fournir des services et des soutiens directs ainsi que pour renforcer les capacités en matière de ressources humaines.

## Activités et résultats

- Renforcement des capacités en matière de ressources humaines
  - Ils ont élargi leur formation à l'écoute active afin d'aider un plus grand nombre de personnes à devenir de meilleurs auditeurs actifs dans leur vie quotidienne, au travail et à l'école.
  - 6 ateliers organisés (certains virtuels, d'autres en personne)
    - ~140 participants, avec ~100 de plus prévus en avril 2024 (initialement mars)
    - 5 organismes : Personnel et bénévoles de Les Partenaires communautaires Jeffery Hale, Soutien spécialisé aux ressources communautaires (ARC) atelier, Alphabétisation Québec, LEARN Québec, Seniors Centre in Richmond
    - Quelques réactions : 85% des personnes interrogées ont déclaré que l'événement avait eu un impact sur leur vie quotidienne et les organisateurs ont déclaré qu'il s'agissait d'un atelier fantastique qu'ils recommanderaient à d'autres organismes.
- Soutien et services directs
  - Grâce aux efforts de sensibilisation et de publicité :
    - Augmentation du nombre de séances d'écoute active cette année (principalement dans la région de Montréal, mais aussi à Sherbrooke/Estrie, et séances réservées dans l'Ouest-de-l'Île, la Rive-Sud, Lanaudière et les Laurentides).
    - Atteinte d'un nombre plus élevé de séances d'écoute active cette année grâce à la publicité sur Facebook et Instagram et lors d'apports à divers événements communautaires et organisationnels.
    - Augmentation du nombre/de la proportion d'hommes qui s'adressent à notre service sur recommandation d'un conseiller
    - Il a été observé que le format en personne est apprécié par la communauté et qu'il existe toujours un besoin de se rencontrer en personne.
    - Augmentation du nombre d'orientations par les conseillers et les travailleurs sociaux.
    - Nous avons constaté une augmentation du nombre d'hommes qui s'adressent à notre service par l'intermédiaire d'un conseiller.
  - Un service gratuit d'écoute active est proposé aux particuliers, en personne ou virtuellement.

- 300 sessions (26% d'augmentation d'une année sur l'autre), 283 en anglais (~95%)
  - 103 sessions en personne, 88 sessions par téléphone, 109 sessions vidéo
  - Les raisons les plus courantes de la réservation sont le travail/le chômage, l'anxiété, les relations (amicales/familiales/romantiques) et les changements de vie.
- Proposer des événements gratuits sur le bien-être mental pour les jeunes et les adultes afin de promouvoir la santé mentale et de rompre l'isolement.
  - 11 événements ont eu lieu et 2 événements ont été suivis et des ateliers/groupes de discussion ont été animés.
  - 583 participants, 9 en personne (+2 événements en personne organisés par d'autres organismes), 2 virtuels
  - Désir de mettre en avant l'exposition Frames of Mind en décembre 2023, qui a attiré plus de 150 personnes (l'événement le plus fréquenté). L'événement présentait de nouveaux artistes dont les œuvres étaient centrées sur la santé mentale et l'identité. 85 % des artistes étaient issus de la communauté 2LGBTQ+, et les participants reflétaient cette démographie.
- Travail fait avec 9 organismes et 5 professionnels spécialisés dans l'écoute active, l'intervention en cas de crise, la thérapie par le théâtre, la formation personnelle et la méditation.