Tricoté serré

RAPPORT annuel d'activités
2024.2025



ROCSMO

Regroupement des organismes communautaires
en santé mentale de l'Outaouais

Rapport annuel d'activités 2024-2025

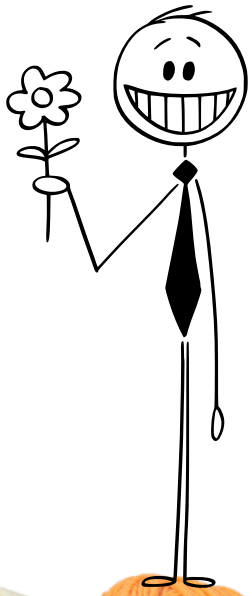
ROCSMO

Regroupement des organismes communautaires
en santé mentale de l'Outaouais
92, boul. Saint-Raymond, bureau 200
Gatineau (Québec) J8Y 1S7

Rédaction : Mélanie Sarazin
Avec la collaboration de Jean-François Parent, Hélène Tessier, Marie-Claude Leclair, Rebecca Labelle, Catherine Ladouceur et Marjolaine Chrétien.

Graphisme : Martine Sarazin-Paradis, la meilleure :)

ROCSMO: www.rocsmo.ca
info@rocsmo.ca
819 271.6485



Le regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais est financé par le programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)

Québec



La thématique choisie cette année est :

" Le ROCSMO, c'est tricoté serré "

Nous sommes un regroupement tricoté serré !

Un réseau où chaque fil compte, où chaque nœud renforce le lien, où chaque organisme membre, chaque intervenant.e, chaque allié.e vient ajouter sa maille à notre tricot collectif.

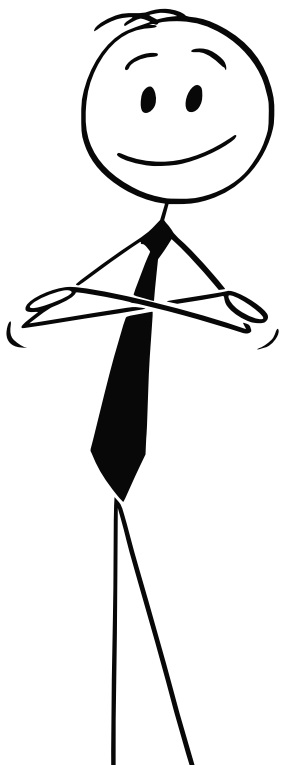
Nos liens qui se sont tissés lentement, patiemment, au fil des rencontres, des luttes partagées, des projets rêvés ensemble font toute la différence !

Même confronté à des tensions, ce tricot demeure solide, soutenu par la solidarité qui nous unit et par une volonté partagée d'agir collectivement pour faire mieux.





Table des matières



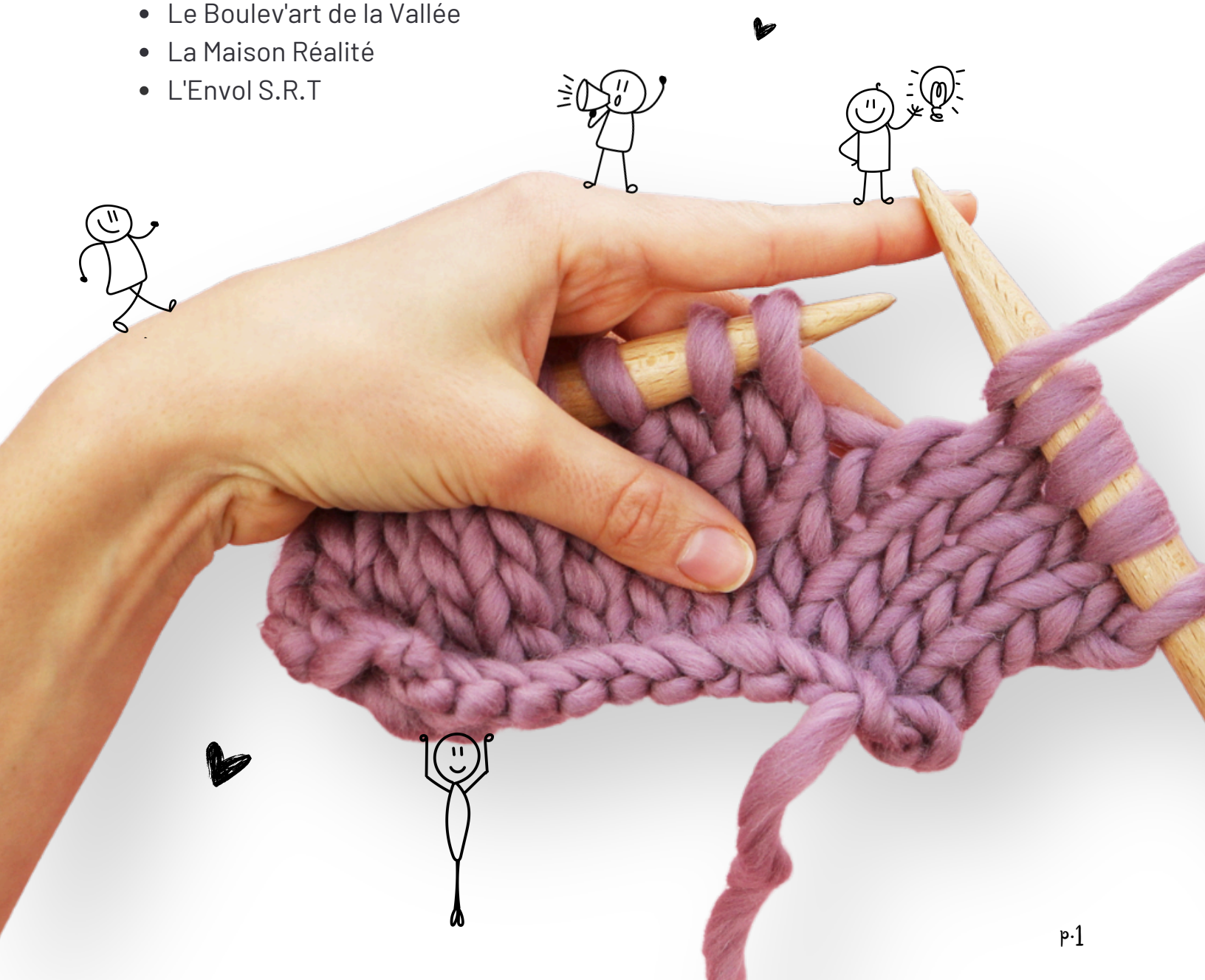
p.1· Les membres
p.3· Mot du conseil d'administration
p.5· Mission, vision et objectifs
p.7· Bilan du PA triennal 2021-2024
p.9· Vers un nouveau PA triennal 2025-2028
p.9· Les axes 2025-2028
p·11· Résumé des activités 2024-2025
p.13· Mobilisation
p.15· Dossier de la pair-aidance
p.16· Volet Éclaireurs
p.17· Formation et accompagnement
p.18· Représentation et concertation
p.20· Communication et promotion
p.22· Soutien aux membres
p.23· Gestion et gouvernance
p.24· Perspectives 2025-2026
p.25· Album photos
p.33· Membres du CA et de l'équipe



Les membres

MEMBRES RÉGULIERS

- Aupres
- Cap Santé Outaouais
- Centre d'aide 24/7
- Centre Inter-Section
- Centre Intervalle Pontiac
- Droits-Accès de l'Outaouais
- Entraide deuil de l'Outaouais
- L'Apogée
- Le Boulev'art de la Vallée
- La Maison Réalité
- L'Envol S.R.T
- Le Gîte Ami
- Habitations Nouveau départ
- Maison Amitié Haute-Gatineau
- Maison le Ricochet
- Service d'accompagnement pour l'inclusion sociale
- Suicide Détour
- Tel-Aide Outaouais
- Trait d'union Outaouais



MEMBRES AFFILIÉS

- Écoute agricole
- Le Centre Mechtilde
- Maison Libère-Elles
- Réseau Outaouais

Tricoté serré, c'est bien plus qu'une simple expression: c'est l'incarnation de la force vive des membres du ROCSMO, solidaires, engagés et profondément humains.





Mot du conseil d'administration

Chers membres, partenaires et allié·e·s,

Cette année, nous avons été témoins d'un élan remarquable au sein du ROCSMO. L'équipe s'est agrandie, de nouveaux projets ont émergé, et le lien entre les membres s'est resserré. Comme conseil d'administration, nous sommes fiers de ce mouvement collectif. Il reflète une organisation vivante, à l'écoute, et engagée dans sa mission. Nous avançons ensemble, portés par des valeurs solides et des personnes profondément investies.

Comme conseil d'administration, nous croyons à la force de ce fil invisible qui nous unit : celui de la solidarité, du respect et de la confiance. Notre engagement envers la concertation, la formation continue et le développement collectif est le fil conducteur de notre action et vise à faire en sorte que chaque acteur du milieu communautaire en santé mentale sent qu'il a sa place, qu'il est entendu, reconnu et soutenu.

Notre parcours se poursuit, porté par l'engagement collectif, car les défis sont nombreux et bien réels. L'accès équitable aux services, la reconnaissance pleine et entière du rôle des organismes communautaires, la stabilité du financement et la consolidation des partenariats demeurent des enjeux incontournables. Nous devons poursuivre notre travail important avec détermination.

Pour la prochaine année, notre souhait le plus cher est de voir grandir davantage votre mobilisation. Ensemble, nous avons tissé une base solide ; il est maintenant temps de renforcer l'engagement collectif afin de faire rayonner pleinement la force du communautaire en santé mentale et de transformer, ensemble, les réalités de notre région.

C'est par votre implication active, votre participation aux initiatives, vos idées et votre présence aux rendez-vous que nous pourrons aller plus loin. Plus nous serons engagés, plus notre tricot collectif sera vivant, fort et porteur de changements.

Que ce rapport annuel d'activités soit à l'image de notre réseau : vivant, ancré et tricoté serré !

Avec solidarité,
Le conseil d'administration du ROCSMO



Mission et vision

Le regroupement des organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais (ROCSMO) est une corporation à but non lucratif fondée en 1988 qui a pour mission d'assurer la qualité des services et la cohésion entre les différents acteurs en santé mentale de l'Outaouais.

Nous remplissons cette mission notamment par :

- Le partage et la concertation entre les organismes, les intervenants et les dirigeants;
- La connaissance globale des enjeux et des besoins;
- La formation continue et le développement de projets en partenariat;
- Le leadership dans la promotion des bonnes pratiques en santé mentale.

Principaux objectifs

- Soutenir les organismes communautaires de l'Outaouais œuvrant en santé mentale et défendre leurs intérêts;
- Susciter et soutenir la concertation entre les organismes communautaires en santé mentale;
- Susciter et appuyer le développement et la consolidation du réseau communautaire en santé mentale;
- Collaborer avec les organismes à la défense des intérêts communs;
- Collaborer à l'organisation régionale des services en santé mentale pour une meilleure accessibilité et complémentarité des ressources;
- Collaborer à l'élaboration des politiques régionales et provinciales en matière de santé mentale;
- Promouvoir auprès de la population et auprès des partenaires la spécificité de l'approche, des actions et des services dispensés par les organismes en santé mentale;
- Promouvoir et défendre les intérêts des personnes qui vivent des problèmes de santé mentale ou des difficultés d'ordre émotionnel et psychologique;
- Sensibiliser la population aux questions relatives à la santé mentale.



Bilan du plan d'action triennal 2021-2024

Construit à partir des besoins exprimés par les membres lors d'une tournée régionale en 2020, le plan d'action triennal du ROCSMO (2021-2024) a servi de boussole stratégique. Chaque année, une mise à jour a permis d'ajuster les priorités en fonction des réalités changeantes. Grâce à l'engagement des membres, à la mobilisation de l'équipe et à de solides partenariats, de nombreux objectifs ont été atteints, voire même dépassés.

AXE 1. Mobilisation : Pour un ROCSMO plus fort

Nous avons mis en place une vie associative dynamique par l'entremise des projets rassembleurs comme la plateforme SMO, les journées de réflexion annuelles, et plus récemment, le dossier régional sur la pair-aidance. L'initiative réfléchir ensemble a permis de développer des outils de réflexion collective sur des enjeux partagés.

Les tables des DG sont aussi un moment privilégié pour se mobiliser pour des enjeux communs.

Chaque année, de nouveaux membres ont été recrutés, dont Écoute agricole, Entraide Deuil Outaouais et Suicide Détour. Bienvenue!

AXE 2. Formation et développement des compétences

Nous avons considérablement élargi notre offre de formation, adaptée aux besoins des membres, en particulier pour les intervenantes. En 2023-2024, la formation en pair-aidance a été un point tournant avec la création d'une cohorte régionale de dix personnes, appuyée par AUPRES et formée par l'AQRP. Des accompagnements en planification stratégique ont aussi été réalisés au cours des dernières années.

AXE 3. Représentation et défense des intérêts

Nous avons maintenu une présence stratégique dans de nombreuses instances, tant régionales que nationales. Nous avons activement participé à la Table de concertation territoriale en santé mentale, à l'Inter-regroupement et nous avons assumé la présidence du COSME, jusqu'à tout récemment. Ces espaces ont permis de porter la voix des membres dans les débats liés au PAISM, au financement, à la pair-aidance et aux nouvelles politiques.

Bilan du plan d'action triennal 2021-2024. Suite.

AXE 4. Communication et rayonnement

Nous avons développé certaines stratégies de communication, notamment par l'envoi d'infolettres, la réalisation de capsules promotionnelles vidéos pour chaque groupe membre et une tournée médiatique en lien avec le lancement de la plateforme SMO. La présence sur les réseaux sociaux et les interventions médiatiques ont permis un rayonnement accru du mouvement communautaire en santé mentale. Un travail a aussi été mené sur notre image de marque.

AXE 5. Soutien aux membres

Des espaces d'entraide et de soutien ont été mis en place, comme les rencontres de co-développement, les accompagnements à la gouvernance et les moments d'écoute individuelle. Le ROCSMO joué un rôle d'interface, facilitant les échanges entre pairs et offrant un appui stratégique lors de transitions, d'enjeux de financement ou de gestion. Peu importe le besoin ou le type de soutien, le ROCSMO s'assure de bien accompagner les membres.

AXE 6. Gouvernance et saine gestion

Nous avons amélioré nos pratiques de gestion, bonifié l'équipe de travail, révisé les règlements généraux et renforcé la gouvernance du CA. À l'échelle nationale, nous avons aussi contribué activement à la refonte des structures internes du COSME, assurant sa pérennité.

Conclusion

Somme toute, le plan triennal aura été marqué par une évolution remarquable de notre structure, de notre leadership et de notre rayonnement. Si tous les objectifs n'ont pu être atteints à 100%, d'autres se sont ajoutés. La dynamique collective et la mobilisation croissante des membres démontrent que nous sommes véritablement « tricoté serré ».

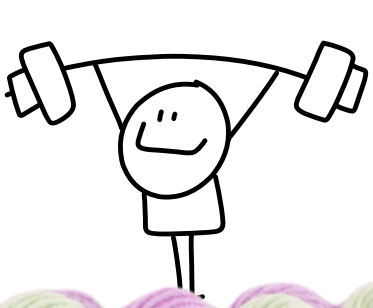
Vers un nouveau plan d'action triennal 2025-2028

Fort du succès du précédent plan d'action triennal 2021-2024, le ROCSMO poursuit son engagement envers ses membres en mettant en place un nouveau plan d'action adapté aux défis actuels du milieu communautaire en santé mentale. Cette nouvelle feuille de route vise à renforcer les acquis, soutenir la relève, assurer une représentation efficace et consolider les pratiques collaboratives. Ce plan se veut évolutif, participatif et ancré dans les réalités des membres afin de maximiser l'impact du regroupement.

Le plan d'action triennal 2025-2028 a été élaboré de manière progressive et concertée, notamment lors des tables des DG, les rencontres du conseil d'administration et un lac-à-l'épaule de l'équipe de travail. Le résultat de cette démarche collective sera présenté lors de l'assemblée générale annuelle de 2025.

En résumé, le ROCSMO poursuit son engagement envers les organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais à travers un plan d'action 2025–2028 qui mise sur la mobilisation, la formation, la représentation, l'innovation, la communication, la recherche et la gouvernance.

Ancré dans les réalités du terrain, ce plan vise à consolider les acquis, soutenir la relève et renforcer l'impact collectif du regroupement.



Les axes qui nous conduiront pour 2025-2028

AXE 1 : Mobilisation

- Renforcer l'engagement des membres et la relève communautaire
- Organiser des journées de réflexion, et des moments d'échange
- Soutenir les groupes ruraux et valoriser les réalités territoriales diverses
- Alimenter la réflexion collective avec des initiatives

AXE 2 : Formation et développement des compétences

- Offrir des formations adaptées aux besoins des membres
- Mettre l'accent sur les besoins spécifiques des intervenantes
- Développer et structurer le dossier de la pair-aidance

AXE 3 : Représentation et défense des intérêts

- Élaborer une stratégie d'influence politique
- Renforcer les liens avec les médias et les partenaires institutionnels
- Participer activement aux instances intersectorielles régionales et nationales

AXE 4 : Innovation et partenariats

- Établir des collaborations structurées avec la recherche
- Soutenir des projets pilotes et des approches d'intervention novatrices
- Maintenir la participation au projet des Éclaireurs

AXE 5 : Communication et visibilité

- Mettre en place un plan de communication
- Mettre à jour régulièrement le site SMO
- Déployer une stratégie de contenu engageante sur les médias sociaux

AXE 6 : Recherche et analyse

- Mettre en place un comité de recherche
- Documenter l'état de la santé mentale et l'impact des groupes communautaires
- Réaliser et diffuser des études pour orienter les décisions et les actions collectives

AXE 7 : Gouvernance et pérennité financière

- Développer un plan financier à long terme
- Moderniser les outils de gestion
- Assurer la transparence et la reddition de comptes





Résumé des activités de l'année 2024-2025

Fidèle à sa mission de soutenir, représenter et mobiliser les organismes communautaires en santé mentale de l'Outaouais, le ROCSMO a su déployer une série d'actions structurantes, tout en consolidant son ancrage régional.

Sur le plan de la mobilisation, l'année a été marquée par une bonne vie associative, soutenue par des projets rassembleurs, des espaces de dialogue stimulants et une volonté de renforcer les échanges entre les membres. En parallèle, le ROCSMO a accueilli un nouvel organisme membre, Suicide Détour, venant enrichir la diversité des approches au sein du réseau. La tenue d'un déjeuner des intervenant.es, a réuni près de 70 personnes, et a permis de souligner le rôle fondamental joué par ces actrices et acteurs du terrain.

La représentation des membres s'est maintenue dans plusieurs instances régionales et nationales. Le ROCSMO a poursuivi sa participation à la Table territoriale en santé mentale et à son comité consultatif, au comité de la primauté de la personne, ainsi qu'à diverses concertations intersectorielles. À l'échelle provinciale, la contribution de la direction au COSME a été importante.

La pair-aidance a fait l'objet d'un important chantier, notamment avec l'animation de cinq rencontres du comité régional, la réalisation d'un bilan participatif, l'élaboration d'une politique de fonctionnement et l'exploration d'une future communauté de pratique. Ce travail témoigne de l'engagement du ROCSMO à valoriser les savoirs d'expérience et à soutenir des approches innovantes.

Le volet communication a également connu un essor. Le site Web du ROCSMO a été entièrement revampé, tandis que le site SMO a fait l'objet d'une mise à jour importante. Une page Instagram a été lancée, et une infolettre thématique a été créée pour les Éclaireurs. Ces outils ont permis de mieux faire connaître les actions du ROCSMO, de renforcer la reconnaissance du communautaire en santé mentale, et d'améliorer l'accès à l'information pour la population.

La journée de réflexion annuelle, tenue en octobre 2024, portait sur la stigmatisation en santé mentale. Cet événement, riche en conférences, panels, prestations artistiques et témoignages, a offert un espace inclusif et sensible pour réfléchir collectivement aux formes que prend la stigmatisation et à ses impacts. Il a également permis de valoriser les contributions artistiques et expérientielles des personnes concernées.

Le ROCSMO a également poursuivi son rôle de co-coordination du Réseau des Éclaireurs, en assurant le recrutement de 110 nouveaux éclaireurs, l'animation de formations et la tenue d'activités de soutien, de réseautage et de promotion sur l'ensemble du territoire. L'initiative a contribué à renforcer la résilience communautaire et à élargir les réseaux d'entraide de proximité.

Parmi les formations offertes figurent des ateliers sur le trauma, l'intelligence émotionnelle, les techniques d'intervention, ainsi qu'une formation OMEGA.

Sur le plan de la gouvernance, le ROCSMO a consolidé son équipe, désormais composée de trois (3) personnes à temps plein. Le conseil d'administration s'est réuni à six (6) reprises, et deux (2) comités, l'un sur la journée de réflexion, l'autre sur la pair-aidance, ont poursuivi leurs travaux. L'année a aussi été marquée par la préparation du nouveau plan d'action triennal 2025–2028, élaboré collectivement par des rencontres du CA, la table des DG et un lac-à-l'épaule de l'équipe.

En somme, cette année témoigne de l'évolution constante du ROCSMO, de sa capacité à rassembler, à innover, et à soutenir ses membres avec engagement. Si plusieurs défis demeurent, les bases posées sont solides, et les perspectives pour 2025–2026 sont prometteuses. Ensemble, les membres du ROCSMO continueront de tisser un réseau où chaque fil compte, et où le tricot serré demeure notre force commune.



Mobilisation

Mettre en place différentes stratégies de mobilisation afin de rendre le ROCSMO fort

La mobilisation des membres constitue un levier essentiel à la réalisation des objectifs communs du ROCSMO. En rassemblant les forces, les expertises et les expériences de chacun de nos groupes membres, nous augmentons concrètement notre capacité d'influence et notre pouvoir d'agir sur les enjeux régionaux en santé mentale communautaire. Conscients de cette force collective, diverses stratégies ont été mises en place afin de dynamiser la vie associative et favoriser l'engagement des membres et des partenaires. Cela s'est traduit par l'animation d'espaces de dialogue stimulants, le développement d'outils de réflexion partagée, l'amélioration continue de nos communications ainsi que par le déploiement de projets mobilisateurs portés collectivement.

www.santementaleoutaouais.ca.

Par la plateforme Santé Mentale Outaouais (SMO), le ROCSMO vise à mieux informer la population sur les nombreuses ressources communautaires en santé mentale accessibles dans la région. Cette vitrine régionale met de l'avant la richesse des services offerts par les organismes membres.

Pour porter ce message avec sensibilité et authenticité, nous avons eu le plaisir de collaborer avec Stéphanie St-Jean, ambassadrice de la plateforme, qui transmet un message d'espoir et d'autodétermination en valorisant l'importance de demander de l'aide et de se choisir.

Un travail majeur est en cours afin de bonifier le contenu, faciliter la navigation et rajouter d'autres services communautaires importants en lien avec les déterminants sociaux de santé qui peuvent impacter la santé mentale.

Au cours de la dernière année, la page Web SMO a généré 11 387 visites, répertorié 33 733 événements. L'onglet le plus consulté demeure « J'ai besoin d'aide », confirmant la pertinence de l'outil pour l'orientation rapide vers les services.

Recrutement de nouveaux membres

Dans le cadre de notre plan d'action triennal, le ROCSMO réaffirmé sa volonté de renforcer et diversifier son réseau en recrutant de nouveaux membres engagés dans la transformation des pratiques en santé mentale. Cette démarche s'inscrit dans la vision d'un regroupement représentatif, vivant et enraciné dans les réalités de l'ensemble du territoire.

Nous sommes heureux d'avoir accueilli au cours de la dernière année le groupe Suicide Détour, un organisme communautaire dont la mission est d'intervenir activement en prévention du suicide sur le territoire de la Vallée-de-la-Gatineau. Par son approche de proximité et ses actions concrètes, cet organisme vient enrichir notre réseau et contribuer à la diversité des expertises présentes au sein du ROCSMO.

Le développement du membership demeure une priorité stratégique, car chaque nouveau membre apporte une perspective unique, renforce notre légitimité régionale et solidifie la capacité à défendre les intérêts du communautaire en santé mentale.

Dynamiser notre vie associative et élargir notre réseau

Au cours de la prochaine année, le ROCSMO mettra en place des stratégies afin de favoriser une vie associative vivante et inclusive. Bien que plusieurs groupes soient fortement sollicités dans leurs milieux respectifs, plusieurs ont également exprimé le désir de s'impliquer davantage dans les travaux du ROCSMO, de porter collectivement des enjeux régionaux et de contribuer à la force du mouvement communautaire en santé mentale.

Ce désir d'engagement est une opportunité précieuse à saisir, en co-construisant des espaces et des mécanismes de participation adaptés aux réalités du terrain. Le défi collectif sera de trouver la bonne formule pour conjuguer engagement, souplesse et pertinence.

Par ailleurs, dans un souci de cohésion régionale et d'inclusivité, le ROCSMO ira à la rencontre des organismes qui ne sont pas encore membres et reconnus en santé mentale par le PSOC en Outaouais. Leur intégration viendrait compléter et enrichir notre réseau, tout en assurant une représentation juste et équitable de l'ensemble des forces vives de la région.

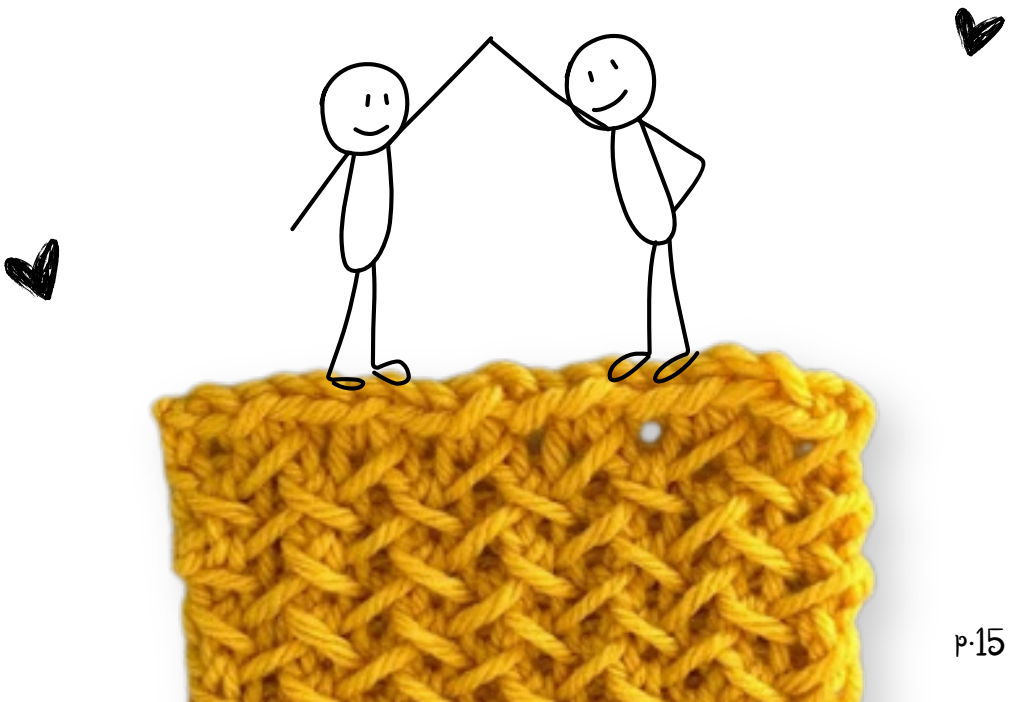
Dossier de la pair-aidance

Dans la dernière année, le ROCSMO a animé cinq rencontres du comité de pair-aidance réunissant entre 5 et 10 participant.es par rencontre, issus d'organismes membres, de la communauté des pairs-aidant.es et de l'équipe du ROCSMO.

Les travaux du comité ont permis de :

- Lancer un processus de bilan régional sur la pair-aidance, incluant des entrevues semi-dirigées et une réflexion collective sur les besoins des milieux ;
- Élaborer et valider une politique de fonctionnement du comité, assurant une structure démocratique et respectueuse ;
- Discuter de la création d'une communauté de pratique régionale pour les pairs-aidant.es ;
- Identifier des enjeux clés comme le manque de reconnaissance du rôle, les défis d'intégration à l'emploi, et le besoin de formations adaptées ;
- Souligner le rôle structurant de la nouvelle pair-aidante du ROCSMO, en soutien à l'implantation de la pair-aidance dans divers milieux.

Ce travail collaboratif illustre concrètement l'engagement du ROCSMO à soutenir l'innovation sociale en santé mentale communautaire et à mettre en valeur les savoirs issus de l'expérience et centré sur la participation active des personnes concernées.



Volet des éclaireurs

Dans le cadre de son mandat régional de co-coordination du Réseau des éclaireurs, le ROCSMO a déployé, au cours de l'année 2024-2025, une série d'actions structurantes qui ont contribué à l'expansion, à la vitalité et à la consolidation du réseau des Éclaireurs.

Recrutement et formation

Le ROCSMO a assuré le recrutement de 110 nouveaux éclaireurs et l'animation de huit (8) formations de base. Au cours de la dernière années, la formation a été uniformisées permettant d'offrir une formation cohérente et de qualité sur l'ensemble du territoire.

Activités de promotion et de sensibilisation

Dans une optique de rayonnement, 13 activités de promotion ont été réalisées, rejoignant entre 650 et 800 personnes. Ces actions incluent la tenue de kiosques dans différents secteurs de la région, la diffusion d'informations via les réseaux sociaux et la dynamisation de l'espace Éclaireurs sur la plateforme santementaleoutaouais.ca (SMO).

Soutien et réseautage

Pour maintenir l'engagement des éclaireurs et favoriser leur sentiment d'appartenance, le ROCSMO a organisé six (6) activités de soutien et de réseautage, qui ont rejoint environ 700 personnes. Parmi celles-ci :

- Six conférences sur la résilience, animées par Julie O, ayant rejoint environ 100 participants
- Deux rassemblements régionaux, l'un dans le secteur urbain (42 participants), l'autre dans le Pontiac (25 participants)
- Une conférence animée par Dre Nadia, rassemblant 33 personnes
- Une activité de théâtre Playback au Cégep de l'Outaouais, mobilisant une cinquantaine d'étudiants

Création d'outils de communication

Le ROCSMO a mis sur pied de nouveaux canaux d'échange pour mieux informer et mobiliser les éclaireurs :

- Lancement d'une infolettre régionale dédiée et diffusée à l'ensemble des 600 éclaireurs
- Mise en place de midis-causeries saisonniers

Formations et accompagnement

Offrir des activités de formation et de développement de compétences

Formations

La formation des membres constitue un levier essentiel pour renforcer la capacité d'action des groupes communautaires en santé mentale. Afin de bien répondre aux besoins, l'équipe a élaboré une programmation structurée et diversifiée de formations, en choisissant de concentrer prioritairement les efforts sur le développement des compétences des intervenantes œuvrant au sein des organismes membres. Cette orientation vise à soutenir leur pratique quotidienne, à favoriser le partage d'expertise et à contribuer à l'amélioration continue des services offerts à la population. Voici les formations qui ont eu lieu au cours de l'année:

- Des astuces pour se recharger - 3 participants.es
- Intelligence émotionnelle - 13 participants.es
- Au delà du trauma - 12 participants.es
- Technique d'impact en santé mentale - 48 participants.es
- Formation OMEGA - 16 participants.es

Accompagnement

Pour la première fois, et à titre de projet pilote, le ROCSMO a mis en place une offre d'accompagnement destinée à ses membres souhaitant entreprendre une démarche de planification stratégique ou réviser certains éléments de gouvernance. Deux (2) groupes membres ont bénéficié de ce soutien au cours de la dernière année.

L'accompagnement offert est modulé selon la capacité du ROCSMO et fait l'objet d'une évaluation conjointe avec chaque groupe afin d'assurer un soutien adapté et pertinent.

Représentation et concertation

Représenter et défendre le financement et les intérêts spécifiques des membres

Le ROCSMO joue un rôle clé dans la représentation et la défense des intérêts de ses membres auprès des instances politiques et administratives, tant à l'échelle régionale que nationale. Pour assurer une veille active sur les enjeux qui touchent le milieu communautaire en santé mentale, le ROCSMO participe à plusieurs tables de concertation, comités stratégiques et rencontres intersectorielles.

Au-delà de ces espaces de dialogue, le ROCSMO porte la voix collective de ses membres auprès des décideurs publics, en mettant de l'avant les préoccupations et les priorités identifiées en concertation avec le réseau.

Cette représentation contribue à faire reconnaître l'expertise des organismes communautaires et à influencer les orientations qui façonnent le système de santé mentale.

L'inter regroupement et les partenariats régionaux

Au cours de la dernière année, l'équipe a participé aux différents travaux de l'inter regroupement qui a pour objectifs de mettre en commun les forces vives des organismes communautaires autonomes et de partager les informations, les besoins et les développements au sein des différents regroupements communautaires. Le ROCSMO a participé participe activement aux rencontres (2 pour la dernière année) et à contribuer financièrement aux différentes activités régionales réalisées en partenariat avec l'inter regroupement.

Table de concertation territoriale en santé mentale en Outaouais

L'objectif de cette table est d'assurer une vigilance quant à l'actualisation du plan d'action en santé mentale et de pouvoir capter plus spécifiquement les enjeux de l'Outaouais et proposer des solutions communes à ces défis. L'équipe du ROCSMO a participé à trois (3) rencontres au cours de l'année ont eu lieu dans les différents territoires de la région, ainsi qu'aux rencontres du comité consultatif. Un sous-comité s'est aussi mis en place cette année, celui du comité de la primauté de la personne pour lequel le ROSMO joue un rôle actif.

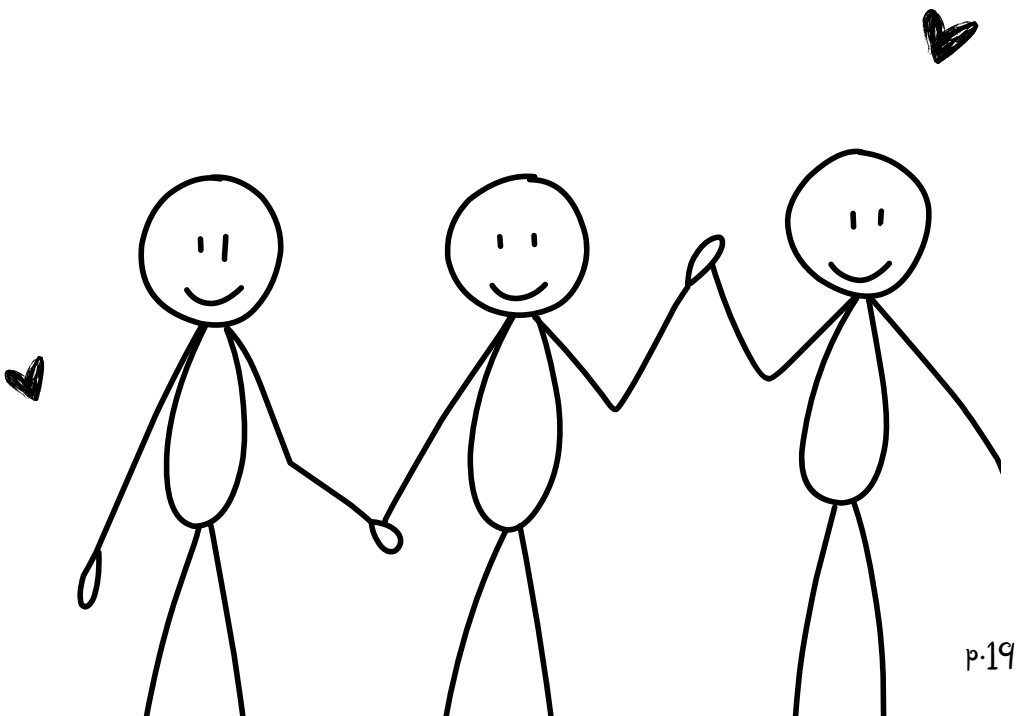
Réseau communautaire en santé mentale

Le ROCSMO est membre du Réseau communautaire en santé mentale (COSME) depuis sa création en 2012. Rappelons que le COSME a pour mission de rassembler et de représenter l'ensemble des organismes communautaires en santé mentale du Québec.

Après avoir assumé pendant plusieurs années le poste de secrétaire au sein du comité de direction, le ROCSMO a occupé la présidence du COSME, à la suite de la mise en place d'une nouvelle gouvernance. Le ROCSMO a aussi participé activité au comité identitaire en plus de participer activement aux rencontres ministérielles ainsi qu'à la table nationale de concertation des groupes en santé mentale, assurant ainsi une représentation forte et engagée du milieu communautaire de l'Outaouais à l'échelle provinciale.

Au cours de la dernière année, le COSME a connu une année difficile en lien avec le remaniement et la réorganisation de sa gouvernance. Le conseil d'administration dont fait parti le ROCSMO a du investir beaucoup d'énergie et de temps et qui a résulté en la démission du ROCSMO du poste de présidence et du CA.

Néanmoins, nous restons très engagés au COSME et nous poursuivons un travail tout aussi important au sein de notre Réseau national.



Communication et promotion

Déployer des communications et faire la promotion de l'apport du ROCSMO et du mouvement communautaire en santé mentale

Les communications et la promotion jouent un rôle stratégique pour le ROCSMO et ses membres, en assurant une meilleure visibilité des actions en santé mentale communautaire et en renforçant la reconnaissance du milieu. Elles permettent de faire connaître les services offerts, de sensibiliser la population aux enjeux vécus par les personnes concernées et de valoriser l'expertise des organismes.

Dans ce sens, le site Web du ROCSMO a été entièrement revampé. De son côté, le site Santé Mentale Outaouais (SMO) a fait l'objet (toujours en travail) d'une mise à jour majeure incluant de nouvelles sections sur le logement, la toxicomanie, des vidéos ainsi que des contenus généraux sur la santé mentale.

Par ailleurs, un travail a été entamé afin d'élaborer un plan de communication et d'un dispositif de veille médiatique en santé mentale. Enfin, grâce à l'initiative de notre stagiaire (qui est maintenant une travailleuse !), une page Instagram du ROCSMO a été lancée pour mettre en valeur les membres.

L'infolettre du ROCSMO est l'outil principal de communication utilisé pour informer les membres. Ce dernier réunit l'information à jour et est envoyé aux membres aux trois (3) mois ou selon les besoins.

On y présente les enjeux régionaux et nationaux, les outils et les formations et par moments des sondages pour recueillir l'opinion des membres d'une façon rapide. Au cours de l'année, trois (3) publications ont été envoyées. Le taux d'ouverture a un peu diminué au cours de la dernière année et se situe en moyenne à 65%

Cette année, il y a aussi eu une nouvelle infolettre spécifique qui a été créée pour le projet des éclaireurs.

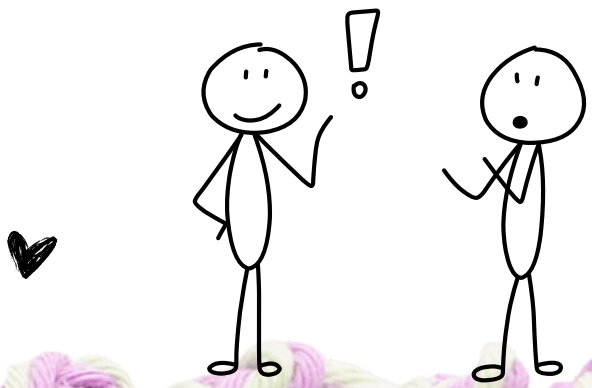
Journée de réflexion en santé mentale

Le 9 octobre 2024, le ROCSMO a tenu la 3e édition de sa journée de réflexion, sous le thème « La stigmatisation en santé mentale ». Rassemblant des membres du réseau communautaire, des partenaires institutionnels, des pair-aidant.es et des personnes concernées, cette journée a offert un espace de dialogue inclusif et enrichissant.

Au fil des conférences, panels, capsules vidéo, activités collectives et prestations artistiques, les participants ont exploré les multiples formes de stigmatisation (internalisée, structurelle et intersectionnelle) ainsi que leurs conséquences sur le rétablissement et l'accès aux soins.

Animée par des conférenciers engagés et des personnes inspirantes, cette journée a aussi mis de l'avant l'art comme levier de sensibilisation, notamment par l'exposition « Des bancs » réalisée en collaboration avec la Maison le Ricochet, et une prestation musicale du groupe « Strait Jacket », composé d'artistes vivant un processus de rétablissement et des intervenants. Le tout s'est conclu sur une note festive avec un 4 à 6 chaleureux sous le signe de la relève.

Par cette initiative, le ROCSMO continue de tisser des liens serrés entre les acteurs du territoire, de valoriser les savoirs pluriels et de poser des gestes concrets pour lutter contre les préjugés, dans une perspective d'inclusion, de dignité et de transformation sociale durable.



Soutien aux membres

Offrir un soutien aux membres en lien avec leurs besoins

Le ROCSMO apporte du soutien à ses membres en lien avec différents dossiers et enjeux. Que ce soit de façon générale ou plus spécifiquement, le soutien peut prendre différentes formes : le soutien à la direction, de l'information par téléphone ou par courriel, la recherche de solutions ou de pratiques, du référencement, ou simplement par une écoute active.

Le ROCSMO a aussi accompagné deux (2) groupes pour leur planification stratégique.

Table des DG

Au cours de l'année, la table des DG s'est réunie à trois (3) reprises. Les objectifs de la table des DG sont de réunir les directions afin de partager sur les réalités vécues au sein de leur organisation, de discuter des enjeux et dossiers communs afin d'y trouver des solutions d'une façon collective et d'être mieux informé sur les travaux du ROCSMO.

Un soutien réciproque

Si le ROCSMO œuvre activement à soutenir ses membres, il est tout aussi vrai que ce sont les membres qui, par leur engagement, le soutiennent au quotidien. Que ce soit à travers leur participation aux rencontres du conseil d'administration, aux instances de représentation, aux actions de défense des droits ou à divers comités régionaux et nationaux, leur contribution est essentielle. Les nombreuses heures investies par les membres du CA méritent d'être soulignées avec reconnaissance. Par ailleurs, la richesse des expertises apportées par chacun des administrateurs et des groupes membres contribue directement à l'avancement du ROCSMO et à la solidité de son action régionale.



Déjeuner des intervenants

Dans l'esprit de sa mission visant à renforcer la concertation, la solidarité et la reconnaissance des pratiques communautaires en santé mentale, le ROCSMO a organisé son déjeuner annuel des intervenant.es qui a rassemblé près de 70 personnes.

Ce moment chaleureux et rassembleur avait pour objectif premier de souligner l'apport inestimable des intervenant.es communautaires, qui, chaque jour, accompagnent des personnes vivant des enjeux et des défis de santé mentale avec bienveillance, créativité et engagement.

Dans un contexte où les défis sont nombreux et les ressources souvent limitées, il est essentiel pour le ROCSMO de créer un espace de reconnaissance, de gratitude et de ressourcement, à l'image des valeurs qui animent son réseau.

Ce déjeuner a aussi permis de renforcer les liens entre les milieux urbains et ruraux, de favoriser les échanges de pratiques, et de nourrir le sentiment d'appartenance où le soutien entre pairs est une force collective.

Gestion et gouvernance

Assurer une saine gestion et la gouvernance du ROCSMO

Au cours de la dernière année, le ROCSMO a bénéficié d'un rehaussement significatif de son financement à la mission, ce qui lui a permis d'assumer pleinement son rôle. Cette bonification des ressources a notamment permis de consolider l'équipe, qui compte désormais trois (3) personnes à temps plein, et de soutenir la mise en œuvre des actions prévues au plan d'action triennal.

Par ailleurs. l'Assemblée générale annuelle du 10 juin 2024 a connu un franc succès avec la participation de 15 personnes et 10 membres. Le conseil d'administration s'est réuni à six (6) reprises au cours de l'année. Deux autres comités sont également actifs et poursuivront leurs travaux : celui chargé de l'organisation de la journée de réflexion, et celui portant sur la pair-aidance.

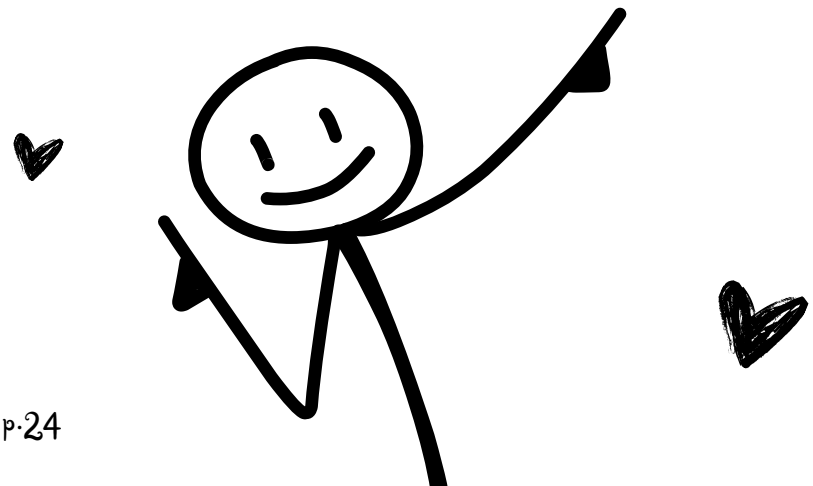
Perspectives 2025-2026

Des liens serrés, une force commune

Bien que ce rapport dresse un portrait fidèle des actions marquantes de l'année 2024-2025, il ne peut refléter l'ampleur de l'ensemble du travail réalisé. Grâce à l'implication constante de l'équipe et du conseil d'administration, le ROCSMO a renforcé son rôle régional, soutenu ses membres avec rigueur et contribué activement aux grands enjeux en santé mentale communautaire pour la région. Le chemin parcouru est significatif, et plusieurs chantiers restent ouverts pour les années à venir.

Pour la prochaine année, le conseil d'administration souhaite :

- Renforcer la participation active des membres aux démarches collectives, aux formations et aux espaces de concertation
- Poursuivre la consolidation du ROCSMO comme appui essentiel pour ses membres et la santé mentale communautaire dans la région
- Mettre en place une stratégie de communication structurée, appuyée par un guide médiatique pour assurer une cohérence des messages
- Faire rayonner davantage les réussites des groupes membres
- Assurer l'évolution continue de SMO et renforcer sa visibilité comme outil régional en santé mentale.







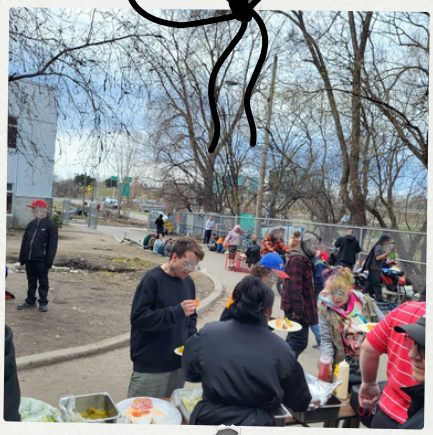


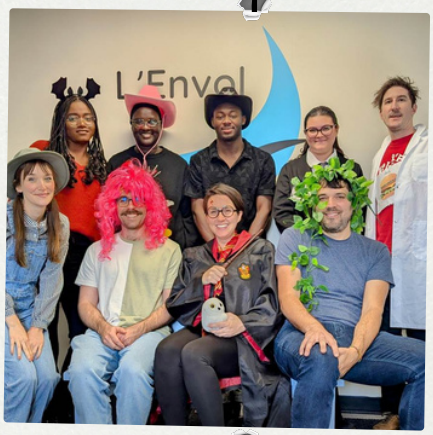




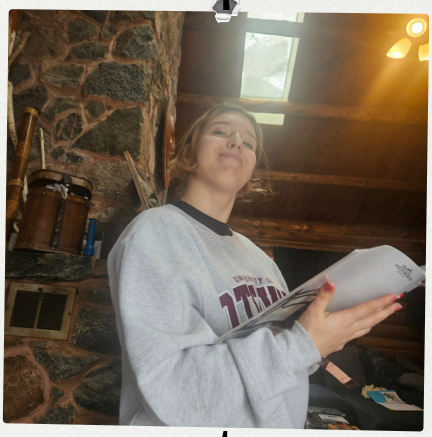


ALBUM PHOTO




L'Envol


KEEP OUT





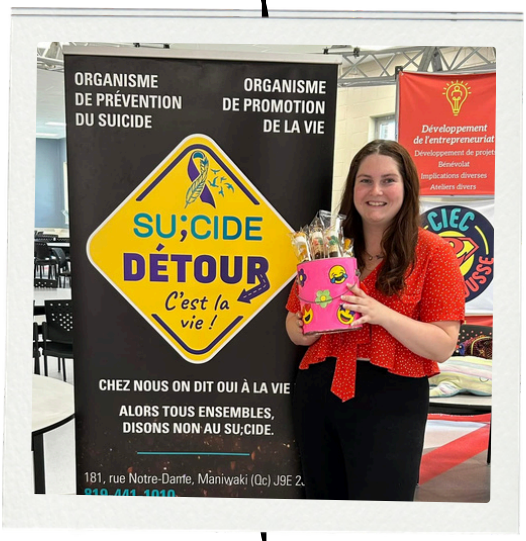







GATINEAU
POUR


PARIS


ORGANISME
DE PRÉVENTION
DU SUICIDE
ORGANISME
DE PROMOTION
DE LA VIE
SU;CIDE
DÉTOUR
C'est la vie !
CHEZ NOUS ON DIT OUI À LA VIE
ALORS TOUS ENSEMBLES,
DISONS NON AU SU;CIDE.
181, rue Notre-Dame, Maniwaki (Qc) J9E 2




VISION
BOARD
ROCSMO
PARTAGER
ACCOMPAGNER
La Recherche




VISION
BOARD
ROCSMO
MOBILISATIONS
TROUVER LA CONFIANCE
S'orienter



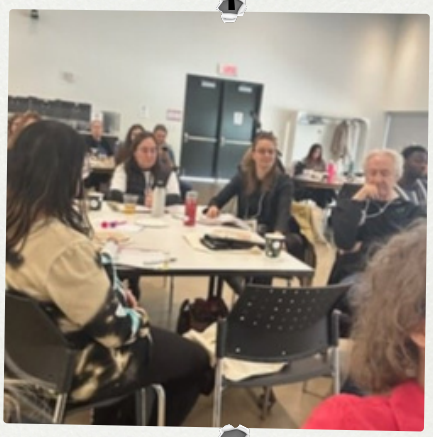


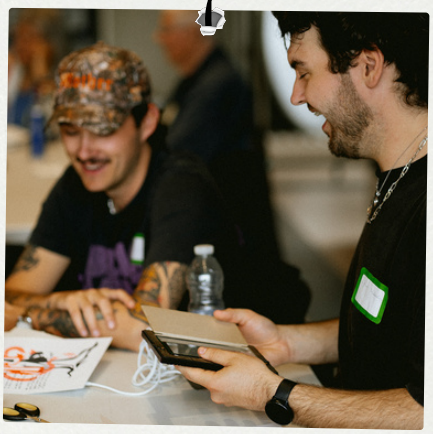





















LE RÉSEAU
D'ÉCLAIREURS
Nous prenons soin
les uns des autres
ÉCOUTE
TRAIDE
RTAGE
OI À NOUS




ÉMIPIC




December 04, 2024 7:32 p.m.






« Ce qui me
touche le pl
lorsque j'a
les famil
c'est





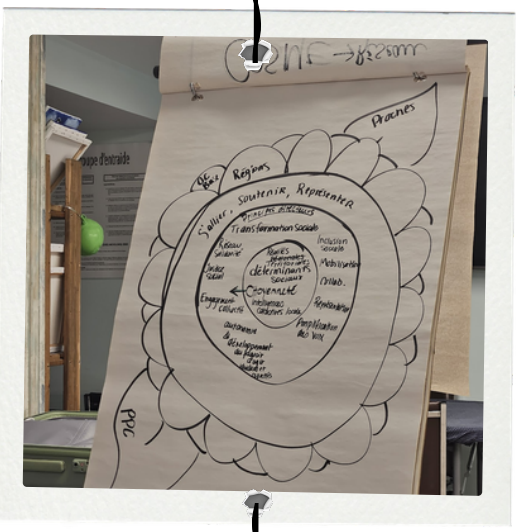





USES FÊTES
Party de Noël




Billetterie


Proches
Régions
Transformation Sociale
Gouvernance






Band
Strait Jacket




RGA
Basse-Lièvre
BUCKINGHAM | MASSON-ANGERS | L'ANGE-GARDIEN

Conseil d'administration et membres de l'équipe



Jean-François Parent, président
Représentant rural de la Petite-Nation
Directeur général du Boulev'art



Hélène Tessier, vice-présidente
Représentante régionale
Directrice générale de l'Apogée



Rebecca Labelle, trésorière
Représentante régionale
Coordonnatrice de Droits-Accès de l'Outaouais



Marie-Claude Leclair, secrétaire
Représentante du secteur urbain
Directrice générale des Habitations Nouveau Départ



Marjolaine Chrétien, administratrice
Représentante urbain
Directrice générale d'AUPRES



Catherine Ladouceur
Représentante du secteur urbain
Directrice générale de la Maison Réalité



Mélanie Sarazin
Directrice générale



Maude Tremblay
Responsable des projets



Maude Gélinas
Agente de projet



Céline Ayotte
Pair-aidante et agente de projet



Rosalie Mongeon-Villeneuve
Agente de projet et responsable aux communications



Billie
Responsable du bonheur



